

# GUÍA DIDÁCTICA PARA LA EDUCACIÓN SEXUAL EN CENTROS DE MENORES



GOBIERNO DEL PRINCIPADO DE ASTURIAS

CONSEJERÍA DE SERVICIOS Y DERECHOS SOCIALES



**Guía Didáctica para la Educación  
Sexual en Centros de Menores**



Esta **Guía Didáctica para la Educación Sexual en Centros de Menores** pretende facilitar a los y las profesionales la implantación del Programa de Educación Sexual en Centros de Menores desde un mismo modelo educativo en todos los centros y equipos de profesionales. Proporciona contenidos, criterios pedagógicos y recursos prácticos para llevar a cabo actividades hechas por el equipo de trabajo, en una intervención en la vida cotidiana y de forma transversal con los y las menores. Se abordan los siguientes temas: Educación Sexual en la Infancia y la adolescencia. Educación Sexual, aspectos emocionales y relacionales. Educación Sexual y Diversidad Cultural. Educación Sexual y Capacidades Diversas. Los temas se presentan con una referencia teórica breve, dinámicas y para realizar actividades grupales, recursos para poder ampliar los temas.

## **AUTORIAS**

Esta guía ha sido impulsada por la Sección de Centros de Menores del Instituto Asturiano para la Atención Integral a la Infancia y ha sido realizada por el grupo de trabajo del Programa de Educación Sexual en Centros de Menores.

Mercedes García Ruiz. Coordinadora Programa de Educación Sexual en Centros de Menores de Asturias. Autora de la parte teórica “Educación Sexual con Menores”

Educadoras y educadores que han elaborado la propuesta de “Talleres y Dinámicas para la Educación Sexual” en base a la experiencia con el programa con menores en sus centros.

CAMPILLIN: María García Castañón. Miguel Ángel Grande Ramos

LOS PILARES: Belén Barreiro Peña

VILLA PAZ: Esther González García. M<sup>a</sup> Emilia Álvarez Fernández

EL HUMEDAL: Irene García Gutiérrez. Amalia Peña Concepción

COLLOTO: Paula Díez Suárez. Carolina Sáez Vázquez.

MADRE ISABEL LARRAÑAGA: M<sup>a</sup> Ángeles Alonso Suárez. Ana Adela Gutiérrez González. Cristina Gutiérrez Gutiérrez

ASOCIACIÓN CENTRO TRAMA: Laura González Cacheiro

FUNDACIÓN HOGAR DE SAN JOSÉ: M<sup>a</sup> Esther Fernández Fernández. Margarita López Arias

FUNDACIÓN CRUZ DE LOS ÁNGELES: Esther Larrea Martínez

# **1. Parte Teórica: Educación Sexual con Menores** **9**

Autora: Mercedes García Ruiz

## **1. Introducción** **10**

## **2. Programa de Educación Sexual en Centros de Menores** **13**

## **3. ¿Por qué y para qué una guía didáctica para la educación sexual?** **15**

## **4. Marco teórico: educación sexual desde un modelo sexológico. Dimensiones de la sexualidad humana y variables a trabajar** **17**

### **4.1 Dimensiones de la sexualidad humana** **18**

### **4.2 Variables que pueden influir en la prevención** **20**

## **5. Educación sexual en la infancia, adolescencia y juventud** **24**

### **5.1 Nacimiento y vinculación** **24**

### **5.2 Los primeros años** **25**

### **5.3 Entre los 6 y 10 años** **26**

### **5.4 La pubertad** **28**

### **5.5 La adolescencia** **30**

## **6. Educación sexual** **31**

### **6.1 Temas a trabajar y objetivos** **31**

### **6.2 Objetivos según etapas evolutivas** **40**

#### **6.2.1 Objetivos de 0 a 3 años** **41**

#### **6.2.2 Objetivos de 3 a 6 años** **41**

#### **6.2.3 Objetivos de 6 a 10 años** **42**

#### **6.2.4 Objetivos en la pubertad y adolescencia** **43**

6.3 Metodología	44
6.4 El papel de las y los educadores en la educación sexual	46
<b>7. Educación sentimental, emociones y relaciones</b>	<b>47</b>
7.1 ¿Cómo se adquieren y se transmiten los estereotipos de género?	48
7.2 Percepciones sobre los estereotipos y roles tradicionales de género	48
7.2.1 Roles tradicionales de género	49
7.2.2 Estereotipos de género dentro de la pareja	50
7.2.3 Creencias y actitudes hacia el amor	52
7.3 Sobre el concepto de amor y los ideales románticos	53
7.4 Mitos relacionados con el “amor romántico”	54
7.5 Sobre el concepto de pareja y las formas de relacionarse entre los sexos	57
<b>8. Educación sexual y discapacidad intelectual</b>	<b>59</b>
8.1 Objetivos de la intervención	65
8.2 Intervención. Aspectos generales	65
<b>9. Educación sexual y diversidad étnica y cultural</b>	<b>66</b>
9.1 Algunas claves en la intervención	68
9.2 Concepto de sexualidad en clave multicultural	68
9.3 Particularidades de educación sexual con población gitana	69
9.3.1 Educación sexual y aspectos metodológicos	71
9.3.2 Particularidades de educación sexual con población inmigrada	72
9.4 Propuestas para la intervención en prevención de ITS /VIH	73
9.4.1 Percepción de riesgo y reforzar las prácticas sexuales seguras	73
<b>10. Bibliografía</b>	<b>75</b>

## **2. Parte Práctica: Talleres y Dinámicas Para La Educación Sexual** **79**

Autoras: María García Castañón, Miguel Ángel Grande Ramos, Esther González García, M<sup>a</sup> Emilia Álvarez Fernández, Irene García Gutiérrez, Amalia Peña Concepción, Carolina Sáez Vázquez, Paula Díez Suárez, Belén Barreiro Peña, M<sup>a</sup> Ángeles Alonso Suárez, Laura González Cacheiro, M<sup>a</sup> Esther Fernández Fernández, Ana Adela Gutiérrez González, Cristina Gutiérrez Gutiérrez, Margarita López Arias, Esther Larrea Martínez

<b>1. Educación sexual en la infancia y adolescencia</b>	<b>80</b>
<b>1.1 Concepto de sexualidad</b>	<b>82</b>
<b>1.2 Talleres de desarrollo evolutivo</b>	<b>88</b>
<b>1.3 Aparato reproductor femenino y ciclo menstrual</b>	<b>91</b>
<b>1.4 Prevención de VIH, ITS Y END</b>	<b>94</b>
<b>1.5 Roles de género</b>	<b>98</b>
<b>1.6 Identidad y orientación</b>	<b>100</b>
<b>1.7 Materiales</b>	<b>100</b>
<b>2. Educación sentimental, emociones y relaciones</b>	<b>104</b>
<b>2.1 Me conozco y me quiero</b>	<b>106</b>
<b>2.2 Autoestima</b>	<b>108</b>
<b>2.3 El amor romántico</b>	<b>112</b>
<b>2.4 La pareja</b>	<b>117</b>
<b>2.5 Idea del amor y la pareja</b>	<b>120</b>
<b>2.6 Expresión de sentimientos</b>	<b>125</b>
<b>3. Educación sexual y discapacidad intelectual</b>	<b>136</b>
<b>3.1 Yo crezco</b>	<b>138</b>
<b>3.2 Jugando con Raquel</b>	<b>139</b>
<b>3.3 Fotos que hablan</b>	<b>140</b>
<b>3.4 Me gusto con gusto</b>	<b>141</b>
<b>3.5 Yo soy importante</b>	<b>142</b>



<b>3.6 Ligando y respetando</b>	<b>143</b>
<b>3.7 Los niños y las niñas vienen de...</b>	<b>144</b>
<b>3.8 Yo, público y privado</b>	<b>145</b>
<b>3.9 Yo elijo</b>	<b>147</b>
<b>3.10 Sin confusiones</b>	<b>148</b>
<b>3.11 Trato-rojo-trato-verde-trato-amarillo</b>	<b>149</b>
<b>4. Educación sexual y diversidad étnica y cultural</b>	<b>152</b>
<b>4.1 Pautas sociales... con denominación de origen</b>	<b>154</b>
<b>4.2 Galuchitapisiri (azúcar y pimienta)</b>	<b>158</b>
<b>4.3 Cucurumbé</b>	<b>160</b>
<b>4.4 ¿Quién soy yo?</b>	<b>161</b>
<b>4.5 ¿Quiénes sois y de dónde venís?</b>	<b>162</b>
<b>4.6 Sobre diversidad cultural y lenguaje</b>	<b>164</b>
<b>5. Cine y Educación sexual</b>	<b>166</b>
<b>6. Bibliografía para trabajar Educación sexual con menores</b>	<b>174</b>
<b>7. Webs Educación sexual</b>	<b>178</b>



**Parte teórica:**  
**Educación sexual con menores**

# 1. Introducción

*El acogimiento residencial* como recurso de protección a la infancia se basa en un modelo educativo y terapéutico que promueve la calidad de vida de niños, niñas y jóvenes que participan de este recurso. Desde este planteamiento de calidad, el potenciar el desarrollo y crecimiento personal es uno de sus principales objetivos.

*La sexualidad* forma parte del desarrollo integral de las personas, de su bienestar personal, de su calidad de vida. Y esto es aún más importante en la infancia y adolescencia como claves evolutivas para que las personas, como seres sexuados que son, puedan vivirse como tales, expresarse, relacionarse de forma que se sientan a gusto, se acepten y al fin y al cabo puedan sentirse un poco más felices.

*La educación sexual* no solamente es una opción, es un derecho de las personas que se relaciona directamente con su calidad de vida y que forma parte de su proceso de preparación para la vida adulta.

*La salud, la prevención de infecciones de transmisión sexual o de embarazos no deseados, la salud sexual y reproductiva* son objetivos de la educación sexual integral y que tiene en cuenta las diferentes realidades individuales y contextos.

La Asamblea General proclama la *Declaración de Derechos del Niño* el 20 de Noviembre de 1959 a fin de que puedan tener una infancia feliz y gozar, en su propio bien y en bien de la sociedad, de los derechos y libertades que en ella se enuncian e insta a los padres y madres, a los hombres y mujeres individualmente y a las organizaciones particulares, autoridades locales y gobiernos nacionales a que reconozcan esos derechos y que luchen por su observancia con medidas legislativas y de otra índole, adoptadas progresivamente en conformidad con los siguientes principios relacionados con la educación y la salud con menores en recursos de protección a la infancia:

## *Derecho a la educación*

Todo niño y niña tiene derecho a recibir una educación, a disfrutar de una vida social y a construir su propio futuro. Este derecho es esencial para su desarrollo económico, social y cultural.

## *Derecho a la salud*

Los y las niñas deben ser protegidas de las enfermedades. Se les debe permitir crecer y convertirse en adultos sanos, esto contribuye de igual manera al desarrollo de una sociedad más activa y dinámica.

## *Derecho a la identidad*

Todo niño y niña tiene derecho a tener nombre y apellido, nacionalidad y a saber quiénes son sus padres. El derecho a la identidad representa el reconocimiento oficial de su existencia y de sus derechos.

## *Derecho a la libertad*

Las y los niños tienen derecho a expresarse, a tener opiniones, a acceder a la información y a participar en las decisiones que los afectan. Los niños y niñas tienen derecho a la libertad de religión.

### *Derecho a la protección*

Los niños y niñas tienen derecho a vivir en un contexto seguro y protegido que preserve su bienestar. Todo niño y niña tiene derecho a ser protegido de cualquier forma de maltrato, discriminación y explotación.

Trabajar sobre los derechos sexuales y reproductivos implica tener en cuenta el derecho de las personas a ejercer su sexualidad y reproducción con libertad y dignidad permitiendo a cada persona disfrutar de la sexualidad de una manera sana, segura, responsable, sin miedos ni vergüenzas, según cada forma de ser, sentir o pensar.

La carta de Derechos Sexuales y Reproductivos ha sido adoptada por la Federación Internacional de Planificación de la Familia, de la que FPFE es miembro junto con organizaciones de otros 170 países del mundo:

#### *1. Derecho a la igualdad*

Todas las personas son iguales en dignidad y derechos. Todas tienen derecho al reconocimiento social y a la protección legal de sus vidas sexuales y reproductivas.

#### *2. Derecho a la autonomía sexual*

Todas las personas tienen derecho a expresar y manifestar sus deseos, placer, prácticas, orientación e identidad sexual; a decidir libremente sobre su vida sexual en un marco ético no discriminatorio y respetuoso con los derechos de otras personas y con la capacidad evolutiva de las y los niños.

#### *3. Derecho a la libertad y a la integridad corporal*

Todas las personas tienen derecho a que se respete su integridad física, psíquica y moral; a vivir libres de riesgo y de cualquier violencia, intimidación o coerción que atente contra su libertad y bienestar sexual y corporal.

#### *4. Derecho a decidir sobre las distintas opciones reproductivas*

Todas las personas tienen derecho a adoptar decisiones relativas a su vida reproductiva, a determinar libremente si quieren o no tener hijos e hijas y, en su caso, su momento y frecuencia.

#### *5. Derecho a la información*

Todas las personas tienen derecho a disponer y acceder a una información completa, clara y veraz, para tomar decisiones autónomas sobre su vida sexual y reproductiva y ejercer plenamente sus derechos.

#### *6. Derecho a la educación sexual*

Todas las personas tienen derecho a recibir una educación sexual de calidad, libre de estereotipos y prejuicios morales, ideológicos o religiosos, que favorezca una vivencia positiva y saludable de la sexualidad.

#### *7. Derecho a la atención y protección de la salud sexual y reproductiva*

Todas las personas tienen derecho a disfrutar del más alto nivel de salud sexual y de salud reproductiva como componentes centrales de su bienestar, y por tanto a acceder a servicios de salud que ofrezcan una atención integral y de calidad.

### *8. Derecho a la privacidad y la confidencialidad*

Todas las personas tienen derecho al respeto a su privacidad e intimidad, así como confidencialidad cuando proporcionan información sobre su vida sexual y reproductiva.

### *9. Derecho a optar por los diversos modos de convivencia*

Todas las personas tienen derecho a elegir la forma de convivencia que consideren más adecuada con la relación afectiva, igualitaria que hayan establecido, y a disfrutar de los mismos derechos sociales y legales.

### *10. Derecho a la participación y libertad de opinión*

Todas las personas tienen derecho a ejercer la libertad de pensamiento, opinión y expresión de sus ideas, así como de asociarse para participar en el desarrollo de las políticas que determinan su bienestar sexual y reproductivo.

La educación sexual se incluye de forma transversal en las áreas de intervención del acogimiento residencial como uno de los derechos en la protección a la infancia y se concreta en los diferentes instrumentos para la intervención, en los proyectos educativos de centro y en las programaciones educativas individuales.

El desarrollo personal, tanto lo que se refiere al desarrollo intelectual, que favorece procesos de aprendizaje, el desarrollo afectivo y emocional, están vinculados directamente a la sexualidad de las personas lo que favorece que pueden vivirse, expresarse y relacionarse con otras personas desde el vínculo y los afectos. La autonomía, autoestima, autoconfianza, los valores y la capacidad para establecer vínculos son variables que inciden tanto en la vivencia de la sexualidad como en lo que se refiere al ámbito relacional y en las conductas. Las habilidades tanto de cuidado personal, como las habilidades sociales y el manejo de medidas de prevención son aspectos relacionados con la sexualidad y por lo tanto con la educación sexual.

Se trata, al fin y al cabo de incidir en una mayor calidad de los programas educativos en el acogimiento residencial, por lo tanto en la mejora de la calidad de vida y el bienestar de esta juventud durante momentos importantes de su vida, teniendo en cuenta los fines de la protección a la infancia y sus derechos como personas.

La educación sexual, no sólo implica a los y las menores, ha de implicar necesariamente a profesionales del contexto residencial, que han de ser formados en este sentido, implica a las familias o personas tutoras como figuras de referencia a la hora de resolver estas cuestiones y de trabajar en colaboración y coordinación con el centro como se plantea desde el propio programa educativo. En este sentido la educación sexual impregna el trabajo que desde el modelo de acogimiento residencial se plantea compartiendo objetivos, líneas de acción, estrategias y formas de llegar a y de implicar.

Otro aspecto a tener en cuenta es la importancia de realizar una educación sexual desde la infancia para abordar en profundizar las diferentes variables relacionadas con una prevención eficaz que esencialmente tienen relación con las dimensiones de la sexualidad humana desde un planteamiento integral.

## 2. Programa de educación sexual en centros de menores

En el año 1999 la Sección de Centros del Servicio de Infancia de la Consejería de Bienestar Social, consciente de las inquietudes de los profesionales en aspectos relacionados con la educación sexual en el ámbito del acogimiento residencial inicia un proceso formativo en todos los centros de menores de Asturias durante dos años consecutivos.

En un primer momento se realiza la formación in situ del personal educador de todos los centros propios y de algunos de los centros concertados que permite abordar las necesidades e inquietudes de profesionales respecto a cada realidad, a casos concretos y desde un planteamiento de intervención en equipo para abordar la educación sexual.

Se parte de la investigación para obtener un conocimiento más exhaustivo de la población en acogimiento residencial en aspectos relacionados con la sexualidad con el objetivo de elaborar un programa de educación sexual que pueda llevarse a cabo por los y las profesionales con menores.

Para conseguir este objetivo se presenta la investigación sobre *“Conocimientos, actitudes y comportamientos relacionados con la transmisión sexual del VIH en jóvenes residentes en Centros de Menores de Asturias, País Vasco y Castilla León.”*<sup>1</sup> a la Fundación para la Investigación y la Prevención del Sida en España (FIPSE) en el año 2000, siendo aceptado el estudio que se llevará a cabo en los años 2001-2002.

A partir del conocimiento de las variables relacionadas con la educación sexual que influyen en la prevención se elabora el modelo de trabajo y las variables sobre las que realizar una acción educativa para conseguir mejorar la prevención del VIH en los y las jóvenes en centros de protección y reforma.

Este modelo se comienza a trabajar en Asturias entre 2004 y 2007 a través de la formación de educadores de referencia y se pone en marcha el programa de educación sexual en todos los centros de menores de Asturias, se traslada a todos los profesionales del centro, se incluye en los proyectos educativos de centro, en las programaciones educativas individuales y se realizan actividades a nivel individual y grupal.

Para evaluar el proceso de puesta en marcha e implantación del programa se realiza una segunda investigación *“Evaluación de la implementación de un programa de prevención de la transmisión sexual del VIH en jóvenes residentes en Centros de Menores de Protección y Reforma de Asturias, País Vasco y Castilla León”* apoyada también por FIPSE en la que participan todos los menores que han puesto en marcha el programa durante 2004 y 2005.

La investigación sobre las variables asociadas a la prevención nos lleva a realizar una propuesta final de programa de educación sexual para la prevención del VIH que se incluye en los programas educativos que se realizan con los menores en sus contextos, teniendo en cuenta sus peculiaridades y contando con las diferentes instituciones, las asociaciones, los profesionales y los propios menores como protagonistas de este proceso.

---

<sup>1</sup>[http://www.msssi.gob.es/ciudadanos/enfLesiones/enfTransmisibles/sida/prevencion/jovenes/docs/investigacionFIPSE\\_1.pdf](http://www.msssi.gob.es/ciudadanos/enfLesiones/enfTransmisibles/sida/prevencion/jovenes/docs/investigacionFIPSE_1.pdf)

Este trabajo se articula con el Sistema de Evaluación y Registro en Acogimiento Residencial (Del Valle y Bravo, 2007<sup>2</sup>), de trabajo para profesionales de centros de protección a la infancia, cuyo objetivo es facilitar los procesos básicos de intervención individual con los niños, niñas y jóvenes.

Con las aportaciones del trabajo realizado en los centros, sus experiencias y material didáctico en 2007 se realiza la publicación “Programa de Educación Sexual para los Centros de Menores de Asturias”<sup>3</sup> como documento técnico del Instituto Asturiano de Atención Social a la Infancia Familia y Adolescencia de la Consejería de Bienestar Social y Vivienda.

En el Plan Multisectorial frente a la infección por VIH y el SIDA en España de 2008-2015<sup>4</sup> se incluye una referencia específica a la necesidad de trabajar con esta población:

*“Los jóvenes en situación social de riesgo, que en ocasiones comparten varias de las anteriores situaciones, o añaden a ellas una edad precoz de inicio de las relaciones sexuales, un menor nivel educativo, la prostitución o el paso por centros penitenciarios o de menores, son particularmente vulnerables y presentan a menudo dificultades de acceso adicionales”*

El Plan Nacional de Sida en colaboración con el Programa de Prevención de Sida en Asturias y la Consejería de Bienestar Social y Vivienda realizan entre 2010 y 2012 el “Programa de Educación Sexual para la prevención del VIH en Centros de Menores”

En 2013 seguimos trabajando en aspectos específicos sobre la educación sexual teniendo en cuenta la situación actual de los centros de menores y su población y contando con el grupo de referencia de profesionales de centros creado en esta última fase del proyecto. La educación sexual se incluirá en la formación en competencias e itinerario formativo de los educadores de centros de menores para 2014 en el IAAP.

El *Plan de Infancia de Asturias 2014-2016* se incluye el objetivo 8.1.9. *“Reforzar la implantación del “Programa de Educación Sexual” y el “Programa de prevención de consumos” con la creación de un Grupo de seguimiento compuesto por educadoras y educadores, que se encargue del seguimiento, haga revisión y propuestas de nuevas necesidades de formación y actualización”*

En 2014 el programa recibe el Premio en la *“VIII Edición del Premio José Lorca a la promoción y defensa de los Derechos de la Infancia”* al proyecto “Educación sexual, un derecho de los y las menores” de la Consejería de Bienestar Social y Vivienda del Principado de Asturias.

En 2014 comienza el proceso de participación de los menores en el programa de educación sexual a través de la metodología de educación sexual con arte y en 2015 se consolida el grupo de trabajo del Programa de Educación Sexual en Centros de Menores.

En este recorrido se organizaron varios encuentros y jornadas para visibilizar la importancia de abordar la educación sexual en los centros de menores por parte de profesionales, recoger sus experiencias y compartir sus inquietudes.

También se realizaron publicaciones de los diferentes documentos del proceso y del programa

2 [http://www.serviciosocialescantabria.org/uploads/documentos%20e%20informes/06.Manual%20Cantabria%20%28SERAR%29\\_jul2007.pdf](http://www.serviciosocialescantabria.org/uploads/documentos%20e%20informes/06.Manual%20Cantabria%20%28SERAR%29_jul2007.pdf)

3 [http://www.asturias.es/Asturias/descargas/PDF\\_TEMAS/Asuntos%20Sociales/Calidad/publicaciones/Programa\\_Educacion\\_Sexual\\_Para\\_Los\\_Centros\\_De\\_Menores\\_De\\_Asturias\\_Libro.pdf](http://www.asturias.es/Asturias/descargas/PDF_TEMAS/Asuntos%20Sociales/Calidad/publicaciones/Programa_Educacion_Sexual_Para_Los_Centros_De_Menores_De_Asturias_Libro.pdf)

4 [http://www.elpais.com/elpaismedia/diario/media/200711/27/sociedad/20071127elpepisc\\_1\\_Pes\\_PDF.pdf](http://www.elpais.com/elpaismedia/diario/media/200711/27/sociedad/20071127elpepisc_1_Pes_PDF.pdf)



de educación sexual en centros de menores y presentaciones en diversos congresos.

Estos han sido los pasos desde 1999 hasta 2015, siempre trabajando para que la educación sexual contribuya a que nuestros menores puedan entenderse, aceptarse, quererse y sentirse un poco más felices en sus vidas y que forma parte de sus derechos a la salud sexual

### 3. ¿Por qué y para qué una guía didáctica para la educación sexual?

Para realizar esta guía didáctica hemos partido de las necesidades que se han detectado para trabajar la educación sexual en el contexto residencial y de las necesidades de profesionales para implantar el Programa de Educación Sexual en Centros de Menores:

#### 1. Necesidades detectadas en los y las menores alojados en centros que han de ser trabajados en el marco de la educación sexual:

- Aspectos personales como baja autoestima, carencias afectivas, dificultades para establecer relaciones adecuadas por sus biografías afectivas y de vínculos.
- Dificultades para manejar de forma positiva las relaciones con el grupo y en las redes sociales Respecto a las relaciones de parejas:
  - Situaciones de dependencia emocional en la pareja
  - Situaciones de maltrato en la pareja de algunas menores
  - Falta de modelos de pareja positivos
- Las diferencias étnicas y culturales de los menores que influyen en los estereotipos de género y sus relaciones, la visión de la sexualidad y los conocimientos.

Menores con discapacidad intelectual alojados en centros con los que se plantean dudas sobre cómo abordar la educación sexual por parte de los y las profesionales

#### 2. Necesidad planteada en los centros por profesionales y menores.

- Por una parte en los menores se constata la falta de información o información errónea a la que acceden en muchas ocasiones a través de las redes sociales, experiencias narradas por sus iguales, dudas y desconocimiento sobre este tema. Por otro lado cuando disponen de la información correcta, también se observan muchas dificultades para aplicarla debido a la presión de grupo, de pareja, carencias afectivas, baja autoestima, dependencia, influencia de las historias de vida y culturales, modelos de aprendizaje por lo que es necesario realizar el programa de educación sexual en el marco de la vida cotidiana y del trabajo grupal en centros de menores.

- Dificultades de los y las profesionales. Se destacan la escasa disponibilidad de tiempo, la falta de coordinación en los equipos educativos debido al elevado ritmo de trabajo, turnos que dificulta tener tiempo para elaborar materiales para trabajar este tema.

### **3. Conseguir la implantación del Programa de Educación Sexual en Centros de Menores desde un mismo modelo educativo en todos los centros y equipos de profesionales.**

- Para facilitar a profesionales criterios pedagógicos y recursos prácticos para llevar a cabo el programa y que sea compartido por el equipo de trabajo , en una intervención en la vida cotidiana y de forma transversal
- Para recoger y poner a disposición de otros profesionales todo el material que se ha elaborado y trabajado por el grupo de educación sexual a lo largo de estos años y así ampliar el programa en más equipos y profesionales.
- Elaborar materiales que motiven a la participación teniendo en cuenta la diversidad con las que se trabaja en los centros de menores
- Ofrecer un Banco de Recursos Didácticos en Educación Sexual

Teniendo en cuenta el modelo planteado en el Programa de Educación Sexual en Centros de Menores de Asturias según las dimensiones de la sexualidad humana por propuestas por Efigenio Amezúa (sexuación, sexualidad, erótica, amatoria y pareja) y las variables del modelo PRECEDE que influyen en la prevención de conductas de riesgo , esta guía didáctica se centrará en los siguientes temas:

#### **1. Educación Sexual en la Infancia y la adolescencia.**

- Teniendo en cuenta el proceso evolutivo desde el nacimiento hasta la juventud y las necesidades que se detectan en el trabajo con menores para abordar la educación sexual de forma integrada y continuada por parte de los y las profesionales.
- Temas como: desarrollo evolutivo, roles de género, prevención abuso sexual, diferentes tipos de familias. Valores de respeto, igualdad y respeto a las diferencias. Información sobre ETS, métodos anticonceptivos, prevención de ITS y embarazos no deseados, atendiendo al desarrollo madurativo y en función de las edades.

#### **2. Educación Sexual, aspectos emocionales y relacionales.**

- Aspectos relacionados con factores personales como la autoestima, el autoconcepto, las habilidades sociales y la presión de grupo
- Aspectos emocionales en relación con la idea de pareja y de amor, los falsos mitos y creencias, los diferentes modelos de pareja y las relaciones de buenos/malos tratos.
- Las relaciones en redes sociales y las dificultades que pueden generarse.

### 3. Educación Sexual y Diversidad Cultural

- Tener en cuenta la influencia de los diferentes modelos culturales y las religiones para llevar a cabo intervenciones en educación sexual

### 4. Educación Sexual y Capacidades Diversas

- Tener en cuenta las particularidades en cuanto a la diversidad de capacidades y en concreto a la discapacidad intelectual para abordar la educación sexual con los y las menores.

Esta guía didáctica incluye:

- Referencia teórica breve para cada tema
- Talleres. Dinámicas y materiales necesarios para realizar actividades grupales
- Recursos de apoyo para poder ampliar los temas

## 4. Marco teórico: educación sexual desde el modelo sexológico. Dimensiones de la sexualidad humana y variables a trabajar

La educación sexual tiene sus propios contenidos, que se refieren a que los chicos y chicas aprendan a conocerse, aceptarse y a expresarse de modo que se sientan mejor. Lo más frecuente es que las demandas lleguen desde la urgencia, pero lo urgente es diferente de los objetivos de la educación sexual y aunque podamos abordar lo urgente es importante no perder de vista los objetivos.

Los procedimientos, las técnicas tienen un sentido como apoyo o medio para realizar esa labor educativa, pero no son un fin en sí mismas. Pueden ser unas u otras teniendo en cuenta nuestro fin.

En educación sexual hay que abrir puertas para abordar y reflexionar en grupo o de forma individual sobre las creencias, las expectativas personales en torno a diferentes aspectos relacionados con la sexualidad. En educación sexual hablaremos de cambios biofisiológicos, de fisiología de la reproducción, de la fisiología del placer, del deseo, de la orientación, de los afectos y de la atracción, del enamoramiento y del amor, y de la salud.

Desde el hecho sexual humano incluiremos aspectos como la: sexuación, sexualidad, erótica, los encuentros, la pareja, la procreación, los problemas comunes a los sexos, y el sexo como valor. Junto con los contenidos se trabaja sobre las actitudes y los procedimientos de forma coherente, intentando interrelacionar la sexualidad y no fragmentándola.

El modelo de trabajo propuesto se construye a partir del modelo sexológico del Hecho Sexual Humano (E. Amezúa,)<sup>5</sup> e integra las variables del modelo PRECEDE (Green y adaptación de Bimbela<sup>6</sup>) teniendo en cuenta los resultados de los estudios previos mencionados.

El principal objetivo del programa de educación sexual es que los y las profesionales que trabajan con los y las jóvenes que residen en los centros se sientan capaces de acompañarlos en el proceso educativo de “construirse” como personas capaces de gestionar su propio bienestar: aprendiendo a conocerse, aceptarse y expresarse del modo en el que cada uno sea feliz y de forma saludable.

Las intervenciones educativas se plantean desde la vida cotidiana contando a su vez con los espacios lúdicos y de ocio como lugares de encuentro para abordar aspectos relacionados con la sexualidad. Se trabaja partiendo de la realidad de cada centro, de cada equipo de profesionales y de los jóvenes residentes en los centros. Este punto de partida es pieza clave para garantizar la eficiencia de la intervención educativa.

La educación sexual desde este planteamiento contribuye a evitar los embarazos no deseados, la transmisión de enfermedades y otras cosas que no se desean, pero el objetivo final de la educación sexual es que las personas se sientan a gusto como se sienten, se acepten y se relacionen siendo capaces de expresar sus deseos. El hecho sexual humano abarca a todos y a todas, se trata de hablar de sexualidades en plural, de las personas de edades, culturas, capacidades y realidades diferentes.

Plantear la educación sexual desde el marco del hecho sexual humano como el hecho de los sexos, requiere tener en cuenta sus dimensiones: la sexuación, la sexualidad, la erótica, la conducta y la pareja.

## 4.1 Dimensiones de la sexualidad humana

**1. El proceso de sexuación** se refiere a construirse como hombre o como mujer, como proceso que se inicia en la fecundación y que no acabará hasta la muerte. En este proceso se van concatenando toda una serie de niveles o estructuras que progresivamente van sexuando al individuo. Todos estos elementos estructurales y estructurantes del sexo llevan a uno de los dos resultados: hombre o mujer. Y por supuesto cada uno de los dos estará lleno de matices porque estamos hablando de muchos niveles que son los que intervienen en el proceso (cromosómico, hormonal, gonadal, de asignación de sexo, crianza diferencial...). De forma que cada cual se situaría en un punto del continuo.

Hay muchas maneras de “estructurarse” como hombre y muchas maneras de hacerlo como mujer. De cara a nuestro trabajo en educación sexual tendríamos entonces que tener en cuenta que se trabaja con seres únicos e irrepetibles, desde cada proceso peculiar y particular. Este proceso de construcción afecta a todos los niveles de sexuación, dando como resultado sujetos sexuados únicos e irrepetibles, con peculiaridades, formas de aceptarse, vivirse, relacionarse y sentirse como hombres y como mujeres y con su orientación del deseo erótico: homosexual

---

5 <http://www.sexologiaenincissex.com/contenidos/kiosko/articulos-de-sexologia/2/el-sexo-la-sexuacion-y-la-sexualidad/>

6 <http://www.federacion-matronas.org/revista/matronas-profesion/sumarios/i/7630/173/aplicacion-del-modelo-precede-en-la-prevencion-del-vih-dida>

/ heterosexual.

**2. La sexualidad** es la manera en que cada persona tiene de vivir “el hecho de ser sexuado”. Es una categoría subjetiva y no hace referencia exclusivamente a planteamientos anatomofisiológicos. La referencia más clara de la sexualidad son “las vivencias” lo que cada cual se siente en su intimidad. Es la manera propia de verse, sentirse y vivirse como ser sexuado, como uno de los dos sexos. El terreno de la sexualidad es el de lo peculiar, el terreno de las sexualidades. Entonces desde una intervención educativa se tratará de que cada persona se conozca y se acepte como es y lo que es. La vivencia del hecho de ser sexuados como hombre o como mujer podrá ser sentida en su matiz homosexual o heterosexual.

**3. La erótica** se refiere a la forma concreta de expresar lo anterior, lo que somos y lo que vivimos, que tiene múltiples formas en su forma de expresarse, que es personal y particular. Para el desarrollo de la erótica entran en juego muchos factores, pero también los propios valores y creencias, la forma de pensar y de entender las relaciones sexuales y las relaciones de pareja, los sentimientos y la importancia que se den a los mismos, así como todos los demás aspectos que se puedan considerar importantes. De todo esto, así como de otras influencias, acabará surgiendo un tipo de erótica propia.

**4.** La importancia de abordar otros planos de individuación como podría ser el **arsamandi**, es decir, “los modus operandi” o la importancia de trabajo dentro del marco de las conductas y de la relación de pareja. Las formas de expresión tienen dos vías y las dos han de ser objeto de atención. Una son los deseos y otra los gestos. También son expresiones de la erótica las caricias, el abrazarse, el coger de la mano...del mismo modo que los son el coito vaginal o el resto de penetraciones. Además, también están las fantasías, que por supuesto forman parte de la erótica. Desde este modelo sexológico se pretenden integrar aquellos aspectos que consideramos relevantes para abordar temas relacionados con la educación sexual y la prevención del VIH.

Esta propuesta de trabajo no pretende fragmentar los planos de individuación y socialización en compartimentos estancos, sino más bien ser un modelo operativo en el que cada una de las variables a tener en cuenta están interrelacionadas, pero que por motivos operativos a la hora de trabajar nos es más fácil “distinguir” destacando aquellos aspectos que sí tienen que ver más con un plano de individuación que con otro.

El objetivo último es plantear un marco de trabajo desde el cual enfocar un programa de educación sexual integral y contribuir en el acompañamiento en el proceso educativo de “construir” personas capaces de gestionar su propio bienestar.

En educación sexual se trata de ayudar a buscar respuestas más que encontrarlas o dar las respuestas. Estimular la reflexión para motivar a seguir aprendiendo, y favorecer que surjan las preguntas de cada uno y puedan ir resolviéndolas. Se trata sobre todo de sembrar inquietudes. Cada chico y chica han de convertirse en una fuente de aprendizaje, que aprenda a aprender, que sepa escuchar a los otros y que vaya construyendo sus propios aprendizajes.

En educación sexual es importante abrir puertas para abordar y reflexionar en grupo o de forma individual sobre las creencias, las expectativas de cada persona en torno a aspectos relacionados con la sexualidad. Los procedimientos y las técnicas tienen sentido como apoyo o medio para realizar esa labor educativa.

Es importante tener en cuenta el papel que a las y los educadores les corresponde jugar en el ámbito del acogimiento residencial. Las intervenciones educativas son un fin en sí mismo,

pero también un medio, y una forma de tratar de implicar a otros agentes educativos dentro del desarrollo del programa: padres y madres, familias, profesorado.

Es importante saber dónde derivar y conocer los recursos de la zona. Siempre que sea posible se trata de colaborar con los que son partícipes del proceso educativo. Es importante adaptarse a las necesidades de la personas y a la realidad del contexto. Teniendo en cuenta los otros contextos en los que los chicos y chicas viven para sumar fuerzas y no para competir o descalificar.

La educación sexual pretende que las personas se conozcan, se acepten y expresen su erótica de modo que sean felices y en este marco se pretende que cada persona tenga en cuenta sus deseos, se sienta capaz de plantearlos, de disfrutar de sus relaciones sin presión ni violencia y esta es la base para evitar prácticas de riesgo para la transmisión de ITS y del VIH.

Se trabaja la prevención como consecuencia de una erótica vivida desde los propios deseos y desde ahí no se desean enfermedades. Una prevención efectiva consiste en conseguir que las personas realicen conductas sexuales seguras, y para esto no basta con dar información.

Es patente que solamente la información sobre los virus, la epidemia y las vías de transmisión no modifican comportamientos de riesgo. Es importante trabajar los conocimientos, actitudes hacia la sexualidad, el uso de preservativo, roles de hombres y mujeres, y la prevención de enfermedades y de embarazos no deseados.

## **4.2 Variables que pueden influir en la prevención**

### **1. Habilidades de comunicación-negociación**

Otras de las variables que influyen en la práctica de relaciones sexuales de riesgo son las dificultades para hablar en las parejas sobre la necesidad de prevención. Cuando se mantienen conversaciones sobre que métodos de prevención se van a utilizar es más probable que se lleven a cabo prácticas seguras.

Son necesarias habilidades de comunicación para negociar cómo y bajo qué circunstancias la actividad sexual será llevada a cabo. Por eso será importante el trabajo de habilidades como la “negociación”, la “asertividad”, “aprender a decir no”, así como tener en cuenta los aspectos relacionados con sus deseos y con su cuerpo.

### **2. Habilidades personales**

En ocasiones, el que no se use preservativo se debe a que carecen de habilidades para utilizarlo. Sentir vergüenza al hacer una parada en la relación para colocarlo, no saber utilizarlo correctamente o tener vergüenza de pedirlo son algunos de los impedimentos que pueden aparecer.

Será importante, entonces, explorar los deseos, miedos y dudas que puedan darse a la hora

de obtenerlos y utilizarlo en las relaciones sexuales y favorecer que pensar propuestas para abordar estas situaciones de forma segura.

### 3. Autoestima

Las dificultades relacionadas con la aceptación personal pueden repercutir en la relación y en cómo hacer valer sus derechos. Por el contrario las personas que se aceptan a sí mismas, con sus capacidades y sus limitaciones, respetan sus propios derechos personales y son capaces de afrontar y resolver con seguridad los retos y las responsabilidades, en este caso, se sentirán seguras a la hora de mantener prácticas sexuales, proponiéndolas de manera adecuada.

Será importante, tener en cuenta la autoestima y favorecerla entre las personas para que se sientan mejor consigo mismas y vivan sus relaciones de manera satisfactoria.

### 4. Erotización de uso del preservativo

Por sí mismo el preservativo es difícil de erotizar, ya que está asociado a embarazos no deseados y a prevención de infecciones de transmisión sexual y por lo tanto es vivido como algo externo que se introduce de manera forzada en la relación y no como una elección que resulte divertida y placentera.

En muchas relaciones se ve incompatible el usar el preservativo con disfrutar de la relación ,se ve el preservativo como algo con lo que no se disfruta igual porque es incómodo, quita el placer y reduce la sensibilidad.

Por estos motivos, es importante trabajar la erotización del preservativo, y que puedan incluir el preservativo teniendo en cuenta que la capacidad de sentir placer no sólo depende del tipo de relación sexual, sino de cómo se viva y que las prácticas sexuales seguras pueden ser alternativas, placenteras, agradables y positivas.

### 5. Percepción del riesgo

Aspectos que influyen en la percepción de riesgo: creencias sobre que la transmisión del VIH no depende de lo que uno mismo haga sino de otros factores externos (otras personas, la suerte, el destino), las experiencias de riesgo previas sin consecuencias negativas y el hecho de que estas se produzcan a largo plazo en caso de que se den.

Algunas claves para la intervención estarán relacionadas con los conocimientos sobre los riesgos y la eficacia de los métodos preventivos, la reflexión sobre de las consecuencias negativas a largo plazo y las consecuencias positivas de las conductas más saludables.

## 6. El tipo de pareja

El tipo de pareja es un factor que influye a la hora de la puesta en práctica de medidas de prevención. Cuando perciben a la pareja con la que mantienen contactos sexuales como estable, el uso del preservativo desciende. La estabilidad de la pareja ofrece una falsa sensación de protección frente a las ITS, aun cuando las parejas tengan pocas semanas o meses de relación y no se conozca su situación de salud.

## 7. Roles de género

Los roles de género, la manera en que se espera que nos comportemos por el hecho de ser varones o mujeres influye en la forma de relacionarse entre los sexos. La actitud pasiva que se espera de las mujeres obstaculiza la expresión de sus deseos y necesidades sexuales, así como el poder de decisión de cómo, cuándo y con quién tener relaciones sexuales, creando una situación que dificulta la negociación de prácticas seguras. En los varones la presión de grupo y los roles asociados a la masculinidad pueden influir tanto en el inicio de las relaciones sexuales, en su frecuencia y en las medidas de protección a tomar. A veces no usan el preservativo porque complica la relación sexual y si no saben manejarlo rápida y eficazmente puede que se les perciba como poco experimentados, que se contraponen al concepto sobre la masculinidad.

Es necesario educar a los hombres y las mujeres en valores de igualdad y respeto, analizando los roles sexuales tradicionales, cuestionando las normas y principios asociados a estos roles respecto a la sexualidad y favoreciendo una adecuada comunicación y negociación de la actividad sexual entre varones y mujeres.

## 8. Influencia del grupo de iguales

Los y las jóvenes para ser aceptados por su grupo de iguales, pueden iniciar o realizar una actividad sexual sólo porque los otros lo hacen. Además la información que transmite el grupo se considera la más certera e influye en que se actúe como lo hace la mayoría.

## Dimensiones de la sexualidad

**Dimensión relacional:** todo lo que la sexualidad posee de interacción, de comunicación, de encuentro, de expresión de afecto, sentimientos y emociones.

**Dimensión recreativa:** lo que la sexualidad tiene de gratificante, de placentero, de fantasioso, de ilusión, etc.

**Dimensión reproductiva:** aspectos de la procreación, la dimensión de ser padres y madres.



DIMENSIONES DE LA SEXUALIDAD HUMANA					
	SEXO	SEXUALIDAD	ERÓTICA	ARS AMANDI	PAREJA
	<i>Se es...</i>	<i>Se siente...</i>	<i>Se desea...</i>	<i>Se hace...</i>	<i>Se tiene...</i>
<b>De qué hablamos...</b>	Soy chico, soy chica. Proceso de construcción en hombres y mujeres	Vivencias/sensaciones/sentimientos asociados al hecho de ser hombres/mujeres	Fantasia, imaginario... forma de expresión de nuestras vivencias	Los modus operandi, ¿cómo montárselo?	Predisposición hacia la vida en pareja
<b>Aspectos a trabajar</b>	<b>Procesos de sexuación: Físicos-sociales</b>	<b>Las actitudes</b>	<b>Deseos, expectativas</b>	<b>La conducta</b>	<b>La relación de pareja</b>
	Evolutiva (cambios físicos y "psicológicos")	¿Cuál es su/nuestra visión de la sexualidad?	Educación sentimental y erótica	Habilidades personales	Expectativas, mitos, falsas creencias,...
	Proceso de construcción en personas sexuadas	Falsas creencias entorno a nuestra visión de la sexualidad	Ideales románticos		
	Etapas de desarrollo: identificación, constancia,...	Los valores y creencias: norma social y del grupo.	Hacerse entender: comunicación verbal/no verbal		
	Construcción social del género	Autoestima y auto-concepto (valoración personal)	Habilidades de negociación		
		Percepción de riesgo	Orientación del deseo	Intención de conducta	La primera vez
				Habilidades en el manejo del preservativo	Concepción Y anticoncepción
					Prácticas seguras: END, ITS
<b>ASPECTOS PREVIOS (transversales)</b>					
Manejo De información y conocimientos: HSH, procesos de sexuación, anatomía y fisiología, evolutiva, concepción y anticoncepción, ITS,...					
<b>ASPECTOS EN PROCESO DE INTERACCIÓN CON EL SUJETO SEXUADO (transversales)</b>					
El grupo de iguales .Las relaciones interpersonales: familia, educadores, amigos,...					
Accesibilidad, existencia y disponibilidad de instrumentos y recursos.					

**MODOS:  
HOMBRE /  
MUJER**

**MATICES:  
HOMO-  
SEXUAL /  
HETERO-  
SEXUAL**

**PECULIARI-  
DADES**

## 5. Sexual en la infancia, adolescencia y juventud

### 5.1 Nacimiento y vinculación

Cada momento de la vida, tanto por el proceso evolutivo de las personas como por las circunstancias externas que rodean a cada individuo, tiene una expresión distinta en cuanto al ámbito de la sexualidad. Esto es así desde el nacimiento.

*En los primeros momentos y meses de la vida de una persona la realidad de su existencia la componen aspectos puramente sensoriales.* La única realidad que un bebé percibe es la resultante del cúmulo de sensaciones que experimenta. Si retomáramos una postura adulta ante esto, podríamos considerar que la vida, en los primeros meses, es pura sexualidad. Esto probablemente sea cierto aunque debamos aclarar que se trata de realidades y experiencias distintas de lo que podemos considerar la sexualidad adulta.

Los y las bebés, algo que resulta fácilmente observable, reaccionan y experimentan a través de sus órganos sensoriales. Además de emitir conductas destinadas a cubrir sus necesidades básicas, el mundo es un cúmulo de experimentación y percepción de sensaciones provenientes de los cinco sentidos.

*Podemos favorecer el desarrollo de los y las bebés aportando estímulos que fomenten sus necesidades primordiales.* Puede ser interesante destacar que abrazándolos, jugando con ellos, no sólo estimularemos un crecimiento apropiado con respecto a su sexualidad, si no que favoreceremos su desarrollo integral en esta etapa.

Otra cuestión influyente en la caracterización de la sexualidad de los niños y niñas que puede tener consecuencias posteriores es la desnudez. A través de la información que transmitamos sobre esta cuestión ellos elaborarán ideas sobre la desnudez propiamente dicha, sobre sus cuerpos y también sobre sí mismos. Se trata de una comunicación que se realiza tanto por palabras como por hechos y actitudes.



Además de la estimulación física y de la valoración del cuerpo *es importante que durante los primeros años de vida el bebé desarrolle una sensación de confianza*. Esto quiere decir que el bebé perciba de los adultos y del entorno que le rodea mensajes de calma y de continuidad. De esta manera se percibirá de una manera positiva y sosegada y entenderá que el mundo que le rodea es coherente y predecible.

*La confianza redundará ya en estos momentos en la autoestima* que el niño y la niña irán desarrollando posteriormente y en la capacidad de estos para confiar y aproximarse emocionalmente a los demás.

La confianza se adquiere fundamentalmente a través de los padres y madres , quienes la pueden enseñar a base de coherencia de sus acciones y actitudes y perseverancia en sus planteamientos, haciendo que el bebé sea capaz de empezar a predecir los acontecimientos más cotidianos.

## 5.2 Los Primeros Años

*Sobre los tres años los niños y las niñas comienzan a establecer distinciones en función del sexo de las personas*. Cuando empiezan a percatarse de que pertenecen a un sexo determinado aprenden también cuál es la conducta “apropiada” para cada género o rol sexual.

*Es fundamental que cada persona posea características propias, tanto “masculinas” como “femeninas”*. Esto es algo que ya a estas edades estamos enseñando tanto en casa como en la escuela o a través de los medios de comunicación. Son momentos en los que la necesidad de definición de los niños y niñas hace importantísimo que adoptemos ante esta cuestión una postura clara y meditada. Por ejemplo, los hombres deben poder permitirse la posibilidad de ser sensibles, ocuparse de la crianza de los hijos, mostrar ternura, etc.. Por otro lado, las mujeres deben tener la oportunidad de ser enérgicas, independientes y con capacidad de tomar iniciativas.

*Cuando aparece el lenguaje comienzan a pedirse las primeras explicaciones sobre el mundo*. Esto es igualmente cierto ante la sexualidad. En estos momentos ya resulta importante comenzar a hablar clara y positivamente sobre este tema, aunque esto no tenga que implicar que demos unas explicaciones pormenorizadas cuando no es eso lo que se nos está pidiendo. A estas edades las demandas de información provienen fundamentalmente del ámbito de la reproducción. De dónde vienen los niños y las niñas y cuáles son sus diferencias por sexo son las cuestiones más solicitadas.



Sin embargo no existen preguntas buenas ni malas y lo mismo ocurre con el tipo y la profundidad de las respuestas. Una norma válida para percibir el grado de detalle de las preguntas y que es aplicable a los siguientes momentos evolutivos, consiste en explorar la curiosidad de estos después de nuestra explicación. Observar si disminuye su atención o preguntar si están satisfechos con ella son conductas que nos darán información sobre sus expectativas. No debemos tener cuidado en excedernos en nuestras respuestas, ellos sólo atenderán a las cuestiones que les resulten de interés.

Por último, para entender la sexualidad en esta etapa es necesario que nos detengamos mínimamente en el desarrollo del *autoerotismo*. Con este término se designan a las acciones encaminadas a obtener placer en solitario. En estas edades los niños y las niñas muestran interés por su cuerpo, su exploración y su estimulación. Para ellos estas actividades constituyen una forma de descubrir otro aspecto del mundo al que cada vez se asoman de forma más intrépida.

A través de la *autoestimulación*, además de obtener sensaciones placenteras, el niño y la niña aprenderán aspectos de su cuerpo y, si ese aprendizaje corporal y del placer es exitoso, estarán más capacitados para disfrutar de una forma más completa de sus relaciones con otras personas en la edad adulta.

Durante toda la vida, la persona que aprendió durante su infancia que estas actividades son reprobables y dañinas, conservará la impresión de que obtener sensaciones placenteras por estímulo del cuerpo es algo sucio, indebido y repugnante. Esta actitud, con toda seguridad, será una traba para disfrutar siempre de su sexualidad.

## 5.3 Entre los 6 y 10 años

En estas edades persisten algunas de las cuestiones que hemos tratado en los apartados anteriores. Esto no podía ser menos ya que siempre que dividimos el desarrollo de las personas en etapas o años tiene fisuras. Es algo que se desarrolla en un continuo, que por naturaleza es siempre distinto y peculiar para cada persona.

Cerca de los seis años y a lo largo de todo el proceso de escolaridad comienzan a aparecer las primeras manifestaciones de juegos sexuales. Se trata de conductas espontáneas de los niños y las niñas que reproducen entre sus iguales situaciones que observan y detectan en

los adultos. En estos momentos, la experimentación de la sexualidad continúa y se recubre de nuevos ingredientes. El coqueteo, los besos a escondidas y las exploraciones mutuas son actividades frecuentes en estas edades.

Como equipo de profesionales se pueden adoptar distintas posiciones ante estos hechos. Sea cual sea la postura se debe evitar siempre transmitir mensajes que muestren la sexualidad como algo rechazable o repugnante. Podemos plantear nuestras objeciones de una forma razonada y delicada, prestando atención a cuáles son sus sentimientos.

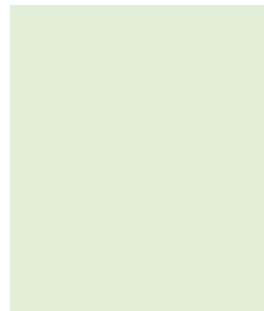
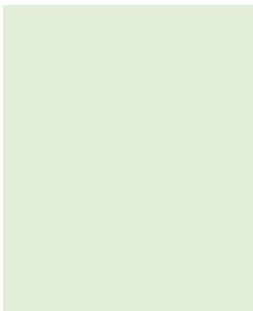
Otro aspecto vinculado con la sexualidad que *podemos fomentar de forma saludable es la experimentación de sensaciones corporales agradables*. Disfrutar un paseo por la playa descalzos, sentir la textura de la hierba o de los objetos, detenernos en la experimentación de los olores, son actividades que potencian el aprendizaje sensorial, algo muy importante para el disfrute de la sexualidad. Otro aprendizaje fundamental en estas edades es valorar las actividades que se realizan tanto por el resultado como por su proceso de realización.

Probablemente una de las cuestiones que a lo largo del desarrollo humano puede facilitar más un crecimiento sexual sano es la existencia de canales fluidos de comunicación entre padres y madres y sus hijos e hijas. Cuanto mayor sea el grado de libertad que presida la comunicación en estos temas, mayor será el grado de influencia que podremos ejercer.

Además, los niños y niñas recibirán información precisa y exacta y no serán presa de los fantasmas y mitos sexuales que circulan habitualmente entre su grupo de amigos. A todo esto se le suma que una comunicación abierta permite que estos desarrollen un mayor grado de responsabilidad ante su sexualidad.

Una buena forma de generar información pasa por contestar a las demandas que los menores nos formulen. En algunos casos puede ocurrir que no se nos dirijan preguntas. Es posible que en estos casos debamos tomar nosotros la iniciativa y sondear sus posibles inquietudes.

Antes de los diez años los niños y las niñas deberían conocer las cuestiones relacionadas con los órganos sexuales, la relación entre el coito y la reproducción y los cambios físicos a los que sus cuerpos se verán sometidos en la pubertad.



Es importantísimo que los niños y las niñas entren en la pubertad con unos conocimientos y actitudes positivos hacia los cambios que les sucederán para que puedan valorar correctamente la experiencia y en ningún caso esta pueda resultarles frustrante. También resulta relevante que el acceso a la pubertad vaya acompañado de un conocimiento claro y positivo de la sexualidad.

## 5.4 La pubertad

A medida que las personas se acercan a la pubertad, sus vivencias y sus experiencias pasan a ser en alto grado condicionadas por las intensas y nuevas situaciones que este período desencadena. Cambios fisiológicos profundos como la aparición de caracteres sexuales secundarios, la aceleración del crecimiento emocional y físico, la capacidad de reproducción, los cambios en la relación que las personas comienzan a establecer con personas de otro sexo, la búsqueda de independencia y el desarrollo de principios personales son cuestiones que intervienen en estos momentos del desarrollo.

Los cambios de la pubertad no aparecen de repente ni en un solo momento, sino que se desencadenan gradualmente y en distintas edades según las personas. La pubertad comienza en las niñas, entre los nueve y los doce años y concluye entre los once y los catorce. Los niños comienzan a realizar estos cambios entre los diez y los doce y el proceso llega hasta los quince y dieciséis años.

Los niños y niñas que han sido preparados para hacer frente a esta etapa, se adaptan a los cambios con mayor facilidad que aquellos que no han recibido ningún tipo de preparación. Los que de antemano saben qué les espera acogen mejor los cambios y tienen la seguridad que estos tendrán resultados positivos. En el inicio de esta etapa puede resultar interesante revisar las concepciones y actitudes hacia la sexualidad repasando aspectos tratados en momentos anteriores.

La comunicación no debería centrarse solamente en abordar los aspectos básicos de la sexualidad y la reproducción. Es el momento de ahondar en los condicionantes sociales, religiosos y culturales de la sexualidad individual.

Esta etapa del desarrollo hace en ocasiones necesario un trato diferencial en función del sexo de los niños y las niñas. Esto no quiere decir más que el énfasis y las incertidumbres serán distintos en los chicos y en las chicas.

En las niñas, los cambios físicos de la etapa implican la aparición de las curvas corporales que indican la aproximación a la adultez física, la aparición de vello y el desarrollo de los pechos. Uno de los mayores cambios será el de la aparición de la menarquía.

Dado que los tiempos del desarrollo físico son específicos en cada persona, es importante que a las niñas y niños les hagamos comprender lo peculiar del desarrollo propio, permitiendo la aceptación de las características individuales como algo que se resiste a las comparaciones.

Es frecuente encontrar en prepúberes una honda preocupación por sus características físicas. Aunque esta actitud es parte del proceso de evolución, en algunas ocasiones se convierte en una obsesión. Existen unos modelos sociales que tienden a marcar cánones allí donde la única medida posible es lo personal.

Poco después del inicio de la pubertad aparece la primera menstruación. Si se ha hablado anteriormente y con naturalidad de esta cuestión, será fácil revisar las posibles dudas y temores de las niñas ante la menstruación. Generalmente pueden aparecer dudas sobre si se trata de una experiencia invalidante.

En los chavales la pubertad se alcanza más tarde y con más lentitud que en las chicas. Además no se producen signos tan perceptibles como en ellas.

Las manifestaciones físicas comienzan con el agrandamiento del pene y los testículos, después aparece el vello en diversas partes del cuerpo. La voz cambia cerca de los quince años y el vello sigue apareciendo en la cara y en el pecho hasta pasada esta edad. Todos estos cambios inquietan a los chicos de la misma manera que las chicas se ven sorprendidas por los suyos.

Son frecuentes las exploraciones colectivas entre iguales y las comparaciones suelen llevar aparejadas críticas que tienden a confundir aspectos físicos con otros elementos como la virilidad o la masculinidad.

Corre por nuestra cuenta desmitificar fantasías sobre los tamaños y los tiempos de aparición de los cambios. Estas cuestiones a veces se convierten en conflictos que acompañan a las personas durante muchísimos años.

Durante la pubertad comienzan a fantasear y ésta es una cuestión que afecta al desarrollo sexual. Las fantasías sexuales son una herramienta que prepara a las personas para el sexo, ayudan a conocer la sexualidad personal y a descubrir la intimidad. Además las fantasías sexuales permiten que las personas desarrollen su sexualidad sin tener que recurrir a la práctica antes de que se esté mínimamente preparado para ello.



Al hablar sobre las fantasías sexuales, se les restará cualquier mínimo elemento de culpa y enfatizando su papel positivo en el desarrollo de la sexualidad. Por otro lado es conveniente tener presente que las fantasías sexuales son patrimonio exclusivo de quien las desarrolla dejando bien claro su carácter íntimo.

Otra cuestión pareja a la pubertad es la masturbación, de una manera distinta a como se presentaba en los períodos anteriores. En estos momentos, la principal variación de la autoestimulación es que a través de ella se pueden alcanzar orgasmos. El organismo puede desarrollar la respuesta sexual humana en toda su extensión.

Es recomendable que estos temas sean tratados abiertamente. Cuando no se habla de un tema siempre emitimos el mensaje de que dicha cuestión es tabú y se valora negativamente.

La masturbación es un instrumento importante de autoconocimiento y de exploración de la sexualidad individual.. Es interesante abordar este tema entre los nueve y los doce años, dejándoles claro que se trata de un medio para conocer el cuerpo y las sensaciones físicas placenteras.

Otros aspectos de índole social incidirán tanto en el desarrollo personal del preadolescente como estrictamente en su desarrollo sexual. Aprender a relacionarse socialmente, saber poner

límites a los demás y ser capaz de expresar adecuadamente sus emociones, son cuestiones que repercutirán en todos los ámbitos del crecimiento personal y de una forma relevante también en el sexual.

## 5.5 La adolescencia

El y la adolescente emerge del mundo infantil y emplea sus energías en perseguir una identidad y unas características propias. Es un proceso en el que se reclama insistentemente una mayor independencia y cuando se debe aceptar un mayor grado de responsabilidad.

En este marco las relaciones familiares se vuelven ambivalentes. En determinados momentos en la adolescencia busca un gran distanciamiento y autonomía, en otras ocasiones se pretende volver al cobijo de la familia. Todo esto de forma intermitente y a veces pidiendo a la vez autonomía y protección.

Resulta esencial disponer de espacios donde sea posible abordar los distintos momentos y situaciones que marcan el mundo del adolescente y donde además nosotros como adultos podamos expresar nuestros puntos de vista y nuestras preocupaciones.

Es frecuente que ante los y las adolescentes las únicas comunicaciones existentes versen sobre el desacuerdo de adultos ante su conducta. Esto suele generar círculos viciosos donde las persona adultas piden disciplina; en la adolescencia se responde con la insumisión; y las personas adultas solicitan aún más disciplina.

Las restricciones y las responsabilidades impuestas a adolescentes deben modificarse a medida que pasan los años. No debemos olvidar que se trata de un período de continuo crecimiento hacia la madurez personal.

Cuando se consigue que existan canales de comunicación amplios y sinceros, además de incidir en un desarrollo armónico de los y las adolescentes, estaremos enseñando a expresar a los demás sentimientos.

Se trata de un variable fundamental en toda relación íntima. Así estaremos ejercitando una capacidad que redundará en la calidad de la vida emocional y sexual de nuestros los y las menores.

También podremos exponer nuestras posiciones ante la sexualidad de una forma que sean escuchadas y tenidas en cuenta. De esta manera podremos discutir con ellos la relevancia de realizar el acto sexual, la importancia de la calidad de la relación con otra persona, la necesidad de que exista confianza mutua en la pareja, el uso de los anticonceptivos, etc. Con todo esto conseguiremos que se adentren con las mejores capacidades en la exploración adulta del mundo de la sexualidad.



## 6. Educación sexual

### 6.1 Temas a trabajar y objetivos

Siguiendo el modelo de trabajo propuesto en educación sexual que trabaja sobre las dimensiones de la sexualidad humana y las diferentes variables, presentamos los aspectos a trabajar, objetivos y algunas actividades a modo de ejemplo en cada una de ellas para llevar a cabo un programa de educación sexual con menores.

#### SEXUACIÓN

##### DESARROLLO EVOLUTIVO

<b>TEMAS A TRABAJAR</b>	<i>Cambios corporales y fisiológicos en las diferentes etapas: el cuerpo, los genitales, el aparato reproductor, las poluciones nocturnas, la eyaculación, la menarquía</i>
<b>OBJETIVOS</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Facilitar la adquisición de conocimientos acerca del desarrollo evolutivo y los cambios que corresponden a su proceso madurativo respondiendo a las dudas que se le planteen de una forma natural evitando la penalización de conductas eróticas</li> <li>2. Facilitar el conocimiento de los cambios físicos, psicológicos y sociales acaecidos en la adolescencia</li> <li>3. Facilitar la adquisición de conocimientos en torno a la fisiología del cuerpo humano, así como comportamientos de riesgo asociados a su sexualidad propiciando el desarrollo de habilidades de afrontamiento ante situaciones que pueden implicar algún tipo de riesgo</li> <li>4. Abordar la adolescencia como una etapa del desarrollo vital y los cambios que en ella ocurren</li> </ol>

##### IDENTIDAD SEXUAL

<b>TEMAS A TRABAJAR</b>	<i>“Soy chico/ soy chica”, ¿Cómo se identifica como chico o como chica? Dificultades, confusiones.... Aspectos a tener en cuenta: la edad, la constancia y estabilidad de su identidad.</i>
<b>OBJETIVOS</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Favorecer la consolidación una identidad sexual libre de elementos discriminatorios, desarrollando hábitos, actitudes y conductas saludables hacia la sexualidad</li> <li>2. Informar, preparar y ayudar a entender los cambios que van a ocurrir en la adolescencia y que vendrán a consolidar la confirmación de su identidad sexual como hombre o como mujer</li> </ol>

### CONSTRUCCION SOCIAL DEL GÉNERO

<b>TEMAS A TRABAJAR</b>	<i>¿Qué se espera de un chico/a?, ¿Cómo son las chicas y los chicos?, ¿Qué hacen los chicos/as que conozco?, ¿Qué deben y no debe hacer un chico o una chica?, ¿Qué opina el grupo de este tema?.</i>
<b>OBJETIVOS</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Educar en una mayor flexibilidad en función de los roles masculinos y femeninos desde una orientación coeducativa</li> <li>2. Propiciar una mayor flexibilidad en los roles sexuales, y los papeles asociados a uno y otro sexo</li> <li>3. Fomentar valores en los que la relación entre las personas estén basadas en la igualdad, el respeto y la responsabilidad.</li> </ol>



## SEXUALIDAD

### ACTITUDES

<b>TEMAS A TRABAJAR</b>	<i>Concepto de sexualidad, actitudes de empatía y respeto hacia los demás, ¿cómo son sus actitudes respecto al tema de la sexualidad?, ¿qué opinan sobre algunas cuestiones?: (que los adolescentes tengan relaciones sexuales, la masturbación, la pareja, la homosexualidad, el uso de métodos anticonceptivos,...)</i>
<b>OBJETIVOS</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Crear una actitud positiva hacia la sexualidad, entendiendo ésta como forma de comunicación y fuente de salud, placer, afectividad y, cuando se desea de reproducción</li> <li>2. Dar una visión más amplia de la sexualidad y menos genitalizada.</li> <li>3. Reflexionar acerca de diversos mitos y falsas creencias relacionadas con la sexualidad</li> </ol>

**AUTOESTIMA Y AUTOCONOCIMIENTO**

<p><b>TEMAS A TRABAJAR</b></p>	<p><b>Autoconcepto:</b> <i>¿qué digo de mí mismo/a?, ¿que pienso que dicen los demás de mí?</i></p> <p><b>Autoestima:</b> <i>¿cuál es la valoración que hago de mí mismo?, ¿Qué es lo que me gusta de mí?, ¿qué cualidades, potencialidades...reconozco en mí?, ¿qué siento hacia mí mismo/a?, ¿que pienso que sienten los demás por mí?</i></p>
<p><b>OBJETIVOS</b></p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Trabajar sobre el reconocimiento de aspectos positivos acerca de uno mismo</li> <li>2. Desarrollar una autoestima y autoconcepto positivos, y hábitos, actitudes y conductas saludables hacia la sexualidad.</li> <li>3. Fomentar un autoconcepto e imagen corporal ajustada a su realidad y libre de estereotipos y modelos de belleza potenciando los valores personales desde lo individual</li> </ol>



### HOMOSEXUALIDAD/HETEROSEXUALIDAD

<b>TEMAS A TRABAJAR:</b>	<i>¿Saben a qué nos referimos con las palabras heterosexual y homosexual?, ¿Qué opinan de este tema?, ¿cómo viven su orientación sexual?</i>
<b>OBJETIVOS</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Visibilizar las diferentes orientaciones del deseo: homosexual y heterosexual</li> <li>2. Facilitar la creación de un clima de respeto hacia las diferentes orientaciones sexuales de manera que cada uno pueda sentirse libre de expresarse tal y como desee y como se sienta.</li> </ol>

### MITOS Y FALSAS CREENCIAS

<b>TEMAS A TRABAJAR</b>	<i>Mitos, estereotipos y falsas creencias sobre la sexualidad</i>
<b>OBJETIVOS</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Reflexionar acerca de diversos mitos y falsas creencias relacionadas con la sexualidad de los y las jóvenes.</li> <li>2. Facilitar el desarrollo de una capacidad crítica que les permita a los chicos desarrollar una sexualidad libre de estereotipos y falsas creencias.</li> </ol>

### NORMA SOCIAL Y PRESION DE GRUPO

<b>TEMAS A TRABAJAR</b>	<i>¿Cómo actúa la presión de grupo en estos temas? ¿Qué piensa el grupo?, ¿cuál es la norma social?</i>
<b>OBJETIVOS</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Fomentar valores en la relación entre las personas basadas en el respeto, la tolerancia y la responsabilidad</li> <li>2. Propiciar la relación de confianza con el niño y niña para que pueda solicitar ayuda cuando lo necesita</li> <li>3. Fomentar habilidades de comunicación</li> <li>4. Trabajar con el grupo de iguales y analizar la influencia que este ejerce como referente en el que cada persona buscará sentirse integrada y aceptada facilitando el establecimiento de procesos de comunicación que le permitan ser asertivo y expresar sus deseos</li> <li>5. Favorecer el diálogo y la comunicación sobre temas relacionados con la sexualidad en el grupo de iguales, la familia, la escuela y el centro.</li> <li>6. Desarrollar un vocabulario preciso y no discriminatorio en relación a la sexualidad</li> </ol>

### PERCEPCION DE RIESGO

<b>TEMAS A TRABAJAR</b>	<i>Percepción de riesgo para embarazo, ITS/VIH y de situaciones de violencia.</i>
<b>OBJETIVOS</b>	<p>Garantizar el acceso a la información sobre recursos que le permitan vivir una sexualidad libre de riesgos</p> <p>Reconocer situaciones de riesgo asociadas a determinadas prácticas</p> <p>Desarrollar y aplicar estrategias personales y colectivas, así como pautas de actuación en el análisis y resolución de problemas que se les presenten en su vida sexual.</p>



## ERÓTICA

<b>TEMAS A TRABAJAR</b>	<i>La erótica es la vivencia y expresión peculiar y particular de la sexualidad. La erótica es el universo de lo que habitualmente decimos "sexual". Esto es el universo de los gestos, de las conductas, de los deseos, de las fantasías y los sentimientos.</i>
<b>OBJETIVOS</b>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Tomar conciencia de sus propios deseos y necesidades afectivas y sexuales, en un ambiente de diálogo, libre de tabúes y miedos, respetando el deseo y las particularidades sexuales de las demás personas.</li><li>2. Favorecer la expresión de deseos, sentimientos de los y las adolescentes</li><li>3. Desarrollar conciencia sensorial como fuente de placer y comunicación</li></ol>

## PAREJA

### IDEALES ROMANTICOS

<b>TEMAS A TRABAJAR</b>	<i>Las ideas y fantasías a cerca del amor, de la pareja,...Mitos y estereotipos acerca de las relaciones, falsas creencias, roles sexuales, expectativas.</i>
<b>OBJETIVOS</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Reflexionar sobre la idea de amor y lo que se espera del amor.</li> <li>2. Reflexionar sobre los conceptos de amor y sexualidad.</li> <li>3. Identificar las diferencias en chicos y chicas respecto a las expectativas sobre el amor y la pareja</li> <li>4. Trabajar sobre cuáles son sus ideales románticos desde un planteamiento crítico y de reflexión</li> </ol>

### HABILIDADES DE COMUNICACIÓN

<b>TEMAS A TRABAJAR</b>	<i>La comunicación con lo iguales, la negociación dentro del marco de la pareja, asertividad, empatía, la comunicación no verbal, la expresión de sentimientos.</i>
<b>OBJETIVOS</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Facilitar que los menores sean capaces de desarrollar sus habilidades sociales para hacer valer sus deseos y respetar los de los demás</li> <li>2. Fomentar la adquisición y el desarrollo de estrategias de comunicación que le faciliten la expresión y el reconocimiento de expresiones de afecto y emociones en cada etapa evolutiva</li> <li>3. Aplicar el repertorio de habilidades adquiridas adecuadas a la edad, para la negociación y establecimiento de acuerdos.</li> <li>4. Reconocer situaciones de abuso y aprender a decir NO</li> <li>5. Afrontar situaciones de presión del grupo o de la pareja.</li> </ol>



## AMATORIA

### INTENCION DE CONDUCTA

<b>TEMAS A TRABAJAR</b>	<i>La conducta, la predisposición a mantener un tipo de prácticas y u otras.</i>
<b>OBJETIVOS</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Reflexionar sobre conductas o maneras del hacer de las relaciones entre los sexos</li> <li>2. Trabajar aspectos relacionados con la seducción: formas de hacer, dificultades</li> <li>3. Plantear el coito como conducta de encuentro.</li> <li>4. Reconocer habilidades y dificultades que tienen para plantear conductas seguras en sus encuentros.</li> </ol>

### LA PRIMERA VEZ

<b>TEMAS A TRABAJAR</b>	<i>Expectativas acerca de la primera relación sexual, mitos y falsas creencias, métodos de prevención, habilidades de comunicación y negociación con la pareja, expresión de los deseos.</i>
<b>OBJETIVOS</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Favorecer la comunicación sobre las expectativas, dudas y miedos de chicos y chicas acerca de la “primera vez”.</li> <li>2. Reflexionar sobre las implicaciones de la primera vez en la propia biografía</li> <li>3. Afrontar presiones de los iguales o de la pareja respecto a la decisión de mantener relaciones sexuales.</li> </ol>



### CONCEPCION Y ANTICONCEPCION

<p><b>TEMAS A TRABAJAR</b></p>	<p><i>Uso y conocimiento acerca de métodos anticonceptivos: ¿qué conocen de ellos?, ¿cómo los usan?, ¿qué dificultades tienen?, ¿qué hacen si no lo tienen a mano?</i></p>
<p><b>OBJETIVOS</b></p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Reforzar la información y trabajar sobre los mitos relacionados con la anatomía, fisiología, la concepción y la anticoncepción.</li> <li>2. Proporcionar información básica sobre la anatomía y la fisiología de la reproducción y del placer.</li> <li>3. Conocer aspectos relacionados con la menstruación y eyaculación</li> <li>4. Informar sobre métodos anticonceptivos</li> <li>5. Explorar que dificultades tienen para utilizar los métodos anticonceptivos.</li> </ol>

**ES TU VIDA** **CONOCE TUS OPCIONES**  
 Busca y encuentra la mejor opción de planificación para tí **¡RECUERDA SIEMPRE CONSULTAR CON TU MÉDICO!**

<b>SUPER EFECTIVOS</b> 99%	 IMPLANTE 2-8 AÑOS	 SISTEMA INTRAUTERINO 3-8 AÑOS	 DISPOSITIVO INTRAUTERINO ESTERILIZACIÓN 5-10 AÑOS	 ESTERILIZACIÓN PERMANENTE	<b>MESES DE EMBARAZO POR CADA MUJER EN 1 AÑO</b>	
<b>ALTAMENTE EFECTIVOS</b> 91-94%	 Píldora CADA DÍA	 Parche CADA SEMANA	 Anillo vaginal CADA MES	 Inyección CADA 1 ó 3 MESES	<b>SEMANAS DE EMBARAZO POR CADA 100 MUJERES EN 1 AÑO</b>	
<b>MENOS EFECTIVOS</b> 72-82%	 Codo interrumpido SIEMPRE	 Capuchón cervical, diafragma y esponja vaginal SIEMPRE	 Método del ritmo CADA DÍA	 Espermicidas SIEMPRE	 Condón femenino y masculino PARA USO ÚNICO	<b>DE 10 A MÁS EMBARAZO POR CADA 100 MUJERES EN 1 AÑO</b>

FUENTE: WHO EN LA USAID. [www.who.int/mediacentre/factsheets/fs104/es](http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs104/es)



### INFECCIONES DE TRANSMISION SEXUAL

<b>TEMAS A TRABAJAR</b>	<i>Las infecciones de transmisión sexual, formas de prevención, prácticas de riesgo, la percepción de riesgo, vías de transmisión.</i>
<b>OBJETIVOS</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Informar sobre la transmisión de las Infecciones de Transmisión Sexual (ITS) y la prevención</li> <li>2. Trabajar sobre la percepción de riesgo personal y grupal</li> <li>3. Explorar que dificultades tienen para realizar prácticas seguras</li> <li>4. Proporciona información sobre recursos de asesoramiento y tratamiento de ITS</li> </ol>

### HABILIDADES EN EL MANEJO DEL PRESERVATIVO

<b>TEMAS A TRABAJAR</b>	<i>Uso de preservativo, prácticas de riesgo, erotización del preservativo, pasos a seguir, prácticas sin riesgo</i>
<b>OBJETIVOS</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Conocer lo que saben y las dificultades que tienen para usar el preservativo</li> <li>2. Trabajar sobre las dificultades que plantea el grupo a nivel de conocimientos, actitudes, habilidades de negociación, disponer de recursos.</li> <li>3. Identificar los pasos para usar correctamente un preservativo, las dificultades que pueden surgir y la forma de abordar estas dificultades</li> </ol>

### RELACIONES DE PAREJA. EXPECTATIVAS Y MITOS

<b>TEMAS A TRABAJAR</b>	<i>Expectativas acerca de la pareja, los ideales románticos, las relaciones poder, la comunicación, la expresión de los deseos, la afectividad como fuente de placer.</i>
<b>OBJETIVOS</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Trabajar sobre los conceptos de enamoramiento, amor y pareja</li> <li>2. Explorar que ideas previas y expectativas tienen sobre la pareja</li> <li>3. Abordar los mitos sobre la pareja y reflexionar sobre ellos.</li> </ol>

## 6.2 Educación sexual según etapas evolutivas

Teniendo en cuenta el modelo sexológico de educación sexual, la educación de las sexualidades y las características de cada etapa evolutiva planteamos una serie de objetivos específicos que se tienen su recorrido en las diferentes etapas evolutivas.

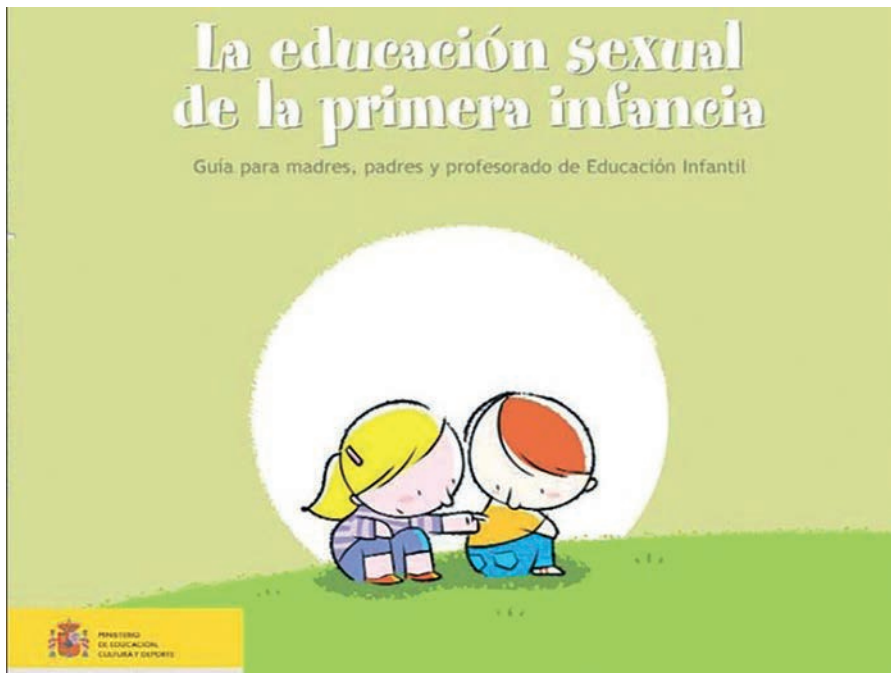
### 6.2.1 Objetivos. Menores de 0 a 3 años

- Fortalecer los vínculos de apego de los menores con sus figuras de referencia y/o familiares.
- Trabajar con profesionales de referencia y/o apego en los centros de menores que les permita una mayor estabilidad y seguridad.
- Promover la exploración de su entorno y de aquello que le rodea atendiendo a su expresión de emociones.
- Utilizar el juego como vía de comunicación a través del cual expresar sus deseos, afectos, emociones y sentimientos.
- Facilitar el conocimiento del cuerpo desde una imagen positiva.
- Facilitar la expresión de emociones y desarrollo de estrategias que permitan a los niños/as expresar aquello que desean y no desean haciendo peticiones de cambio y/o ayuda.

### 6.2.2 Objetivos. Menores de 3 a 6 años

- Favorecer la observación y exploración en su entorno desde una actitud de curiosidad y cuidado hacia el mismo.
- Utilizar el juego en sus diferentes formas: la música, el dibujo, la expresión corporal... como un elemento de expresión creativa de los sentimientos.
- Facilitar una relación de confianza en la que el niño y la niña muestre un nivel de autonomía y seguridad ajustado a sus posibilidades, sabiendo pedir ayuda cuando es necesario.
- Educar en una mayor flexibilidad de los roles masculinos y femeninos desde una orientación coeducativa.
- Responder a sus demandas intentando dar respuesta a su curiosidad sobre aspectos relacionados con su sexualidad.
- Favorecer las relaciones con su grupo de iguales como fuente socializadora donde establecer e interiorizar normas y pautas de interacción.
- Trabajar desde la pluralidad de las figuras de apego/referencia favoreciendo vínculos de confianza con los profesionales de acogimiento.
- Favorecer el conocimiento del propio cuerpo y las diferencias sexuales niño/ niña, desde el acompañamiento en el proceso de construcción de su identidad sexual.
- Favorecer la exploración adecuada de su entorno estableciendo los límites en los contextos públicos y privados desde la pauta marcada por la norma social.
- Ofrecer modelos de relación desde el respeto a los demás a través de la educación en valores.
- Identificar los diferentes tipos de modelos familiares propiciando espacios de encuentro donde puedan resolver sus dudas.

- Garantizar el acceso a información y los recursos adaptados a su edad y características personales.



### 6.2.3 Objetivos. Menores de 6 a 12 años

- Facilitar la adquisición de conocimientos básicos en torno al hecho sexual humano: aspectos biológicos, psicológicos y sociales.
- Promover una actitud positiva hacia la sexualidad, entendiendo esta como una forma de comunicación y fuente de salud, placer, afectividad y, cuando se desea, reproducción.
- Favorecer la consolidación de una identidad sexual libre de elementos de género discriminatorios flexibilizando los roles sexuales.
- Propiciar espacios de encuentro en su grupo de iguales facilitando la comunicación e identificación con uno u otro sexo.
- Facilitar el conocimiento de su propio cuerpo respondiendo a las dudas que se le planteen de una forma natural evitando la penalización de conductas eróticas.
- Propiciar el establecimiento del dialogo y la comunicación sobre temas relacionados

con la sexualidad en el grupo de iguales, la familia, la escuela y el centro

- Adquirir un vocabulario preciso y no discriminatorio en relación a la sexualidad
- Fomentar valores de relación basadas en la igualdad, el respeto y la responsabilidad.
- Responder a su curiosidad e introducir los conceptos básicos de fisiología y reproducción ajustados a su edad y nivel de comprensión.
- Facilitar el encuentro con su grupo de iguales, donde aprenderá a expresarse respetando las aportaciones e intereses de los demás.
- Fomentar estrategias de comunicación que faciliten la expresión y reconocimiento de expresiones de afecto y emociones.
- Trabajar aspectos relacionados con conocimientos básicos acerca de cambios en la adolescencia en los diferentes niveles: físico, social, psicológico.
- Desarrollar habilidades que le permitan identificar y afrontar posibles situaciones de riesgo en relación con su sexualidad.

#### **6.2.4 Objetivos. Pubertad y adolescencia**

- Favorecer una actitud positiva hacia la sexualidad, entendiendo esta como forma de comunicación, de salud, placer, afectividad y, cuando se desea, de reproducción.
- Informar sobre los cambios a nivel físico (menstruación, eyaculación), psicológico y social que se producen en la pubertad y adolescencia.
- Desarrollar estrategias personales para la resolución de problemas que se les presenten en torno a la sexualidad.
- Desarrollar una autoestima y autoconcepto adecuados, asumiendo una identidad libre de elementos de género discriminatorios, desarrollando hábitos, actitudes y conductas saludables hacia la sexualidad y propiciando una flexibilización de los roles sexuales.
- Propiciar valores en los que la relación entre las personas estén basadas en la igualdad, el respeto y la responsabilidad.
- Favorecer la aceptación de una identidad y orientación sexual libre de elementos discriminatorios.
- Fomentar un autoconcepto e imagen corporal ajustada a su realidad y libre de estereotipos.
- Trabajar sobre la educación sentimental y emocional, con la expresión de sentimientos, deseos y emociones.
- Trabajar con el grupo de iguales teniendo en cuenta la influencia que este ejerce como referente en el que el adolescente buscara sentirse integrado y aceptado.
- Facilitar la adquisición de conocimientos en torno a fisiología del cuerpo humano, procesos de fecundación y embarazo y a la prevención de ITS.
- Reflexionar sobre las expectativas sobre la pareja, los ideales románticos y las formas

de relación que les produzcan un mayor bienestar.

- Trabajar sobre las habilidades de negociación en las relaciones y en las conductas más seguras.
- Reflexionar sobre las prácticas y situaciones de riesgo para reducir su vulnerabilidad.
- Garantizar el acceso a información y recursos que puedan servirles de apoyo.



## 6.3 Metodología

La metodología de trabajo en educación sexual en centros de menores se plantea a dos niveles:

**1. Individual.** A través de las diferentes actividades en la vida cotidiana se pueden abordar las diferentes cuestiones en relación al tema que vayan planteando los menores en:

- Tutorías y entrevistas individuales teniendo en cuenta los Programas Educativos Individuales y sus objetivos.
- Acompañamientos a recursos externos especializados como centros de planificación familiar, asociaciones.

**2. Grupal.** Con grupos de menores homogéneos con los que se trabajan:

- Talleres y dinámicas grupales que traten de partir de sus necesidades e intereses a la hora de abordar este tema. Se adjuntan en la bibliografía manuales y programas donde se pueden encontrar multitud de dinámicas para abordar los diferentes temas en relación con el modelo propuesto.
- Video fórum con proyección de películas relacionadas con los diferentes temas. Metodología
- Cuentos o libros relacionados que pueden incluirse en las dinámicas habituales de la casa.
- Música que escuchan y que puede analizarse y comentarse.
- Trabajar con las revistas que habitualmente leen y la publicidad que ven.
- Narrativa: Textos escritos por ellos/as mismos.
- Redes Sociales: facebook, twitter, wassap.

En la segunda parte de esta guía didáctica se presentan de forma más detallada diferentes técnicas que pueden utilizarse en dinámicas grupales para realizar talleres de educación sexual con menores, y el diseño completo de un taller de educación sexual con dinámicas sobre cada una de las variables.

## 6.4 El papel de educadores y educadoras

Es importante ser conscientes del papel que a educadores y educadoras les corresponde jugar en el ámbito del acogimiento residencial. Las intervenciones educativas son un fin en sí mismo, pero también un medio, y una forma de implicar a otros agentes educativos en el desarrollo del programa: padres y madres, familias, profesorado.

Se trata de ayudar a buscar respuestas más que encontrarlas o dar las respuestas. Estimular la reflexión para motivar a seguir aprendiendo, y favorecer que surjan las preguntas de cada cual y puedan ir resolviéndolas. Se trata sobre todo de sembrar inquietudes.

Cada chico y chica han de convertirse en una fuente de aprendizaje, que aprenda a aprender, que sepa escuchar a los otros y que vaya construyendo sus propios aprendizajes. Tener unos mínimos conocimientos de sexología y de pedagogía nos ayudarán en esta tarea. No hay que saber todo, pero si hay que saber “lo que no sabemos;” no se trata de inventar respuestas sobre la marcha, ni de disimular que no se sabe.

No es preciso saberlo todo para disfrutar de la sexualidad y de la erótica. Si es importante saber dónde derivar y conocer los recursos de la zona. Siempre que sea posible se trata de colaborar con las familias, tratando de que sean partícipes y conozcan nuestro trabajo. Hay que tender puentes en ambas direcciones. Es importante adaptarse a las necesidades de la personas y a la realidad del contexto. Teniendo en cuenta los otros contextos en los que los chicos y chicas viven para sumar fuerzas y no para competir o descalificar.

Lo más frecuente es que las demandas lleguen desde la urgencia, pero lo urgente es diferente de los objetivos de la educación sexual y aunque podamos abordar lo urgente es importante no perder de vista el objetivo de la educación sexual. Los procedimientos y las técnicas tienen sentido como apoyo o medio para realizar esa labor educativa, pero no en sí mismas. Pueden ser unas u otras teniendo en cuenta nuestro fin. En educación sexual es importante abrir puertas para abordar y reflexionar en grupo o de forma individual sobre las creencias, las expectativas de cada persona en torno a aspectos relacionados con la sexualidad. En educación sexual hablaremos de cambios biofisiológicos, de fisiología de la reproducción, de la fisiología del placer, del deseo, de la orientación, de los afectos y de la atracción, del enamoramiento y del amor, y de la salud.

Desde el marco del Hecho Sexual Humano incluiremos los aspectos que de él se desprenden: la sexuación, la sexualidad, la erótica, los encuentros, la pareja, la procreación, los problemas comunes a los sexos, y el sexo como valor. Junto con los conocimientos se trabajan las actitudes y los procedimientos de forma coherente, tratando de ofrecer una visión de la sexualidad integral y no fragmentándola.





## 7. Educación sentimental, emociones y relaciones

*“El género es la construcción sociocultural que sobre la base de los sexos determina identidades, roles y espacios diferenciados a mujeres y hombres. Nacemos con un sexo que nos diferencia, pero nos desarrollamos como hombres y mujeres en la sociedad y el tiempo que nos tocó vivir. Nacemos con un sexo, hombre o mujer, pero lo que somos como hombre o mujer, lo masculino o femenino, lo hemos aprendido como resultado de la socialización y la cultura en la que las personas estamos inmersas.”*

Los estereotipos, en general, pueden ser entendidos como representaciones mentales interconectadas de creencias compartidas sobre grupos de personas o categorías sociales. Esas representaciones también las denominan representaciones culturales, y dice que son un conjunto de ideas, creencias y significados empleados por la sociedad para estructurar y organizar la realidad; y se transmiten a todos sus miembros a través de diversos mecanismos socioculturales.

En concreto, *los estereotipos de género*, han sido definidos como un conjunto estructurado de creencias y expectativas, compartidas dentro de una sociedad, acerca de las características que poseen –componente descriptivo- y deben poseer –componente prescriptivo- los hombres y las mujeres. Por eso los estereotipos de género constituyen la base de la construcción de la identidad de género.

La socialización del género consiste en un proceso de aprendizaje mediante el cual las personas integran un modelo de mujer y de hombre concreto, definido a partir de las normas, funciones, expectativas y espacios sociales que se les asignan como propios. Luego es un proceso de socialización diferenciado mediante el que se asignan los papeles diferenciales, unos roles que ya vienen predeterminados en función del sexo y estos generan estereotipos de género que facilitan la discriminación.

*“Los estereotipos tienen una función muy importante para la socialización del individuo: facilitan la identidad social, la conciencia de pertenecer a un grupo social, ya que el aceptar e identificarse con los estereotipos dominantes en dicho grupo es una manera de permanecer integrado en él.”*

Los estereotipos y roles de género actúan como una especie de guiones socialmente establecidos que indican lo que es apropiado o no según el sexo al que se pertenece, marcando jerarquías entre los sexos. Al ser transmitidos de forma profunda y poco consciente en el proceso de socialización, parecen naturales, resultan más difíciles de analizar o criticar, y por lo tanto de modificar.

De todas estas afirmaciones podemos concluir lo importante que es para cambiar algunas de las desigualdades, considerar dichos estereotipos de género como un constructo sociocultural, compuesto por las creencias sobre las características diferentes que se asigna a hombres y mujeres por el mero hecho de serlo. Nos encajonamos en esas etiquetas que determinan nuestra identidad, nuestros sentimientos, actitudes y comportamientos para toda la vida.

## **7.1 ¿Cómo se adquieren y se transmiten los estereotipos de género?**

Los estereotipos tradicionales de género anteriormente mencionados, no son innatos al hombre o a la mujer, es decir, que las concepciones que tenemos de los hombres y las mujeres con sus distintas características no son biológicas, sino que han sido adquiridas a lo largo de la historia y se han ido perpetuando a través de un proceso de socialización en el que las personas han ido construyendo sus identidades en base a dicho sistema de creencias y valores. Esto es a lo que diversos autores denominan “socialización del género”.

El género da lugar a concepciones sociales y culturales sobre la masculinidad y la feminidad, que da lugar a la justificación de la discriminación por sexo (sexismo), entre otras discriminaciones.

Las personas aprenden la división de lo masculino y lo femenino mediante actividades cotidianas, donde surgen conceptos que estructuran la percepción y la organización simbólica de ambos géneros.

## **7.2 Percepciones sobre los estereotipos y roles tradicionales de género**

Las rígidas concepciones están tan extendidas que incluso los rasgos de personalidad masculina y femenina están estereotipados, por lo que al hombre se le atribuyen unos rasgos y a las mujeres otros. Los rasgos de los hombres son los denominados instrumentales, que guardan relación con la competencia, la asertividad y la racionalidad y a la mujer se le adjudican rasgos de tipo expresivos que enfatizan la calidez, cuidado y sensibilidad, más relacionados con la afectividad y la emocionalidad.

### 7.2.1 Roles tradicionales de género

*Los hombres deben ser responsables de mantener económicamente a su familia*

El hecho de asumir que los hombres deben ser los principales proveedores de sostener a la familia económicamente, es un estereotipo muy tradicional que tiene sus consecuencias negativas, puesto que lleva a muchos hombres a refugiarse en el trabajo para poder obtener los ingresos que les permitan ser un buen proveedor; descuidando de este modo áreas importantes de la vida, como los vínculos afectivos.

*Las madres cuidan mejor a los hijos e hijas*

El rol del cuidado de los otros le viene asociado tradicionalmente a la mujer, pero esto nos lleva a un debate por saber si la madre es capaz de cuidar mejor a los hijos e hijas que los padres, debido a su función biológica de maternidad.

*Reparto de las tareas del hogar por igual mujeres y hombres*

Uno de los progresos más importantes de la sociedad hacia la igualdad de oportunidades ha sido la incorporación de la mujer al mercado de trabajo, pero este logro no ha ido acompañado de que el hombre también se incorpore al trabajo doméstico. Se acepta que la mujer trabaje fuera del hogar y que tenga otras actividades, siempre y cuando sus "responsabilidades familiares" estén atendidas. Las tareas domésticas, por lo general, siguen recayendo mayoritariamente sobre las mujeres, aunque trabajen también fuera de casa.

*El hombre debe ser quien proteja a la mujer*

El rol de protector de las demás personas y en especial con las mujeres, suele traducirse en control, procurando que sean dependientes y les hagan sentir que los necesitan. Podemos situarlo en uno de los micromachismos de los que Bonino habla: el del paternalismo protector, que entiende igualmente a la mujer como débil e inferior, considerando por tanto que el hombre debe protegerla y cuidar de ella.

*Estereotipos tradicionalmente masculinos:* Son los atributos asociados a los varones sólo por el hecho de serlo. Estas cuestiones nos sirven para conocer si se duda de los factores naturales o sociales y otros, para ver hasta qué punto sigue reproduciéndose el Modelo de Masculinidad Hegemónica y hay un rechazo de las llamadas nuevas masculinidades: Los chicos son agresivos por naturaleza. Los hombres no lloran y expresan sus sentimientos en público.

*Estereotipos tradicionalmente femeninos:* En cuanto a estos estereotipos, al igual que en el caso de los atribuidos a los hombres, pretendemos ver hasta qué punto las percepciones contribuyen a que se siga reproduciendo la creencia de que las cualidades femeninas han de guardar relación con la sensibilidad, calidez, suavidad.

*Las chicas son más tiernas y comprensivas que los chicos:* Los atributos de la mujer que se espera y se refuerza socialmente son la sensibilidad, la comprensión, ternura... siempre cuidando más que los hombres los aspectos afectivos y emocionales. Esto acaba por considerarse una característica natural de las mujeres y no se observa el trasfondo de la socialización del género.

*Las chicas cuidan el aspecto físico más que los chicos:* Esta variable guarda relación con la reproducción del rol de la ética del cuidado del cuerpo. El rol que la sociedad espera de la mujer,

en este sentido, podemos afirmar que ha estado y está sometida a los cánones de belleza de manera más intensa que el hombre. Estas exigencias vienen por parte de los hombres pero también por otras mujeres.



### 7.2.2 Estereotipos de género dentro de la pareja

Los estereotipos no solamente son creencias o prejuicios de las personas, sino que también podemos considerar relaciones de pareja que han sido estereotipadas mediante diversos mecanismos sociales, entre ellos, los medios de comunicación o simplemente por el reforzamiento de ideas entre el grupo de iguales o las familias. Para plantear una reflexión crítica sobre esta cuestión se proponen los siguientes temas:



*¿En qué te fijas principalmente para que te guste un chico o chica?*

Aquello en lo que principalmente se fijan los y las jóvenes para su pareja es en el físico, con una diferencia abrumadora respecto a las otras opciones.

*Me parece adecuado que las mujeres tengan mucho carácter y dotes de mando.*

Dentro y fuera de la relación de pareja al hombre le han legitimado históricamente un poder y una dominación sobre la mujer

*Me parece adecuado que las mujeres tengan iniciativa en una pareja.*

Uno de los roles que se ha normalizado en la sociedad tiene que ver con quién es la persona que da el primer paso en una relación sentimental, en este caso, varios estudios afirman que son los hombres quienes toman la iniciativa para ligar y los que han de conquistar a la mujer. Sin embargo, los jóvenes mantienen la duda acerca de que si son las mujeres las que tengan la iniciativa en una pareja.

*¿Crees que en una relación de pareja la chica debe complacer al novio en lo que desee?*

El estereotipo femenino que reproducimos en este caso es el de mujer complaciente, tiene que ver con la falacia de la entrega total, es decir, la idea de “fusión con el otro”, olvido de la propia vida, dependencia de la otra persona y adaptación a ella, postergando y sacrificando lo propio sin esperar reciprocidad ni gratitud.

*¿Quién crees que debe tomar las decisiones importantes en una pareja?*

Se trata de conocer la percepción sobre quién debe tener el dominio en una pareja para la toma de decisiones importantes. Según el rol de masculinidad hegemónica que se ha mantenido en las sociedades patriarcales, sería el hombre el que pone la racionalidad para decidir sobre la mujer, ejerciendo así un dominio sobre ella.



### 7.2.3 Creencias y actitudes hacia el amor

Con el fin de extraer información sobre las actitudes que toman los jóvenes ante una relación de pareja y la forma en que conciben el “amor verdadero”, se plantean una serie de preguntas acerca de la percepción que tienen sobre algunas microviolencias y mitos sobre el amor.

*Microviolencias: control y celos:* Los celos y el control de la pareja suelen estar muy normalizados entre la juventud actual, veremos en qué medida se perciben como algo usual. Como propuesta para la reflexión se plantean las siguientes cuestiones:

*¿Es normal que en una pareja quieras saber lo que el otro hace en cada momento, con quién sale, con quien se manda mensajes...?*

El deseo de control en una relación puede iniciarse de manera muy sutil, por ejemplo, pidiendo explicaciones en todo momento de con quién sale, con quién está o donde ha estado, a qué hora ha llegado a casa... Y este control es justificado como una forma de cariño por el agresor. La víctima acabará por sentirse desorientada con esta forma de microviolencia.

*¿Crees que es normal mirar algún día a tu pareja los mensajes del móvil, redes sociales...?*

Puede ser un mecanismo sutil de ejercer control sobre la pareja. Igualmente tiene que ver con la creencia de que si realmente amas a alguien, debes renunciar a la propia intimidad, no pueden existir secretos y la pareja debe saber todo sobre la otra parte. Confundiendo el derecho a la intimidad con la sinceridad completa.

*Los celos en una pareja son señal de amor.*

El mito de los celos, o bien, la creencia de que los celos son una muestra de amor, incluso el requisito indispensable de un verdadero amor. Esto se encuentra estrechamente ligado a la concepción del amor como posesión y desequilibrio de poder en las relaciones de pareja.

*¿Consideras normal que un ex novio se siga poniendo celoso de su ex pareja?*

Tipo de mito sobre los celos como señal de amor, además de normalizarse con la pareja actual, se concibe con ex parejas, es decir, con personas con las que hayan mantenido una relación sentimental en un pasado.

### 7.3 Sobre el concepto de amor y los ideales románticos

Para Sternberg (1989), el amor es una de las más intensas y deseables emociones humanas. Las personas pueden mentir, engañar y aún matar en su nombre y desear la muerte cuando lo pierden.

*Plantea su teoría del “triángulo del amor” la cual se forma por tres componentes: la pasión, el compromiso y la intimidad, interdependientes entre sí. Pasión referida a la sexualidad, compromiso por mantener ese amor hacia una persona e intimidad en cuanto a la capacidad de compartir sentimientos, confianza.*

En cada relación será diferente como cada miembro percibe estos componentes del amor de pareja, es por eso por lo que pueden surgir discrepancias entre lo que experimenta un miembro y lo que experimenta el otro. Con la combinación de estos tres elementos, se generan diversas clases de amor:

<b>SIMPATIA</b>	Existe intimidad, pero no amor ni compromiso, por ejemplo, los amigos y amigas que tenemos
<b>ENAMORAMIENTO</b>	Existe pasión, pero no intimidad ni compromiso, por ejemplo, las relaciones basadas en la atracción física
<b>SOLO COMPROMISO</b>	Existe compromiso, pero no intimidad ni pasión, por ejemplo, aquellas parejas cuya relación se mantiene en el tiempo por diversas razones pero en las que se ha perdido la pasión y la intimidad
<b>AMOR ROMANTICO</b>	Incluye intimidad y pasión pero donde no hay compromiso por lo que es difícil el mantenimiento de la relación en el tiempo
<b>AMOR DE COMPAÑEROS/AS</b>	Incluye intimidad más compromiso pero sin pasión), amor loco (incluye pasión más compromiso pero sin intimidad o conocimiento entre los miembros de la pareja
<b>AMOR COMPLETO</b>	Incluye intimidad, pasión, compromiso y es el que constituiría la situación ideal, según este modelo

Podemos observar que este concepto de amor es fundamental en el imaginario occidental (se sigue reforzando en la literatura, las películas, series, canciones...y en prácticamente todos los medios de socialización.), además de no haber cambiado desde que apareció en la edad media. Sigue transmitiendo ideales de una sociedad basada en la superioridad y dominación del varón frente a la mujer.

Las primeras ideas sobre el amor y lo que se pueden esperar de una pareja, van a formarse en la adolescencia, donde inician sus primeras relaciones. No tienen por qué iniciar una relación amorosa, pero seguramente ya tendrán una opinión sobre los modelos de amor que refleja esta sociedad (en su mayoría mitificados) y sobre lo que esperan de una persona que esté enamorada.

A pesar de las diferencias en las parejas de adolescentes, todas tienen en común considerarse como la representación del amor y de la idea de felicidad. La imagen ideal de la felicidad individual, en nuestra sociedad pasa por tener una pareja.

## 7.4 Mitos relacionados con el “amor romántico”

*Un mito es una creencia, aunque se halla formulada de manera que aparece como una verdad y es expresada de forma absoluta y poco flexible.* Partimos entonces de que al hablar de mitos de amor, obviamente estamos frente a un conjunto de ideas y creencias irracionales, y frente a un modelo de conducta imposible de seguir que por tanto, fácilmente desembocará en desengaños y frustraciones.

*Podemos definir mitos sobre el amor como el conjunto de creencias socialmente compartidas sobre la “supuesta verdadera naturaleza del amor”, y, al igual que sucede en otros ámbitos, también suelen ser ficticios, -absurdos, engañosos irracionales e imposibles de cumplir.*

Representan creencias sociales distorsionadas, que influyen negativamente en las relaciones de pareja, y pueden, de alguna forma, apoyar y sostener la violencia de género. Así pues, todos aquellos mitos que reproducen la idea del amor romántico aparecen con especial fuerza en la educación sentimental de las mujeres.

Las preguntas sobre los mitos relacionados con el amor romántico, guardan relación entre ellas. Las cuatro primeras están relacionadas con la *creencia del amor omnipotente*, es decir, que lo puede y lo perdona todo. Se piensa que tanto un grito, un insulto, daño, sufrimiento... se cura con amor; y las dos siguientes también relacionadas entre ellas hacen mención al *mito de la media naranja*.

“Si un día tu pareja se enfada mucho y te grita o insulta, ¿le perdonarías?/ Por mucho daño que te haga tu pareja, si la quieres tienes que perdonarla” Este tipo de agresiones como gritos e insultos pueden ser atribuidos por las víctimas a arrebatos pasajeros que no se identifican como conductas violentas. Si además tenemos en cuenta el arrepentimiento mostrado inicialmente por los hombres violentos, se verá reforzada la permanencia de la víctima en la relación. Muchas veces empieza por un perdón un día, pero puede acabar por normalizarse el conflicto, es decir, que se puede pensar que todo lo que sucede en estas fases de noviazgo sea lo habitual que les sucede a todas las parejas hasta que se adaptan el uno al otro.

*Otra falacia es creer que las personas cambian por amor*, lo cual puede llevar a aceptar y tolerar comportamientos inadecuados, ofensivos, estando convencidos de que después del perdón y el arrepentimiento no volverá a pasar, o que algún día cambiará porque te ama.





*El amor lo puede todo, y aunque dos personas sean muy diferentes si se quieren de verdad todo irá bien.*

*¿Crees que una persona puede quererte y al mismo tiempo hacerte sufrir o tratarte mal?* Con ambos interrogantes intentaremos percibir la interiorización de la creencia que el amor “verdadero” lo aguanta y perdona todo. De lo que se deduce que una persona puede quererte aunque te trate mal. Vemos que guardan gran relación, aunque de ellas podemos extraer varias ideas. Considerar que amar es compatible con dañar o hacer sufrir a partir de creencias del tipo: “cariño y afecto son fuerzas que en ocasiones se descontrolan”; e, incluso, “no hay amor verdadero sin sufrimiento” conduce a justificar el maltrato.

Relacionado con esta normalización o minimización del conflicto se encuentra la creencia popular del *mito que explica que los polos opuestos se atraen y entienden mejor*. Aunque la realidad parece demostrar que cuantas más cosas se tienen en común, mejor se entienden las parejas.

*Es necesario encontrar a tu “media naranja” para que la vida sea completa. “Sólo se puede ser feliz en la vida y tener cariño si tienes pareja”*

Poniendo en relación el enamoramiento, el emparejamiento y los roles de género, ambas afirmaciones están bastante aceptadas socialmente. Ambas se basan en la necesidad de encontrar a alguien que complementa tu vida.

Ésta es otra de las ideas que alimenta el mito del amor romántico, la cual supone que uno encuentra sentido completo a la vida en el otro, es más, solamente cuando encuentran a esa mitad que les falta, pueden decir que en su vida han conseguido ser felices. Sigue extendido el juicio “No seré feliz hasta que no encuentre a mi media naranja”. Esta visión distorsionada del amor hace que se sobrevalore.

El ideal romántico de nuestra cultura ofrece un modelo de conducta amorosa que estipula lo que “de verdad” significa enamorarse y qué sentimientos han de sentirse, cómo, cuándo, y con quién sí y con quién no.

Es este componente cultural, descriptivo y normativo, el causante de que se desarrollen creencias e imágenes idealizadas en torno al amor que en numerosas ocasiones dificulta el establecimiento de relaciones sanas y provoca la aceptación, normalización, justificación o tolerancia de comportamientos claramente abusivos y ofensivos.

Podemos hablar, según la clasificación realizada en la investigación Detecta Andalucía , de 19 mitos, falacias y falsas creencias acerca del ideal de amor romántico que podrían aglutinarse a su vez en 4 grupos y cuya asunción supone un importante factor de riesgo para establecer relaciones de desequilibrio de poder en las parejas y por tanto de la violencia de género:

<b>“EL AMOR TODO LO PUEDE”</b>	<b>“EL AMOR VERDADERO PREDESTINADO”</b>
Falacia de cambio por amor	Mito de la “media naranja”
Mito de la omnipotencia del amor	Mito de la complementariedad
Normalización del conflicto	Razonamiento emocional
Creencia en que los polos opuestos se atraen y entienden mejor	Creencia en que sólo hay un amor “verdadero” en la vida
Mito de la compatibilidad del amor y el maltrato	Mito de la perdurabilidad, pasión eterna o equivalencia
Creencia en que el amor “verdadero” lo perdona/aguanta todo	
<b>“EL AMOR ES LO MÁS IMPORTANTE Y REQUIERE ENTREGA TOTAL”</b>	<b>“EL AMOR ES POSESIÓN Y EXCLUSIVIDAD”</b>
Falacia del emparejamiento y conversión del amor de pareja en el centro y la referencia de la existencia	Mito del matrimonio
Atribución de la capacidad de dar la felicidad	Mito de los celos
Falacia de la entrega total	Mito sexista de la fidelidad y de la exclusividad
Creencia de entender el amor como despersonalización	
Creencia en que si se ama debe renunciarse a la intimidad	

## 7.5 Sobre el concepto de pareja y las formas de relacionarse entre los sexos

*El amor y la pareja, unidos pero no atados “Puede que no podamos escoger la manera en la que sentimos, lo que deseamos, pero podemos elegir lo que hacemos con esos sentimientos y deseos”. (Jeffrey Weeks, El malestar de la sexualidad).*

Decidir más conscientemente el tipo de relaciones que se desea construir implica desvelar los mitos que han ido conformando el ideal de amor y pareja en el imaginario colectivo

El amor es un sentimiento vital sin el que es difícil imaginar la existencia humana. Son indiscutibles sus potencialidades para hacernos felices y llenarnos de satisfacción, pero a la vez nos puede generar dolor y en su nombre pueden justificarse las mayores barbaridades.

La pareja viene siendo la manera privilegiada de canalizar lo que concebimos como relación amorosa, y forma parte del proyecto vital de muchas personas. Se han producido importantes cambios en la manera concreta de vivir esta relación: parejas heterosexuales o parejas gays y lesbianas; matrimonio o parejas de hecho; de larga o corta duración; de convivencia o sin ella; con o sin hijos, sean biológicos o adoptados... A pesar de esas profundas transformaciones, “la pareja, heterosexual y para toda la vida (con hijos)” sigue viva como ideal en el imaginario colectivo.

Algunos efectos negativos de ese mito son que los jóvenes, especialmente las chicas, viven como carencia fundamental no tener pareja; que se pueda llegar a conceder más valor a tener una relación que a la calidad de ésta; que adolescentes gays, lesbianas y bisexuales tengan mayores dificultades para su reconocimiento y aceptación .

*Los datos indican que la violencia en las parejas se da también entre la gente joven , aunque su autopercepción sea que “es cosa de mayores” y generalmente asociada a las expresiones de maltrato más duro. Los datos alertan también de que muchas relaciones violentas se gestan durante el noviazgo. No obstante, entre jóvenes, son más frecuentes relaciones abusivas.*

Hay que tener presente que las violencias interpersonales se producen en varios ámbitos (familiar, educativo, laboral, recreativo...) y en un contexto más amplio de violencias sociales. Todas esas formas de violencia tienen elementos en común, aunque a su vez tengan singularidades. Las ideas y actitudes de la juventud son reflejo de la sociedad, al tiempo que la juventud es el principal agente de cambio social.

La intervención desde el ámbito educativo para formar a las nuevas generaciones en la resolución no violenta de conflictos puede ser, a medio y largo plazo, uno de los mejores recursos para prevenir todas las formas de violencia.

La violencia interpersonal puede manifestarse con golpes, bofetadas, palizas..., con actitudes de desprecio y desconsideración sistemáticas, intento de anulación... o con acoso, abusos, violación u otras prácticas no consentidas por las personas implicadas.

*La violencia de género en la pareja (al igual que el bullying) se caracteriza por ser una conducta basada en el sometimiento, cuya reiteración y gravedad conlleva la victimización de la persona agredida. Es una conducta apoyada y retroalimentada en el esquema relacional dominio-sumisión. No se trata, por tanto, de actitudes esporádicas o situaciones conflictivas ocasionales que también se producen en estos mismos ámbitos relacionales.*

Los condicionantes de género influyen en que los agresores sean mayoritariamente hombres y en que el papel de víctima lo interioricen con mayor frecuencia las mujeres. La violencia de género expresa un abuso de poder generalmente de hombres sobre mujeres, apoyado en su mayor fuerza física y en las relaciones sociales de predominio de éstos sobre aquéllas.

*Los malos tratos se producen con mayor frecuencia e intensidad en el ámbito de la pareja. Se requiere, por tanto, una intervención específica que considere las singulares implicaciones afectivas de este vínculo relacional.*



Entre parejas jóvenes se producen también estas situaciones, aunque son más frecuentes relaciones o conductas abusivas: comportamientos agresivos, impositivos, coercitivos, que reiterados pueden llegar a producir erosión en la autoestima y autonomía de la otra persona. En cualquier caso, la frontera es porosa y puede constituir violencia, sobre todo psicológica, si se consolidan dichos comportamientos como base de la relación.

Aunque cuando tratamos con adolescentes, puede que no responda a un modelo violento interiorizado, no traspasándose el límite de una actitud agresiva ocasional. Un serio problema es que estos comportamientos abusivos generalmente no son identificados por los chicos y chicas como intolerables. Pueden estar incluso naturalizados en el ámbito de la pareja, ya que aparecen en muchas ocasiones entrelazados con concepciones problemáticas respecto al amor. Los mecanismos de la violencia en la pareja pueden proyectar actitudes rígidas e impositivas como expresión de sus propias inseguridades.

Se dan también actitudes de no tratarse bien “por activa y por pasiva.” Por ejemplo, no respetando los espacios de la otra persona (llamando frecuentemente por el móvil para tener localizada a la pareja o para saber con quién está), levantando la voz en un conflicto, no disculpándose nunca por nada o no aceptando ningún cuestionamiento que venga de la pareja...

Son conductas reprobables que tienen que ser corregidas y, en su caso, reparado el daño que se haya podido ocasionar. No obstante, conviene identificar cada una de esas conductas y diferenciarlas para adecuar su tratamiento. Aprender el problema, su dimensión y las consecuencias resulta vital para las personas implicadas y para la eficacia de la intervención.

Por otra parte, en esas edades en las que se producen las primeras experiencias amorosas adquiere mayor importancia intervenir en positivo, evitando la estigmatización de unas y otros o que la respuesta quede limitada al castigo.

## 8. Educación sexual y discapacidad intelectual <sup>7</sup>

Entendiendo la necesidad de cultivar la sexualidad, es fácilmente entendible porque debemos trabajar este campo con las personas con discapacidades. Durante mucho tiempo no se ha reconocido la sexualidad en las persona con discapacidades y aún en menor medida la sexualidad de la mujer con discapacidad. Se la ha considerado como una eterna niña o llegando al polo opuesto como poseedora de instintos sexuales exacerbados, con lo que siempre se ha intentado ocultar esta dimensión de su persona.

Todo ello ha promovido las principales peculiaridades de la erótica de estas personas, marcada por una deficiente socialización sexual y de un restringido acceso a un universo íntimo propio.

*Es necesario desarrollar programas de educación sexual, con toda la población incluyendo las personas con discapacidad con especial atención por la invisibilidad que se les da en este aspecto.*

Se tiende a pensar que la sexualidad de las personas con discapacidad es cuanto menos “especial”. Por lo general tiende a pensarse que es una sexualidad más intensa, menos ajustada, más expuesta a peligros, más descontrolada, etc.

### *Creencias erróneas, sobre la sexualidad de personas con discapacidades*

La persona discapacitada no tiene necesidad de expresión sexual.
Subestiman las fantasías sexuales.
El cuerpo de una persona discapacitada no puede producir placer.
La única satisfacción sexual a la que puede aspirar es la de satisfacer a su pareja.
Temor a la transmisión genética de la lesión.
Temor a que la actividad sexual acelere la enfermedad.

<sup>7</sup> García Ruiz M. 2009. Educación Sexual y Discapacidad. Talleres de Educación Sexual con personas con discapacidad. Manual Didáctico. Consejería de Bienestar Social y Vivienda. <https://www.asturias.es/Asturias/descargas/PDF%20DE%20TEMAS/Asuntos%20Sociales/guia%20de%20educacion%20sexual%20y%20discapacidad.pdf>

A determinadas personas discapacitadas (según el tipo de discapacidad), se les atribuyen deseos perversos y excesivos, debido a su sexualidad reprimida.
La única forma correcta y placentera de obtener placer sexual es el coito.
Las únicas zonas del cuerpo erógenas se encuentran localizadas solo en determinados puntos.
El uso de medios accesorios para el placer es pecado o degradante.
La masturbación es una enfermedad o un vicio.
El impulso y deseo sexual, en la discapacidad, está apagado.
Las personas discapacitadas no se interesan en las relaciones sexuales.
Los padres discapacitados son una carga para sus hijos.
Una institución no es un lugar para las relaciones sexuales
La mujer discapacitada está libre de ser agredida
Las personas con discapacidad, en su mayoría no pueden tener relaciones sexuales normales.
Todos los discapacitados mentales poseen exacerbados los impulsos sexuales
Las personas con discapacidad, en su mayoría, pueden tener hijos enfermos.
Una persona normal no se puede interesar sexualmente por un discapacitado.
Son asexuadas
Son como eternos niños/as
No resultan atractivos a otros
El coito es la única conducta sexual
Hablar de sexualidad va aumentar su interés y sus conductas sexuales
La actividad sexual es solo para tener hijos
Tienen más /menos interés sexual que las personas sin discapacidad

*Estas percepciones se relacionan con dos hechos:*

a) *Merma de privacidad de las personas que se deriva de la tutela*

b) *Peculiaridades del propio proceso de socialización sexual* de estas personas que están determinadas no sólo por sus niveles o formas de discapacidad, sino por la voluntaria impermeabilización sexual que el resto de la sociedad les “administramos” el miedo de las familias que relacionan sexualidad con peligro y miedo al embarazo.

Estos dos fenómenos se complementan y producen un sesgo perceptivo mediante el cual tendemos a atribuir las causas de los “desajustes” a la naturaleza sexual de estas personas y no al encuadre entre esta naturaleza sexual y sus condiciones biográficas y vitales.

*Todas las personas son sexuadas, se viven como sexuadas y expresan su sexualidad de un modo u otro. Las personas con discapacidades, también son, se viven y se expresan como tales. Y necesitan que se favorezca su pleno desarrollo sexual para que pueda completarse su formación integral como personas. Si hablamos de sexualidad, en rigor hablamos de sexualidades, de personas únicas y diferentes.*

Desde este planteamiento el objetivo último de la Educación Sexual, es el que cada cual aprenda a conocerse, aceptarse y a vivir y expresar su erótica de modo que se sienta a gusto.

Sería un error pensar que por tener algún tipo de discapacidad se tiene más dormida o más despierta la sexualidad que el resto de las personas sin discapacidad.

En el proceso de aprendizaje de conductas y de los modelos de relación con las personas, intervienen tanto la escuela como la familia. Y, por supuesto, otros agentes sociales como son: los medios de comunicación, televisión, revistas... y el propio entorno. Puede suceder que, por problemas de aprendizaje o por el aprendizaje de modelos no adecuados, se lleguen a expresiones de la sexualidad que no sean adecuadas. Bien porque socialmente no lo sean, bien porque se adentran en la libertad o intimidad de otras personas.

Teniendo siempre presente estos planeamientos. Y sin entrar en terrenos de la moral, ni en valorar a la sociedad, o sus normas. Con las pautas lo que pretenderemos será que las personas con discapacidad participen en su medio, y para ello será preciso que interiorice determinadas normas. Por supuesto, sin que por ello se vea mermado en su desarrollo como persona.

Esta interiorización conduciría a que algunas conductas desaparezcan, aquellas en las que se invade la libertad de terceros, y que otras ocurran en el ámbito de lo privado. Lo deseable sería que estas conductas se vivan desde la esfera de la intimidad y no desde la esfera de la prohibición.

*Antes de hablar de pautas de actuación, se debería hablar de Educación Sexual, que no consiste sólo en prevenir, sino que debe procurar el desarrollo integral de las personas. Que camine en la dirección de lo que se quiere conseguir y no sólo por los vericuetos de lo que se quiere evitar.*

*Además de información sobre temas concretos y del conocimiento del propio cuerpo, se debe incluir aprendizajes sobre las “relaciones interpersonales”, “la intimidad” y “los límites”.*

Se entiende que ni en todos los niveles ni con todas las personas se puede, ni se debe trabajar al mismo ritmo o con lo mismo contenidos. Habrá que adecuar esta educación a cada caso concreto, al igual que sucede con muchos otros aspectos de su formación; entendemos que en todos los casos hay algo que trabajar.

La Educación Sexual no debe limitarse a la persona con discapacidad, deberá abarcar también a sus familias. De tal modo que se fomente en ellos actitudes positivas ante el hecho de que sus hijas e hijos son sexuados y se vivan y se expresen como tales. Se trata, en definitiva, de compartir responsabilidades.

La Educación Sexual es tarea de todos y todas y cada cual debe asumir el papel que le corresponde: el centro, la familia y los educadores. La única manera de que la Educación Sexual avance y llegue a las personas es sumar el trabajo de todas las partes.

Si el entorno más próximo camina en la misma dirección y con una razonable coherencia, los logros serán más posibles. Cuando hablamos de coherencia y de trabajar en una misma dirección, hablamos de compartir el objetivo, que aprendan a conocerse a aceptarse y a expresar su sexualidad de un modo que les enriquezca.

Compartir el objetivo y unas pautas mínimas es perfectamente compatible con los distintos modos de pensar y entender la sexualidad y las relaciones personales que puedan tener los distintos educadores y educadoras o las distintas familias.

Uno de los objetivos se refiere a las conductas sexuales que no son consideradas socialmente adecuadas. Y sobre aquellos aspectos que tienen que ver con la educación sexual implícita, es decir, la que se hace se quiera o no.

<b>PARTICULARIDADES EN LAS PERSONAS CON DISCAPACIDAD</b>	
Dificultad para acceder a contextos sociales normalizados	<p>Ausencia de relación con iguales o relaciones demasiado vigiladas y controladas: sobreprotección.</p> <p>Ausencia de espacios privados.</p> <p>Resistencias y consideración no sexual: “Yo veo que las chicas no me miran y me temen. Cuando hablan conmigo no se interesan por estos temas. Los sentimientos (deseo, atracción, etc.) están ausentes. Yo me siento bloqueado. No puedo intentarlo. Ellas sólo desean ser amigas”</p>
Negación de educación y ayuda.	<p>Negación de educación sexual.</p> <p>Modelos de observación no realistas.</p> <p>Negación de ayudas: Por ejemplo: aprender a masturbarse.</p>



<p>Vulnerabilidad a los abusos, al acoso: falsas creencias.</p>	<p>No son atractivas, no interesan sexualmente.                  No sufren daño.                  No comprenden.                  No pueden protegerse a sí mismas.                  Tienen menos autonomía y poder para defenderse.                  Menos capacidad de discriminar: predecir, diferenciar, etc.                  Educadas para decir que Si a los adultos.                  No han sido informadas/educadas.                  Son personas curiosas, con menos defensas.                  Estrategias de los agresores son imprevistas, con afecto, etc.                  Más riesgo de sufrir abusos de iguales.                  Mucha gente tiene acceso a estas personas.                  Los agresores les consideran fáciles, deseables y no capaces de denuncia</p>
<p>Prevalencia del abuso sexual.</p>	<p>Sufren más “maltrato” que la población en general.                  Las chicas sufren más abusos que los chicos.</p>
<p>Dificultades para las prácticas de sexo seguro.</p>	<p>Tienen menos información y la procesan y usan peor.                  Menor conciencia de riesgo.                  Menor capacidad para planificar la conducta sexual.                  Menos capacidad para usar el sexo seguro</p>

*Estas percepciones se relacionan hechos que han de ser tenidos en consideración:*

- a) *Merma de privacidad de las personas con discapacidad que se deriva de su tutela*
- b) *Peculiaridades del propio proceso de socialización sexual de las personas que están determinadas no sólo por sus niveles o formas de discapacidad, sino por la voluntaria impermeabilización sexual que el resto de la sociedad les “administramos”*
- c) *Miedo de las y los adultos responsables que relacionan sexualidad con peligro y miedo al embarazo.*

Estos se complementan y producen un sesgo mediante el cual tendemos a atribuir las causas de los “desajustes” a la naturaleza sexual de estas personas y no al encuadre entre esta naturaleza sexual y sus condiciones biográficas y vitales. Lo común a las personas con discapacidad intelectual son las dificultades para el aprendizaje.

Desde el punto de vista del proceso de sexuación prenatal, las personas con discapacidad no se distinguen en nada del resto de las personas. O dicho con mayor rigor, se distinguen entre sí y con los demás tanto como cualquier otro individuo.

La discapacidad tiene orígenes múltiples. Tanto es así que a las personas afectadas muy raramente se les clasifica por el origen de su discapacidad, sino por las consecuencias de ésta, sobre todo en sus capacidades intelectivas y por su autonomía social, o también por el momento de la causa (si se conoce).

Desde el punto de vista del origen puede ser prenatal (a veces genético, pero muchas veces de biografía fetal –toxicomanía, accidente en el embarazo, híper o hiposecreción glandular, influencias externas lesivas, etc), o bien perinatal (sobre todo accidentes en el parto que afortunadamente descienden al menos en las sociedades occidentales) o bien postnatal (déficits de estimulación, accidentes, psicotraumatismos, enfermedades neurológicas o con consecuencias neurológicas, etc.).

Esta clasificación nos permite entender que las particularidades sexuales de las personas con discapacidad con frecuencia aparecen asociadas a procesos de sexuación particulares.

Si, como hemos dicho, las personas con discapacidad intelectual se definen por su dificultad de aprender, es evidente que alguna característica sexual se derivará de ello. Sin embargo lo característico del universo de lo sexual (sobre todo en lo que a sexuación y sexualidad se refiere) es que muchos procesos son relativamente ajenos al aprendizaje (incluso en algunos que tradicionalmente hemos creído que eran sólo cuestión de aprendizaje, la investigación va demostrando que el aprendizaje juega un papel discreto y en cualquier caso más bien represor que activador). Podría en este sentido confirmarse el aserto: aunque todo es aprendizaje, el aprendizaje no lo es todo.

*Habría que empezar diciendo que las particularidades eróticas en las personas con discapacidad están relacionadas con la diversidad de la erótica humana, la deficiente socialización sexual y el restringido acceso al universo íntimo propio.*



## 8.1 Objetivos de la intervención

Es esencial no perder la perspectiva general de la intervención, en este sentido debemos tener siempre presente que *los objetivos últimos e irrenunciables de intervención en cualquier ámbito de la discapacidad intelectual es lograr un progresivo desarrollo como individuo autónomo e independiente, en el mayor grado posible, adaptado e integrado en su sociedad de forma que pueda desarrollar su proyecto vital de forma satisfactoria y placentera.*

Ninguna intervención debería olvidar este marco general, y ningún objetivo específico de ninguna de nuestras intervenciones debería entrar en conflicto con este principio general.

Por otro lado, debemos tener en cuenta que en lo que se refiere a la intervención en conductas sexuales socialmente no aceptadas, siempre nos debemos plantear un doble objetivo, por un lado la modificación de la conducta problemática y por otro, siempre, deberemos valorar los factores que han provocado o influido en la aparición de la citada conducta y trabajar con seriedad la modificación de estos factores desde un abordaje de la educación sexual, como una educación en valores.

*No debemos olvidar lo importante por lo urgente. Lo urgente es modificar la conducta que nos resulta problemática y lo importante es trabajar desde una óptica positiva la educación sexual de las personas con discapacidad intelectual para que puedan aceptarse como hombres y como mujeres y aprendan a expresar su erótica de forma que se sientan y vivan con felicidad y satisfacción.*

Es importante remarcar que debemos huir de planteamientos alejados del conocimiento científico, la sexualidad y la educación sexual es un campo en el que se ha dado una importante intervención de planteamientos religiosos, políticos o ideológicos. Tenemos que tener presente que no podemos hacer una educación dogmática que intente imponer una visión de la sexualidad personal, sino que debemos entender que todas las manifestaciones eróticas son igualmente aceptables y respetables y que será la persona con discapacidad la que debe vivir su sexualidad de la forma que desee.

## 8.2 Intervención. Aspectos generales

- Todas las personas son sexuadas, y expresan su sexualidad de una u otra forma; las personas con discapacidad intelectual también.
- La sexualidad es una dimensión de la persona a cultivar.
- Siempre se hace educación sexual, debemos decidir qué tipo hacemos.
- El manejo de conductas desajustadas socialmente formará parte del programa de educación sexual para buscar el objetivo esencial de promover que la persona viva de forma positiva y feliz su sexualidad.
- Pretendemos que cada persona se desarrolle y desarrolle sus vivencias y su forma de expresarse; no de imponer una forma de vivir o una forma de actuar.

- Debemos poner el protagonismo en la persona, cada persona es diferente, tanto en su erótica, en su forma de vivir su sexualidad, en su identidad, pero también en el ámbito pedagógico debemos basarnos en diseñar una intervención personalizada y ajustada a las necesidades, posibilidades y capacidades de cada uno.
- La integración es un elemento esencial que nunca debemos olvidar. Nada debe entrar en conflicto con la socialización.
- Cada uno de nosotros constituye un modelo, una referencia, transmitimos más con lo que no hacemos o decimos que con lo que se hace o dice, el análisis de nuestras actitudes es esencial.
- La coordinación conjunta de actividades y programas entre educadores y familias es esencial y fundamental para lograr intervenciones con éxito, tanto en la modificación de conductas como en la educación sexual. Establecer puentes de comunicación sobre este tema y alinear objetivos constituye una tarea esencial de cualquier programa de intervención.
- Es esencial mantener coherencia en el abordaje de estas situaciones por parte de todos los profesionales del centro. Una herramienta, más que útil imprescindible, es elaborar un documento donde reflexionemos acerca del procedimiento de actuación en el centro ante estas conductas. Este procedimiento nos dotará de coherencia interna como equipo, de seguridad a la hora de intervenir ya que proviene de un trabajo y reflexión en equipo, y por tanto plural y multidisciplinar.

## 9. Educación sexual y diversidad étnica y cultural

Existen muchas personas diferentes, con sus características particulares, su propia historia personal, su bagaje del país de origen. Ciertos estereotipos hacen que a veces se olvide que ninguna persona es igual a otra. Cada persona, inmigrada o no, es única e irreplicable.

Por otro lado, las circunstancias personales varían mucho en la población inmigrada y en la población gitana. Existen personas en estos colectivos altamente cualificadas y personas poco cualificadas; personas que se encuentran laboral y económicamente integradas, y con buen nivel de vida y personas con graves carencias; personas con una buena red de apoyo social y familiar y personas aisladas; personas que han podido acceder a una educación superior y personas que no han podido acceder a una formación básica.

También los valores, el estilo de vida, y las creencias que cada cultura aporta son diferentes. Como son diferentes los modos de asimilar esta cultura por parte de cada persona particular.

A veces ideas preconcebidas nos pueden dificultar ver a la persona tal cual es: con sus virtudes y sus defectos, sus valores, su modo de ser en el mundo, su modo de reflexionar y ver la realidad, de comprender y comprenderse...

Conviene tener siempre presente que la sexualidad abarca algo más que lo genital y lo reproductivo. Por supuesto, la sexualidad tiene que ver con los genitales y con la capacidad reproductiva, pero también tiene que ver con las relaciones personales, de pareja y amorosas, con la búsqueda y el disfrute del contacto físico, con amar y gozar, con la autoestima, con la imagen corporal, con los roles de género y los papeles asignados a mujeres y hombres, con la propia identidad como hombre o como mujer, con las habilidades sociales, con la erótica del cuerpo.

Por tanto, en la atención de la sexualidad un objetivo fundamental será contribuir a que las personas se conozcan, se acepten y se vivan bien, en sus relaciones sexuales y en sus relaciones afectivas, como mujeres y como hombres únicos e irrepetibles.

Que cada persona aprenda a conocer sus genitales y su cuerpo, y su manera de sentir, gozar y amar, a aceptarse y gustarse lo más posible, con independencia de si estas “maneras” coinciden con algunas normas impuestas desde fuera, y a aprender a disfrutar lo más posible (a solas y/o con las personas que elija) de las posibilidades que su manera particular de ser sexuada le ofrezca.

Educar y atender la sexualidad no puede limitarse a “la prevención de embarazos no deseados o de infecciones de transmisión sexual”. Atender la sexualidad tampoco se reduce a resolver las dificultades para alcanzar orgasmos. La sexualidad no debe considerarse ni un peligro, ni un problema, no puede ir sólo detrás de los peligros o de los problemas.

Todos los hombres y mujeres necesitan educación sexual. Con independencia de cuál sea su actividad sexual o de si muestran mucho o poco interés por el tema. Siempre hay algo que hacer.

*Los objetivos de educar y atender la sexualidad nos tienen que permitir trabajar con todas las sexualidades de todas las personas. Evitando caer en las mismas trampas que queremos evitar: considerar la sexualidad como algo negativo y reducir la sexualidad al coito o la reproducción.*



## 9.1 Algunas claves en la intervención

### *Actitud de escucha*

La emigración es una situación compleja y a veces emocionalmente costosa por las separaciones, soledades y complicaciones vitales que conlleva. Tal vez el primer objetivo sensato y modesto que podríamos plantearnos será el de cultivar una actitud de escucha. Atender, prestar oídos, y en la medida de lo posible, empatizar con la persona que tenemos delante.

### *No podemos abarcarlo todo*

Las profesionales y los profesionales que trabajan con la población inmigrada no pueden ser especialistas en todo, y no se puede cubrir todas las necesidades posibles, orientar en todos los campos existentes.

### *Abordar el tema de la sexualidad*

Algunas buenas oportunidades para abordar o introducir el tema de la sexualidad serían las conversaciones y/o las situaciones de asesoramiento sobre temas de salud, de higiene, de igualdad de género, de derechos humanos, de derechos y deberes de los ciudadanos, de habilidades sociales, de recursos que les ofrece su comunidad. Es decir es importante trabajar en la vida cotidiana las actitudes, creencias y conocimientos en torno a la sexualidad.

Cualquier contexto en el que exista una relación de cierta confianza y un ambiente relativamente distendido puede dar lugar a tratar temas de salud sexual.

Por su cultura o porque consideran que el tema de sexualidad es un tema más oculto, puede haber personas que queriendo aprender o consultar sobre ello no acaban de animarse. En realidad, puede que no sepan que estamos dispuestos a hablar con ellas o con ellos también de este tema. Una buena forma de mostrar esta disponibilidad es dando nosotros el primer paso de todo lo que le contemos, pero además aprenderán que “pueden contar con nosotros o nosotras” también en este tema. Es mucho más fácil hablar de sexualidad con quien se le ha oído hablar del tema. A veces no basta con quitar el cerrojo para que la puerta esté abierta, hay que abrirla.

## 9.2 Concepto de sexualidad en clave multicultural

Cada cultura genera unas ideas sobre sexualidad: qué se entiende por “sexualidad”, por erótica, y qué importancia se les concede socialmente, así como prohibiciones, permisos y prescripciones al respecto. También se generan en cada cultura unas ideas diferentes sobre los roles de género, los papeles asignados a mujeres y hombres, y qué significa ser mujer o ser hombre.

*Puesto que los gustos y las ideas son variados, cada persona tiene el derecho de mantener sus propias creencias con respecto a la sexualidad, así como a mantener las prácticas que considere oportunas. El único límite a la libertad personal en materia de sexualidad es el derecho de la otra persona.*

En clave multicultural, podemos movernos en los mismos parámetros: toda cultura tiene el derecho de construir su propia visión de la sexualidad, siempre dentro del marco de respeto a

los derechos humanos .Este respeto no es incompatible con el análisis y la reflexión sobre las posibilidades que abren las distintas ideas sobre sexualidad, en cada cultura. Las ideas nacen, crecen, cambian o se modifican... gracias al pensamiento reflexivo.

1.	Según la OMS (2000) la educación sexual es la promoción del pensamiento crítico conducente al logro de actitudes positivas hacia la sexualidad y fomento del proceso por medio del cual el individuo pueda reconocer, identificar y aceptarse como un ser sexuado y sexual a lo largo del ciclo vital, libre de ansiedad, temor o sentimiento de culpa.
2.	Los objetivos de educar y atender la sexualidad nos tienen que permitir trabajar con todas las sexualidades de todas las personas.
3.	Cada cultura genera unas ideas sobre sexualidad: qué se entiende por “sexualidad”, por erótica, y qué importancia se les concede socialmente, así como prohibiciones, permisos y prescripciones al respecto. También se generan en cada cultura unas ideas diferentes sobre los roles de género, los papeles asignados a mujeres y hombres, y qué significa ser mujer o ser hombre.
4.	Heterogeneidad de la comunidad gitana. Los comportamientos y las vivencias que cada persona tiene sobre la sexualidad, además de por aspectos relacionados con la identidad cultural, también están influidos por otras variables como las creencias religiosas, el nivel educativo, la situación económica, otros determinantes sociales, etc. Valores importantes son: la virginidad, la fidelidad, diferencias de género y ser considerado como un tema tabú del que es difícil hablar fuera del ámbito privado.
5.	La población inmigrada tendrá características diferentes según diferencias culturales en función del país de origen; especialmente reseñables son las ideas sobre la sexualidad femenina, el valor de la virginidad, la poligamia, la planificación familiar; desconocimiento de la genitalidad masculina y femenina (anatomía y fisiología); desinformación respecto a prácticas de riesgo y sobre sexo seguro; mitos y tabúes sobre la masturbación, impotencia sexual, uso de preservativo como medio de prevención del VIH-SIDA, práctica de sexo antes del matrimonio o en edades tempranas, ciertas prácticas sexuales, orientación, identidad sexual.
6.	Es importante trabajar la educación sexual teniendo en cuenta algunas claves: idioma que comprendan , lenguaje sencillo y con apoyo de audiovisuales, partir de lo que conocen, trabajar con sus figuras de referencia que conseguirán una mayor proximidad en el mensaje

### 9.3 Particularidades de educación sexual con población gitana

Cuando trabajamos con la comunidad gitana en el abordaje de la sexualidad, deberíamos tener muy en cuenta las diferencias culturales existentes, no solo en este ámbito, sino también en otros muchos. La comunidad gitana es hoy en día muy heterogénea internamente.

No obstante, podemos destacar algunos elementos diferenciadores respecto a comportamientos y vivencias relacionadas con la sexualidad. Aunque, lógicamente, no todas ellas están presentes con la misma intensidad en todas las personas gitanas ni en todas las familias.

- Se une estrechamente la sexualidad con la procreación y ésta con el tránsito al estatus de persona adulta.
- Para muchas personas gitanas, hablar de sexualidad es hablar de relaciones sexuales. Este aspecto dificulta el abordaje educativo, ya que en la comunidad gitana no es común hablar de manera abierta y natural sobre estas cuestiones
- Otros contenidos que pueden ser mejor aceptados son los vinculados con la sexualidad en la pareja: la fertilidad, la planificación familiar, los cuidados en el embarazo, el parto y posparto, etc. En todo caso, también en algunos sectores pueden ser abordadas las ITS.
- Desde una visión tradicional, presente en un importante sector de la comunidad gitana, las relaciones sexuales son concebidas en el marco del matrimonio.



Por ello, es importante que tengamos en cuenta algunas características específicas al respecto:

- Muchas familias gitanas potencian que sus hijos e hijas se casen a edades más tempranas que en otras sociedades. Esto se hace desde una motivación de protección, ya que el estatus de hombre se alcanza cuando éste se casa y el de la mujer cuando es madre. Se considera que de esta manera se acorta el espacio de juventud, más proclive a riesgos, y se incorporan a una etapa adulta de mayor estabilidad y responsabilidad.
- Asimismo, muchas familias gitanas buscan que el matrimonio se produzca dentro de la misma familia extensa. También en esta práctica podemos encontrar motivaciones de protección hacia los hijos-as, así como mecanismos de fortalecimiento de las familias.
- Uno de los valores tradicionales, más presentes en un sector importante de la comunidad gitana, es el de la virginidad de las mujeres hasta el matrimonio. De esta manera se puede alcanzar el derecho a “una boda de gloria.” Para las mujeres gitanas que mantienen este valor, alcanzar este derecho es muy importante, pues con ello demuestran respeto a su familia. Teniendo en cuenta que el objetivo principal del matrimonio gitano es tener hijos e hijas, se da una paternidad y maternidad temprana.



Organizaciones que trabajan con la comunidad gitana en Asturias como UNGA y Fundación Secretariado Gitano realizan el siguiente análisis sobre la sexualidad en la comunidad gitana recogido en el documento “Programa de Educación Sexual con Asociaciones”<sup>8</sup>:

- La fidelidad es clave en el matrimonio gitano, tanto para el hombre, como para la mujer, de tal forma que si se falta a este valor existen costumbres que sancionan ese acto. Finalmente, volvemos a insistir en la heterogeneidad de la comunidad gitana. Los comportamientos y las vivencias que cada persona tiene sobre la sexualidad, además de por aspectos relacionados con la identidad cultural, también están influidos por otras variables como las creencias religiosas, el nivel educativo, la situación económica, otros determinantes sociales, etc.
- La comunidad gitana es muy cerrada respecto a la sexualidad. Dificultades para el abordaje grupal de este tema y existen más posibilidades de trabajo individual a través de educadores/ mediadores de confianza.
- Diferencias de género. En mujeres es importante trabajar desde lo afectivo. La virginidad, femenina es un valor de honra personal familiar y social. Respecto a la salud sexual en las mujeres existe dificultad para acudir al ginecólogo
- Se considera prioritaria la planificación familiar, y es necesario trabajar con la pareja, ya que en muchos casos el que decide es el marido. Importancia de tener un hijo varón a la hora de tratar la planificación familiar.
- Inicio de las relaciones sexuales, más temprano en chicos que en chicas, y con más relaciones ocasionales. Las mujeres con relaciones extraconyugales, pueden ser desterradas de la comunidad.
- La diversidad sexual, no se entiende, y es rechazada por parte de la comunidad gitana.

La comunidad ROM (gitana del Este de Europa), en Asturias, vive en su mayor parte en situación de exclusión, por lo que es más dificultoso abordar la sexualidad.

### 9.3.1 Educación sexual y aspectos metodológicos

Llevar a cabo el programa de educación sexual en la comunidad gitana tiene como objetivo ayudar a vivir la dimensión sexual teniendo en cuenta las particularidades culturales y personales de la comunidad gitana. Para ello será fundamental crear un espacio de confianza y respeto para:

- Reflexionar sobre los cambios físicos y psicológicos a lo largo de la vida y como los viven
- Informar sobre salud sexual y reproductiva (métodos anticonceptivos, ITS, embarazo, parto...).
- Favorecer el cambio de opiniones sobre roles de hombre/mujer gitano/ gitana (identidad sexual).

<sup>8</sup> García Ruiz M. (2011) “Programa de Educación Sexual con Asociaciones”. Consejería de Salud y Servicios Sanitarios. [http://www.asturias.es/Astursalud/Ficheros/AS\\_Salud%20Publica/AS\\_Promocion%20de%20la%20Salud/Programas%20de%20Educaci%C3%B3n/educ\\_sexual\\_asociaciones\\_15.pdf](http://www.asturias.es/Astursalud/Ficheros/AS_Salud%20Publica/AS_Promocion%20de%20la%20Salud/Programas%20de%20Educaci%C3%B3n/educ_sexual_asociaciones_15.pdf)

- Reflexionar sobre las relaciones, la pareja, el matrimonio y los valores.
- Trabajar habilidades de comunicación en pareja y/o relaciones padres e hijos, familia.
- Es clave trabajar siempre con mediadores y mediadoras gitanas formados en este campo conjuntamente con profesionales conocedores de la comunidad gitana.
- Los grupos deben ser formados conforme a estos criterios: separados chicos y chicas por edades según su estado civil, con grupos específicos para “las mozas y los mozos”. Se parte siempre de los conocimientos que el grupo concreto posee sobre el tema. Cuáles son sus principales intereses respecto al tema. Lenguaje sencillo, explicaciones breves y lenguaje respetuoso
- Metodología participativa, activa, flexible. Se trabaja preferiblemente en el propio medio de los destinatarios.
- Que sean los propios gitanos y gitanas que transmitan la información y los conocimientos adquiridos a su comunidad con los talleres.

### **9.3.2 Particularidades de educación sexual con población inmigrada**

La población inmigrada tendrá características diferentes que están relacionadas con:

- Diferencias culturales en función del país de origen; especialmente reseñables son las ideas sobre la sexualidad femenina, el valor de la virginidad, la poligamia, la planificación familiar; desconocimiento de la genitalidad masculina y femenina (anatomía y fisiología); desinformación respecto a prácticas de riesgo y sobre sexo seguro; mitos y tabúes sobre la masturbación, impotencia sexual, uso de preservativo como medio de prevención del VIH-SIDA, práctica de sexo antes del matrimonio o en edades tempranas, ciertas prácticas sexuales, orientación, identidad sexual...
- Influencia de otros factores como la edad de llegada a España, el tiempo de estancia en el país de acogida o las vivencias personales previas de cada usuario.
- Conceptos, valores y educación sexual condicionada, en gran medida por los roles de hombre y mujer en sus culturas de origen.
- Escaso seguimiento sanitario. Tabúes vinculados a la sexualidad y las enfermedades.
- Selección de métodos anticonceptivos próximos a su concepto de sexualidad.



## 9.4 Propuestas para la intervención en prevención de ITS /VIH

### 9.4.1 Percepción de riesgo y reforzar las prácticas sexuales seguras

Que los y las jóvenes asuman riesgos no siempre quiere decir que no los perciban, sería conveniente profundizar más en cómo opera o funciona este binomio en cada joven y valorar si puede llegar a ser buen indicador que oriente la prevención.

Por ejemplo, el sexo oral, para muchos chicos jóvenes subsaharianos no se percibe como una práctica riesgo a través de la cual se pueda transmitir el VIH ni otras ITS, por lo tanto, asumirán el riesgo sin decidir previamente que lo quieren asumir y no se adoptará ninguna medida de protección. Este caso las estrategias preventivas deberían estar dirigidas a trabajar, en primer lugar, la percepción del riesgo en esta práctica concreta y determinar qué factores la están manteniendo esa nula percepción y posteriormente sería conveniente detectar que posibles elementos pueden determinar que se asuman los riesgos a pesar de que se perciban.

Otro ejemplo, en el caso de los chicos jóvenes gitanos, sí se percibe el riesgo en las prácticas sexuales con mujeres que ejercen la prostitución y se decide no asumir ese riesgo y se usa el preservativo. Sin embargo, no se percibe el riesgo cuando se trata de un mujer paya que no ejerza la prostitución y ni cuando se trata de esposa gitana, aquí se asumen los riesgos sin decidir previamente que se quieren asumir y no se usan medidas preventivas.

Es necesario diseñar estrategias de prevención desde la perspectiva de género dirigidas a la mayoría de los grupos de jóvenes que limitan la capacidad y el poder de las mujeres para negociar el uso del preservativo.

*En relación con la población subsahariana son estrategias para trabajar sobre la prevención.*

Contar con folletos informativos en sus idiomas de origen con los siguientes contenidos:

1. Información básica sobre la diferencia entre VIH y Sida.
2. Los fluidos corporales por los que se puede transmitir el VIH, vías de transmisión y condiciones necesarias para su transmisión.
3. Incidir en las prácticas sexuales de riesgo, fundamentalmente aumentar su percepción de riesgo en el sexo oral y el uso de preservativo en todas sus prácticas sexuales.
4. Ampliar de una manera sencilla y clara sus conocimientos sobre la existencia de otras infecciones de transmisión, sus síntomas, prácticas sexuales a través de las cuales se transmite... etc.
5. Proporcionarles información sobre la prueba de VIH, sus características, el procedimiento a seguir, cuándo es necesario hacerla, el periodo ventana, sus garantías de anonimato, confidencialidad, los lugares en los que se realiza en Asturias, con el objetivo principal de fomentar entre los inmigrantes subsaharianos la realización de la prueba de VIH.

En los talleres de educación sexual aspectos organizativos que pueden favorecer el trabajo:

1. Participación de un mediador o mediadora subsahariano o figura de referencia para el grupo.
2. Impartidos a través del lenguaje verbal o audiovisual cuando el nivel de alfabetización del grupo no sea muy alto.
3. Dividir los talleres por grupos en función del sexo y la edad.

*Para trabajar con la población gitana la prevención del VIH, las ITS o la realización de la prueba de VIH hay que destacar algunas claves:*

La manera particular que tiene la comunidad gitana de entender, vivir y tratar el tema de la sexualidad determina la manera de trabajar este tema con ellos. En primer lugar, podemos encontrar dificultades u obstáculos para realizar un taller en el que el tema principal sea la sexualidad o la educación sexual.

Esto no significa que sea un tema imposible de trabajar con la comunidad gitana, hay tener en cuenta su idiosincrasia, sus diferencias, sus particularidades para poder generar medios de transmisión de la información eficaces y viables para esta comunidad.

Los talleres deben impartirse a través del lenguaje verbal o audiovisual; detrás de cualquier material escrito debe haber siempre una explicación oral, clara, directa.

Los talleres deben ajustarse temporalmente a la capacidad de atención y retención de las personas gitanas que asistan, no deben ser talleres con una larga duración.

Otro aspecto a tener en cuenta a la hora de abordar el tema de la sexualidad en la comunidad gitana es conocer si los jóvenes que acuden a los talleres son creyentes y practicantes de la religión evangelista porque como sostiene una informante clave, este tema se debe trabajar de otra manera, serían jóvenes que probablemente no mantengan ningún tipo de relación sexual antes del matrimonio.

A la hora de enfocar un trabajo de prevención sobre VIH o las ITS hay que tener en cuenta la edad media en la que los chicos gitanos empiezan a mantener sus primeras relaciones sexuales antes del matrimonio que normalmente puede estar entorno a los 15 o a los 17 o 18 años. A partir de los 19 años se casan y tendrían sus primeros hijos.



## 10. Bibliografía

García Ruiz M., Fernández del Valle J., Bravo Arteaga A., Cofiño Fernández R., Suárez Álvarez O. (2007) "Evaluación de la implementación de un programa de prevención de la transmisión sexual del VIH en jóvenes residentes en Centros de Menores de Protección y Reforma de Asturias, País Vasco y Castilla León." Estudio Fipse 24409. 2004/2005. Oviedo. Consejo de la Juventud de Asturias.

García Ruiz M., Fernández del Valle J., Franco Vidal A., de Dios del Valle, Suárez Álvarez O. (2005). "Conocimientos, actitudes y comportamientos relacionados con la transmisión sexual del VIH en jóvenes residentes en Centros de menores de protección y Reforma de Asturias, País Vasco y Castilla León." Estudio FIPSE 15214/01. 3ª edición Premios Virgilio Palacio. Servicio de Salud del Principado de Asturias.

García Ruiz M., Suárez Álvarez O. (2007). Programa de Educación Sexual en Centros de Menores de Asturias." Oviedo. Instituto Asturiano de Atención a la Familia, Infancia y Adolescencia. Consejería de Vivienda y Bienestar Social del Principado de Asturias.

García Ruiz M., Suárez Álvarez O. (2007). "Programa de Educación Sexual y Prevención de VIH en Acogimiento Residencial. Experiencias en Asturias y País Vasco." Oviedo. FIPSE.

García Ruiz M. "Educación sexual en Acogimiento residencial" en Bravo A. y Fernández del Valle J. Intervención Socioeducativa en Acogimiento Residencial (2009). Colección Documentos Técnicos. Gobierno de Cantabria.
Dios del Valle, R de, García Ruiz, M., Suárez Álvarez, O. (2006). Discapacidad intelectual y sexualidad: conductas sexuales socialmente no aceptadas. Oviedo: Consejería de Vivienda y Bienestar Social del Principado de Asturias.
García Ruiz, M., Dios del Valle, R de (2007). Discapacidad intelectual y sexualidad: Programa de Educación Sexual en Centros de Atención a Personas Adulta Oviedo: Consejería de Vivienda y Bienestar Social del Principado de Asturias. Documentos Técnicos19.Oviedo
García Ruiz, M. Dios del Valle, R. Franco Vidal, A. Programa de prevención de la transmisión de V.I.H. Intervención psicosocial 1.997; 2(2): 265-77
García Ruiz, M. Dios del Valle, R. (2002) Educación Sexual y Discapacidad Psíquica. FAPDAS. Oviedo
García Ruiz M. (2004) .Programa de Educación Sexual para Mujeres con Discapacidad. FASAD. Oviedo
García Ruiz M., Suárez Álvarez O (2007). Programa de Educación Sexual en Centros de Menores de Asturias. Instituto Asturiano de Atención a la Familia, Infancia y Adolescencia.
García Ruiz M., Suárez Álvarez O (2007). Programa de Educación Sexual y Prevención de VIH en Centros de Menores. Experiencias en Asturias y País Vasco. FIPSE.
García Ruiz M., "Educación Sexual a través del Arte" en Libro de Actas del II Congreso Nacional de Estudiantes de Psicología CEP-PIE 200: Psicologías 2.0: Creciendo como psicólogos investigación e Intervención. Facultad de Psicología Universidad de Oviedo.2009. pg. 102
García Ruiz M (2004) Guía de Mediación y Educación Sexual. Consejo de la Juventud de Asturias Oviedo.
Consejo de la Juventud de Asturias. Cine, emoción y VIH. (2006).Oviedo
García Ruiz M (2004) Cine y Educación Sexual. Consejo de la Juventud de Asturias Oviedo.
Consejo de la Juventud de Asturias (2008). Sexorama. Oviedo
Consejo de la Juventud de Asturias.(2008) Educación Sexual con Arte. DVD.
García Ruiz M. "Educación sexual en Acogimiento residencial" en Bravo A. y Fernández del Valle J. Intervención Socioeducativa en Acogimiento Residencial (2009). Colección Documentos Técnicos. Gobierno de Cantabria.
García Ruiz M. (2009), "Educación Sexual y Discapacidad. Talleres de Educación Sexual con personas con discapacidad. Material didáctico." Axencia Asturiana pa la Discapacidad. Consejería de vivienda y Bienestar Social del Principado de Asturias.



<p>Bravo Arteaga A., Fernández del Valle J., García Ruiz Mercedes (2006). Estudio sobre la sexualidad de la juventud asturiana. Universidad de Oviedo, Consejo de la Juventud del Principado de Asturias y Consejería de Salud del Principado de Asturias. Oviedo</p>
<p>Mosquera Teneiro C., Uría Urraza M, García Ruiz M (2006) La salud de las mujeres en Asturias. Consejería de Salud del Principado de Asturias. Oviedo</p>
<p>García Ruiz M. (2011) “Educación Sexual con Asociaciones” Consejería de Salud y Servicios Sanitarios del Principado de Asturias. Oviedo</p>
<p>García Ruiz M. (2011) “Educación Sexual con las familias” .DVD. Consejería de Salud y Servicios Sanitarios del Principado de Asturias. Oviedo</p>
<p>García Ruiz M. (2011) “Programa de Educación Sexual con Familias desde Atención Primaria” Consejería de Salud y Servicios Sanitarios del Principado de Asturias. Oviedo</p>
<p>García Ruiz M. (2011) “Información sobre la Prevención del VIH en Poblaciones Vulnerables. Propuestas para la comunicación en prevención.” Premio Virgilio Palacio. Infecciones de Transmisión Sexual en la 8ª Edición 2010 .Médicos del Mundo. Hospital Monte Naranco. Oviedo</p>
<p>García Ruiz M. et al (2012). “Guía: Pautas de actuación para los profesionales de menores ante situaciones de abuso sexual” Consejería de Bienestar Social y Vivienda. Gobierno del Principado de Asturias</p>





**Parte práctica:**  
**Talleres y dinámicas para la  
educación sexual**

# **1. Educación sexual en la infancia y adolescencia**

## **1.1 Concepto de Sexualidad**

**¿Qué entiendes por?**

**¿Quién es quién?**

**Verdadero o falso**

**Adivina-advinanza**

**Playsextion con precausexsiion**

## **1.2 Talleres de Desarrollo Evolutivo**

**¿Quién soy yo?**

**Cómo disfrutar**

**Mi cuerpo cambia**

**Cada cosa por su nombre**

## **1.3 Aparato Reproductor Femenino y Ciclo Menstrual**

**El ciclo menstrual**

**¿Cómo funciona mi cuerpo?**

**Mitos sobre la regla. Me cuido.**

## **1.4 Prevención de VIH, ITS y END**

**¿Qué sabemos del VIH?**

**Sexo sin riesgo**

**Don Preservativo**

**Lazos del Sida**

**Conmemoración del Día Mundial contra el Sida**

## **1.5 Roles de Género**

**Roles de género**

**Conmemoración del Día Internacional de la Mujer**

## **1.6 Identidad y Orientación: Identidad y Sociedad**

## **1.7 Materiales**

## 1.1 Concepto de Sexualidad

### ¿Qué entiendes por?

**OBJETIVOS:** Afianzar conceptos básicos sobre la sexualidad.

**DESTINATARIAS:** Menores entre 11 y 18 años.

**DURACIÓN:** 1 hora.

**DESARROLLO:** Se divide a los y las menores en grupos. A cada grupo se le asigna un concepto diferente: sexualidad, género, perfección, belleza y presión, con la que trabajarán y reflexionarán mediante unas sencillas preguntas a las que responderán por medio de la técnica “lluvia de ideas”:

*¿Qué es lo primero que os viene a la cabeza cuando escucháis esta palabra?*

*¿Qué sentís al escuchar esta palabra?*

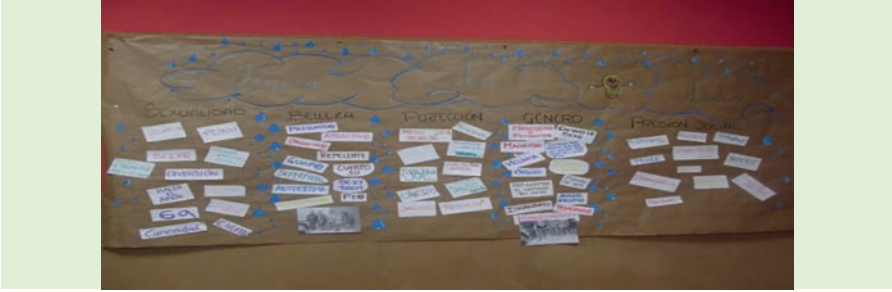
*¿Con qué lo relacionáis?*

A continuación cada grupo elaborará un collage sobre las ideas recogidas de cada concepto.

**RECURSOS:** Papel continuo, cartulinas, folios, rotuladores, tijeras, pegamento,...

**Ejemplo:**

¿Qué es lo primero que te viene a la cabeza al escuchar la palabra sexualidad?	¿Qué sentís al escuchar la palabra sexualidad?	¿Con qué lo relacionáis?
Reproducirse	Miedos	Con hacer el amor
Amor	Curiosidad	Con el porno
Reproducirse	Nervios	Con la pareja
Calentón	Dudas	Con la intimidad
Transmisión de enfermedades	Diversión	Con la reproducción
Chupar	Tranquilidad	
Masturbarse	Placer	



## ¿Quién es quién?

**OBJETIVOS:** Afianzar conceptos básicos sobre la sexualidad.

**DESTINATARIAS:** Menores entre 11 y 18 años.

**DURACIÓN:** 1 hora.

**DESARROLLO:** En relación con el mural anterior del taller “¿Qué entiendes por?”, cada grupo tendrá distintas imágenes que deberán identificar con los conceptos correspondientes: sexualidad, género, perfección, belleza y presión. Podrán elegir una imagen para representar su palabra o crearla ellos mismos haciendo una fotografía.



**RECURSOS:**

Imágenes y fotografías previamente seleccionadas, cámara de fotos, mural del taller “¿Qué entiendes por?”, pegamento y rotuladores.

## Verdadero o falso

**OBJETIVOS:**

- Conocer el concepto de sexualidad
- Favorecer actitudes hacia una sexualidad sana

**DESTINATARIAS:** Menores a partir de 13 años

**DURACIÓN:** 45 minutos.

**DESARROLLO:** Se divide a los y las participantes en dos grupos .Se entrega a cada grupo una hoja de trabajo para que decidan si las afirmaciones que aparecen en la misma son verdaderas o falsas. Se deja un tiempo para que tomen en conjunto las decisiones. Posteriormente, un portavoz de cada grupo expone sus conclusiones. En gran grupo se van analizando las distintas respuestas.

**RECURSOS:** Hojas de trabajo, bolígrafos.

<b>HOJA DE TRABAJO: ¿VERDADERO O FALSO?</b>	
1.	La sexualidad comienza en la vida de las personas con la llegada de la adolescencia y finaliza con la llegada de la vejez.
2.	El petting es una forma de expresar la sexualidad tan placentera como cualquier otra.
3.	En las relaciones sexuales debe ser el hombre quien tome la iniciativa.
4.	La masturbación perjudica la salud.
5.	Las zonas erógenas están distribuidas de los pies a la cabeza.
6.	El tener relaciones de pie impide el embarazo.
7.	Todos lo hacen entonces está bien.
8.	Nadie queda embarazada a la primera.
9.	Los hombres no deben expresar sus emociones en público.
10.	La falta de himen en la mujer es la prueba de que ya no es virgen.
11.	La homosexualidad es una forma de expresar la sexualidad.
12.	Si la mujer no sangra en su primera relación sexual quiere decir que no es virgen.
13.	El embarazo precoz no posibilita a los adolescentes mejorar sus condiciones educativas, sociales, económicas y culturales.
14.	La masturbación no es cosa de mujeres.
15.	Es común que durante la adolescencia se acceda a dar la “prueba de amor” por miedo a ser abandonados por la pareja.
16.	Hoy en día, hombres y mujeres pueden compartir las tareas domésticas y fuera del hogar.
17.	Existe el riesgo de embarazo si se mantienen relaciones sexuales durante menstruación.

## Adivina-Adivinanza

### OBJETIVOS:

Familiarizarse con distintos conceptos relacionados con la sexualidad

Analizar las actitudes de las y los participantes hacia ciertos conceptos y conductas sexuales

**DESTINATARIOS/AS:** Menores a partir de 13 años.

**DURACIÓN:** 30 minutos

**DESARROLLO:** Se divide a los y las participantes en dos grupos y se elige un representante de cada uno. Se barajan las tarjetas de conceptos y se entrega una a cada representante, que deberá intentar explicar el concepto mediante mímica para que su grupo lo adivine. El grupo contrario será conocedor del concepto a representar. Una vez finalizada la dinámica se comentará en gran grupo que conceptos han sido los más difíciles de adivinar y por qué.

**RECURSOS:** Tarjetas de conceptos: sexualidad, vagina, heterosexualidad, ovarios, homosexualidad, testículos, bisexualidad, espermatozoide, transexualidad, óvulo, travestismo, coito, abstinencia, petting, masturbación masculina, masturbación femenina, reproducción, menstruación, pene, virginidad, erótica.

## Playsextion con precausexion

### OBJETIVOS:

- Promover un concepto de sexualidad saludable.
- Destapar mitos y falsas creencias sobre la sexualidad.
- Informar sobre las Infecciones de Transmisión Sexual.
- Dar a conocer los distintos métodos anticonceptivos.
- Informar sobre los cambios corporales y fisiológicos en las diferentes etapas.
- Prevenir el VIH.
- Visibilizar las diferentes orientaciones del deseo: homosexual y heterosexual.
- Promover una disminución de los comentarios de tipo homófobo.



**DESTINATARIAS:** Menores entre 12 y 18 años.

**DURACIÓN:** Dos sesiones de una hora cada una.

**DESARROLLO:**

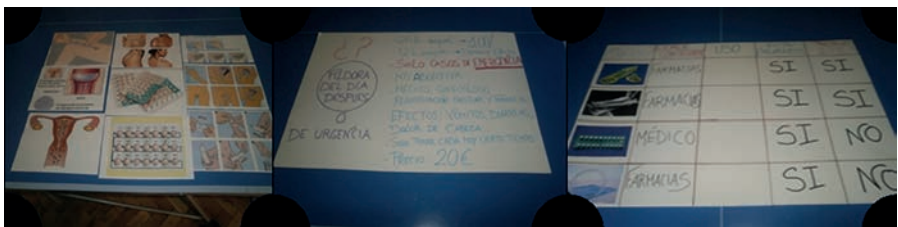
**SESIÓN 1:**

**Actividad 1**

Los y las menores se sientan en círculo con un educador o educadora en el centro, que irá diciendo palabras que puedan estar o no relacionadas con el concepto de sexualidad. Cuando los y las menores escuchen palabras que consideren relacionadas con la sexualidad se tienen que poner en pie.



**Actividad 2:** A través de carteles informativos, el equipo educativo explica conceptos relacionados con los cambios corporales y fisiológicos, aparatos reproductores femenino y masculino y métodos anticonceptivos, resolviendo las dudas que vayan surgiendo.



**SESIÓN 2:**

**Actividad 1: Quiz sobre VIH**

Los y las menores se sientan en círculo y se da un sobre al azar a cada participante, en el que hay una situación concreta. Cada menor tiene que preguntar a otro u otra si en la situación propuesta es posible la transmisión del VIH. Las situaciones podrían ser las siguientes:



- Por recibir una transfusión de sangre
- Por realizar una felación con preservativo
- Por ingerir flujo vaginal/semen
- Por usar la máquina de afeitar de otra persona
- Por besarse
- De una madre portadora al futuro hijo/a
- Por beber del mismo vaso
- Por realizar un cunnilingus con preservativo femenino
- Por practicar el coito anal con preservativo
- Por donar sangre
- Por compartiendo el cepillo de dientes
- Por picaduras de mosquito
- Compartiendo jeringuillas y agujas
- Practicar el coito vaginal sin preservativo masculino o femenino
- Utilizar baños públicos
- En una piscina
- Por tocar a alguien con VIH

### Actividad 2: Dados

Los y las participantes lanzan un dado con tres posibles opciones: 1, 2 y 3. Cada número se corresponde con una temática: homosexualidad, presión de grupo y la primera vez. Cada menor responderá a la pregunta que le toque.

Algunos ejemplos sobre las preguntas realizadas son:

1. ¿Si tus amigos/as te dicen que usar precaución en tus relaciones es una tontería, tú que creerías?
  - a) Les hago caso porque tienen razón, son mis colegas.
  - b) Decido por mí mismo, se las consecuencias y no me arriesgo.
2. ¿Están presentes los métodos anticonceptivos en la primera vez?
  - a) Si, tengo muy claro los riesgos y sus consecuencias
  - b) No, porque no puedo quedarme embarazada
3. ¿Si tu mejor amigo/a te confiesa ser homosexual le dejarías de lado?
  - a) No, porque no tiene nada que ver es su condición sexual
  - b) Si, porque me daría vergüenza

4. ¿Crees que la homosexualidad es una enfermedad reciente?
  - a) Si, es una enfermedad. No es posible que te guste una persona de tu mismo sexo
  - b) No es ninguna enfermedad
5. ¿Con el alcohol, crees que vas a ligar más?
  - a) Si, porque me corto menos y creo que ligo más
  - b) No, porque no soy consciente de mis actos

### Actividad 3: Buzón de preguntas y dudas

Se coloca un buzón de dudas donde de forma anónima, los y las menores van dejando sus preguntas. Al finalizar, las preguntas son escritas en un mural y se van colocando las respuestas en post-its.

**RECURSOS:** Papel continuo, cartulinas, post-its, rotuladores, tijeras, pegamento, caja para buzón, sobres, folios, dado.

## 1.2 Talleres de Desarrollo Evolutivo

---

### Taller “medrar con sentíu”

#### ¿Quién soy yo? (sesión 1)

**OBJETIVO:** Conseguir que los niños y las niñas adquieran conciencia de sí mismos y mismas.

**DESTINATARIAS:** Niños y niñas de 3 a 9 años.

**DURACIÓN:** De 30 a 45 minutos.

#### DESARROLLO:

##### Actividad 1 “Mi retrato”

Se entrega a los niños y niñas una hoja en blanco y se les pide que se dibujen a sí mismos y mismas como quieran y se vean. También tendrán que escribir (en función de la capacidad) en el margen derecho todas sus fortalezas, y en el izquierdo sus debilidades.

##### Actividad 2 “Lo que puedo y me gusta hacer”

Se pide a los y las menores que busquen entre las imágenes que se les entregan aquellas cosas que les gusta hacer y que hagan los demás y cuáles no.

##### Actividad 3 “¿Quién soy yo?”

Se les pasa a los y las menores un test que les permita reflexionar y conocerse mejor.

[http://gerza.com/dinamicas/categorias/todas/todas\\_dina/quien\\_soy.html#formato](http://gerza.com/dinamicas/categorias/todas/todas_dina/quien_soy.html#formato)

## Como disfrutar (sesión 2)

### OBJETIVO:

- Disfrutar de nuestro cuerpo y de las cosas que nos rodean.
- De forma transversal trabajar los roles de género.

**DURACIÓN:** De 30 a 45 minutos.

**DESTINATARIAS:** Niños y niñas de 3 a 9 años.

**DESARROLLO:** Se hace una breve exposición de la importancia de disfrutar de nuestro cuerpo y de las cosas que nos rodean, a través de los juegos, nuestros hobbies, trabajos, familia. Se reparten las fichas de trabajo, explicando cada una de ellas. Se hace hincapié en que cada menor jugará o utilizará lo que más le guste sin hacer caso a lo que le digan o lo que piense que debe coger porque de lo contrario estaría mal o podría ser motivo de burla.

**RECURSOS:** Folios, lápices, colores, fichas de trabajo del manual: Educación Afectivo-Sexual en la Educación Infantil. Material Didáctico. Edita: JUNTA DE ANDALUCÍA. Consejería de Educación y Ciencia. Dirección General de Evaluación Educativa y Formación del Profesorado

<http://www.juntadeandalucia.es/iam/catalogo/doc/iam/1999/14110945.pdf>

## Mi cuerpo cambia

### OBJETIVOS:

- Facilitar la adquisición de conocimientos sobre los cambios corporales durante la pubertad y la adolescencia.
- Abordar la adolescencia como una etapa más del desarrollo vital.
- Facilitar que puedan abordar el tema de la sexualidad con naturalidad.

**DESTINATARIAS:** Menores a partir de 12 años

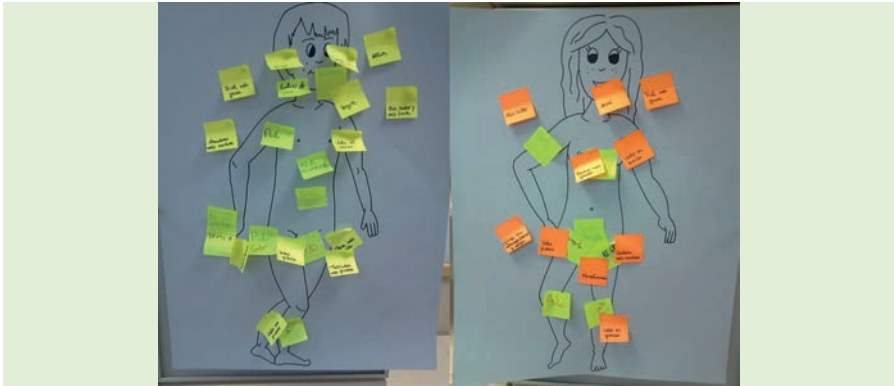
**DURACIÓN:** 1 hora.

### DESARROLLO

#### Actividad 1: “Panel con cuerpos”

Se presentan dos paneles tamaño DIN-A3 con las siluetas de un chico y una chica desnudos. Se llena la mesa de trabajo de post-it y rotuladores.

Mediante la técnica “Tormenta de ideas” se les pide que escriban en los post-it los cambios que consideran que sufren los cuerpos tanto femenino como masculino a lo largo de la pubertad y que los peguen en el cuerpo que corresponde.



### Actividad 2: “¿Qué me está pasando?”

Sin cuestionar la veracidad de las ideas surgidas en la actividad anterior se visiona el vídeo “¿Qué me está pasando?”

<https://vimeo.com/69701047>

Una vez visto el vídeo se completan los paneles con nuevos post-it, se matizan algunos y se suprimen otros por ser falsos. Se aclaran conceptos y se resuelven dudas.

**RECURSOS:** Cartulinas, rotuladores, post-its, vídeo

---

## Cada cosa por su nombre

### OBJETIVOS

- Facilitar la adquisición de conocimientos sobre el cuerpo humano.
- Facilitar que los y las menores puedan abordar el tema de la sexualidad con naturalidad

**DESTINATARIAS:** Menores a partir de 12 años.

**DURACIÓN:** 45 minutos

**DESARROLLO:** Con apoyo visual, se enseña a las y los menores la anatomía genital femenina y masculina tanto interna como externa. Se explican los nombres, se especifican las funciones y se clarifican dudas.

**RECURSOS:** Paneles de anatomía genital tanto femenina como masculina.

## 1.3 Aparato Reproductor Femenino y Ciclo Menstrual

### ¿Cómo funciona mi cuerpo?

#### OBJETIVOS:

- Facilitar la adquisición de conocimientos sobre el cuerpo femenino.
- Conocer el ciclo menstrual identificando sus fases y reconociendo síntomas en el propio cuerpo.

**DESTINATARIAS:** Menores preadolescentes y adolescentes.

**DURACIÓN:** 1 hora

#### DESARROLLO:

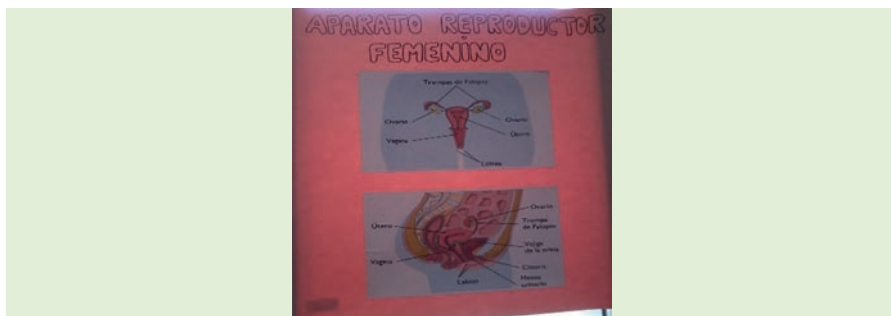
##### Actividad 1: “Cambios en el cuerpo de la mujer”

Se visiona un video sobre los cambios en el cuerpo femenino cuando llega la pubertad.

<https://www.youtube.com/watch?v=xZS8Je4suCY>

##### Actividad 2: “Aparato Reproductor Femenino”

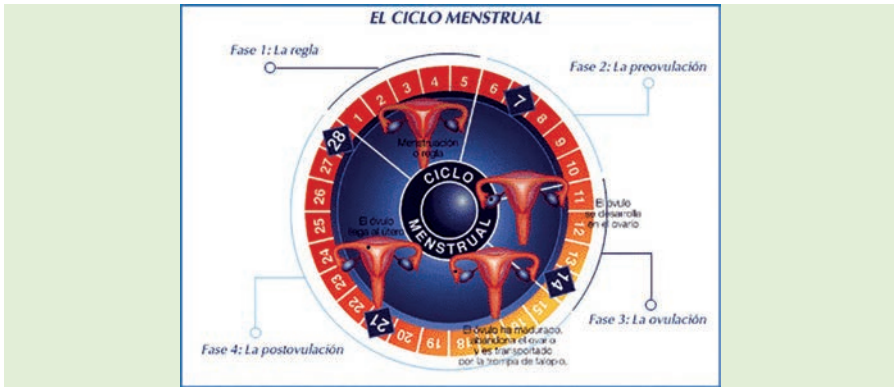
Mediante un panel con dos esquemas del aparato reproductor femenino, las menores intentan reconocer y nombrar cada una de las partes que lo conforman: ovarios, vagina, útero, trompas de Falopio, óvulo. Ponen el nombre en un post-it y lo colocan en el lugar correspondiente. Seguidamente se hace una lluvia de ideas sobre las funciones de cada parte y se clarifican conceptos y dudas.



##### Actividad 3: “La menstruación: fases y síntomas”

Se reflexiona en gran grupo sobre la menstruación: ¿qué es? ¿Cuándo aparece? ¿Por qué? Después se realiza un visionado de un vídeo explicativo sobre el ciclo menstrual. <http://www.educatube.es/ciclo-menstrual/>

Se entrega hoja explicativa con las diferentes fases del ciclo menstrual y los síntomas propios de cada una. Se realiza una lectura en común y se da oportunidad a las niñas de hablar de su propia experiencia y reconocer síntomas en ellas mismas. Se resuelven dudas.



### LAS FASES DEL CICLO MENSTRUAL Y SUS SÍNTOMAS

Cuando las mujeres empiezan a familiarizarse con la regla aprenden a distinguir, aunque sea vagamente, los signos de cada fase del ciclo menstrual. Estos son algunos de los síntomas más frecuentes atendiendo a la fase en la que se encuentre el ciclo menstrual:

#### Fase de preovulación (días posteriores a la regla)

- Sensación de plenitud, de energías renovadas y fuerza
- Te sientes capaz de hacer cualquier cosa

#### Fase de ovulación (unas dos semanas después de la regla)

- Dolor punzante en un lado de la parte baja del vientre
- Aumento de la secreción vaginal (flujo)

#### Fase de postovulación (unos días antes de la regla)

Es la fase con más cambios físicos y también psíquicos, hasta el punto que algunas mujeres pueden sufrir el síndrome premenstrual. Los síntomas más comunes son: tristeza y melancolía, falta de concentración, hinchazón en el bajo vientre y aumento de la grasa en piel y cabellos.

#### Menstruación o regla

La hemorragia es la característica principal de esta fase, que puede durar entre 3 y 7 días, aunque tampoco sería raro que durase más tiempo. La cantidad de flujo perdido varía dependiendo de cada mujer, expulsando casi el 90% del flujo durante los primeros 3 días de regla. Otros síntomas propios de la menstruación son:

- Dolores en el bajo vientre (parecidos a los retortijones)
- Dolor de espalda y piernas
- Mareos

- Náuseas y vómitos
- Diarrea

**RECURSOS:** Panel con aparato reproductor femenino, post-it, bolígrafos, hoja explicativa de fases y síntomas, vídeos.

## Mitos sobre la regla. Me cuido.

### OBJETIVOS:

- Resolver dudas y desterrar mitos relacionados con la menstruación.
- Adquirir habilidades específicas de higiene íntima.
- Implicar a las menores en el control de su ciclo menstrual

**DESTINATARIAS:** Menores preadolescentes y adolescentes

**DURACIÓN:** 45 minutos

### DESARROLLO:

#### Actividad 1: Mitos y verdades sobre la menstruación.

Se entrega a las menores una serie de afirmaciones sobre la regla y se debate sobre si son verdaderas o falsas.

MITOS Y VERDADES SOBRE LA REGLA. ¿VERDADERO O FALSO?
No debes bañarte, ducharte ni lavarte el pelo durante la regla
Si te quedas muy delgada, dejas de menstruar
Si tengo la regla, no puedo regar las plantas ni hacer mayonesa.
No puedes usar tampón con la primera regla.
Los tampones no afectan la virginidad.
En los últimos días de la menstruación no tienes que cambiarte de tampón con la misma frecuencia que al principio de la regla.
No puedes tener relaciones sexuales completas con la regla.
Las mujeres no pueden quedarse embarazadas si tienen relaciones sexuales con la regla.
Algunos medicamentos impiden que te baje la regla.
No puedes quedarte embarazada antes de la primera regla.

#### Actividad 2: Higiene femenina. Uso adecuado de compresas y tampones

Se explica a las menores cómo se realiza la higiene íntima correctamente. Se les explica cómo se utilizan las compresas y tampones y cómo se desechan. Se escoge el producto adecuado según las circunstancias personales. Se realiza el visionado del vídeo específico

sobre el tema.

<https://www.youtube.com/watch?v=Vr3X9EFqjsE>

### **Actividad 3: Entrega del Calendario Menstrual.**

Se hace entrega a cada menor de un calendario menstrual. A las menores que ya tienen el periodo se las acompaña a colocarlo en su habitación y a utilizarlo correctamente. Como alternativa, a aquellas menores que dispongan de móvil con acceso a internet, se les sugiere la descarga de aplicaciones específicas que les permitan controlar su ciclo: Calendario periodo, Mi diario de menstruación...

**RECURSOS:** Panel con aparato reproductor femenino, post-it, bolígrafos, calendario menstrual, hoja de mitos, hoja explicativa de fases y síntomas, vídeos de diferentes páginas: [www.saludreproductiva.about.com](http://www.saludreproductiva.about.com); [www.profesorenlinea.com](http://www.profesorenlinea.com) ; canal de Youtube de Tampax.

## **1.4 Prevención de VIH, ITS y embarazos no deseados**

---

### **¿Qué sabemos del VIH?**

#### **OBJETIVOS:**

- Conocer la información de la que disponen los y las menores sobre este tema
- Suscitar preguntas dentro del ámbito de la educación sexual.

**DESTINATARIAS:** 1 hora y media

**DESARROLLO:** De manera individual, los y las menores contestan en voz alta a unas preguntas, mientras se les graba en video. Las preguntas serían las siguientes:

- ¿Qué es el VIH?
- ¿Qué entiendes por educación sexual?
- ¿Dónde aprendes educación sexual?
- ¿A quién preguntas cuando tienes dudas sobre sexo?
- ¿Qué harías si tú o tu pareja se quedase embarazada?
- ¿Si tu amigo/a te dice que ha tenido relaciones sexuales sin preservativo, tú qué le dirías?

**RECURSOS:** Cámara de video, guion de las preguntas. Material complementario en soporte audiovisual

---





## Sexo sin riesgo

### OBJETIVOS:

- Adquirir conocimientos sobre infecciones de transmisión sexual y sus vías de transmisión
- Reflexionar sobre las falsas creencias.
- Aumentar la percepción de riesgo
- Conocer distintos métodos anticonceptivos.
- Prevenir la transmisión de ITS y embarazos no deseados en los y las jóvenes.
- Sensibilizar sobre la importancia del uso del preservativo
- Desarrollar habilidades para un uso correcto del mismo.

**DESTINATARIAS:** Menores preadolescentes y adolescentes.

**DURACIÓN:** 1 hora

### DESARROLLO:

#### Actividad 1: “15 años perdidos” (Porta)

Se escucha la canción “15 años perdidos” a la vez que se sigue la letra en papel y se analiza el texto. A través de la técnica “lluvia de ideas”, se reflexiona sobre el VIH, sus métodos de transmisión y otras infecciones de transmisión sexual.

#### Actividad 2: Sexo sin riesgo

Se visiona un powerpoint de elaboración propia sobre prevención de ITS. Posteriormente, se elabora un panel con dos apartados: conductas con riesgo y conductas sin riesgo y se pide a los y las menores que escriban en post-it diferentes conductas y las sitúen en la columna correspondiente. Se aclaran errores y dudas.

#### Actividad 3: “Métodos anticonceptivos”

Se elabora un mural con los siguientes apartados:

FOTOS de	QUÉ ES	CÓMO SE USA	PREVIENE ITS	PREVIENE END	DÓNDE LO CONSIGO
PRESERVATIVO MASCULINO					
IMPLANTE SUBDÉRMICO					
PÍLDORA ANTICONCEPTIVA					
DIU					
PRESERVATIVO FEMENINO					

#### **Actividad 4: Uso correcto del preservativo**

Se visiona un vídeo sobre la forma correcta de colocar un preservativo y posteriormente se realiza el entrenamiento en habilidades para un buen uso del preservativo.

<https://www.youtube.com/watch?v=a9bS5j-3xMc>

**RECURSOS:** Reproductor de audio, canción “15 años perdidos”; letra de la canción, powerpoint “sexo sin riesgo” incluido en soporte audiovisual, vídeo sobre el uso correcto del preservativo, cartulinas, rotuladores, post-it.

---

### **Don preservativo**

**OBJETIVOS:** Conocer cómo se utiliza correctamente el preservativo.

- Conocer sus ventajas e inconvenientes.
- Asociarlo a experiencias divertidas o excitantes para incrementar su utilización y evitar riesgos.

**DESTINATARIAS:** Menores preadolescentes y adolescentes.

**DURACIÓN:** 1 hora

**DESARROLLO:** Se les entregan 9 tarjetas desordenadas que recoge, en imagen, la secuencia del uso del preservativo. Deben, individualmente, ordenar las tarjetas y conformar la secuencia completa correcta. Se analizarán los posibles errores y cada participante practicará la colocación y retirada del preservativo, incluyendo la apertura del envase.

Después, se tratarán varios temas a través de la lluvia de ideas: Ventajas e inconvenientes del uso del preservativo. Erotización del preservativo

**RECURSOS:** Tarjetas con la secuencia del uso correcto del preservativo, preservativos

---

### **Lazos del sida**

**OBJETIVO:** Conmemorar el Día Mundial contra el Sida

**DESTINATARIAS:** Menores preadolescentes y adolescentes

**DURACIÓN:** 30 minutos

**DESARROLLO:** Se van cortando tiras de fieltro rojo para hacer los lazos, y posteriormente se realiza el lazo, se decora con ojos móviles y se coloca un imperdible para que quede como un broche. Se personalizan al gusto de cada menor.

**RECURSOS:** Fieltro rojo, tijeras, silicona caliente, rotuladores negros, imperdibles y ojos móviles.



## Commemoración del Día Mundial Contra el Sida

### OBJETIVOS:

- Favorecer la toma de conciencia sobre el sida
- Conocer los medios de transmisión del VIH
- Favorecer la prevención del VIH

**DESTINATARIAS:** Menores a partir de 12 años

**DURACIÓN:** 1 hora

**DESARROLLO:** Con toda la información publicada los días previos a la conmemoración del Día Mundial contra el Sida se elabora un mural mientras se van debatiendo aspectos relativos a la enfermedad, se disipan dudas y se incide en la utilización de métodos preventivos.

**RECURSOS:** Recortes de prensa, fotografías, eslóganes, cartulinas, rotuladores, pegamento, tijeras



## 1.5 Roles de género

---

### Roles de género

#### OBJETIVO:

- Reflexionar sobre los roles asignados al género.
- Sensibilizar sobre la discriminación en función de género.
- Fomentar la igualdad efectiva entre hombres y mujeres.

**DESTINATARIAS:** Menores preadolescentes y adolescentes.

**DURACIÓN:** 1 hora.

**DESARROLLO:** Con anterioridad a la realización de la actividad, se pedirá a los y las menores participantes que hagan una selección de canciones que hablen de relaciones entre chicos y chicas. Una vez seleccionada, se trabajarán los conceptos relativos al género.

Para esta ocasión, se ha elegido la canción “Bailando por ahí”, de Juan Magán.

En gran grupo se escucha la canción mientras se va visualizando la letra en papel. Se entrega una hoja de preguntas, en la que van anotando sus respuestas, opiniones y puntos de vista. A continuación se hará una puesta en común.

1. Explica muy brevemente qué cuenta la canción.
2. ¿Qué opinas de la canción? (sensaciones, ideas...)
3. Localiza las frases siguientes en la letra y después contesta a las preguntas:  
“Me hago el duro pidiendo una copa”
  - ¿Qué significa “hacerse el duro”?
  - ¿Crees que los chicos, para gustar a las chicas, tienen que ser “duros”?
  - ¿Por qué?
  - ¿Crees que esto tiene que ser así necesariamente?
  - ¿Qué relación tiene el alcohol con esta imagen de chico duro?“Si no la vas a cuidar échate p’atrás” y “si tu chica no quiere conmigo...”
  - ¿A quién se está dirigiendo?
  - ¿Quién crees que debe decidir con quién estará la chica?
  - En la canción, ¿quién parece que va a tomar esta decisión?
  - ¿Crees que una mujer necesita encontrar un hombre para que la cuide? Razona tu respuesta.
  - ¿Qué valores consideras que se deben buscar en una pareja?
4. ¿Qué opinión tienes ahora de la canción y del mensaje que transmite?
5. Utilizando la técnica role-playing, representar la situación con un final alternativo.

## Conmemoración del Día Internacional de la Mujer

### OBJETIVOS:

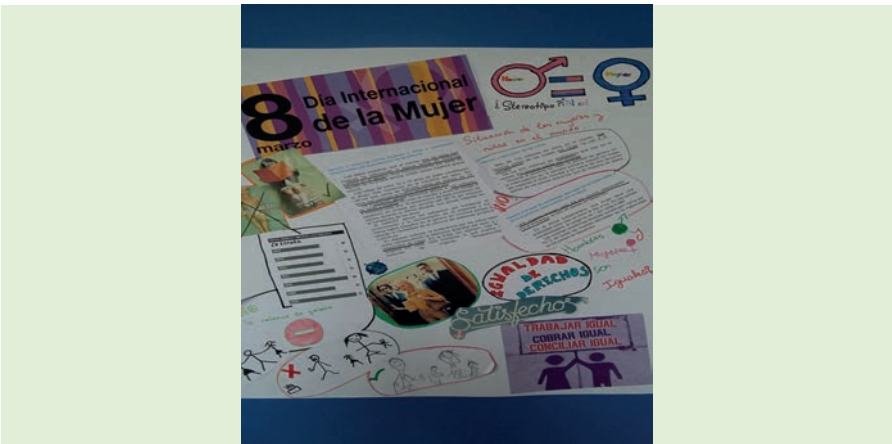
- Favorecer la reflexión sobre la situación de la mujer en el mundo.
- Indicar en la igualdad de oportunidades y trato entre hombre y mujer.
- Sensibilizar a los y las menores contra la violencia de género.

**DESTINATARIAS:** Menores a partir de 12 años

**DURACIÓN:** 1 hora.

**DESARROLLO:** Con toda la información publicada los días previos a la conmemoración del Día Internacional de la Mujer, se elabora un mural mientras se van debatiendo aspectos relativos a la situación de la mujer en el mundo, la necesidad de establecer la igualdad real de oportunidades y trato entre hombres y mujeres, se destruyen estereotipos,...

**RECURSOS:** Recortes de prensa, fotografías, eslóganes, cartulinas, rotuladores, pegamento, tijeras,...



## 1.6 Identidad y orientación

### Identidades y sociedad

#### OBJETIVO:

- Concienciar sobre las distintas formas de exclusión
- Experimentar las sensaciones de inclusión y exclusión
- Reflexionar sobre la influencia de las demás personas en nuestra autoestima y nuestra identidad.

**DESTINATARIAS:** Menores preadolescentes y adolescentes.

**DURACION:** 30 min

**DESARROLLO:** Los y las participantes se sitúan de pie formando un círculo con los ojos cerrados. Se coloca en la frente de cada participante una pegatina de color, distribuidos los colores de forma que de un color determinado sólo haya una persona, y del resto de colores haya más de una.

Posteriormente, abrirán los ojos y se les pedirá que, en silencio, se agrupen como les parezca, sin darles un criterio. Tras tener los grupos formados, se reflexionará sobre los criterios que han utilizado para la agrupación y las sensaciones que han experimentado todos y todas, haciendo especial hincapié en las sensaciones que siente y genera la persona que está sola.

**RECURSOS:** Pegatinas de colores

## 1.7 Educación sexual en la infancia y la adolescencia: bibliografía y webgrafía

**PIES: Programa de intervención en educación sexual. Consellería de sanidad. Generalitat Valenciana.**

*<http://cuidatecv.es/pies/>*

Incluye tres talleres dirigidos a chicos y chicas de 14/16 años.

Taller 1: “Somos seres sexuados”: con 6 actividades diferentes sobre identidad sexual, género, roles, estereotipos,...

Taller 2: “Exploro, reconozco y significo mi cuerpo”: con 4 actividades diferentes sobre experiencias sexuales, violencia de género,...

Taller 3: “valoro el riesgo y decido”: con 4 actividades sobre la prevención del embarazo y las ITS.

**Programa de educación afectivo sexual en educación secundaria. Consejería de educación y ciencia. Instituto Andaluz de la Mujer.**

[http://www.fongdcam.org/manuales/genero/datos/docs/3\\_PROYECTOS\\_ACTIVIDADES\\_Y\\_RECursos/SEXUALIDAD\\_Y\\_RELACIONES\\_AFEKTIVAS/MATERIALES\\_SEXUALIDAD/PROGRAMA\\_DE\\_EDUCACION\\_AFEKTIVO-SEXUAL\\_EN\\_SECUNDARIA/Programa\\_de\\_Educacion\\_afectivo-sexual\\_\\_Secundaria\\_1.pdf](http://www.fongdcam.org/manuales/genero/datos/docs/3_PROYECTOS_ACTIVIDADES_Y_RECursos/SEXUALIDAD_Y_RELACIONES_AFEKTIVAS/MATERIALES_SEXUALIDAD/PROGRAMA_DE_EDUCACION_AFEKTIVO-SEXUAL_EN_SECUNDARIA/Programa_de_Educacion_afectivo-sexual__Secundaria_1.pdf)

**VIDEO: ¿De dónde venimos? (27:02 min)**

[http://www.dailymotion.com/video/xp8edv\\_documental-de-donde-venimos\\_tech](http://www.dailymotion.com/video/xp8edv_documental-de-donde-venimos_tech)

**HARIMAGUADA (1991): Carpetas didácticas de Educación Afectivo -Sexual (Educación Infantil, Educación Primaria y Educación Secundaria). Las Palmas: Consejería de Educación, Cultura y Deportes, Gobierno de Canarias.**

Materiales curriculares, contienen indicaciones sobre sexualidad evolutiva, metodología y ejemplos de recursos didácticos de ayuda en el desarrollo de los principales centros de interés del alumnado de los distintos niveles: Educación Infantil, Primaria y Secundaria. Se presentan anexos para trabajar con madres y padres, e indicaciones metodológicas para el profesorado

**HARIMAGUADA (1999a): Educación Afectivo-Sexual en la Educación infantil. Materiales Curriculares. Málaga: Consejería de Educación y Ciencia –Instituto Andaluz de la Mujer, Juntade Andalucía.**

[www.educagenero.org/infantil.htm](http://www.educagenero.org/infantil.htm)

**HARIMAGUADA (1999b). Educación Afectivo-Sexual en la Educación Primaria. Materiales Curriculares. Málaga: Consejería de Educación y Ciencia –Instituto Andaluz de la Mujer, Junta de Andalucía.**

[www.educagenero.org/primaria.html](http://www.educagenero.org/primaria.html)

Estas dos últimas publicaciones son una adaptación a la realidad andaluza del original publicado por Harimaguada en 1991, con la ventaja de que se ha actualizado el material

**La educación sexual en la primera infancia. Guía para padres y profesorado**

[http://www.aulaviolenciadegeneroenlocal.es/consejosescolares/archivos/La\\_educacion\\_sexual\\_de\\_la\\_primera\\_infancia\\_Guia\\_para\\_madres\\_padres\\_y\\_profesorado\\_de\\_El.pdf](http://www.aulaviolenciadegeneroenlocal.es/consejosescolares/archivos/La_educacion_sexual_de_la_primera_infancia_Guia_para_madres_padres_y_profesorado_de_El.pdf)

---

## Prevención de abusos

### La regla de Kiko

[http://www.fapmi.es/imagenes/subsecciones1/CE\\_2011\\_Guia%20Did%C3%A1ctica\\_DEF2.pdf](http://www.fapmi.es/imagenes/subsecciones1/CE_2011_Guia%20Did%C3%A1ctica_DEF2.pdf)

### Guía didáctica para trabajar con menores el material “La regla de Kiko”

<http://www.educarengualdad.org/la-regla-de-kiko-gua-a-dida-ctica-para-educadores>

### Taller de prevención de abuso sexual con menores

<http://www.eweb.unex.es/eweb/gjal/docencia/assignaturas/personalidad/trabajo/Taller%20de%20Prevenci%F3n%20del%20Abuso%20Sexual%20a%20Menores.pdf>

**MEBES, MARION y SANDROCK, LIDIA: Ni un besito a la fuerza. Gobierno de Aragón.**

<http://www.coeducaccio.com/wp-content/uploads/2012/09/ni-un-besito-a-la-fuerza.pdf>

**Programa Buenos Tratos. Gobierno de La Rioja.**

<http://buenostratos.larioja.org/>

**¡Eh! ¡No te despistes!**

<http://www.alonsovarea.com/pdfs/Ep%20guia%20pedagogica.pdf>

**URRUZOLA ZABALZA, MARÍA JOSÉ: Guía para chicas: Como prevenir y defenderte de las agresiones. Instituto Andaluz de la Mujer. Consejería para la Igualdad y el Bienestar Social.**

<http://www.juntadeandalucia.es/iam/catalogo/doc/iam/2009/28334.pdf>

**FRANZ, CORNELIA Y SCHAMBERG, STEFANIE (2009): Marta dice ¡NO! Barcelona, Takatuka.**

---

## Perspectiva de género e igualdad

**RAMOS JIMÉNEZ, ISMAEL: Desmontando a Disney. Hacia el cuento coeducativo. Consejería de Educación. Junta de Andalucía.**

[http://www.juntadeandalucia.es/averroes/convivenciaeigualdad/rr/rr1/adjuntos/tercer\\_premio\\_RRI.pdf](http://www.juntadeandalucia.es/averroes/convivenciaeigualdad/rr/rr1/adjuntos/tercer_premio_RRI.pdf)

Incluye un anexo con fichas para trabajar la coeducación en cada película de Disney: Blancanieves, Cenicienta, La sirenita,...

**URRUZOLA ZABALZA, MARÍA JOSÉ (1992): Guía para chicas: Guía para andar por casa. Instituto Andaluz de la Mujer. Consejería para la Igualdad y el Bienestar Social.**

[http://www.aulaviolenciadegeneroenlocal.es/consejosescolares/archivos/P\\_012\\_Guia\\_para\\_chicas\\_1.pdf](http://www.aulaviolenciadegeneroenlocal.es/consejosescolares/archivos/P_012_Guia_para_chicas_1.pdf)

Material de trabajo con chicas adolescentes con el que se pretende introducir, de forma crítica, la perspectiva de la igualdad sexual en casa, con la familia, a la hora de leer un libro, ver la televisión... Incluye instrucciones para su uso.

**CALVET MOJÓN (DIR): Aprendemos a compartir: Guía didáctica de educación no sexista.**

[http://www.educarenigualdad.org/media/pdf/uploaded/material/258\\_aprendamos-a-compartir-pdf.pdf](http://www.educarenigualdad.org/media/pdf/uploaded/material/258_aprendamos-a-compartir-pdf.pdf)

**GIMENEZ, TERESA (2012) Los príncipes azules destiñen. Beascoa.**

Cuento dirigido a menores entre 5 y 8 años en el que se desmitifica la espera del príncipe azul.

**SuperLola. Instituto Andaluz de la Mujer. Consejería de Igualdad, Salud y Políticas Sociales.**

<http://www.juntadeandalucia.es/iam/catalogo/doc/iam/2014/143456818.pdf>



### **Coeducación.**

Cuento sobre una niña que quiere ser heroína. Incluye una guía didáctica en la que además de incidir en el valor de los cuentos para trabajar la identidad de género y la coeducación, explica la idea que se quiere transmitir en el texto de cada página del cuento. Además, incluye actividades complementarias divididas en grupos de edad de 3 años, 6 años y 8 años.

#### **Video-cuento Rosa Caramelo.**

<https://www.youtube.com/watch?v=uFrBQfR1qoY>

#### **Igualdad de género. Coeducación.**

Pequeño videocuento en el que explica la historia de unas elefantitas que tenían que ser rosas y ser delicadas para ser perfectas, al contrario que los elefantitos, que podían ser grises y retozar en el barro.

#### **Érase una vez otra María.**

<https://www.youtube.com/watch?v=-ezAQj3G4EY>

Vídeo que cuenta la historia de María, una niña que fue educada en un entorno desigual, con diferentes valores para ella y para su hermano. Finaliza con un príncipe azul que se vuelve rana.

---

## **Materiales diversos**

### **educación afectivo-sexual. Guía de recursos. CPR Gijón**

[http://www.cprgijon.es/uploads/File/Afectivo\\_sexual\\_guia\\_recursos.pdf](http://www.cprgijon.es/uploads/File/Afectivo_sexual_guia_recursos.pdf)

#### **Cuentos coeducativos**

<http://cuentosinfantileseigualdadgenero.blogspot.com.es/>

#### **Videos y materiales para trabajar la coeducación**

<http://www.orientacionandujar.es/2014/03/06/coleccion-de-materiales-de-coeducacion-para-todas-las-etapas-2014/>

#### **Literatura infantil coeducativa**

[http://www.educarenigualdad.org/media/pdf/uploaded/old/Mat\\_177\\_guia\\_de\\_los\\_recursos.pdf](http://www.educarenigualdad.org/media/pdf/uploaded/old/Mat_177_guia_de_los_recursos.pdf)

**Videos educativos sobre educación sexual del portal educatube.es, elaborado por estudiantes de la Universitat de Barcelona, desde el que se puede descargar o visualizar material educativo de forma gratuita.**<http://www.educatube.es/videos/educacion-sexual-ciencias-sociales/>

**Cine y Educación, Grupo Comunicar, Universidad de Huelva. Metodología didáctica del cine y utilización del cine para la educación en valores, utilización del periódico en el aula. Recursos didácticos y documentación cinematográfica.**

<http://www.uhu.es/cine.educacion/cineyeducacion/index.htm>

## **2. Educación Sentimental, Emociones y Relaciones**

### **2.1 Me conozco y me quiero**

#### **2.2 Autoestima**

**Verifiquemos nuestro rumbo**

**Y tú, ¿qué dices?**

**Y tú, ¿qué eres?**

**Posiciónate, posiciónale**

#### **2.3 El amor romántico**

**Queriendo saber**

**¿Qué tienes que decir?**

**Día de los enamorados. Ideales románticos**

#### **2.4 La pareja**

**Comunicación y resolución de conflictos**

**Sesión 1: presión de grupo y saber decir no**

**Sesión 2: aprender estrategias para afrontar la presión de grupo y saber decir no**

**Sesión 3: negociación**

## **2.5 Idea del amor y la pareja**

**Sesión 1: Mitos y falsas creen**

**Sesión 2: Rompiendo estereotipos.**

**Sesión 3: el amor en la música.**

**Sesión 4: idea del amor en series juveniles, películas, cortos...**

**Sesión 5: me l@ pido**

**Sesión 6: Ponte en mi lugar**

## **2.6 Expresión de sentimientos**

**El juego de la botella**

**Buzón del amor**

**Aprendo a sentir**

**Celos y pareja**

**Malos tratos y buenos tratos**

## 2.1 Me conozco y me quiero

**OBJETIVO:** Reforzar la confianza y respeto en uno/a mismo/a

**DESTINATARIAS:** Chicas y chicos de 12 a 15 años y de 16 a 18 años

**DURACION:** 3 sesiones de una hora

**DESARROLLO:**

### SESIÓN 1: ¿QUÉ ES LA AUTOESTIMA?

Lluvia de ideas sobre qué es la autoestima. Se recogen en un mural y se ordenan. Las educadoras o los educadores hacen un resumen de las más relevantes y entre todas se elabora el concepto de la autoestima:

**Podrían salir conceptos como:**

- Sentirse a gusto contigo mismo.
- Saberse importante para todo.
- Sentirse un poco especial y diferente.
- Estar orgullosos de lo que piensas, haces y dices.
- Ser responsable.
- Aceptar las dificultades.
- Intentar solucionarlas cuando las cosas no funcionan como quisiéramos.
- Relacionarte bien con los demás.
- Poner ilusión en lo que tú eres capaz de hacer.
- Sentirse querido por los demás.
- Sentirse un miembro importante en los diferentes grupos en los que participas...

A continuación, se hace un cartel que recoge el concepto que entre todos y todas se haya consensuado para colgar en la sala, tablón de anuncios, etc.





## SESIÓN 2: TOMAR CONCIENCIA DE LA IMAGEN QUE TIENEN DE ELLOS MISMOS O ELLAS MISMAS: SUS RASGOS FÍSICOS Y PERSONALES.

### ¿Cómo me veo a mi misma y a mí mismo?

Se da una hoja en blanco en la que deben dibujar cómo se ven. Los educadores o las educadoras dan orientaciones puntuales sobre cómo hacerlo (no hace falta dibujar bien, vale con un monigote... algo que te represente, etc...). De forma voluntaria, cada participante muestra al resto su dibujo y explica lo que quiere decir y representar en el mismo.

### Ficha: “Valoro los aspectos de mi personalidad”

Una vez cubierta, voluntariamente quien quiera la pone en común para comentarla con el resto del grupo.

#### Auto análisis de características personales

FACTORES A CONSIDERAR	MUY ALTO	ALTO	MEDIO	BAJO	MUY BAJO	OBSERVACIONES
Aspecto físico						
Facilidad expresiva						
Estabilidad emocional						
Responsabilidad						
Entusiasmo, dinamismo						
Toma de decisiones						
Inteligencia						
Capacidad analítica						
Habilidad Social						
Trabajo en equipo (talleres)						
Interés por el trabajo						
Dotes de mando (liderazgo en el grupo)						

### SESIÓN 3: IDENTIFICAR SUS CARACTERÍSTICAS MÁS POSITIVAS (SUS GUSTOS, HABILIDADES, NECESIDADES) Y NO AVERGONZARSE DE LAS MÁS NEGATIVAS.

Se utiliza la ficha de la sesión anterior. Con ella se hace un autoanálisis de las características personales. Posteriormente se realiza un resumen de dichas características personales clasificándolas en puntos fuertes y puntos débiles.

PUNTOS FUERTES
PUNTOS DEBILES

Una vez cubierta la ficha podrán ponerla en común de forma voluntaria. Atendiendo a las características del grupo, si se considera oportuno y así surge en la dinámica, se puede solicitar la opinión que los demás tienen del otro. Para ello se formulará la cuestión:

**“¿Qué cualidades positivas ven los demás en mí?”**

Se les dan post-it y bolígrafos a los chicos y las chicas. Se les dice que en ellos deben escribir al menos una cualidad de cada uno de las personas que están en el grupo. Una cualidad en cada post-it. Una vez escritas, se levantan y comienzan a caminar por la sala. Deben ir pegándole un post-it con la cualidad en la persona que corresponde. Se sientan y cada una coge los que le han pegado y los lee en alto a los demás.

Alternativa: durante el desarrollo de la dinámica se puede escuchar una canción relacionada con este tema: por ejemplo: “así soy yo” de Kiko Rivera, “Divina de la muerte” de Azúcar Moreno,...

**RECURSOS:** cartulinas, folios, lápices, bolígrafos, rotuladores, fichas, post-its, reproductor de música.

## 2.2 Autoestima

(<http://www.educayaprende.com>)

### OBJETIVOS:

- Enseñar a los más pequeños a conocer su nivel de autoestima y valorarse y quererse a sí mismos
- Fomentar el desarrollo de una buena autoestima
- Enseñar a los pequeños a ver sus cosas buenas.

**DESTINATARIAS:** Niños y niñas de 5 años en adelante.

**DESARROLLO:** El juego consiste en ayudar a los niños y niñas a conocer cuánto se quieren y ser conscientes de su nivel de autoestima. A través de unas sencillas preguntas tomarán conciencia de cuanto se estiman. Saber cuál es el nivel de la propia autoestima es imprescindible para aprender a valorarse y quererse a sí mismos mediante el conocimiento de

sus cualidades. Es el primer paso para comenzar a valorarse y a creer en ellos mismos. Se les ayuda a hacer una reflexión personal sobre sus propias cualidades.

**Preparación:** Se entrega a cada participante la ficha con el cuestionario para valorar su autoestima.

**Explicación:** Se les dice a los niños y niñas lo siguiente:

“Vamos a rellenar todos este cuestionario, es importante que seáis completamente sinceros en vuestras respuestas. El objetivo que nos conozcamos a nosotros mismos y que sepamos cuánto nos queremos. La autoestima es cuánto nos queremos a nosotros mismos. Es muy importante querernos a nosotros mismos y el primer paso es saber cómo nos vemos y cuánto nos queremos”

A continuación se deja que todos los participantes completen el cuestionario, se les da tiempo para ello, es importante que sean sinceros y que reflexionen sus respuestas. Una vez completado, se les indica cómo corregirlo. Deben contar la cantidad de soles, de estrellas y de nubes que han respondido.

**Si has elegido más de 10 soles:**

Tiendes a creer que eres el o la mejor en todo y que le encantas a todo el mundo. Tu autoestima está demasiado alta. No quererse a uno mismo es malo, pero si la autoestima es demasiado alta, no te ayudará a mejorar.

**Si has elegido más de 10 estrellas:**

Te conoces perfectamente. Sabes que tienes cualidades positivas y también negativas. Sabes que las negativas se pueden cambiar, con tu esfuerzo. No te sientes inferior a los demás. Tienes una sana autoestima.

**Si has elegido más de 10 nubes:**

Tiendes a creer que tienes cualidades negativas. Piensas que los demás no te quieren, que no les gustas. No intentas conseguir tus metas, porque no te crees capaz de ello. Tu autoestima es baja. Aprende a quererte y a dar importancia no solo a lo que te sale mal, sino también aprende a valorar las cosas que haces bien. Voluntariamente se comentan los resultados en el grupo. Con todos se trabaja a nivel individual los resultados obtenidos. Se analizan y se orienta sobre como potenciar lo positivo o mejorar lo menos positivo.

**RECURSOS:** Ficha ¿Cuánto me quiero? Lápiz y/o bolígrafo

1. Cuéntame sobre cómo has sentido **el** día, **plámate** que

- Todas las personas jugar conmigo porque me divertieron conmigo
- A veces, no quieren jugar, porque estoy un poco aburrido.
- Me gustaría estar jugando juntos.

2. Me siento un chico **plámate** que

- Me gusta hacer cosas divertidas y que me los ha gustado como he hecho. **plámate**
- A los profesores no les gusta como soy y no me quieren, a mí me voy a querer.
- Me gusta porque me han reconocido y hanme que están a mí, porque me gusta estar con ellos y con los demás.

3. Me gusta que **plámate** que

- Me gusta que me reconozcan por lo que me he ganado como soy.
- Me gusta de estar divertido, pero a veces no lo soy.
- Me gustaría tener un amigo.

4. Me gustaría que **plámate** que

- Me sea a mí mismo mucho conmigo y no lo sé que soy un tiempo
- Aunque me molesten en cosas, como que los niños me quieren y no me reconocen conmigo
- Me gustaría divertirme, porque ellos que me lo han hecho porque y no sé cómo me voy.

www.infanciaactiva.com Carla Rodríguez Ruiz

5. Te habías de un tiempo a lo que que es muy difícil

- Me habías de un tiempo a lo que que es muy difícil
- Estoy seguro de que lo haré y lo voy a jugar

6. Me gusta que **plámate** que

- Me gusta que me reconozcan y me reconozcan, pero también quiero que lo reconozcan
- Me gusta jugar
- Me gusta hacer
- Me gusta estar con ellos

7. Según lo que me reconozcan

- Me gusta jugar
- Me gusta estar con ellos
- Me gusta estar con ellos

8. Me gusta que **plámate** que

- Me gusta que me reconozcan y me reconozcan, pero también quiero que lo reconozcan
- Me gusta estar con ellos
- Me gusta estar con ellos

www.infanciaactiva.com Carla Rodríguez Ruiz

## Verifiquemos nuestro rumbo

### OBJETIVOS:

- Conocer qué es y cómo funciona la autoestima  
Ser consciente de cómo se manifiesta y qué consecuencias puede acarrear.
- Dar la importancia que se merece a la autoestima.
- Poner en auténtico valor el autoconcepto de la persona en relación a todas las facetas de nuestra vida (estudios, trabajo, relaciones sociales, pareja, solución de problemas, toma de decisiones...)

**DESTINATARIAS:** chicos y chicas a partir de 13 años.

**DESARROLLO:** En un papel continuo los y las participantes pueden ir anotando, dibujando o representando todo lo que se les ocurra sobre la autoestima.

Se clasifican sus aportaciones, se discuten y se aclaran.

Se explican y ejemplifican las principales manifestaciones de una baja autoestima y se exponen y practican frases, conductas o pensamientos que pueden ayudar.

Se leen y se analiza un cuento que nos hará reflexionar sobre este tema. También visionaríamos algún corto con el mismo propósito.

### RECURSOS:

#### CUENTOS

1. La vasija agrietada <https://youtu.be/p4dJVw7Pyw>
2. El verdadero valor del anillo <https://youtu.be/DHmA-ZknFzs>  
<https://youtu.be/DHmA-ZknFzs>
3. El elefante encadenado [https://youtu.be/TowS\\_isi4jo](https://youtu.be/TowS_isi4jo)

#### CORTOS

1. Somos el narrador de nuestra propia historia <https://youtu.be/iiOKhi1Owt9s>
2. Abecedario emocional <https://youtu.be/Lms7wB6YLdQ>

---

## Y tú, ¿qué dices?

### OBJETIVOS:

- Reflexionar sobre aspectos relacionados con la afectividad y la sexualidad (Autoestima, violencia de género, sexting, etc.)
- Sondear actitudes, creencias, prejuicios.
- Recoger opiniones y pareceres del resto del grupo
- Expresar sus dudas, indecisiones, ideas confusas, experiencias



- Formarse un juicio sobre cuestiones que no se habían planteado

**DESTINATARIAS:** chicos y chicas a partir de 13 años.

**DESARROLLO:** Se presenta una lista de afirmaciones sobre las que cada persona dará su opinión. Después se abrirá un tiempo de discusión y debate que, en los que educador y educadora facilitarán la reflexión y aclaran conceptos. Se destacan las ideas importantes relacionadas con la libertad, la igualdad y el respeto hacia uno mismo y hacia los demás. Se irán recogiendo en cartulina grande los puntos de acuerdo y desacuerdo para cada ítem.

**RECURSOS:** Una cartulina, bolígrafos.

---

## Y tú, ¿qué eres?

**OBJETIVOS:** Reflexionar sobre los diferentes tipos de relación y los significados que tienen para cada persona.

**DESTINATARIAS:** chicos y chicas a partir de 13 años.

**DESARROLLO:** Se entrega a cada participante un folio dividido en 4 partes con las relaciones: NOVIO/NOVIA, AMIGO/AMIGA; AMIGO/AMIGA CON DERECHO A ROCE; ROLLO. En cada apartado tienen que escribir las valoraciones personales sobre lo que significa cada tipo de relación.

Luego, cada participante relata en voz alta lo que ha escrito y se anotará en una cartulina grande todos los aspectos coincidentes y no coincidentes para reflexionar sobre las diferentes formas de entender las relaciones y la importancia de la comunicación.

**RECURSOS:** bolígrafos, folios y cartulinas.

---

## Posiciónate, posiciónale

**OBJETIVOS:**

- Reflexionar y tomar conciencia de la importancia de mantener un criterio propio basado en la seguridad, en sus propios deseos y en el respeto por uno mismo, a la hora de afrontar situaciones afectivas y/o sexuales comprometidas.
- Aumentar el repertorio de posibles respuestas ante situaciones de presión, engaño o manipulación.
- Poner en práctica estas estrategias mediante la representación de papeles en escenas simuladas.

**DESTINATARIAS:** chicos y chicas a partir de 13 años.

**DESARROLLO:** Se explica y argumenta la relevancia que tiene la comunicación y la asertividad a la hora de conseguir entendimientos, respeto mutuo y la satisfacción de nuestras necesidades.

Se instruye sobre la comunicación verbal y no verbal (mirada, volumen, tono,

acompañamiento no verbal del discurso, escucha activa...).

Tras ensayar estos elementos se pasa a poner en práctica la comunicación asertiva para expresar lo que se desea, lo que no se quiere hacer, para defender nuestra dignidad y nuestras opiniones, así como para preguntar acertadamente lo que nos interesa, nos preocupa o no se entiende.

Para ello, se toman varias situaciones que tienen que ver con el ámbito afectivo-sexual, en las que los participantes deben adoptar un determinado rol intentando llegar a ciertos objetivos

#### **SITUACIONES:**

1. Exigencia por parte de uno de los miembros de la pareja del uso del preservativo, mientras que el otro se niega a ello.
2. Rechazo por parte de uno de los miembros de la pareja de consumo excesivo de alcohol para no perder el control sobre sus actos.
3. Resistirse a la posesividad y al control exagerado por parte de la pareja.

## **2.3 El amor romántico**

#### **OBJETIVOS:**

- Introducir y diferenciar conceptos como: amor, sentimiento, enamoramiento, violencia, celos, sufrimiento, dependencia...
- Reflexionar sobre ellos y analizarlos a partir de letras de canciones que, o bien se les facilita, o bien proponen ellos.

**DESTINATARIAS:** chicos y chicas a partir de 13 años.

**DURACION:** Una hora y media.

**DESARROLLO:** Se facilita las letras de cada canción que va a sonar, de modo que se puedan escuchar y leer al mismo tiempo.

Se pregunta por los sentimientos que les despierta cada una, por lo que creen que intentan transmitir, por lo que significa esa letra, por las emociones o situaciones que se pueden ver reflejados, por el tipo de amor del que hablan.

El o la educadora facilitará la reflexión de los y las menores sobre diferentes mensajes no tan evidentes para ellos, sobre cuestiones que pueden pasar desapercibidas conscientemente, pero que calan en nuestras mentes, para con todo ello conseguir un posicionamiento más despierto y crítico.

**RECURSOS:** reproductor de música y letras de las canciones.

1. Sin ti no soy nada (AMARAL)
2. Devuélveme la vida (A. OROZCO) <https://youtu.be/eRPzXWUMBaE>
3. Sin ti todo anda mal (MALÚ) <https://youtu.be/nbAvBoINRTs>
4. Cero (DANI MARTÍN) <https://youtu.be/7zJpm9stFbM>
5. Blanco y negro (MALÚ) <https://youtu.be/DJ9Ar4SUSi4>

---

## Queriendo saber

### OBJETIVOS:

- Informar y reflexionar con los participantes sobre aspectos esenciales que caracterizan la violencia de género: causas, ciclo, progresividad, formas, consecuencias y estrategias
- Construir esquemas de pensamiento y comportamiento acordes con la no violencia.
- Romper asociaciones tradicionalmente transmitidas que unen el amor al dolor, al sufrimiento, al sacrificio e incluso a la violencia.

**DESTINATARIAS:** chicos y chicas a partir de 13 años.

**DURACION:** 2 horas.

### DESARROLLO:

#### SESIÓN 1ª

Se pasa un listado de cuestiones destinado a que se expresen libremente y podamos detectar y desmontar mitos y falsas creencias.

Esto nos abre la puerta a una breve exposición que intente clarificar todos los conceptos y nociones esenciales que protagonizan este tema.

A continuación se visiona el video "Propiedad privada, Natalia Dicenta" <https://youtu.be/Gc-aPmCfWYt><https://youtu.be/C7hiDLWXIF0>, con el que se pretende ir identificando aspectos del maltrato dentro de la pareja, y despertar un debate posterior que les conduzca a una reflexión crítica sobre esta realidad.

#### SESIÓN 2ª

Se comienza haciendo una lluvia de ideas sobre todas las causas que pueden generar o potenciar la violencia (sea ésta de la forma que sea) dentro de la pareja, lo que nos permitirá profundizar y afianzar todo lo hablado en la sesión anterior e introducir nuevos elementos importantes.

A continuación se visionan 2 videoclips: "Que nadie calle tu verdad" (Malú y Carrasco) y "La bella y la bestia" (Porta) <https://youtu.be/nlOl0gVi7as>, en las que analizamos su mensaje, sus imágenes e identificamos lo aprendido.

Para finalizar se dan algunos datos estadísticos sobre esta realidad.

**RECURSOS:** aparato de reproducción de audio y vídeo.

---

## ¿Qué tienes que decir?

### OBJETIVOS:

- Tomar verdadera conciencia de lo que es y supone la dependencia emocional
- Identificar comportamientos y pensamientos que implican dependencia emocional.
- Distinguir entre amor y dependencia

**DESTINATARIAS:** chicos y chicas a partir de 13 años.

**DURACION:** una hora y media.

**DESARROLLO:** Se elabora un listado con afirmaciones sobre la dependencia emocional, sobre las cuales los participantes tienen que expresar lo que les parece.

Se aborda los diferentes puntos de vista que puedan surgir y se establece un proceso de debate y reflexión sobre la cuestión.

Se visionan cortos y se leen frases que intentan sensibilizar y generar una actitud de confianza en uno mismo muy apartada de la dependencia emocional.

**RECURSOS:** reproductor de audio y vídeo.

### **CORTOS**

1. “Cuando el amor no es suficiente”[https://youtu.be/xAJv\\_YC1168?list=PL3drmul9P50b5-x5uy9ZP74ewRBb-QxmQ](https://youtu.be/xAJv_YC1168?list=PL3drmul9P50b5-x5uy9ZP74ewRBb-QxmQ)
2. “Dependencia emocional” <https://youtu.be/288Z7KeTo9I?list=PL3drmul9P50b5-x5uy9ZP74ewRBb-QxmQ>
3. “Cuando el amor se convierte en dependencia” <https://youtu.be/VOMdi4A5jXs?list=PL3drmul9P50b5-x5uy9ZP74ewRBb-QxmQ>

---

## **Día de los enamorados. Ideales románticos**

**OBJETIVO:** reflexionar sobre los mitos del amor romántico con motivo del “Día de los enamorados”

**DESTINATARIAS:** chicos y chicas a partir de 13 años

**DURACION:** 30-45”

**DESARROLLO:** Con motivo del ambiente de romanticismo que se deriva del día de los enamorados se procede a la lectura del documento, ¿Fueron felices y comieron perdices? Las frustraciones del mito del amor romántico, a raíz del artículo en prensa en El Diario.es de 12-2-13.

Se procede a la lectura de dicho artículo, se debate sobre lo que se expone, los ideales románticos (sin ti no soy nada, fueron felices y comieron perdices etc.).

Se ven las fotos de Dina Goldstein en las que se desmitifican los ideales románticos.

¿Fueron felices y comieron perdices? Las frustraciones del mito del amor romántico

**RECURSOS:** documentos ¿Fueron felices y comieron perdices? Las frustraciones del mito del amor Romántico, a raíz del artículo en prensa en El Diario.es de 12-2-13 de Ana Requena Aguilar, visionado en ordenador de fotos de Dina Goldstein serie Fallen Princesses, disponibles en página Web de la autora, [www.fallenprincesses.com](http://www.fallenprincesses.com)



Cenicienta y su príncipe azul se casaron, fueron felices y comieron perdices. Lo mismo sucedió con Blancanieves, Ariel la Sirenita o Bella y **con tantas otras princesas de cuentos y películas**. Pero ¿qué pasó el día siguiente a la boda?, ¿y dos años después?, ¿y diez años? ¿Seguían felices? ¿Compartían las tareas domésticas? ¿Respetaban sus carreras profesionales? ¿Se seguían atrayendo? ¿Cómo solucionaban sus problemas?

El día de San Valentín pone en evidencia que el mito del amor romántico y los tópicos que lo rodean siguen extendiéndose como la pólvora. "El amor no es malo, lo que es malo es mantener un ideal de amor que no se corresponde a la realidad, un amor que se considera que si es de verdad, será para siempre, en el que no caben dudas o contradicciones, en el que no hay momentos en que quieras y otros que no, un amor en el que pasas del enamoramiento a pasar toda la vida juntos. Esas ideas crean confusiones y frustraciones. Los cuentos y las películas se acaban con la boda pero nadie nos dice qué pasa después", explica Ianire Estébanez, psicóloga y autora de **'Mi novio me controla lo normal', un blog en el que desmonta los mitos del amor romántico**.

Coral Herrera, consultora en género y autora de una tesis doctoral sobre el tema, **explica que el esquema del amor romántico apenas ha cambiado**: "Es una utopía emocional, encontrar un príncipe azul con el que ser feliz, casarse, tener hijos, una hipoteca... Se pretende que la persona encaje en un esquema ideal". Un modelo ideal en el que tener pareja es considerado el mejor estado posible, la soledad tiene connotaciones negativas, no caben las dudas o los conflictos dentro de las relaciones, y simplemente todo irá bien.

Foto de la serie 'Princesas caídas' de la fotógrafa Dina Goldstein.

'Lo dejaría todo por ti'. 'El amor exige sacrificios'. 'Sin ti no soy nada'. 'El amor lo puede todo'. 'Busco mi media naranja'. Los tópicos que idealizan el amor y lo ponen por encima de cualquier otra cosa son fáciles de encontrar en películas o canciones, también en las actuales. "Es a través de la cultura como se crean los patrones emocionales. Los únicos modelos emocionales que tenemos son los mitos, en las escuelas no enseñan a gestionar las emociones", dice Herrera, que señala que 'valores' como los celos, la posesión o la exclusividad se identifican necesariamente con el amor ideal. **"Son unas pautas absolutamente rígidas sobre lo que debe ser el amor", dice.**

La sociedad promueve un modelo de amor en el que las parejas duren para siempre, desde los incentivos fiscales hasta las ayudas a familias con hijos. "La sociedad está preparada para que nos juntemos de dos en dos, no de seis en seis o de cualquier otra forma, así también somos más fácilmente controlables. Si pretendes establecer otro tipo de familia, incluso una pareja con otros valores, perturbas totalmente la estructura de la sociedad. Muchas veces, si eres soltero te cuesta insertarte en la sociedad, especialmente a partir de la treintena", asegura Coral Herrera, que propone potenciar los movimientos sociales colectivos, de red y solidaridad. Señala también uno de los gestos más simbólicos sobre la idea del amor y las parejas: "Cuando se casan, las mujeres van del brazo de su padre, que las 'entrega' al novio, parece que no haya un solo instante en el que estés sola, sin un hombre al lado".

Estébanez comparte esa idea y habla de los otros tipos de compañía y de amor que nunca parecen tan importantes: las amistades, la familia, los compañeros del trabajo. "A partir de los 25 más o menos se refuerzan los mensajes: ¿por qué no tienes pareja? Si la tienes, ¿cuándo te casas?, ¿cuándo vas a tener hijos? Romper con ese camino escrito es difícil", explica.

La escritora y feminista Beatriz Gimeno también señala a la cultura como una de las grandes reproductoras de este mito. Para Gimeno, vivimos un retroceso respecto a los avances conseguidos hace varias décadas. "Se está insistiendo más que nunca en la idea del amor romántico, en una idea que mezcla la mujer entregada al amor y al cuidado de los demás con la modernidad y la libertad sexual. Pero la idea es la misma: las mujeres siguen siendo para otros, ponen a otros por encima de sus aspiraciones y deseos. Por ejemplo, muchas chicas se visten para que a ellos les guste, o tienen sexo pero el que a ellos les gusta, no al que a ellas les da placer. Al final, el amor acaba teniendo una importancia desmesurada, y muchas mujeres si no consiguen ese amor se frustran, no se concibe una vida sin pareja. Ahora no se trata de obligar a las mujeres a casarse sino de convencerlas de que es la mejor opción y forma de vida", dice. La autora de 'Mi novio me controla lo normal' también piensa que la libertad sexual de las generaciones jóvenes esconde en el fondo los mismos tópicos de siempre y que se mezcla con la idea de buscar al 'hombre ideal': "Ahora los jóvenes tienen vida sexual y hay más opciones que antes, las chicas viven diferentes relaciones y experimentan pero el objetivo final sigue siendo encontrar el amor perfecto. De alguna forma se permite que experimenten porque el objetivo final es ese, si no eres considerada una guarra o una fresca". "Lo mejor es un amor que no sea 'me muerdo por ti y sin ti no soy nada' sino 'estoy bien contigo y contigo soy algo pero sin ti, también'", concluye. Fotos: de la colección 'Princesas caídas' de **Dina Goldstein**.



## 2.4 La pareja

### OBJETIVOS:

- Dotar de hábitos positivos dentro de la pareja para que integren principios saludables dentro de las relaciones.
- Informar sobre conceptos importantes de apego en las personas adolescentes contribuyendo a su correcto desarrollo afectivo-sexual.

**DESTINATARIAS:** chicos y chicas a partir de 13 años

**DURACION:** una hora y media.

**DESARROLLO:** El taller se llevará a cabo en dos sesiones.

### PRIMERA SESIÓN

Cuando entren en la sala estará colgado en la pared un mural, dividido en dos partes: una de ellas tendrá de título “PAREJA ES...” y el otro “PAREJA NO ES...”. Se presentarán una serie de tarjetas con palabras escritas y a partir de cada una de ellas se iniciará un debate para decidir en qué lado del mural deberá colocarse. Una vez ubicadas todas las palabras se dará tiempo para que puedan añadir otras que a ellos se les ocurran. Cuando crean que han completado el mural, se dividirán en pequeños grupos en los que elegirán palabras que son parte de la pareja y decidirán como representarlas para plasmarlas en fotos que expresen la idea de qué es para ellos la pareja.

#### Listado de palabras

CONFIANZA	DEPENDENCIA
RESPETO	SUFRIMIENTO
QUERER	DOLOR
IGUALDAD	DOMINACIÓN
PASIÓN	IMPOSICIÓN
COMPLICIDAD	ABUSO
APOYO	MENOSPRECIO
DETALLES	TRAICIÓN
ESCUCHAR	MENTIRA
COMPARTIR	ENGAÑO

### SEGUNDA SESIÓN

Comenzará a partir del punto en el que terminó la primera. Se vuelve a trabajar sobre el mural para ver si quieren hacer algún cambio sobre las palabras trabajadas en la primera sesión añadiendo o quitando las que consideren mediante el debate y el consenso. Una vez completado el mural se hará un pequeño concurso: divididos en dos grupos, se dará una serie de imágenes, cada una de ellas se corresponde con una de las palabras que forman parte del mural. Deberán decidir con cuál de ellas se corresponde y cada vez que

acierten si el otro grupo no lo hace, se llevará un punto. Ganará el equipo que más puntos consiga.

**RECURSOS:** cartulina para hacer el mural, tarjetas con palabras, revistas, fotografías.

---

## Comunicación y resolución de conflictos

**OBJETIVO:** Aprender estrategias para afrontar la PRESION DE GRUPO y saber decir NO.

**GRUPO:** chicas y chicos de 13 a 18 años

**DURACIÓN:** dos horas

### SESIÓN 1: PRESION DE GRUPO Y SABER DECIR NO

El educador o la educadora hace una presentación sobre el concepto de grupo, las relaciones en los grupos, la importancia de expresar lo que sientes en el grupo, tus opiniones, etc.

Se pone la canción de 16 añitos de Dani Martín.

[https://www.youtube.com/watch?v=Le5\\_C4DNDJI](https://www.youtube.com/watch?v=Le5_C4DNDJI)

*16 añitos fiero me creía el rey del mundo con mi lema por banderalo que digan yo no escucho.*

*No había nadie que pudiera lograr que cambiara un poco el rumbo con mi idea la primeray que no agobiaran mucho.*

*Y así fue me revele contra todo hasta el solviviendo entonces una distorsión me enfadé con el mundo malditos complejos que siempre sacan lo peor! Pensé "en la fuerza estará lo mejor" me disfrace de uno que no era yo buscando esa firmeza llegué a un lugar negro pensé que eso era el valor.*

*Y sufrí de tal manera por dejar de ser quien era por pensar que ser cobarde era ser lo que creyera. Los valientes son los que son de verdad y los fuertes ni sus guerras los valientes los que saben llorar con la cara descubierta.*

*Y así fue me revele contra todo hasta el solviviendo entonces una distorsión me enfadé con el mundo malditos complejos que siempre sacan lo peor! Pensé "en la fuerza estará lo mejor" me disfrace de uno que no era yo buscando esa firmeza llegué a un lugar negro pensé que eso era el valor, el valor... y es mirarme ahora a la cara SER QUIEN SOY!*

*Y así fue me revele contra todo hasta el solviviendo entonces una distorsión me enfadé con el mundo malditos complejos que siempre sacan lo peor! Pensé "en la fuerza estará lo mejor", me disfracé de uno que no era yo buscando esa firmeza llegué a un lugar negro pensé que eso era el valor.*



A continuación, se lee la letra de la canción y se comenta el contenido. Se hace hincapié en algún mensaje que guarda relación con la presión que pueden ejercer los amigos y también algún concepto sobre la autoestima. Se abre un debate sobre lo que les sugiere la canción.

## **SESIÓN 2: APRENDER ESTRATEGIAS PARA AFRONTAR LA PRESIÓN DE GRUPO Y SABER DECIR NO.**

Vídeo: “Pequeño”, de Dani Martín

Se visualiza el vídeo y se abre un debate para reflexionar sobre lo visto en él, aportar opiniones, experiencias, etc.

## **SESIÓN 3: NEGOCIACIÓN**

Vídeo distancias cortas: “Descontrol”

(“DISTANCIAS CORTAS: guía didáctica para el uso educativo de cortometrajes para la prevención de la transmisión del VIH-SIDA”)

Tras verlo se inicia un debate con preguntas motivadoras y temas a tratar:

- Privacidad en la pareja.
- Efectos del alcohol y las drogas en una relación.
- La primera vez: actitud de él y de ella. Acuerdos.
- Relaciones sexuales: no siempre es necesario que sean completas: petting. Acuerdos entre parejas.
- El uso del preservativo el chico al final no se lo pone, ¿qué les parece?

Una vez que se debate se realiza un role-playing en el que se escenifican dos situaciones:

1. Un chico no quiere usar el preservativo, ella sí quiere, finalmente él se marcha y no tienen relaciones pues ella se mantiene.
2. Un chico propone mantener relaciones pero no quiere usar preservativo. La chica sí quiere y le hace ver a él que debe ponérselo. Empleará las estrategias que considere oportunas (ponérselo ella, etc.).

El o la educadora plantea preguntas: ¿Cómo ven la reacción de él? ¿ y la de ella? ¿Qué les parece? ¿Creen que hablarlo entre los dos ayudó? ¿Comparten la opinión de la chica... etc. para que el resto de participantes opinen sobre ello.

**RECURSOS:** reproductor de música y proyector, letra de las canciones, cortometraje “distancias cortas”

## 2.5 Idea del amor y la pareja

### OBJETIVOS:

- Desmontar mitos del amor romántico
- Crear conciencia sobre los estereotipos del amor. Favorecer la comunicación entre los/las participantes
- “Romper” con los estereotipos de Género: lo masculino y lo femenino
- Identificar la idea que cada uno/a tiene del amor, con qué lo relaciona a través de las letras las canciones.
- Analizar la influencia del cine y la televisión en los modelos amorosos.

**DESTINATARIAS:** chicas y chicos de 13 a 18 años

**DURACIÓN:** una hora cada sesión.

**DESARROLLO:** Este taller se desarrolla en 4 sesiones.

### SESIÓN 1: MITOS Y FALSAS CREENCIAS

Se da una hoja a cada participante con una serie de mitos y falsas creencias más habituales entre los chicos y chicas de su edad. Se van leyendo en voz alta y deben decir si es verdadera o falsa. Se comenta cada respuesta y se llega a una conclusión.

También pueden hacerlo de forma individual y luego compartir las respuestas en voz alta. Se abre turno para que cada participante comente alguna situación de este tipo que haya oído, y determinar si se trata de una falsa creencia o no.

#### Listado de mitos y falsas creencias

1.	Marido y mujer deben ser los mejores amigos
2.	El amor romántico crea un buen matrimonio
3.	Una relación extramatrimonial se da solamente en matrimonios que tienen problemas
4.	Si te sientes culpable, confiesa
5.	Marido y mujer deberían hacer todos juntos
6.	Hay que luchar a toda costa por el matrimonio
7.	Una buena pareja se fía absolutamente
8.	Debes hacer feliz a tu pareja
9.	Las buenas parejas permiten toda descarga emocional
10.	Los buenos maridos arreglan enchufes, las buenas esposas ponen la lavadora
11.	Tener un hijo mejora un mal matrimonio
12.	El matrimonio debería ser una sociedad 50/50
13.	El matrimonio puede realizar todos nuestros sueños
14.	Los que aman de verdad adivinan lo que el otro piensa y siente

15. Un matrimonio feliz es mejor que un hogar roto
16. Las aspiraciones laborales del marido están por encima de las de la mujer
17. Si tu pareja te quiere dejar, agárrate y lucha
18. Un amor muerto se puede revivir a veces
19. La competencia estimula el matrimonio
20. Debes transformar a tu pareja en alguien mejor
21. Los opuestos se atraen y se complementan
22. Las parejas no deben revelar sus problemas a extraños
23. No tenga sexo estando enfadado
24. Confórmese con lo que tenga
25. En las relaciones sexuales debe ser el hombre quien tome la iniciativa
26. Es imprescindible, para mantener una relación sexual satisfactoria, que la pareja tenga orgasmos simultáneos
27. Sólo hay relaciones sexuales entre una pareja si hay relaciones coitales
28. En las relaciones sexuales, uno de la pareja es siempre el que manda y dice cómo quiere que se haga
29. Las mujeres hacen lo que les dice su pareja masculina
30. Si tu pareja te pega es porque 'te quiere, es por tu bien'
31. En las relaciones sexuales debe haber espeto y comunicación
32. Por mucho daño que te haga tu pareja, si la quieres tienes que perdonarla
33. El amor lo puede todo y, aunque dos personas sean muy diferentes, si se quieren de verdad todo irá bien
34. Es necesario encontrar a tu 'media naranja' para que la vida sea completa
35. Sólo se puede ser feliz en la vida y sentirse querido si tienes pareja
36. Los celos en una pareja son señal de amor
37. Si quiero a alguien tengo que contárselo todo
38. El amor es la única cosa necesaria en una relación entre dos personas.
39. La sexualidad es el aspecto más importante de una relación de amor. Si quiero a alguien debo acostarme con él cuando me lo pida.
40. Los celos son una prueba fuerte de amor
41. Quien bien te quiere te hará sufrir", como dice el refrán...
42. Las chicas y los chico ya somos iguales
43. Cuando quiero a alguien debo hacer todo lo que me pida
44. Una persona puede cambiar por amor.

## SESIÓN 2: ROMPIENDO ESTEREOTIPOS.

Se expone: **¿Qué son los Estereotipos de Género?:** Son modelos o patrones de conducta que definen cómo deben ser, actuar, pensar y sentir los hombres y las mujeres en una sociedad y representan un conjunto de atributos o características que se asignan a mujeres y hombres.

Se les pone ejemplos de estereotipos masculinos y femeninos. . Desde que nacemos tenemos unas ideas preconcebidas que nos van inculcando, por ejemplo: las niñas van de rosa y los niños de azul claro, la mujer es sensible y el hombre fuerte, no llora...

Se abre un turno de opiniones sobre los estereotipos respondiendo a cuestiones del tipo:

Qué piensan sobre ellos. Cuál les parece más absurdo, cuál está más “pasado”, cuál es el que aún más se da en nuestra sociedad. Qué consecuencias tiene el hecho de que se den estos estereotipos, qué se puede hacer para “romper” con ellos...

Buscar entre las revistas llevadas imágenes que representen estos estereotipos. Recortarlas y pegarlas en un mural a modo de collage.

## SESIÓN 3: EL AMOR EN LA MÚSICA.

Previamente se pide a cada participante que elijan una canción que les guste y que trate de lo que para ellas representa el amor.

Se pide que impriman las letras de cada una de esas canciones.

Se escuchan las canciones en conjunto y se van analizando las letras una por una. Al finalizar cada canción se comenta sobre ellas. También se puede “jugar” a adivinar quién ha elegido cada una de las canciones.

*Se pueden hacer algunas de las siguientes preguntas motivadoras:*

- ¿De qué trata el estribillo?
- Creéis que existe algún tipo de violencia en él?
- ¿Cuántas canciones tratan sobre amor de pareja?
- ¿Cuántas tratan sobre otros temas?
- ¿Hay protagonistas en las canciones?

Si hay protagonistas: ¿cómo os imagináis su físico y su forma de ser?

## SESIÓN 4: IDEA DEL AMOR EN SERIES JUVENILES, PELÍCULAS, CORTOS...

Por parejas se elige una serie o programa de televisión que más les guste para luego abrir un debate en el que se analizan las siguientes preguntas:

- ¿Por qué me gusta?
- ¿Qué tipo de lenguaje utiliza?
- ¿A qué tipo de público va dirigido?
- ¿Quiénes son sus protagonistas?

- ¿Cómo son las mujeres que aparecen?
- ¿Cómo son los hombres que aparecen?
- ¿Qué roles adjudica a la mujer? ¿ y al hombre? ¿Alguno está en situación de inferioridad?
- ¿En qué ámbito se representa a la mujer y al hombre?
- ¿Qué estereotipos muestra?
- ¿Cómo son las relaciones de pareja que nos muestran?



### SESIÓN 5: ME L@ PIDO

Las educadoras y los educadores preparan un powerpoint con seis personajes, en las diapositivas, en las que van a ir saliendo seis puertas y detrás de cada una de ellas unas características físicas y de personalidad. Cada menor tiene dos tarjetas en la que pone me la pid@ y hay un espacio para escribir su nombre debajo, cuando salga en el proyector unas características de chico o chica que le gusten, debe salir y pegar en una cartulina en la que están las puertas numeradas su tarjeta con su nombre, así, hasta que todos hayan pegado al menos una de sus tarjetas. Ahora queda decirles cual es el personaje que les ha tocado, hemos querido romper con los estereotipos y sus esquemas poniendo características por las que no son muy conocidos estos personajes pero que si realmente te fijas son reales.

Ej: Belén Esteban (rubia, espontánea, siempre en busca del amor...)



## SESIÓN 6: PONTE EN MI LUGAR

Se hacen dos grupos, chicos por un lado y chicas por otro. Cada grupo elabora un listado de aspectos positivos y negativos (en relación con el sexo/género, la imagen...) para luego situarlos en la columna que ellos crean correcta. Luego nos juntaremos para hacer una comparación.

- Fuerte
- Inteligente
- Dulce
- Cariños@
- Sociable
- Obediente
- Valiente
- Prudente
- Rebelde
- Divertid@
- Coquet@
- Indecis@
- Deportista
- Infiel

**RECURSOS:** hojas con los mitos y creencias, reproductor de música, revistas, tijeras, pegamento, papel de estraza, colores (rotuladores...) canciones, reproductor de música, proyector. Página web en la que se analizan y critican distintos anuncios publicitarios, campañas, películas y series televisivas desde una perspectiva de género: <http://lasprincesastambienfriegan.com/>

Cartulina, ordenador, proyector, powerpoint y bolígrafos.

## 2.6 Expresión de sentimientos

### OBJETIVOS:

- Favorecer la relación entre chicos y chicas.
- Trabajar sobre el reconocimiento de aspectos positivos sobre los demás compañeros.
- Mejorar la autoestima y respeto hacia los demás.
- Crear una actitud positiva hacia la sexualidad.

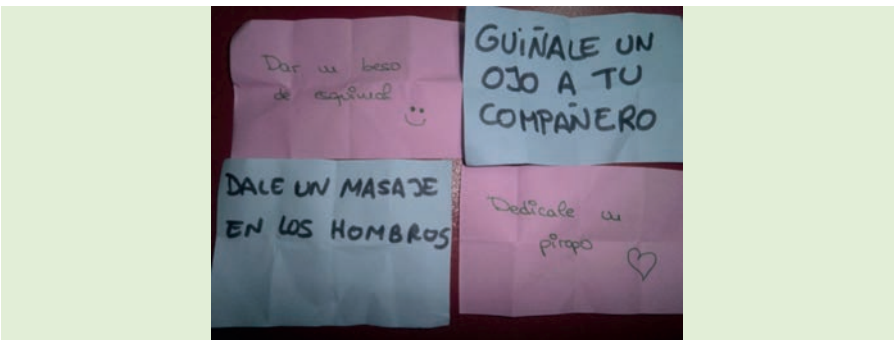
**DESTINATARIOS:** chicos y chicas de entre 11 y 15 años.

**DURACION:** Una hora.



### El juego de la botella

El juego se lleva a cabo con todos los menores sentados en el suelo en círculo y en el centro una botella de plástico. Los jóvenes deben hacerla girar y al que señale a debe coger un papel de una caja y realizar la acción indicada en el mismo. Papeles preparados previamente por las educadoras y los educadores del centro. Algunos ejemplos son:

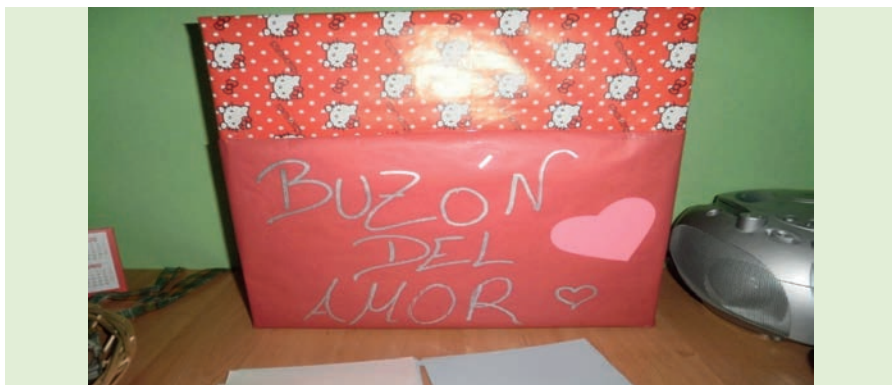


Di tres cosas bonitas de tu compañero/a
¿Cómo le pedirías de manera original que saliera contigo?
Dale un beso en la nariz
Dedícale un piropo a tu compañero/a
Dar un abrazo a tu compañero/a
Dale un masaje en los hombros a tu compañero/a
Guíñale un ojo a tu compañero/a
Beso de esquimal
Beso en la mejilla
Resalta tres cualidades de tu compañero/a
Di tres adjetivos positivos
Dar un beso en la mano
Acarícialo el pelo
Lánzale un beso a tu compañero/a

### Buzón del amor

Unos días antes de realizar esta actividad se construye un buzón en el cual los menores pueden dejar de forma anónima, si lo desean, cartas o mensajes positivos a sus compañeros y compañeras o a sus educadores y educadoras.

Al finalizar la actividad anterior se abre el buzón y se pedirá a los chicos y las chicas que lean los comentarios que dejaron.





## Aprendo a sentir

**OBJETIVO:** Facilitar que los niños y las niñas sean capaces de reconocer sentimientos y emociones en sí mismos y en los otros.

**DURACION:** De 30 a 45 minutos.

**DESTINATARIOS:** Niños y niñas de 3 a 5 años. Niños y niñas de 6 a 9 años.

**DESARROLLO:** El educador o la educadora reparten a cada niño o niña las fichas con las imágenes. Debe identificar cada sentimiento o emoción en ellas: alegre, triste, enfadado, etc.

Identificarse él en ese momento con cada una. Identificar diferentes situaciones que se pueden pasar con una de esas imágenes. La misma actividad pero con respecto a los demás.

Cuando todos terminan el trabajo, el educador/a hace preguntas como por ejemplo: ¿si les resultó difícil? ¿Si entendieron bien lo que tenían que hacer? ¿Cómo se sintieron al hacerlo?, si les gustó... Se guardarán las fichas y trabajos en la carpeta de cada uno "Medrar con Sentiu".

**RECURSOS:** Fichas ¿Cómo te sientes?. Ficha de Harimaguada: ¿cómo se sienten?. Ficha de emoticonos

Imágenes de fotos, revistas, lápiz o bolígrafo.



## Celos y pareja

**OBJETIVO:**

- Fomentar entre los adolescentes una relación de pareja sana, haciéndoles reflexionar sobre el tema de los celos en ésta. Se pretende que pongan en marcha una relación de iguales y no de superioridad ante su pareja, respetándose mutuamente.
- Discutir los diferentes estilos de pareja y darse cuenta de lo bueno y lo malo de cada uno.
- Propiciar un debate crítico en torno a la violencia de género en el noviazgo.

**DESTINATARIOS:** grupo de menores entre 12 y 18 años.

**DESARROLLO:** para la realización del taller llevaremos a cabo 2 sesiones

**DURACIÓN:** la primera sesión dos horas y la segunda una hora.

**SESIÓN 1: ESTA SESIÓN CONSTA DE 4 ACTIVIDADES:**

**1. Lluvia de ideas acerca de:**

¿Qué es el amor?

¿Qué supone estar en pareja?

¿Qué cosas dejas de hacer por tener novio/a?

Se apuntan todas las ideas dadas por los participantes en la pizarra: como por ejemplo,

¿Qué es el amor?	¿Qué supone estar en pareja?	Cosas que dejas de hacer por tener pareja
Sentimiento	Ser novios	Salir de fiesta
Respeto	Ser nobles	Traer amigos a casa
Querer a alguien	Respetarnos	Traer chicas/os a casa
Cariño	Compartir cosas y tiempo	Fumar
Detalles	Sinceridad	Estar con otros chicos/as
Sexo	Amistad	Masturbarte
Bebé/niños	Sentimientos	Mirar o hablar con otros chicos/as
Romanticismo	Confianza	Ser mujeriego
Felicidad	Ser fiel	Ser liberal
Comprenderse	Ser solo una persona	Ligar
Ser fiel	Dar paseos	Salir con amigos
Una mierda	Quererse	Subir fotos sexy
Reacción química	Amarse	Atracción
Estar feliz	Disfrutar	Tener compañía
	No estar solo	

## 2. Juego de las sillas

A continuación se realiza una dinámica para tratar los celos en la pareja llamada “el juego de las sillas”: se juntan por parejas, uno se sienta en la silla y su “pareja” detrás de él. Se dicen una serie de frases, quien estuviese de acuerdo se debe levantar e ir hacia la persona que ha dicho la frase y su pareja intentar detenerle si no le parece bien. Cuando uno no se levanta de la silla tiene que explicar porque no lo haría y si la pareja ha intentado detenerla, lo mismo.

### Ejemplos de frases:

- Salir de fiesta con tus amigos, sin tu pareja
- Ponerte “guapa/o” para salir
- Ir al cine con tu mejor amigo
- Mandarte Whatsaps con tu ex
- Irte de vacaciones con tus amigas
- Bailar con otros chicos (si eres chicas) u otras chicas (si eres chico)
- Subir al Facebook fotos con chicos/as
- Seguir quedando con tu expareja

## 3. “¿Eres mía?”

Seguidamente se habla del tema de la posesión en la pareja. ¿Es normal que tu pareja te considere de su propiedad? Se les pone una canción muy conocida por todos ellos (por ejemplo, “eres mía” de Romeo Santos) y se les pide que cada vez que escuchen una frase o palabra que les recuerde a lo que hemos hablado levanten la mano y explique por qué.

## 4. ¡Sí o no!

Para terminar la primera sesión de Celos y Pareja, se realiza otra dinámica. Se coloca un cartel en cada lado de la sala, uno en el que pone SÍ y en el otro NO. Se formula una pregunta, y deben posicionarse.

- ¿Te importa que en el grupo de amigos de tu pareja esté su ex?
- ¿Le miras el móvil a tu pareja?
- ¿le pides la contraseña del Facebook o del Tuenti a tu pareja?
- ¿Te molesta que tu pareja tenga amigos del sexo contrario al de él?
- ¿te molesta que tu pareja baile con tus amigas?
- ¿te importa que tu pareja suba fotos con chicos de su clase?
- ¿desconfías si tu novio sale sin ti?
- ¿te molestaría que su mejor amigo fuera una chica?

**RECURSOS:** espacio amplio, cartulinas, sillas, ordenador y altavoces.

## SESIÓN 2: ESTA SESIÓN CONSTA DE DOS ACTIVIDADES:

### 1. Un paso adelante”

Se le asigna a cada persona una etiqueta que solo ella sabrá. Todos se ponen en línea y se les leen una serie de situaciones. Cuando crean que pueden hacerlo en función de su “etiqueta” deberán dar un paso adelante. Después de leer todas las situaciones y ver como unos han avanzado y otros no, discutir el por qué y cómo se han sentido.

#### Etiquetas:

- No tienes novio pero te gusta una persona
- Tú y tu pareja sois también amigos
- No tienes pareja pero tu ex (celoso) sigue comportándose como tu novio
- Los dos sois muy celosos
- No tienes pareja
- Con novio
- Con un rollo
- Eres muy celoso con tu pareja
- Novio no celoso
- Tú y tu pareja tenéis una relación sana
- Pareja muy celosa
- Pareja muy controladora

#### Situaciones:

- Quedar con tu expareja para charlar
- Ir a una fiesta organizada por tu clase
- Ir a la playa con tus amigos
- Quedarte a dormir en casa de un amigo/a
- Seguir usando una sudadera que tu ex te regaló
- Mirar el móvil a tu pareja
- Mandarte WhatsApp con tu ex pareja
- Ir a tomar algo con un amigo
- Seguir teniendo fotos en el Facebook con tu expareja
- No quedar con tu pareja porque ya tienes planes con tus amigos
- Mi pareja no se enfada si no le cojo el teléfono porque este ocupada

## 2. “Resolviendo conflictos de pareja”

### Se lee al grupo la historia de María:

María es una chica de 3º de ESO que lleva nueve meses saliendo con Jorge. Jorge es un chico que también está en 3º de ESO, es repetidor y está en otra clase diferente a María. Ella siempre ha sido buena estudiante, pero este año ha sacado varios suspensos en el primer trimestre. Hace tiempo que no sale con sus amistades y ha dejado de hacer cosas que antes solía hacer. Un día encuentran a Jorge en una plaza liándose con otra persona. Las amistades más cercanas están preocupadas por ella pero no saben cómo plantearle este tema. Al cabo de un tiempo, le cuentan a Paula lo que han visto pero ella no lo cree, piensa que lo único que sus amigas quieren es que deje la relación y poder liarse ellas con Jorge. A raíz de esto, María siente cada día más celos de todas las chicas pero no es capaz de plantearle a Jorge lo que le han contado. Jorge, por su parte, se comporta de manera, cada vez, más agresiva con ella, insultándola, menospreciándola... pero a María le cuesta reconocer esta violencia.

### Y la historia de Pedro:

Pedro es un chico de 15 años que lleva 3 meses saliendo con Saray. Pedro siempre ha sido un chico que le gustaba salir con sus amigos, jugar al fútbol y pasar tardes en el parque con su mejor amiga Teresa. Últimamente está dejando de hacer estas cosas porque Saray, su novia, solo quiere que salga con ella y se molesta cuando queda con Teresa o hablan por whatsapp.

### Después se abre un debate con preguntas del tipo:

- ¿Qué os parece esta situación?
- ¿Puede ser real?
- ¿Qué podemos hacer si fuésemos el protagonista?
- ¿Qué haríamos si fuésemos las amistades del protagonista?
- ¿Cómo creéis que acabará la historia?
- ¿Conocéis alguna historia similar?

**RECURSOS:** pizarra, fotocopias con las historias, cartulinas, espacio amplio, sillas, ordenador, altavoces, rotuladores.

## Malos tratos y buenos tratos

### OBJETIVOS:

- Saber detectar cuando se está ante una situación de maltrato o violencia.
- Dotar de estrategias para que sepan como de deben actuar ante una situación de maltrato.

**DESTINATARIOS:** Menores de 13-18 años

**DURACIÓN:** 4 sesiones de una hora cada una.

### SESIÓN 1. TIPOS DE VIOLENCIA.

Presentar la ficha en la que aparecen los diferentes tipos de violencia

Comentar sobre ellos poniendo ejemplos.

Por ejemplo: Canción de Andy y Lucas “Y tu ventana

### SESIÓN 2. SENTIMIENTOS Y ACTITUDES.

Se les da una ficha de apoyo en la que se recogen sentimientos y actitudes que se tienen hacia otras personas o que despiertan en uno mismo determinadas situaciones.

Se entregan artículos sobre diferentes situaciones de violencia de género.

Se ponen dos cartulinas; en una para clasificar los sentimientos positivos y en otra los negativos que despiertan en cada uno lo narrado en los artículos (se proponen dos, pero se pueden buscar en la red artículos con temáticas similares y actuales) y los casos de ficción que representan situaciones reales que pueden darse.

#### Caso 1:

*Antonio y Raquel son novios desde hace 5 meses. Los dos están muy a gusto y son muy felices. El último sábado, fueron a una discoteca a bailar. Nada más llegar, Raquel vio al fondo de la sala a un antiguo novio suyo, al que hacía mucho tiempo que no veía. Fue directamente hacia él, muy contenta, y se saludaron con un beso. Antonio no se acercó. Observó la escena desde lejos. Cuando Raquel volvió junto a él, éste le dijo: “A mí no me vuelvas a hablar, eres una puta”.*

#### Caso 2:

*Es sábado por la tarde y te has puesto de acuerdo con tu pareja para dar una vuelta. Has quedado en que viene a recogerte a casa. Cuando llega se muestra molesto/a porque no le gusta la ropa que llevas. Discutís y te pide que te cambies...*

**Caso 3:**

*Paqui está terminando un PCPI. Lleva dos años con su pareja, Pedro. El termino la ESO hace un año y ahora estudia un Ciclo Formativo en otro centro. Paqui y Pedro ya han mantenido relaciones sexuales. Ella está comenzando a sentirse mal en la relación, pero no sabe por qué le ocurre esto, así que le comenta a Pedro que quiere dejar la relación, al menos por un tiempo. La reacción de este es utilizar el chantaje emocional diciéndole que si lo deja le contará a todo el mundo que han mantenido relaciones sexuales. Paqui no sabe qué hacer, tiene miedo de que se entere su familia.*

**Caso 4:**

*Carmen acaba de dejarlo con su pareja, llevaban 6 meses. Luis, la ex pareja de Carmen es muy celoso y ella comenzó a darse cuenta de que no era lo que quería. A raíz de esta ruptura, Luis empieza a colgar en TUENTI fotos que comprometen a Carmen y ella no sabe como terminar con este problema. Un día comenta a sus amistades que ha vuelto con Luis, que él está muy arrepentido.*

**Caso 5:**

*Tú pareja, con la que llevas saliendo desde hace unos meses, te lleva pidiendo desde hace tiempo que tengáis relaciones sexuales pero tu no quieres. Esta negativa es motivo frecuente de discusión y muchos días termináis con gritos y reproches. Incluso habéis cortado varias veces por ello, pero habéis vuelto a salir...y cuando parecía que todo se había arreglado, de nuevo sale el tema, y de nuevo las peleas... Te dice que si de verdad le quieres tienes que aceptar mantener relaciones... Un día casi llego a pegarte en la discusión...*

Se invita a una reflexión sobre temas como los celos y el control sobre la pareja, que salen en los textos con preguntas del tipo:

- ¿Qué os parecen estas situaciones?
- ¿Pueden ser reales?
- ¿Qué crees que siente la chica? -¿Por qué crees que ella ha actuado así?
- ¿Qué podemos hacer si fuésemos la persona protagonista?
- ¿Qué haríamos si fuese una amiga o amigo?
- ¿Cómo creéis que acabarán estas historias?
- ¿Conocéis alguna historia similar?
- ¿Es normal que una pareja quiera saber en cada momento el otro hace, con quien sale, con quien se manda mensajes? ¿Crees que es normal mirar los mensajes del móvil, tuenti... de tu pareja? ¿Consideras normal que un ex novio se siga poniendo celoso de su ex pareja?

Para agilizar la dinámica se puede elegir uno o dos casos para trabajarlos y no todos.

### SESIÓN 3. REACCIÓN ANTE UNA SITUACIÓN DE VIOLENCIA. QUE QUIERO Y ESPERO YO PARA MI RELACIÓN DE PAREJA

A partir del visionado del corto de Amaral: Flores para Mayka. [Http://www.youtube.com/watch?v=fj2m9gzro8y](http://www.youtube.com/watch?v=fj2m9gzro8y).

- Turno de comentarios y opiniones al respecto.
- Dos cartulinas: que se da en una Relación “chunga” / Relación “Guay” (nombres puestos por las participantes)
- Se pregunta con cuál de las relaciones se quedan.
- Se pone la canción de Amaral “Salir corriendo” que invita a abandonar una relación dañina.

### SESIÓN 4. ME GUSTA/ NO ME GUSTA

Se buscan fotos de revistas que representan sentimientos y actitudes. Se hace un collage con ellas.



### SESIÓN 5. ACTITUDES.

Se analizan letras de distintas canciones relacionadas con la violencia como las citadas anteriormente.

Se hace una comparativa de las diferentes situaciones reflejadas en ellas y la actitud de la mujer ante las mismas analizando que actitud adoptarían y por lo tanto que canción es la más positiva y optimista.

- Proyección del corto sobre una experiencia real. “Amores que duelen” (página web Mitele). Caso de una adolescente Déborah.
- Debate sobre este caso. Qué les ha parecido, cómo se sienten, cómo creen que actuarían ante una situación similar ?
- Cómo lo soluciona Déborah.
- Cómo lo solucionarían ellas y ellos.



- Déborah tuvo el apoyo de su madre, ¿a quién acudirías vosotras y vosotros?
- ¿Conocéis recursos donde se os pueda prestar ayuda?
- ¿A dónde acudir?

**RECURSOS:**

- Fichas con información.
- Proyector, altavoces, ordenador.
- Copias de letras de canciones.
- Videos y cortos sobre los temas.
- Artículos de periódico, etc. sobre casos reales.
- Textos de casos de ficción para comentar.
- Revistas.
- Cartulinas, pegamento rotuladores, folios, etc.

Listado de recursos con los que se puede contar en un caso de maltrato.

Llama al 016.Llama al 112

Instituto Asturiano de la mujer

Asociación de Asistencia a Víctimas de Agresiones Sexuales y Malos Tratos. CAVASYM

Casa de encuentro de las mujeres de Gijón – Canga Argüelles, 16-18, despacho nº 7  
33202 Gijón Tel: 985.09.90.96

Casa de encuentro de las mujeres de Gijón  
Canga Argüelles, 16-18, despacho nº 6 Tel: 985.09.50.16

## **3. Educacion Sexual y Discapacidad Intelectual**

**3.1 “Yo crezco”**

**3.2 “Jugando con Raquel ”**

**3.3 “ Fotos que hablan”**

**3.4 “Me gusto con gusto”**

**3.5 “Yo soy importante ”**

**3.6 “Ligando y respetando”**

**3.7 “Los niños y las niñas vienen de”**

**3.8 “Yo, público y privado”**

**3.9 “Yo elijo ”**

**3.10 “Sin confusiones”**

**3.11 “Trato-rojo-trato-verde-trato-amarillo”**

## 1. Sexo- se es...

Proceso de sexuación físico-social	Dinámica
1. Cuerpos e identidades	"Yo crezco"
2. Roles de género	"Jugando con Raquel "

## 2. Sexualidad-se siente...

Las actitudes	Dinámica
3. Visión de la sexualidad	" Fotos que hablan"
4. Creencias y falsas creencias	"Me gusto con gusto"
5. Vulnerabilidad y prevención de abuso	"Yo soy importante "

## 3. Erótica-se desea...

Deseos y expectativas	Dinámica
6. Exploración de los deseos	"Ligando y respetando"

## 4. Ars amandi- se hace...

Aspecto a trabajar: Las conductas	Dinámica
7. Concepción y anticoncepción	"Los niñ@s vienen de"
8. Privacidad-intimidad	"Yo, público y privado"

## 5. Pareja-se tiene...

La relación de pareja	Dinámica
9. Idea de pareja (Expectativas)	"Yo elijo "
	"Sin confusiones"
10. Buenos y malos tratos	"Trato-rojo-trato-verde-trato-amarillo"

### 3.1 “Yo crezco”

#### OBJETIVOS:

- Conocer las partes del cuerpo humano
- Ser capaz de nombrar las partes del cuerpo humano
- Reconocer el cuerpo humano en la adultez
- Identificarse como hombre/mujer

**DESTINATARIOS/AS:** Adolescentes con discapacidad intelectual

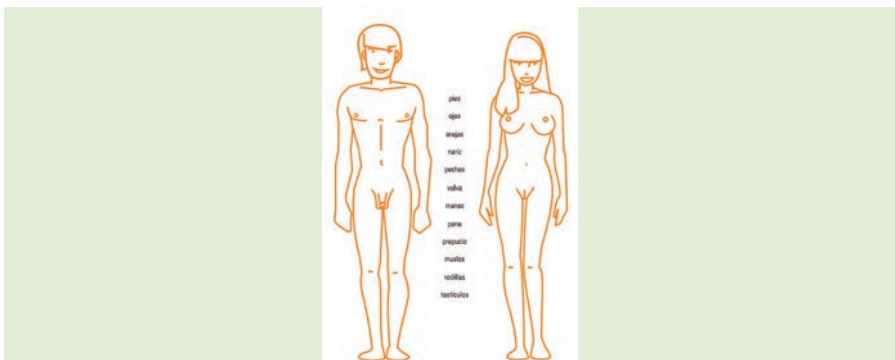
**DURACIÓN:** 1 hora.

#### DESARROLLO:

1. Se reparte a cada uno de los participantes un puzzle, en el que aparezcan representadas las partes del cuerpo adulto desnudo. Hacer el puzzle.
2. Colorear ficha.
3. Se reparten y se realizan las fichas con las partes del cuerpo humano para unir con flechas a sus nombres.
4. Colorear ficha.
5. Finalmente cada uno de los participantes se identifica con uno de los dibujos representados, un hombre o una mujer.

#### RECURSOS:

- Imagen del cuerpo humano representando un puzzle. Ficha 1. <sup>1</sup>
- Ficha con las partes del cuerpo humano para unir con flechas. Ficha 2.
- Bolígrafos.
- Lápices de colores.



<sup>1</sup> Extraído de: Actividad 8.1 dinámica de sexuación. Guía de educación sexual y discapacidad CAI del Principado de Asturias

## 3.2 “Jugando con Raquel”

### OBJETIVOS:

- Conocer las ideas previas sobre los juegos y los juguetes.
- Nombrar los juegos en los que suelen participar.
- Reconocer los gustos propios.
- Conocer las reglas de los juegos lúdicos.
- Identificar los roles de género.
- Transmitir valores de igualdad.

**DESTINATARIOS/AS:** Adolescentes con discapacidad intelectual

**DURACIÓN:** 1 hora y 30 minutos.

### DESARROLLO:

- Se inicia un diálogo sobre el juego. Se reparte a cada participante la ficha 1. Completan la ficha explicando a qué juegan y con quién en casa, en el colegio y en el barrio.
- Leer el cuento en lectura cooperativa. Se reparte a cada participante la ficha 2. Completar la ficha 2.
- Colorear dibujos de las fichas. Segunda lectura del cuento modelando en barro según lo que va sucediendo en la narración.

### RECURSOS:

- Ficha con preguntas sobre juegos. Ficha 1.
- Ficha sobre la lectura. Ficha 2. <sup>2</sup>
- Cuento “Jugando con Raquel”
- Barro (o similar).
- Lápices de colores.

¿A qué juegas en? ¿Con qué amigos y amigas juegas en?



2 Extraído de: Ocio, juego y juguetes. Actividades “Mis juegos” y “Jugando con Raquel”. Harimaguada Material didáctico B.

### 3.3 “Fotos que hablan”

#### OBJETIVOS:

- Expresar conceptos sobre sexualidad
- Conocer diferentes actitudes y sentimientos
- Respetar las diferencias
- Debatir sobre las diferencias

**DESTINATARIOS/AS:** Adolescentes con discapacidad intelectual

**DURACIÓN:** Dos sesiones de 1 hora

#### DESARROLLO<sup>3</sup>:

- Presentar las fotos sobre una mesa o sobre el suelo y elegir la que más les guste o les llame la atención a los menores.
- Exponer individualmente lo que les llamó la atención o lo que significa para ellos la foto. Recoger todas las opiniones y conceptos en una pizarra o papel continuo.
- Hacer, entre todo el grupo de manera cooperativa, un mural con aquello relevante que se haya elegido.

#### RECURSOS:

- Fotografías seleccionadas por el educador o la educadora.
- Mesa.
- Papel continuo o pizarra.
- Cartulina grande.
- Pegamento.
- Lápices de colores.
- Tijeras.

---

<sup>3</sup> Guía Educación sexual y Discapacidad CAI Principado de Asturias.



### 3.4 “Me gusto con gusto”

#### OBJETIVOS:

- Asumir la masturbación con normalidad.
- Conocer las ventajas de la masturbación: anticonceptivo, placer, individualidad.
- Limitar la masturbación al campo de lo íntimo y no público
- Aprender a masturbarse adecuadamente para que resulte satisfactoria.
- Desarrollar una actitud positiva en torno a su cuerpo y a las sensaciones corporales.
- Promover hábitos de higiene y cuidado personal de sí mismo.

**DESTINATARIOS:** Adolescentes con discapacidad intelectual

**DURACIÓN:** 1 hora.

#### DESARROLLO:

- Entregar a cada participante un grupo de seis tarjetas con frases referidas a la masturbación.
- Colorear cada una según consideren que es verdadero (verde) o falso (rojo).
- Introducir cada tarjeta en una caja de VERDADERO (caja verde) O FALSO (roja).
- Sacar las tarjetas de una en una.
- Anotar en una pizarra cuántas y cuáles están en cada lado (columna VERDADERO/ columna FALSO).
- Puesta en común, solución de dudas y comentarios.

#### RECURSOS:

- Tarjetas en cartulina blanca con las frases<sup>4</sup>:

“Masturbarse es malo”  
 “La masturbación debe realizarse en privado”  
 “Si me masturbo me volveré loco”  
 “Solamente puedo masturbarme si no tengo pareja”  
 “Solamente se masturban los chicos”  
 “Masturbarme me causa placer”  
 “Me masturbo y eso es normal”  
 “A mi pareja puede que le guste que la masturbe”

- Dos cajas forradas con dos colores distintos
- Colores para las fichas
- Soporte (pizarra, papel grande) para la puesta en común.
- Dibujos para el taller demostrativo.

<sup>4</sup> Todossomosuno”; Organización “Vida independiente MORPHO”; “Sexualidad y discapacidad mental” Mitos y realidades, Dora Pereyra; Web Editorial Weeble; Guía Educación sexual y Discapacidad CAI Principado de Asturias; Escuela de Bienestar NOMASABUSO.COM; Web slideshare (muchos libros recomendados); FEAPS, entidad “Sexualidad y Discapacidad”

## 3.5 “Yo soy importante”

### OBJETIVOS

- Lograr que reconozcan situaciones de peligro.
- Reforzar la autoestima
- Ayudar al chico/a a exigir respeto
- Aprender a decir NO
- Reflexionar sobre respuestas ante situaciones de abuso

**DESTINATARIOS/AS:** Adolescentes con discapacidad intelectual.

**DURACIÓN:** 1 hora

### DESARROLLO:

- Se reparte una tarjeta a cada miembro del grupo.
- Leer en voz alta la tarjeta que le ha correspondido.
- El educador o educadora escribe en la pizarra el contenido de cada tarjeta.
- En grupo se decide si es una situación de abuso o de afecto.
- Si es de afecto se le pone al final un corazón.
- Si es de abuso, se tacha.
- Se habla sobre alternativas de respuesta ante las situaciones de abuso descritas.

### RECURSOS:

- Tarjetas de cartulina de colores. Rotuladores de colores. Soporte para ir escribiendo lo puesto en común. Pegamento. Tijeras.
- Textos posibles para las tarjetas<sup>5</sup>:

“un señor en la parada del bus, te invita a dar un paseo y comprarte chuches porque quiere tu compañía”

“una señora en el supermercado dice que te regalará lo que quieras si vas con ella hasta su casa para charlar”

“tu profe te regala un libro por trabajar mucho en clase”

“mi tío me quiere mucho y me regala un juego para la consola cada vez que le acaricio el pene”

“mi vecino me regaló una camiseta por ayudarle a subir las bolsas de la compra”



---

5 Recursos: Guía Educación sexual y Discapacidad CAI Principado de Asturias.



## 3.6 “Ligando y respetando”

### OBJETIVOS:

- Aprender a conocerse
- Estimular un comportamiento adecuado
- y respetuoso con los demás.
- Discutir valores
- Sentirse seguro y capaz en las relaciones

**DESTINATARIOS/AS:** Adolescentes con discapacidad intelectual

**DURACIÓN:** 1 hora.

### DESARROLLO:

Hacer dos dramatizaciones:

1. Por parejas mirarse directamente a los ojos, quien primero baje o desvíe la mirada, perderá y deberá hacer una caricia a la pareja.
2. Por parejas, se representarán modos de ligar en un lugar público (baile, cafetería, parque).

Lluvia de ideas después de cada situación.

Recoger las conclusiones en un papel continuo.

### RECURSOS:

- Sala confortable.
- Música relajante para la dramatización primera.
- Música ambiental para cada situación de la dramatización segunda.
- Cartulina grande.
- Rotulador.



### 3.7 “Los niños y las niñas vienen de”

#### OBJETIVOS:

- Conocer la reproducción humana y relacionarla con la madurez personal.
- Entender los procesos de fecundación, embarazo y parto
- Entenderla anticoncepción como una forma de control de la reproducción.

**DESTINATARIOS/AS:** Adolescentes con discapacidad intelectual.

**DURACIÓN:** 1 hora y 30 minutos.

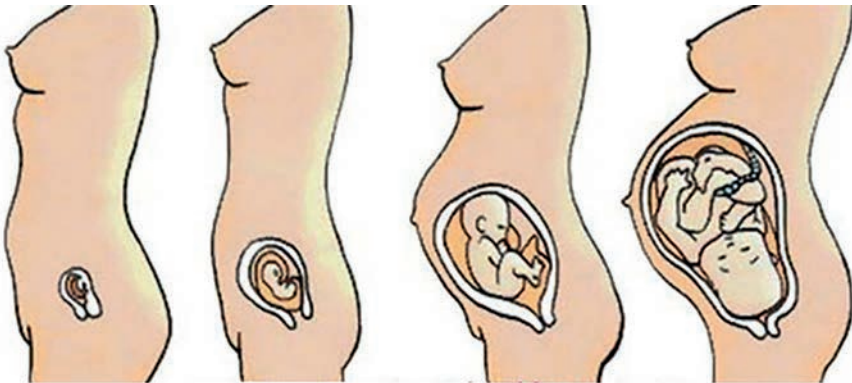
#### DESARROLLO:

- Explicar, mediante un Power Point, la fecundación, reproducción humana y sus fases.
- Aclarar dudas.
- Hacer la ficha nº1. Recortar y pegar cada feto con cada dibujo de la mujer embarazada.
- Hacer práctica de uso correcto del preservativo.

#### RECURSOS:

Ficha 1 Fecundación<sup>6</sup>. Power Point<sup>7</sup> <sup>8</sup>. Tijeras. Pegamento. Lápices de colores. Preservativos. Plátano .

**Ficha 1 Fecundación:**



---

6 Extraído de: Ni ogros ni princesas.

7 Extraído de: <http://es.slideshare.net/alexdorantec>

8 Power Point incluido en DVD adjunto.



## 3.8 “Yo, público y privado”

### OBJETIVOS:

- Diferenciar entre público/privado
- Diferenciar entre apropiado/inapropiado
- Conocer los espacios apropiados para las conductas privadas.

**DESTINATARIOS/AS:** Adolescentes con discapacidad intelectual.

**DURACIÓN:** 1 hora y 30 minutos.

### DESARROLLO:

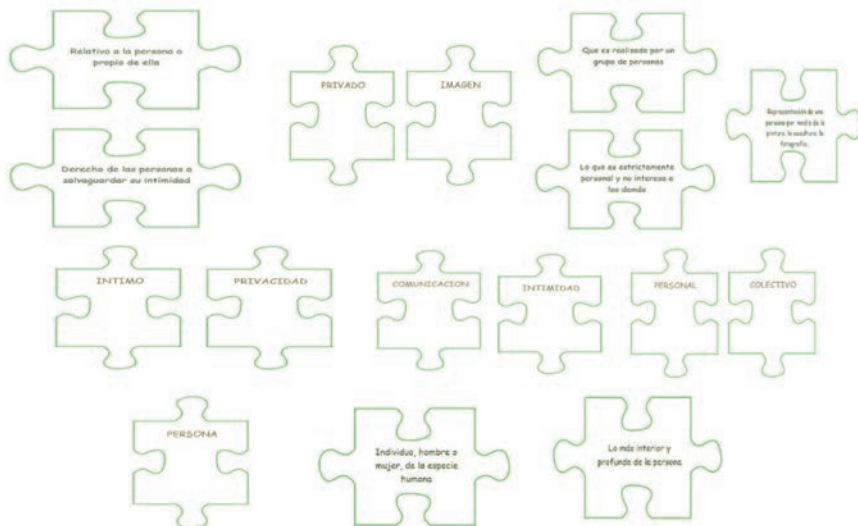
- Recortar las piezas del puzle.
- Realizar el puzle de manera creativa uniendo cada concepto con su definición.
- Escribir, en papel continuo, en dos zonas, comportamientos público/comportamientos privados.
- Dar a cada participante una hoja de la ficha 2.
- Recortar las acciones.
- Pegar cada acción en la zona que corresponda.

### RECURSOS:

- Puzle de conceptos público-privado Ficha 1.
- Ficha 2 Actividades.
- Bolígrafos.
- Tijeras.

Pegamento.

**Ficha 1: Puzle Colores.**



**Ficha 2: iconos.**



### 3.9 “Yo elijo ”

#### OBJETIVOS:

- Reflexionar sobre las cualidades que me gustan en mi pareja
- Descubrir experiencias diferentes
- Relacionar la vivencia personal con otras experiencias personales
- Aclarar conceptos y dudas

**DESTINATARIOS/AS:** Adolescentes con discapacidad intelectual

**DURACIÓN:** Duración de la película y posterior debate.

#### DESARROLLO:

- Visionado de la película
- Realizar una exposición de ideas, sentimientos, dudas, diferentes opiniones.

**RECURSOS:** Películas<sup>9</sup>:

- “Aprendiendo a vivir” (USA 1999). Dos jóvenes con discapacidad intelectual se enamoran y quieren irse a vivir juntos pese a la oposición de la madre de ella).
- “No me pidas que te bese porque te besaré” (España 2007). Pocos días antes de casarse, un chico se apunta a un curso de guitarra para personas con discapacidad. Sus compañeros le explican un truco para saber si quiere o no a una persona)



<sup>9</sup> Guía Educación sexual y Discapacidad CAI Principado de Asturias.

### 3.10 “Sin confusiones”

**OBJETIVOS:**

- Reforzar la bondad de expresar sentimientos
- Verbalizar conductas sin miedo
- Diferenciar las distintas formas de relación interpersonal y sus manifestaciones.

**DESTINATARIOS/AS:** Adolescentes con discapacidad intelectual

**DURACIÓN:** 1 hora.

**DESARROLLO:**

- Realizar, en grupo la Ficha de sentimientos ( recoger en pizarra o papel continuo las aportaciones de los menores).
- Debatir sobre las distintas formas de mostrar nuestros sentimientos
- Valorar lo correcto e incorrecto en cada una y para cada uno.

**RECURSOS:**

- Bolígrafos de colores.
- Soporte para que sea visible en el grupo (tablón, pared, pizarra).
- Ficha de sentimientos<sup>10</sup>:

Nombre	Relación	Demostraciones de afecto

---

<sup>10</sup> Guía Educación sexual y Discapacidad CAI Principado de Asturias.



### 3.11 “Trato-rojo-trato-verde-trato-amarillo”

**OBJETIVOS:**


- Appreciar la importancia de los valores básicos de la convivencia en grupo con otras personas.
- Diferenciar relaciones de pareja positiva y negativa.

**DESTINATARIOS/AS:**Adolescentes con discapacidad intelectual.

**DURACIÓN:**1 hora y 30 minutos.

**DESARROLLO:**

- Se reparte a cada participante la ficha 1: ¿Está bien...?
- Se reparten gomets verdes, amarillos y rojos.
- Cada participante, coloca un gomet en cada casilla de cada conducta siguiendo la siguiente escala:

Nunca, nunca lo puedo hacer: Trato-rojo No lo puedo hacer, pero si lo hago pido perdón: Trato-amarillo: Está bien, ¡bravo por mí!: Trato-verde	
--	--

- Revisar cada cuestión y corregir errores.
- Se reparten según el número de participantes las conductas de la ficha 2.
- Se recortan y se debate si son relaciones de pareja positivas o negativa.
- Se enlazan las positivas por un lado y las negativas por otro.
- Colocar gomet rojo en las negativas y gomet verde en las positivas.

**RECURSOS:**

- Ficha 1 ¿Está bien...?<sup>11</sup>
- Relaciones positivas y negativas. Ficha 2.
- Tijeras.
- Gomets de colores.

<sup>11</sup> Extraído de: Ni ogros ni princesas. Guía de Educación sexual.

<b>Ficha 1: ¿Está bien....?</b>			
Pelearse		Molestar en las otras zonas: colarse, golpear las puertas	
Romper o estropear muebles, armarios, puertas, cristales, papeleras...		Salir del centro sin permiso	
Usar "por favor"		Ayudar en las tareas	
Dar la mano a un compañero/a para ayudarle si no puede solo/a		Insultar a los compañeros y compañeras	
Gritar		Contestar mal a los educadores/as	
Contarle a un amigo/a porqué estoy alegre		Reírme al ver una película de humor	
Empujar		Amenazar a los compañeros o compañeras	
No seguir las indicaciones de los educadores		No hablar a los compañeros que necesitan silencio	
Usar "gracias"		Estropear o esconder las cosas de los compañeros/as	
Hablar mal unos de otros		Contarle a un amigo/a porqué estoy triste	

**Ficha 2: Relaciones positivas y negativas:**

<b>++++ RELACIONES POSITIVAS +++++</b>
Juan y Paula quedan un rato para estar solos antes de quedar con todos los amigos para ir a la discoteca
Norah e Isabel hablan por el Tuenti todos los días media hora
Sheila decide acompañar a su novio Brian a casa porque no se encuentra bien
<b>----- RELACIONES NEGATIVAS -----</b>
Jose quiere ir al cines y Mónica no, discuten y él la empuja
Ana le quita el móvil a su novio para vigilar a quién llama
Adelina presiona a Ramón para que tengan relaciones sexuales
Juan tiene una novia, esa chica ahora le da 30 toques al móvil cada día



- PROGRAMA DE EDUCACIÓN AFECTIVOSEXUAL PARA PERSONAS CON DISCAPACIDAD INTELECTUAL .Asociación Provincial de Padres con Niños y Adultos Minusválidos de Toledo (APANAS). <http://www.capaces.org/>
- Síndrome de Down, Sexualidad <https://www.youtube.com/watch?v=ww1kDYTD6wE>
- Afectividad y sexualidad en personas con discapacidad intelectual, una propuesta de trabajo Rodríguez Mayoral J.M.; López F.; Morentin R., y Arias B. (Valladolid); Universidad de Salamanca y Universidad de Valladolid
- Es parte de la vida. Material de apoyo sobre educación sexual
- [www.unicef.org/uruguay/spanish/Es\\_parte\\_de\\_la\\_vida\\_tagged.pdf](http://www.unicef.org/uruguay/spanish/Es_parte_de_la_vida_tagged.pdf)
- <http://es.slideshare.net/dorapereyra/sexualidad-y-discapacidad?related=1> Power point sobre sexualidad y discapacidad; “Sexualidad en niños, jóvenes y adultos con discapacidad mental”

## **4. Educación Sexual y Diversidad Étnica y Cultural**

**4.1 “Pautas sociales... con denominación de origen”**

**4.2 “Galuchitapispiri (azúcar y pimienta)”**

**4.3 “ Cucurumbé”**

**4.4 “¿Quién soy yo?”**

**4.5 “¿Quiénes sois y de dónde venís?”**

**4.6 “Sobre diversidad cultural y lenguaje”**



## 4.1 “Pautas sociales... con denominación de origen”

**OBJETIVOS:** Reflexionar sobre costumbres, normas y pautas de comportamiento vinculadas con distintas culturas.

**DESTINATARIOS/AS:** menas (13-17 años).

**DURACIÓN:** 1 horas y 30 minutos.

**DESARROLLO:** Explicar que se va a distribuir un test en el que podrán comprobar su competencia cultural respecto a costumbres de otros lugares del mundo. Entregar una copia del mismo y dejar cinco minutos para contestarlo. Después, por parejas, comentarán las respuestas dadas.

Organizar una puesta en común para contrastar las respuestas. ¿Cómo es su competencia cultural respecto a costumbres y el comportamiento adecuado en otros lugares? ¿Cuántas han acertado? ¿Respecto a qué costumbres o normas de comportamiento presentados tenían algún conocimiento? ¿Les ha llamado especialmente la atención alguna costumbre? ¿Por qué? ¿Qué comportamientos son especialmente distintos a las costumbres de su propia cultura? ¿Cuáles nunca se habrían imaginado?

**Opcional:** entregar el siguiente texto para que cada uno lo lea individualmente. Después formular las siguientes preguntas:

- ¿Conocíais alguna de las costumbres referidas a los países aludidos en el texto?
- En vuestras culturas, ¿señalar con el dedo es considerado como una falta de educación?
- ¿Las manifestaciones de afecto o de cariño (como besarse o cogerse de la mano) en público son habituales entre las gentes de vuestros países?
- En vuestros países, ¿cómo se espera que se comporte una persona que es invitada a cenar o a comer a una casa? ¿Y en un acto religioso? ¿Y en una boda? ¿Y en una reunión de negocios?
- Preguntar por qué creen que puede resultar útil conocer información acerca de lo que se considera correcto o incorrecto en la cultura o culturas de una lengua que se está aprendiendo. Apuntar en la pizarra las ideas que sugieran y apunta tú también otras.

**RECURSOS<sup>1</sup>:**

- Mapa grande.
- Fotocopias de los textos que se adjuntan.
- Test cultural.
- Texto opcional: Costumbres y comportamiento<sup>2</sup>.

---

1 Nuria Vaquero Ibarra

2 Textoadaptado de <http://arkana.org/~olivers/cost.htm>

## TEST CULTURAL

### 1. Indonesia

Estás visitando una aldea de Indonesia. ¿Cuál de los siguientes comportamientos puede ser considerado como ofensa para las gentes de la aldea?

- Entrar descalzo en la casa de alguien de la aldea.
- Despedirte con la mano al marcharte.
- Ponerse a un nivel más alto que los ancianos de la aldea.

### 2. Marruecos

Estás comiendo en casa de alguien que te ha invitado a su casa. Aunque has intentado ser amable, sin saberlo, has ofendido a las personas con las que estás. ¿Qué has hecho?

- No has acabado con toda la comida del plato.
- Has empezado a comer antes de que el dueño de la casa pronunciara la oración bismillah de alabanza a Dios.
- Sonarte la nariz.

### 3. México

Conoces en México a un chico y después de hablar un rato con él, el chico te quiere regalar una pulsera que lleva, pero tú la rechazas porque no puedes aceptarla. Le has ofendido, ¿por qué?

- Tú has le has dicho varias veces que te encanta su pulsera y él se ha sentido obligado a regalártela. Ahora no puedes rechazarla.
- Él te ofrece su pulsera como símbolo de amistad y tú la has rechazado.
- No has entendido que su regalo es un signo de hospitalidad.

### 4. Japón

Vas a un establecimiento a comprar un regalo. ¿Qué debes saber para no ofender al vendedor?

- Que contar el dinero que te dan de vuelta delante del vendedor está muy mal visto, y que puede ser interpretado como signo de desconfianza.
- Nunca se debe regatear el precio de un producto.
- Al despedirse del vendedor, hay que darle tres veces las gracias por el trato y el servicio recibido.

### 5. Estados Unidos

Vives en EE.UU. desde hace un tiempo y ya conoces muchas de las costumbres del país. ¿Cuál de las siguientes no tiene que ver con la forma de comportarse de los estadounidenses en un restaurante?

- Es costumbre que pague la cuenta la persona del grupo que llega la última al restaurante.
- Si un cliente no deja una propina suficiente, los camareros pueden salir detrás de él cuando éste salga del restaurante.
- Es habitual que los comensales pongan sus manos debajo de la mesa cuando no están comiendo.

### 6. Rusia

Estás de turismo en Rusia. Estás esperando la cola de un museo y cómo estás muy cansado te sientas en las escaleras de entrada. ¿Está permitido?

- No, está prohibido sentarse en el suelo, y te pueden multar por ello.
- No está prohibido, pero en Rusia nadie se sienta en escaleras, en vallas, en el césped ni en el suelo.
- Sí, siempre que lleves pantalones, pero nunca si llevas falda.

### 7. Turquía

Te invitan a conocer la casa de alguien. ¿Qué tienes que hacer para no ofender a la persona que te ha invitado?

- Llevar un regalo.
- Durante los 15 primeros minutos, dejarle hablar sólo a él.
- Quitarte los zapatos antes de entrar.

### 8. Chipre

Estás de turismo en el país. Has alquilado un coche. ¿Cuál de estos comportamientos puede ser interpretado como una descortesía?

- Conducir entre las 13.00 y las 16.00 horas de la tarde, especialmente si viajas por zonas rurales. Es la hora de la siesta.
- Tocar el claxon innecesariamente en las calles. Es interpretado como una falta a su código de amabilidad.
- Si eres mujer, no puedes conducir. Si lo haces, será considerado como una ofensa.

### 9. Tailandia

Ves a un grupo de niños y te acercas a ellos. ¿Cómo debes comportarte?

- No debes tocarles la cabeza.
- Para hablar con ellos, antes debes pedir permiso a sus padres.
- No puedes hacerles ningún regalo. Eso puede ser considerado una ofensa grave.

### 10. India

¿Cuál de estos comportamientos públicos deberás tener en cuenta si viajas a la India y no quieres ofender a las gentes de allí?

- Siempre hay que dar propina a los taxistas. Si no lo haces, se considera que no estás contento con el servicio.
- No hablar con los ancianos.
- Tener cuidado de no pisar a alguien. Si lo haces, debes pedirle perdón. Se considera que los pies son algo sucio.

### 11. Singapur

Estás en Singapur y para saludar a una persona de otro sexo que te presentan le das un beso. ¿Este gesto puede ser interpretado como algo extraño?

- No, los hombres y mujeres se besan en público.
- Sí, hombres y mujeres pueden darse la mano en público, pero no pueden besarse.
- Sólo si el hombre es mucho mayor que la mujer.

### 12. Suiza

Estás en Suiza. ¿Cuál de estas cosas no está bien visto hacer un domingo?

- Aprovechar el día para trabajar en casa.
- Sacar a los perros, por los parques. Los domingos los que tienen que disfrutar de los parques son los niños.
- Lavar el coche.

### 13. Egipto

¿Qué puede ser considerado como una ofensa en Egipto?

- Comer con la mano derecha.
- Enseñar la planta de los pies.
- Meterse las manos en los bolsillos mientras se visita un templo.

(Algunas de las preguntas de este test cultural han sido confeccionadas a partir de la información que se ofrece en el «Gentes y costumbres» de la guía de destinos que se puede encontrar en <http://www.amadeus.net/home/destinations/es/index.htm>.)

## SOLUCIONES

1. Indonesia: c.
2. Marruecos: b.
3. México: a.
4. Japón: a.
5. Estados Unidos: a.
6. Rusia: b.
7. Turquía: c.
8. Chipre: b.
9. Tailandia: a.
10. India: c.
11. Singapur: b.
12. Suiza: c.
13. Egipto: b.

### Texto opcional: Costumbres y comportamiento

Lo que se considera como educado y correcto varía de un país a otro. En general, el apretón de manos está ya reconocido en todo el mundo como una señal de amistad. Si te ofrecen una mano, no la rechaces, por muy sucia que esté, ya te lavarás luego. Sin embargo, hay otros gestos que hay que evitar. Fíjate en lo que hacen los nativos, aunque muchas veces no podrás evitar meter la pata.

Al llegar a un poblado africano, la costumbre es ir lo primero a presentar los respetos al jefe. Lo normal es que te considere su huésped y te dé permiso para moverte por el poblado.

Señalar con el dedo índice a una persona es una falta de educación en casi todas partes. En los países budistas, hay que procurar además no señalar a nadie con el pie. La mayor ofensa es que en un templo tus pies apunten hacia una estatua de Buda. En Bangladesh y otros países asiáticos, no hay que mostrar las plantas de los pies.

Para acceder a mezquitas, templos hindúes y a la sala donde los budistas guardan la imagen de Buda, es obligatorio descalzarse. Si no te gusta la idea, entra en calcetines. Lo habitual es que el suelo esté limpio (precisamente porque nadie va calzado) y a veces hasta es una gozada: andar descalzo por el mármol del TajMahal al anochecer es una experiencia única. En unos cuantos países asiáticos, descalzarse cuanto te invitan a una casa es una norma elemental de educación. Los coreanos no entran nunca en sus pisos con zapatos, ni los habitantes de las tribus del norte de Tailandia en sus chozas.

En los países musulmanes estrictos, no entregues nada con la mano izquierda ni comas con ella.

El intercambio de pequeños regalos es algo muy extendido en las culturas tropicales. Lo mismo sucede con las invitaciones. En todo el trópico hay una gran tradición hospitalaria, más de una vez te invitarán desinteresadamente a entrar en una casa a tomar algo (aunque esto sucede cada vez menos). Hasta que no sepas si el ofrecimiento es de buena fe, mantén una postura de cortesía, pero sin caer en una situación de dependencia.

Cuando en un país árabe te invitan a té, no hay que rechazarlo; se supone que debes quedarte un rato a dar charla. Los tuaregs te servirán tres vasos seguidos; si te ofrecen un cuarto, es que ya es el momento de marcharte.

Actitudes normales aquí, como besarse o cogerse de la mano en público, son extrañas

en algunos países africanos y asiáticos. En China, sólo desde hace unos cuantos años pueden ir las parejas a arrullarse a los parques. En los tiempos del maoísmo eso era prácticamente un delito. Sin embargo, se da la paradoja de que en los países árabes, los hombres andan de la mano por la calle o se besan profusamente en la mejilla para saludarse.

## 4.2 “Galuchitapiripi (azúcar y pimienta)”

### OBJETIVOS:

- Ofrecer herramientas críticas que permitan entender, valorar y respetar distintas identidades culturales.
- Fomentar la capacidad para el diálogo y la interculturalidad en la vida cotidiana.
- Desarrollar un espíritu crítico que permita cuestionar la ideología del mundo que les rodea

**DESTINATARIOS/AS:** Adolescentes gitanos (13-17 años).

**DURACIÓN:** 1 hora y 30 minutos.

### DESARROLLO:

- Leer el cuento.
- Trabajar de manera individual la ficha de preguntas.
- Puesta en común y debate.

### RECURSOS:

- Cuentos (para leer de manera individual o grupal)<sup>3</sup>
- Ficha de preguntas.
- Folios.
- Bolígrafo.
- Pizarra o papel continuo.

---

3 Libro Galuchitapiripi (azúcar y pimienta)Cuentos gitanos.



### **Una pareja enamorada (Yoana Silva Montoya)**

Mi madre es de Coruña, se llama Mercedes pero la llaman Rula, de pequeña acostumbraba a robarle a mi abuelo, era una cantidad aproximada de 10 pesetas para chucherías. Cuando mi abuelo se dio cuenta de lo que sucedía, le preguntó para qué quería ese dinero, ella le dijo que para chuches y él se enfadó mucho. Meses después, cuando mi madre le dijo a su padre que quería una bicicleta, él dijo que si tuviera guardado el dinero en vez de gastarlo en chuches, seguro que podría comprarla ella. Ella dijo que si no se la compraba, robaría si hiciese falta y el replicó que robar era muy feo y que él se la compraría. A mi padre le gustaba mucho ir de fiesta e ir a las bodas, siempre iba con sus amigos. Bailaban y tocaban palmas mientras que otros cantaban. Las bodas gitanas son muy divertidas, comienzan a las cinco de la tarde y primero se baila al son de un grupo en directo. Después viene la cena: tortilla, pescado, churrasco, patatas fritas, ensalada, estofado... las bodas duran toda la noche. En una de esas bodas mi padre conoció a mi madre, se enamoraron y mi madre quiso pedirse. Se lo contó a mi abuelo y este se puso muy contento pues había llegado el momento de casar a su hija, pero resultó que el novio que le había buscado mi abuelo no era el mismo. Después de mucho discutir, mis padres decidieron escapar, solo así conseguirían estar juntos y ser felices. Tiempo después mis padres volvieron para el Vao. Como ya se casaran, montaron una fiesta con una tarta muy grande, este fue un día muy alegre para ellos por qué estaban todos juntos otra vez. Colorín colorado, este cuento se ha acabado.

### **La familia feliz.(Genma Gabarres Gómez y Pilar Gómez Jiménez)**

Mi padre cuando era pequeño se dedicaba a recoger chatarra para vender y a ir con sus amigos a las fiestas para ganar algún dinero cantando y bailando, se ponían en el centro del baile, algunos bailando, otros tocando la guitarra y otros tocando las palmas, lo pasaban muy bien. Un día en una boda conoció a mi madre, se vieron, se gustaron, se llamaban, quedaban en los parques.

Pasaron los meses y decidieron pedirse, fueron a hablar con los gitanos viejos para tener su permiso, ellos se lo concedieron, se pusieron muy contentos y celebraron una boda con toda la familia, hubo mucha gente. Con los años tuvieron hijos, entre ellos a mí, y vivieron felices.

### **FICHA DE PREGUNTAS:**

1. ¿Qué comportamientos de los que se describen en este/estos cuentos te llaman la atención? ¿Por qué te llaman la atención?
2. ¿Qué estereotipos acerca de la etnia gitana aparecen en el/los cuentos?
3. ¿Qué cosas se parecen a lo que hace tu familia y qué cosas son muy diferentes?
4. ¿Qué sentimientos transmiten los niños que escribieron estos cuentos: alegría, tristeza, satisfacción, decepción, vergüenza?
5. ¿Qué comportamientos de los que se describen en el cuento te provocan sentimientos negativos? ¿por qué? ¿son comportamientos que sólo presentan las personas de la etnia gitana?
6. ¿Qué comportamientos o costumbres te provocan sentimientos positivos? ¿te gustaría que se produjeran en tu familia?.

## 4.3 “ Cucurumbé”

### OBJETIVOS:

Trabajar los prejuicios sobre los cánones de belleza.

**DESTINATARIOS/AS:** Niños y niñas de 6 a 12 años.

**DURACIÓN:** 1 hora.

### DESARROLLO:

- Escuchar la canción Cucurumbé.
- Leer la letra dela misma.
- Trabajar de manera grupal la ficha de preguntas.
- Generar una conclusión grupal final.

### RECURSOS:

- Audio canción Cucurumbé.
- Letra canción Cucurumbé.
- Ficha de preguntas.
- Pizarra o papel continu

#### Letra de “Cucurumbé”

La negrita Cucurumbé  
se fue a bañar al mar  
para ver si las blancas olas  
su carita podían blanquear.

La negrita Cucurumbé  
a la playa se acercó,  
envidiando a las conchitas  
por su pálido color.

Quería ser blanca  
como la luna  
como la espuma  
que tiene el mar.

Y un pescado con bombín  
se le acercó  
y quitándose el sombrero  
la saludó:

“¡ Pero válgame señor,  
pues qué no ves  
que así negra estás bonita,  
negritaCucurumbé!”

**FICHA DE PREGUNTAS:**

¿Por qué está triste Cucurumbé?

¿A quién se quiere parecer?

¿Cree el pez con bombín que Cucurumbé es fea?

¿Entiende él las razones por las que quiere volverse blanca?

Hay muchas cosas oscuras que son bonitas, como por ejemplo el campo (verde oscuro), los árboles (marrón y verde), el mar profundo (gris o azul oscuro), el cielo de la noche (negro)...

¿Verdad que sería muy triste si un día, de repente, todo se volviera blanco?

¿Qué pasaría si todos en esta clase fuésemos exactamente iguales? ¿Cómo sabríamos quién es quién?

## 4.4 “¿Quién soy yo?”

**OBJETIVOS:**

- Reflexionar sobre los orígenes y la procedencia de cada uno.
- Identificar y expresar en grupo aspectos personales.
- Potenciar la capacidad de escucha y de confidencialidad.
- Conocer y respetar otros orígenes y/o culturas.

**DESTINATARIOS/AS:** Adolescentes (13 -17 años).

**DURACIÓN:** 1 hora.

**DESARROLLO:**

- Elaborar un retrato personal con el que explicar a los demás quién y cómo se es (se pueden utilizar dibujos, combinar imágenes y palabras, hablar de gustos, de sentimientos, de personalidad o historia de vida).
- Dibujar un árbol genealógico.
- Comparar los árboles genealógicos de los y las participantes.
- Observar y comentar las diferencias.
- Elegir el familiar de entre los participantes que más llame la atención a cada uno y pedir que se hable de él.

**RECURSOS:**

- Folios en blanco.
- Papel continuo.
- Colores, pinturas,..
- Pos-it

## 4.5 “¿Quiénes sois y de dónde venís?”

### OBJETIVOS:

- Reflexionar sobre los distintos orígenes y la procedencia.
- Identificar y expresar en grupo aspectos personales.
- Potenciar la capacidad de escucha y de confidencialidad.
- Conocer y respetar otros orígenes y/o culturas.

**DESTINATARIOS/AS:** Adolescentes (13 -17 años).

**DURACIÓN:** 1 hora.

### DESARROLLO:

- Se planteará al grupo una reflexión, dando las indicaciones de la ficha explicativa.
- Entregar a cada participante un listado de alternativas con diferentes orígenes y situaciones vitales.

### RECURSOS:

- Bolígrafos.
- Colores, pinturas,..
- Ficha explicativa.
- Listado de alternativas.

#### FICHA EXPLICATIVA:

“Mira a tu alrededor o piensa en las personas que ves cada día en tu barrio, en tu calle, en el parque, en la escuela o en tu casa. Todas esas personas son diferentes: algunas son altas, otras son pecosas, otras tienen el pelo rizado, otras llevan gafas, otras tienen la piel oscura. Piensa en dos personas que veas cada día y haz una descripción de ellas utilizando todos los elementos que acabas de emplear para describirte a ti mismo.

Seguramente estas dos descripciones serán muy distintas entre sí. Todas las personas que te rodean son diferentes, pero al mismo tiempo todas son iguales. Ser diferente te hace especial. Si comparas tus descripciones con las de tus compañeros/as, observarás que también éstas son muy distintas.

Recuerda que tú también eres diferente a los demás, pero al mismo tiempo eres una persona con los mismos sentimientos, las mismas sensaciones, los mismos temores, las mismas habilidades.

Quizá en tu entorno haya muchas personas que aunque sean españolas o vivan en España hace tiempo han venido de otros países del mundo. Estas personas nos ayudan a entender mejor el mundo que nos rodea porque nos enseñan que hay muchas culturas a nuestro alrededor de las que siempre podemos aprender” alternativas.



**LISTADO DE ALTERNATIVAS**

Hay alguien en tu grupo que...	Nombre
Haya nacido en otro país	
Cuya familia haya venido a vivir a España desde otro país	
Vaya en silla de ruedas	
Vaya a rezar a la mezquita	
Viva sólo con su madre	
Tenga un apellido original	
Celebre el ramadán	
Lleve la cabeza cubierta por un velo	

**OBJETIVOS:**

- Reflexionar sobre los distintos orígenes y la procedencia.
- Identificar y expresar en grupo aspectos personales.
- Potenciar la capacidad de escucha y de confidencialidad.
- Conocer y respetar otros orígenes y/o culturas.

**DESTINATARIOS/AS:** Adolescentes (13 -17 años).

**DURACIÓN:** 1 hora.

**DESARROLLO:**

- Se planteará al grupo una reflexión, dando las indicaciones de la ficha explicativa.
- Entregar a cada participante un listado de alternativas con diferentes orígenes y situaciones vitales.

**RECURSOS:**

- Bolígrafos.

## 4.6 “Sobre diversidad cultural y lenguaje”

### OBJETIVOS:

- Analizar la lengua que se utiliza y sus significados.
- Reconocer que con el lenguaje se muestran actitudes discriminatorias.

**DESTINATARIOS/AS:** Adolescentes (13 -17 años).

**DURACIÓN:** 1 hora y 30 minutos

### DESARROLLO:

Para evitar la discriminación debemos empezar por escucharnos a nosotros/as mismos/as. A veces las palabras que utilizamos no son las más adecuadas y, aunque adoptamos expresiones y frases hechas que parecen no significar nada, éstas pueden hacer daño a las personas que nos rodean.

### RECURSOS:

- Bolígrafos.
- Fichas con expresiones.

**Lee atentamente las siguientes expresiones y piensa si las has oído alguna vez y si conoces realmente su significado:**

Trabaja como una negra . . . . .

Con esos pelos pareces una gitana . . . . .

Esto es un trabajo de chinos . . . . .

Deja ya de hacer el indio . . . . .

Su marido es un poco moro . . . . .

¿Por qué crees que recurrimos a estas expresiones? ¿Por qué siempre utilizamos términos como “chino”, “gitana”, “moro”, “negro” etc.? ¿Por qué nunca decimos: “esto es un trabajo de blancos”?

Nuestra lengua es muy rica y siempre podemos buscar otra manera mejor de decir las cosas. ¿Se te ocurren maneras distintas de expresar las mismas ideas? Por ejemplo: Trabaja de sol a sol . . . . .

Muchas de estas comparaciones se basan en actitudes racistas o clasistas, pero también en estereotipos, es decir, en ideas de tipo general que se aplican a gente de una determinada etnia o cultura y que suelen tener un carácter negativo que no se corresponde con la realidad. Todos los países se caracterizan por poseer unos determinados rasgos culturales que les hacen distintos.

Esto nos da una idea de las costumbres y la historia del país, pero a veces sirven para simplificar demasiado la realidad y para percibir a todo el mundo sin tener en cuenta las diferencias.



Esto hace que veamos a todas las personas de un grupo como si fuesen idénticos entre sí. Un ejemplo:

Piensa si alguna vez te has disfrazado en carnaval de indio/a, chino/a, gitano/a, hawaiano/a, mexicano/a, japonesa, etc. ¿Puedes describir cómo era tu disfraz, cómo llevabas el pelo, cómo ibas maquillado/a, cómo actuabas?

Cuando adoptamos el papel de otra persona mediante un disfraz, sin darnos cuenta podemos estar contribuyendo a mantener unos estereotipos que no nos ayudan realmente a conocer a quienes nos rodean. No todas las personas de un país se visten y actúan igual que tú actuabas con tu disfraz.

Imagínate que a una niña japonesa la disfrazan de niña española. ¿Cómo crees que iría vestida? . . . . .

¿Y qué pensarías si a un niño que vive en Marruecos lo disfrazasen de torero?

¿Sería ese disfraz suficiente para representar toda la diversidad cultural que existe en España?

¿Verías injusto ese disfraz? . . . . .

Los estereotipos están presentes en nuestra vida cotidiana y en las actividades que realizamos a diario (piensa en chistes, refranes, frases hechas, o en imágenes de la prensa y la televisión en las que se refleje gente de otras culturas). Si recurrimos al uso de estereotipos, terminaremos percibiendo la realidad de manera simplificada y no podremos llegar a conocer de verdad a las personas, pues estaremos encerrándolas en una definición absurda que depende del sexo, del color de su piel, de sus ojos, de su cabello, de la ropa que llevan, o de la religión que practican.

Piensa en cuantas veces has oído frases como estas...

Todos los negros son iguales, no les gusta trabajar.

Las rubias son tontas.

Ten cuidado con los gitanos, son todos unos ladrones.

¡Mujer tenía que ser!

Para evitar pronunciar y tener que oír frases como éstas debemos molestarnos en conocer a quienes otra persona hasta que no tengamos suficientes conocimientos sobre ella. Además, recuerda que nadie está libre de ser clasificado mediante generalizaciones y estereotipos. Seguramente habrás oído frases del tipo: "Todos los españoles son unos vagos," o "Todos los asturianos sois unos paletos".

## 5. Cine y Educación Sexual

La relación entre la sexualidad humana y el cine está presente desde sus inicios, lo erótico forma parte de la vida, las emociones, los afectos, los ideales eróticos se reflejan en el cine. Se reflejan además los roles de género, los mitos sexuales, las relaciones de pareja, las diferentes formas de relación, el ideal de hombre y de mujer y las motivaciones ante el deseo sexual. Lo erótico queda reflejado en los argumentos de las películas, favoreciendo que las salas de cine tengan más público. Se convierten además en un elemento que aumenta el atractivo de una película como producto.

Se produce así una utilización de la sexualidad humana por la que se crean modelos a partir de los cuales podemos orientar nuestras acciones. Es generador de ideología, activando emociones, comportamientos, cogniciones y elaborando actitudes.

“En el cine, las personas no se limitan solo a visionar una película, sino que se involucran en las historias, con sus sentimientos y emociones de amor, odio, ternura, miedo... Y en ocasiones el espectador no es consciente de esto. Se deja llevar por aquello que está viendo en la pantalla sin reflexionar durante su visionado, pero procesando e interiorizando las interpretaciones, se involucra dentro de lo que está visionando: reflexionando/interiorizando lo que ve, personalizando aspectos de los intérpretes o de las situaciones o satisfaciendo debilidades/necesidades y lo que hace a través de mecanismos de proyección, introyección y desplazamiento sobre las personas protagonistas y coprotagonistas que están viendo en la pantalla.” (Loizaga Latorre F. y Prieto González L.)

El cine puede ser un recurso más a disposición de profesionales de diferentes ámbitos y jóvenes que trabajan con otros jóvenes para llevar a cabo programas de educación sexual a través del cine o como apoyo a éstos mismos donde el cine puede servir como apoyo para tratar diferentes temas.

Con este objetivo hemos realizado una selección de películas de las que se incluye una sinopsis. Se han seleccionado estas películas y también podrían haberse seleccionado muchas otras. Lo importante es que son un recurso que nos permite trabajar con los y las jóvenes aspectos que tienen que ver con las emociones, los sentimientos, la visión de la sexualidad, el compartir con los demás, el expresar, con el proceso continuo de la educación sexual.

Esta relación de películas se plantea como un recurso de trabajo para conseguir los objetivos:

1. Abordar la educación sexual en a través del cine, abordando temas que tienen que ver con los sentimientos, los afectos, las creencias, las habilidades y las conductas.
2. Proporcionar un recurso de apoyo a programas de educación sexual que puedan incorporar el cine como otra estrategia educativa en el trabajo con jóvenes.

Para trabajar con el cine vamos a plantear una serie de sugerencias a nivel de proceso y metodológicas para trabajar con los y las jóvenes



## Sugerencias para trabajar con una película

Es necesario programar previamente las actividades que se van a realizar con una película, sería muy útil contar con una guía de trabajo que permita el acercamiento crítico a la película. La guía y el material permitirán la reflexión, la sistematización del trabajo, la motivación para ejercer un espíritu crítico. Los contenidos de este material habrán de abarcar lo afectivo, lo valorativo, lo cognitivo, con el fin de que promuevan la reflexión de conceptos, y que impliquen el desarrollo de procedimientos y actitudes.

### 1. ELECCIÓN DE LA PELÍCULA/VISIONADO PREVIO DE LA PELÍCULA

Para la elección de la película es fundamental el visionado previo de la misma.

### 2. UNAS PREGUNTAS BÁSICAS DE PARTIDA

#### Sobre la actividad

¿Qué objetivos tenemos?, ¿qué temas queremos resaltar?, ¿qué reflexiones nos interesa suscitar?, ¿tenemos alguna idea previa sobre la actividad?, ¿nos queremos arriesgar con algo novedoso?, ¿hay experiencias previas que conozcamos al respecto?

#### Sobre el grupo al que va dirigida la actividad

¿A quién va dirigida la actividad?, ¿qué edades?, ¿qué grado de cohesión tiene el grupo? ¿el perfil sociodemográfico u otras variables del grupo tiene repercusión en la película que seleccionemos y en cómo organicemos la actividad?

### 3. EVALUACIÓN

¿Vamos a evaluar la actividad?, ¿cómo la vamos a hacer?, ¿se nos ocurre alguna forma de devolver los resultados de la evaluación a los participantes de la actividad?, ¿y a otros educadores que trabajen con el tema?

## Listado de películas

Es necesario programar previamente las actividades que se van a realizar con una película, sería muy útil contar con una guía de trabajo que permita el acercamiento crítico a la película. La guía y el material permitirán la reflexión, la sistematización del trabajo, la motivación para ejercer un espíritu crítico. Los contenidos de este material habrán de abarcar lo afectivo, lo valorativo, lo cognitivo, con el fin de que promuevan la reflexión de conceptos, y que impliquen el desarrollo de procedimientos y actitudes.

## JUNO:

Juno Macguff (Ellen Page) tiene 16 años y es, según los adultos, más inteligente de lo que le conviene. Es ingeniosa, culta, observadora y, sobre todo, sarcástica. Ese sarcasmo no es más que una coraza para ocultar sus miedos y dudas. A raíz de la relación con un compañero de

clase (Michael Cera) se queda embarazada. Y, como él se desentiende del problema, Juno toma una decisión que cuenta con la aprobación de su familia: tendrá el niño y lo dará en adopción. Después habrá que encontrar unos padres adoptivos adecuados. Mark (Jason Bateman) y Vanessa (Jennifer Garner) parecen los padres ideales. Pero resulta que Mark y Juno comparten demasiadas aficiones y parecen entenderse muy bien desde el principio.

## **PRECIOUS:**

Clariecee “Precious” Jones tiene 16 años, es obesa y analfabeta y espera su segundo hijo de su propio padre ausente. Vive en Harlem, el reino de los invisibles, de los sin voz, con su madre, una reclusa cruel que mira la televisión sin cesar y la somete a los más denigrantes abusos. Forzada a abandonar la escuela a causa de su embarazo, Precious acaba en un instituto para casos desesperados, que sigue el sistema EachOne/TeachOne, donde además de aprender, los alumnos también participan en la enseñanza. Precious no sabe qué significa “alternativa”, pero su instinto le dice que ésta es la oportunidad que estaba esperando. En el taller de alfabetización impartido por la paciente pero estricta Srta. Rain (Paula Patton), Precious emprende un viaje personal que la llevará de la oscuridad, el dolor y la impotencia a la luz, el amor propio y la autodeterminación.

## **THIS IS ENGLAND:**

Esta película, ambientada en la Inglaterra de los años 1980, en la época de la Guerra de las Malvinas, muestra a un joven de 12 años llamado Shaun (Thomas Turgoose) que después de perder a su padre en la guerra cambia de ciudad. El chico no se adapta a esta nueva ciudad. Al principio de la película, pelea con otro alumno de su colegio después de que hizo comentarios despectivos sobre su ropa (los pantalones) y por hacer un chiste sobre la muerte de su padre. Un día, Shaun conoce a una banda de jóvenes skinheads encabezada por Woody, que el día de dicha pelea le intenta subir el ánimo, hasta que acaba integrado a ellos. Influido por ellos, se rapa el pelo y lleva una estética skinhead como sus nuevos amigos. Semanas después aparece Combo, un antiguo miembro de la banda, que después de tres años de cárcel se presenta con ideas nacionalistas y racistas. A partir de ahí, la banda se divide entre los miembros que mantienen sus ideales apolíticos y los que siguen el nuevo tipo de ideología neonazi, racista y nacionalista que Combo quiere integrar. Shaun, convencido por las palabras de Combo, que le manipula constantemente utilizando la muerte de su padre, decide afiliarse con él y su grupo racista para “luchar por el orgullo de su padre” (palabras de Combo). Finalmente Combo aparentemente mata a puñetazos a un amigo negro de Shaun (que conoce por medio del primer grupo antirracista) y de esta manera Shaun se da cuenta de la clase de persona que es Combo. El mismo Combo aparece arrepentido minutos después de dejar inconsciente al amigo negro a puñetazos.

## **LAS VENTAJAS DE SER UN MARGINADO:**

Es el año 1991, y Charlie, académicamente precoz y socialmente torpe, es un marginado que se limita siempre a observar sin participar, hasta que un par de carismáticos estudiantes de último

curso de su instituto lo acogen bajo su ala: La bella Sam, de espíritu libre, y su hermanastro Patrick, que no le tiene miedo a nada, guían a Charlie a través de nuevas amistades, el primer amor, el despertar de la sexualidad, fiestas sin fin, pases a medianoche de “The Rocky Horror Picture Show” y la búsqueda de la canción perfecta. Al mismo tiempo, su profesor de lengua, el Sr. Anderson lo introduce en el mundo de la literatura y suscita en él el sueño de convertirse en escritor. Pero, aunque Charlie prospera en este nuevo mundo de adultos, el dolor de su pasado (que incluye el reciente suicidio de su mejor amigo, Michael, y la muerte accidental de una querida tía suya) acecha justo bajo la superficie. Mientras sus nuevos amigos se preparan para abandonar su hogar rumbo a la universidad, el precario equilibrio de Charlie comienza a desmoronarse, y en la raíz de su tristeza encuentra una revelación sorprendente.

## **LA VIDA DE ADELE:**

A sus 15 años, Adèle no tiene dudas de que una chica debe salir con chicos. Su vida cambiará para siempre cuando conozca a Emma, una joven de pelo azul, que le descubrirá lo que es el deseo, y el camino hacia la madurez. Así, Adèle crecerá, se buscará a sí misma, se perderá y se reencontrará... y todo ello bajo la atenta mirada de los que le rodean.

## **FOXFIRE: CONFESIONES DE UNA BANDA DE CHICAS:**

Año 1955. En una pequeña ciudad obrera en Estados Unidos, al norte de Nueva York, un grupo de chicas adolescentes forma una sociedad secreta femenina, a la que denominan “Foxfire”, y hacen un pacto que debe durar para siempre: vivir según sus reglas y sus leyes, pase lo que pase. Pero la libertad siempre tiene un precio...

## **LA CLASE:**

Inspirada en la novela «Entre les murs», de François Bégaudeau (protagonista del filme), describe el desarrollo de un año escolar en un aula donde adolescentes de un barrio conflictivo de París conviven diariamente con sus profesores, quienes luchan por mantener el entusiasmo por educar. La inmigración, la falta de sentimiento de pertenencia a un país y los problemas del sistema educativo, se mezclan con un proceso de aprendizaje de la democracia a pequeña escala, un microcosmos donde el personaje de François pasa de la complicidad con sus alumnos a la impotencia en cuestión de minutos. Aunque se ciñe a las experiencias del profesor François Bégaudeau como docente, se le ha añadido una historia ficticia sobre una agresión protagonizada por un alumno y el consiguiente proceso disciplinario de que fue objeto, que confiere cierto suspense a la trama.

## **THIRTEEN:**

La historia cuenta la transformación que vive Tracy (Evan Rachel Wood), quien empieza la película como una prometedora estudiante con trenzas que todavía juega con ositos y muñecas.

Pero cuando Tracy entra con una dosis extra de sensualidad en la olla a presión del penúltimo año de instituto, es testigo del poder y el conocimiento que posee Evie Zamora (Nikki Reed, coguionista de la película), quien se ha convertido en la conocida como la “chica más buena del colegio”. Sumamente popular, guapísima y fascinantemente cursi, Evie representa todo lo que de repente Tracy quiere y necesita ser.

Al principio Tracy no tiene ninguna esperanza de ser aceptada en la elitista pandilla de Evie. Tiene una aptitud errónea, las amigas equivocadas, un aspecto definitivamente desafortunado. Pero Tracy aprende a rehacerse a sí misma, paso a paso, hasta convertirse en el ideal definitivo de una adolescente. Descubre cómo maquillarse, qué ponerse, cómo llevar el pelo, cómo moverse. Averigua las claves de la popularidad, Evie se convierte en su mejor amiga e incluso comienza a llamar la atención de los chicos. Y aún más, cuanto más se adentra en su prematura etapa adulta, más alto se pone el listón. Pierde la intimidad que tuvo en tiempos con su afanosa madre (Holly Hunter), empieza a hacer novillos y, a pesar del odio atroz que siente hacia el novio de su madre, un antiguo drogadicto (Jeremy Sisto), empieza a abusar ella también de las drogas. A pesar de todo, Tracy tiene aún trece años y vive un torbellino de emociones en el que todo lo que hace, todo lo que dice, todo lo que quiere, parece ser lo más importante del mundo. Y... todavía tiene toda la vida por delante.

## **JOVEN Y BONITA:**

Isabelle es una preciosa y joven adinerada de 17 años que aparentemente posee una vida perfecta y tiene el mundo a sus pies. Pero detrás de esa fachada, Isabelle transita por un camino de autodescubrimiento sexual que la lleva a tener una doble vida: Estudiante modelo de día y prostituta de lujo por la noche.

## **15 AÑOS Y UN DÍA:**

Drama que gira en torno a Jon (Arón Piper), un quinceañero conflictivo y desobediente que empieza a juntarse con malas compañías. Para remediar esta complicada situación, y a raíz de una expulsión en el colegio, su madre (Maribel Verdú), decide enviarlo a un pequeño pueblo ribereño con su abuelo (Tito Valverde), un militar ya retirado que ejerció en la Guerra de Bosnia. El estricto anciano intentará encauzar al chico a través de distintos cauces de educación y disciplina.

## **BLANCA COMO LA NIEVE ROJA COMO LA SANGRE:**

Entre mensajes de móvil, deberes, posters, canciones, partidos, motos, miradas y sonrisas se encuentra Leo, un joven inmerso en el torbellino de la adolescencia. Está enamorado de Beatrice, pero no sabe ni cómo acercarse. Pronto descubrirá que la chica de sus sueños sufre un gran dolor.

## LA JAULA DE ORO:

Juan (Brandón López), Sara (Karen Noemí Martínez Pineda), quien por seguridad se hace pasar por hombre, y Samuel (Carlos Chajon), salen de su natal Guatemala con el sueño de llegar a los Estados Unidos, al poco tiempo de cruzar la frontera del norte de Guatemala se les une Chauk (Rodolfo Domínguez), un joven tzotzil. Durante el viaje, atravesados por los constantes peligros de miles de migrantes mexicanos y centroamericanos, intentan sobrepasar el miedo, la injusticia y el dolor a través de la solidaridad, la amistad y el amor.

## AQUÍ Y AHORA:

Basada en una novela de Tim Tharp, cuenta la historia de SutterKeely (Teller), un estudiante jueguista que un día conoce a AimeeFinicky (Woodley), una tímida e inadaptada adolescente. Sutter se propone entonces realizar un experimento social con el fin de comprobar si es capaz de influir en la vida de las personas, y la cobaya será Aimee.

## HIJO DE CAÍN:

Nico Albert es un adolescente de carácter muy peculiar, inteligencia excepcional y una única obsesión: el ajedrez. Sus padres, preocupados por la anómala actitud de su hijo, contratan al psicólogo infantil Julio Beltrán. A través de la terapia y de la afición común al ajedrez, Julio se adentrará en el inquietante mundo de Nico y en las complejas relaciones de esta familia aparentemente normal.

## QUIERO SER COMO BECKHAM:

La película cuenta la historia de JesminderBhamra (Parminder Nagra), una chica de origen indio que vive en Inglaterra y cuyo mayor ídolo es David Beckham. El sueño de Jess es el de convertirse en una jugadora de fútbol profesional, un deseo que se hace realidad cuando conoce a Jules ( KeiraKnightley) quien la invita a formar parte de un equipo femenino. El talento de Jess la convierte en seguida en una de las estrellas del equipo, pero sus triunfos en el campo no le proporcionan a Jess el valor suficiente para contarles a sus padres que quiere dedicarse al fútbol. Las tradiciones indias que su familia continúa practicando en Inglaterra no contemplan que una mujer pueda dedicarse a un deporte aparentemente reservado a los hombres, así que sus padres animan a Jess a que abandone el fútbol, continúe con sus estudios, aprenda a cocinar y se prepare para seguir el ejemplo de su hermana mayor, prometida con un joven indio con el que está a punto de casarse. Aunque Jess consigue engañar a sus padres durante varias semanas, éstos terminan enterándose y le prohíben de inmediato que siga practicando su afición. Sin embargo, gracias al apoyo de sus amigos y de su entrenador Joe, del que termina enamorándose, consigue jugar el último partido de la liga y convencer a sus padres para que le permitan cumplir su mayor deseo: aceptar una beca de estudios en California que le permitirá convertirse en futbolista profesional

## **BILLY ELLIOT:**

En 1984, durante una huelga de mineros en el condado de Durham, se suceden los enfrentamientos entre piquetes y policía. Entre los mineros más exaltados están Tony y su padre. Éste se ha empeñado en que Billy, su hijo pequeño, reciba clases de boxeo. Pero, aunque el chico tiene un buen juego de piernas, carece por completo de pegada. Un día, en el gimnasio, Billy observa la clase de ballet de la señora Wilkinson, una mujer de carácter severo que lo anima a participar. A partir de ese momento, Billy se dedicará apasionadamente a la danza.

## **CHASING AMY:**

HoldenMcNell y su mejor amigo, Banky Edwards, disfrutan del éxito de su más reciente creación, el cómic de culto "Bluntman and Chronic". Cuando conocen a Alyssa Jones, también creadora de cómics, Holden se siente inmediatamente atraído por ella, pero como las inclinaciones sentimentales de Alyssa apuntan en otra dirección, prefiere que Holden y ella sean simplemente amigos.

## **NO ESTAS SOLA, SARA:**

Sara (Amaia Salamanca) asiste a la última sesión de terapia psicológica organizada para un grupo de mujeres maltratadas física y psíquicamente. Por fin, tras años de terapia, consigue verbalizar su propia historia, sin que el miedo, las emociones y los recuerdos se lo impidan. Unos años antes, Sara era una chica feliz: estudiaba periodismo, le gustaba maquillarse, comprarse ropa, ir al cine, leer y divertirse. Una noche conoce a Javier (Ricard Sales), un chico de su edad, guapo, educado, tímido y lleno de encanto, que la enamora poco a poco, llenándola de atenciones. Pero llega un día en que Javier le aconseja que no vuelva a ponerse minifalda. Ese es el punto de partida de una pesadilla llena de violencia.

## **TE DOY MIS OJOS:**

Una noche de invierno, Pilar sale huyendo de su casa. Lleva consigo apenas cuatro cosas y a su hijo Juan. Escapa de Antonio, un marido que la maltrata y con el que lleva 9 años casada. Antonio no tarda en ir a buscarla. Pilar es su sol, dice, y además, "le ha dado sus ojos".

## **KIDS:**

Las correrías de un grupo de adolescentes de Nueva York que consumen drogas y mantienen relaciones sexuales, con el sida planeando sobre sus cabezas, es una polémica y contundente cinta de diálogos explícitos y estética semidocumental. Un filme muy alabado en los círculos independientes del cine americano.

## LA BODA DEL MONZÓN:

Los preparativos de una elegante boda en Nueva Delhi, que durará cuatro días, reflejan los conflictos entre generaciones partidarias de seguir las tradiciones y otras defensoras de la modernidad. A LalitVerma y a su mujer Pimmi la boda concertada de su hija les lleva casi al borde de un ataque de nervios y de la quiebra. Otras historias paralelas se desarrollan a medida que van llegando a la ciudad parientes procedentes de todo el mundo. El novio llega de Houston (Texas), donde trabaja como ingeniero, para conocer a la novia. La novia, por su parte, acepta el compromiso a regañadientes, pues está enamorada de un presentador de televisión. Los preparativos de la boda exigen contratar a un organizador profesional y el elegido será P.K. Dubey, que es un inteligente joven de clase media.

## CELEBRACIÓN:

Los Klingefeldt, una familia de la alta burguesía danesa, se disponen a celebrar el sesenta cumpleaños del patriarca, un hombre de trayectoria y reputación intachable. Sin embargo, sus tres hijos, aunque muy diferentes entre sí, están dispuestos a aprovechar la ocasión para sacar a relucir los trapos sucios de la familia.

## NO TENGAS MIEDO:

Silvia es una joven marcada por una oscura infancia. Con apenas 25 años decide rehacer su vida y enfrentarse a las personas, sentimientos y emociones que la mantienen ligada al pasado. Y en su lucha contra la adversidad, contra sí misma, irá aprendiendo a controlar sus miedos y a convertirse en una mujer adulta, dueña de sus actos.

## EL PATITO FEO Y YO:

Película de animación basada en la famosa historia de Hans Christian Andersen “El patito feo”. El personaje principal es un patito llamado Ugly (literalmente se llama “Feo!”), y cuando nace lo primero que ve es una rata, quien se convierte en su padre/madre.

## BROKEBACK MOUNTAIN:

Verano de 1963. Dos vaqueros, Ennis Del Mar y Jack Twist, se conocen mientras hacen cola para ser contratados por el rancharo Joe Aguirre. Los dos aspiran a conseguir un trabajo estable, casarse y formar una familia. Cuando Aguirre les envía a cuidar ganado a la majestuosa montaña Brokeback, entre ambos surge un sentimiento de camaradería que deriva hacia una relación íntima. Al concluir el verano, tienen que abandonar Brokeback y seguir caminos diferentes.

## 6. Bibliografía para trabajar educación sexual con menores

- **COLE, Babette (1999).** *Mama puso un huevo o como se hacen los niños - Pelos por todas partes o la hormona alborotada - Estirar la pata o como envejecemos. Barcelona, Destino.* Cuentos para distintas edades en los que se narra, de forma divertida, los procesos de embarazo y parto (libro nº1), desarrollo en la pubertad (libro nº 2) y envejecimiento (libro nº 3).
- **COLE, Babette (2004).** *Mamá no me contó. Barcelona: Serres.* Cuento para trabajar las diferencias entre niños y niñas, las relaciones sexuales o la homosexualidad. Las ilustraciones responden a estas cuestiones, con divertidos dibujos o de una forma menos explícita y que invita a imaginar.
- **DUMONT, Virginie y MONTAGNAT, Serge (1999).** *Preguntas al amor 5-8 años - Preguntas al amor 8-11 años - Preguntas al amor 11-14 años. Salamanca, Loguez.* Colección de tres títulos, dirigida por Virginie Dumont, formado por preguntas que habitualmente realizan los niños y las niñas de estas edades. Los libros dedicados a las franjas de 8 a 11 años y el destinado a personas jóvenes, de 11 a 14 años, son, sin duda, los más completos, los que detallan con más profusión aspectos de la sexualidad con un enfoque progresista, con informaciones relativas a la psicología y destinadas a conocerse a sí mismo/a y tranquilizarse en muchos aspectos. Ilustrados con dibujos sencillos que sirven de ayuda a las explicaciones.
- **FINE, Anne (2000).** *Billy y el vestido rosa. Madrid: Alfaguara.* Lectura recomendada y muy apetecible para el trabajo de roles de género: un niño, un vestido rosa.
- **TURÍN, Adela (2003).** *Las cinco mujeres de Barbanegra. Barcelona: Lumen.* Perteneciente a la colección "A favor de las niñas" es un cuento muy adecuado para trabajar el sexismo.
- **HAAN, Linda y NIJLAND, Stern (2004).** *Rey y rey. Barcelona: Serres.* Al final de este cuento son felices y comen perdigones... pero no hay princesa. Un cuento muy especial de príncipes y princesas para trabajar la homosexualidad masculina que rompe con los clichés de los cuentos de hadas promoviendo el respeto por la diversidad.
- **NEWMAN, Leslea y PIEROLA, Mabel (2003).** *Paula tiene dos mamás. Barcelona: Bellaterra.* Preciosa herramienta para fomentar el respeto por la composición familiar cada vez más cambiante y apreciar que las madres y los padres vienen en todos los colores, tamaños y preferencias sexuales. Para niños y niñas, familias y personas formadoras.
- **MEBES, Marion (1994).** *Ni un besito a la fuerza. Bilbao: Maite Canal Editora.* Dirigido a niñas y niños de seis a diez años, de una manera muy acertada para la edad, enseña a niñas y niños a decir "no" a relaciones no queridas. De ello que sea un buen material complementario para la educación de la prevención del abuso sexual.
- **RUS, Amelia (1997).** *El sexo de la A a la Z para gente joven. Madrid: Temas de Hoy.* Los diccionarios no definen los términos sexuales con exactitud, y en los glosarios médicos aparecen con unos significados muy técnicos. Por eso algunas personas expertas consultadas por el periódico El País se dieron a la tarea de aclarar ciertas palabras del léxico sexual que podrían interesarnos. Aquí se presenta un interesante diccionario con



casi 400 definiciones sobre todos aquellos aspectos relacionados con la sexualidad, trabajando los mitos y errores y empleando un lenguaje claro, directo y ameno, no sólo para gente joven, sino para cualquier persona que tenga dudas sobre el tema.

- **BERDÚN, Lorena (2000). *En tu casa o en la mía: todo lo que los jóvenes quieren saber para un sexo sin duda*. Madrid: Aguilar.** El libro que nos ocupa es un reflejo del programa de radio que, con el mismo título, se emitía en Los 40 principales y tiene su mismo formato. Así, a través de las dudas que plantean las personas interesadas, se da formación e información de una manera clara, dinámica y práctica. Por otro lado, cada uno de los mensajes está impregnado de una filosofía de fondo que no es otra que la de recalcar continuamente la importancia de la comunicación y el respeto en las relaciones de parejas, en general, y en todo lo referente a la sexualidad en particular. Libro de gran ayuda para personas jóvenes y para las familias.
- **MOLERO, Francisca (2007). *Sexo joven. Cómo disfrutar de la sexualidad de forma segura, saludable y divertida*. Barcelona: Marge Books.** Publicación que aborda, de forma amena y sencilla, las dudas y vivencias más habituales en la gente joven sobre el concepto de sexualidad, la vivencia y el placer del cuerpo, la salud, el amor y el sexo, las conductas sexuales y las dificultades sexuales, con la finalidad de que los puedan utilizar en la vida sexual cotidiana, y les ayuden a mejorar aquellos aspectos de la sexualidad que desconozcan o que les preocupen.
- **SCHNEIDER, Sylvia (2004). *El libro de las chicas. Crecer y ser adulta - El libro de los chicos. Crecer y ser adulto*. Salamanca, Loguez.** Indicado para jóvenes de 13 a 15 años, van abordando la problemática, las inquietudes y dudas que surgen al llegar a la pubertad y primeros años de adolescencia, desde los cambios físicos y psíquicos, hasta los conflictos familiares, el amor, las relaciones con las amistades.
- **BAILEY, Jacqui (2004). *De sexo también se habla. Guía de sexualidad para adolescentes*. Madrid: Ediciones SM.** Supervisada por Isabel García Santiago, trabaja los temas que más preocupan en la pubertad y primera adolescencia: la imagen corporal, los órganos sexuales, la higiene sexual, la masturbación, cómo responde el cuerpo al placer, las primeras experiencias, el enamoramiento, la anticoncepción y protección, las enfermedades transmisibles sexualmente y los abusos sexuales, junto con un glosario y direcciones de interés. Edición muy elaborada y especialmente atractiva, ilustrada con dibujos sencillos y esquemas que sirven de ayuda a las explicaciones. Especialmente recomendada para jóvenes a partir de los 13 años.
- **ROCA, Núria y RIBES, Meritxell (2002). *¡Soy una adolescente!*. Barcelona: Editorial Molino.**
- **ROCA, Núria y RIBES, Meritxell (2004). *Soy un adolescente. Respuestas a muchas de tus dudas*. Barcelona: Gemser Publications.** La Adolescencia está lleno de cambios, en lo corporal, en la manera de pensar, en las relaciones con las demás personas... Y esto genera muchas dudas. Estos libros, con un lenguaje muy sencillo y atractivas ilustraciones, pueden servir de guía para resolver las dudas más importantes que se plantean. Para personas entre 12 y 14 años.
- **HARRIS, Robie H. y EMBERLEY, Michael (2003). *Sexo... ¿qué es?*. Desarrollo, cambios corporales, sexo y salud sexual. Barcelona: Ediciones Serres.** Libro informativo que constituye, ya, un clásico. De forma amena, cálida e, incluso, con mucho humor, explica los distintos aspectos de los cambios corporales, el desarrollo, la sexualidad y la salud

sexual. Puede ser utilizado por chicos y chicas a partir de los 11 años, pero sobre todo como recurso para padres y madres.

- **DRILL, Esther, MCDONALD, Heather y ODES, Rebecca (2000). ¡Descúbrete!. Una nueva visión del cuerpo, de la mente y la vida de las chicas. Barcelona. Ediciones B, Grupo Z.** De las creadoras de gurl.com, uno de los sitios web más populares entre las chicas, ¡Descúbrete! recoge aquellos temas que preocupan a las adolescentes, pero desde el punto de vista de las chicas, desde los aspectos físicos hasta los relacionales, las normas, las creencias... Ilustrado de un modo divertido y fresco, con decenas de fragmentos de conversaciones reales del sitio web, y con direcciones de internet complementarias a cada uno de los temas.
- **URRUZOLA, Mª José (2003). Guía para chicas. Cómo prevenir y defenderte de las agresiones. Bilbao: Maite Canal Editora – Instituto Andaluz de la Mujer.** La “Guía para chicas” se reparte en diferentes cuadernos que tratan de aspectos diferentes de la vida de las adolescentes. El presente cuaderno, correspondiente al número 2, es una guía para que las chicas sepan distinguir lo que es la violencia y las agresiones sexuales, sus causas sociales y qué hacer ante las agresiones.
- **BANDERA, Magda (2001). 39 veces la primera vez. Barcelona: Debolsillo.** Resume las entrevistas que mantuvo la autora con personas anónimas que cuentan sus primeras experiencias sexuales. En forma de monólogos, que funcionan bien por su frescura, el libro sirve de referencia para analizar la diversidad de circunstancias que suelen rodear a la “primera vez”.
- **Cuentos para la diversidad** es una colección de cuentos infantiles para todas las edades para educar en la diferencia (diversidad sexual y familias homoparentales), de COGAM (Colectivo de Lesbianas, Gays, Transexuales y Bisex de Madrid).

---

## PROGRAMAS

- La publicación **¿Y tú que sabes de “eso”? Manual de Educación Sexual para jóvenes**, elaborada por el Instituto de Sexología y editada por la Diputación de Málaga, es una consecuencia de nuestra necesidad, continuamente planteada a lo largo de nuestra experiencia, de abordar la Educación Sexual como desarrollo personal, una educación sentimental que oriente a las personas hacia la madurez emocional y el desarrollo de valores individuales y compartidos que les permitan realizarse y vivir su sexualidad de una manera positiva, consciente y responsable. Es por eso que este manual pretende ser una herramienta didáctica para aquellas personas que, teniendo la oportunidad de trabajar con adolescentes y jóvenes, deseen acercarse y acercarlos a una visión de la sexualidad abierta, de cultivo e integrada en el desarrollo personal. Publicación eminentemente práctica, centrada en la educación de valores y estructurada en siete módulos (concepto de sexualidad y género; autoestima, género y sexualidad; diversidad sexual y orientaciones del deseo; enamoramiento, amor y dependencias; primeras relaciones sexuales; conciencia corporal y placer, y prevención de riesgos sexuales), tratan de dar cabida a aquellos contenidos que más se relacionan con las necesidades detectadas en la población juvenil en el estudio EducaSex Málaga. En cada uno de los módulos se desarrolla un apartado teórico y unos objetivos de trabajo, desde la perspectiva de género, que se complementa con distintas dinámicas, en forma de fichas, para abordar cada temática en cuestión.

- El **Programa de Educación Sexual: Educación Sexual, Género y Constructivismo**, editado por la Consejería de Educación de la Junta de Andalucía y el Instituto Andaluz de la Mujer, está basado en el "Proyecto Itaca", de Fernando Barragán. Se desarrolla la fundamentación, los objetivos y la metodología desde una perspectiva constructivista de la enseñanza-aprendizaje, así como la puesta en práctica de bloques temáticos y ejemplificaciones. Contiene bibliografía comentada, e instrumentos de diagnóstico y evaluación.
- **Educación de las Sexualidades. Los puntos de partida de la educación sexual** es una guía elaborada por el in.ci.sex y editada por la Cruz Roja Española. Marca las líneas de trabajo de lo que debe ser la Educación Sexual con Sexología y las estrategias pedagógicas enfocadas a la modificación de actitudes. Para ello, precisamente, hace una revisión de lo que significa la Sexualidad y la Educación Sexual desde el punto de vista de la Sexología, qué son las actitudes y su importancia en este trabajo, cuáles deberían ser los contenidos, claves para la intervención y algunos ejemplos de recursos.
- **Ni ogros ni princesas. Guía para la Educación Afectivo Sexual en la ESO** ha sido editada por la Consejería de Salud y Servicios Sanitarios del Principado de Asturias y el Instituto Asturiano de la Mujer. Contiene fichas y orientaciones metodológicas para trabajar la Educación Sexual, integrando la perspectiva de género y de la diversidad y fomentando la autoestima y las relaciones interpersonales.
- **El lugar no importa. La luna es imprescindible** es una guía de prevención de la transmisión del VIH/Sida y otras infecciones de transmisión sexual y sexualidad. Editada por el Consejo de la Juventud de España, ofrece conceptualización sobre sexualidad, vih/sida y enfermedades transmisibles sexualmente, junto con actividades para trabajar los aspectos relacionados con la prevención (habilidades de utilización del preservativo, habilidades de negociación, autoestima, percepción del riesgo, mitos sobre el amor, roles de género y presión de las y los iguales).
- **Comunidad Muaker** es una interesante iniciativa de Durex con objeto de que adolescentes y jóvenes puedan expresar dudas y vivencias sobre sus sexualidades. Contiene blog, fotoblog, foro y un espacio de consultas con una sexóloga. Sexe Joves, del Institut Català de la Salut, es un espacio educativo sobre sexualidad para jóvenes, que intenta responder a sus vivencias y curiosidades en formato de preguntas, respuestas y documentación, con diccionario, blog y chat (en català y castellano).
- **Expectativa de Diversidad: ideas y dinámicas**, editada por el Consejo de la Juventud de España y realizada por Carlos de la Cruz (in.ci.sex), es una publicación destinada a trabajar la diversidad de la orientación sexual. Para encuadrar la temática, define el concepto de sexualidades, revisa la sexualidad evolutiva desde el punto de vista social y emocional, el papel del trabajo con las actitudes para prevenir la homofobia, ejemplos de casos prácticos, sugerencias para trabajar con las familias y ejemplos de actividades para el alumnado y grupos de jóvenes.
- La **Guía para hablar con tus padres sobre tu orientación sexual, y la Guía para padres y madres "Qué hacer cuando un hijo o una hija te dice, papá, mamá, soy gay, o mamá, papá, soy lesbiana"**, editadas por Familias por la Diversidad, Asociación Andaluza de Madres y Padres con Hijas e Hijos homosexuales, bisexuales y transgénero, son de especial interés para ayudar a familias a aceptar la orientación sexual de hijas e hijos gays y lesbianas.

- **Diferentes formas de amar** son materiales educativos elaborados por COGAM (Colectivo de Lesbianas, Gays, Transexuales y Bisex de Madrid) y FELGTB (Federación Estatal de Lesbianas, Gays, Transexuales y Bisexuales). Abordan la homosexualidad y las diferentes formas de querer; el estado de la cuestión en el Sistema Educativo Español; la homofobia, el bullying y la discriminación, y recomendaciones para su corrección.
- **¿Hablas de sexualidad con tus hijas e hijos?** es una guía dirigida a madres y padres, editada por la Federación de Planificación Familiar de España. Orienta sobre las principales vivencias de la Adolescencia, el desarrollo de la asertividad, la perspectiva de género en la educación sexual así como sobre pautas de actuación con las familias.
- **Sexualidades y Educación Sexual**, elaborado por M<sup>a</sup> del Mar Padrón, es uno de los capítulos de la Guía para Familias de Hogar Abierto, Centro Especializado en Intervención Familiar. Clarifica el concepto de "sexualidad" como punto de partida esencial para hacer Educación Sexual, destacando la importancia que juegan las familias en el desarrollo de esta dimensión de la persona y señalando algunos aspectos a cuidar en su desarrollo educativo en las familias.

## 7. Webs Educación Sexual

### Ley Orgánica de salud Sexual y reproductiva

<http://www.boe.es/boe/dias/2010/03/04/pdfs/BOE-A-2010-3514.pdf>

### Atender y educar la Sexualidad desde la Consulta de Pediatría

[http://www.unaf.org/descargas/2008%20Sexualidad/guia\\_pediatria\\_sexualidad\\_2008.pdf](http://www.unaf.org/descargas/2008%20Sexualidad/guia_pediatria_sexualidad_2008.pdf)

### Talleres de Educación Sexual con las familias

[http://www.unaf.org/descargas/2007%20Sexualidad/2007\\_taller\\_familia\\_sexualidad.pdf](http://www.unaf.org/descargas/2007%20Sexualidad/2007_taller_familia_sexualidad.pdf)

### Educación sexual desde la familia en Primaria y secundaria

<http://www.ceapa.es/files/publicaciones/File00030.pdf>

### Nuevos modelos de Familia y Educación sexual

<http://www.ceapa.es/files/publicaciones/File00094.pdf>



### **Ayuda para familias de niños/as GLTB**

[http://www.unaf.org/descargas/2010/05\\_11\\_10\\_presentacion\\_ampgyl\\_resumen\\_estudio.pdf](http://www.unaf.org/descargas/2010/05_11_10_presentacion_ampgyl_resumen_estudio.pdf)

### **Manual de Educación Sexual para familias (Profesorado)**

[http://www.edusexual.es/files/docFormadores/curso\\_26\\_monitor.pdf](http://www.edusexual.es/files/docFormadores/curso_26_monitor.pdf)

### **Manual de Educación Sexual para familias (Alumnado)**

[http://www.edusexual.es/files/docFormadores/curso\\_27\\_alumno.pdf](http://www.edusexual.es/files/docFormadores/curso_27_alumno.pdf)

### **Video Educación Sexual desde las Familias**

<http://www.edusexual.es/videos.php>

<http://www.edusexual.es/enlaces.php>

### **Educación Sexual desde la familia. Manual para el alumnado**

[http://www.ceapa.es/c/document\\_library/get\\_file?uuid=12e08f17-51f1-4c7d-a353-cd0e68289ac1&groupId=10137](http://www.ceapa.es/c/document_library/get_file?uuid=12e08f17-51f1-4c7d-a353-cd0e68289ac1&groupId=10137)

### **Educación Sexual desde la Familia Secundaria. CEAPA**

[http://www.ceapa.es/c/document\\_library/get\\_file?uuid=9f21f5e6-e8b6-47f5-a3ac-11a8524dd064&groupId=10137](http://www.ceapa.es/c/document_library/get_file?uuid=9f21f5e6-e8b6-47f5-a3ac-11a8524dd064&groupId=10137)

### **Educación Sexual desde las familias: Infantil y Primaria. CEAPA**

[http://www.ceapa.es/c/document\\_library/get\\_file?uuid=dc911869-aeef-4df5-bba1-c7decf35faf0&groupId=10137](http://www.ceapa.es/c/document_library/get_file?uuid=dc911869-aeef-4df5-bba1-c7decf35faf0&groupId=10137)

### **Programa de formación de formadores sobre educación afectivo-sexual y prevención de vih-sida dirigido a familias y AMPAS educación sexual desde la familia**

[http://www.ceapa.es/c/document\\_library/get\\_file?uuid=9aac70eb-b445-43bd-80ae-b8a470590ee9&groupId=10137](http://www.ceapa.es/c/document_library/get_file?uuid=9aac70eb-b445-43bd-80ae-b8a470590ee9&groupId=10137)

### **Educación Sexual CEAPA**

[http://www.ceapa.es/c/document\\_library/get\\_file?uuid=55936c32-4f3a-4b0c-820c-63c0d1803b1f&groupId=10137](http://www.ceapa.es/c/document_library/get_file?uuid=55936c32-4f3a-4b0c-820c-63c0d1803b1f&groupId=10137)

### **Educación sexual de las familias con niños con discapacidad**

[http://www.ceapa.es/c/document\\_library/get\\_file?uuid=55936c32-4f3a-4b0c-820c-63c0d1803b1f&groupId=10137](http://www.ceapa.es/c/document_library/get_file?uuid=55936c32-4f3a-4b0c-820c-63c0d1803b1f&groupId=10137)

### **Cuento “Es parte de la vida”**

[http://www.unfpa.org.uy/userfiles/publications/62\\_file1.pdf](http://www.unfpa.org.uy/userfiles/publications/62_file1.pdf)

### **La educación sexual de niñas y niños de 6 a 12 años. Guía para madres, padres y profesorado de Educación Primaria**

[http://www.educacion.navarra.es/portal/digitalAssets/49/49755\\_3\\_ed\\_sex\\_6-12.pdf](http://www.educacion.navarra.es/portal/digitalAssets/49/49755_3_ed_sex_6-12.pdf)

### **Educación Sexual integral para la Educación Inicial**

[http://www.me.gov.ar/me\\_prog/esi/doc/esi\\_inicial.pdf](http://www.me.gov.ar/me_prog/esi/doc/esi_inicial.pdf)

### **Educación Sexual desde las Familias**

[http://www.hogarabierto.org/Pagina\\_CEIF/imagen/Guia/educacion\\_sexual.pdf](http://www.hogarabierto.org/Pagina_CEIF/imagen/Guia/educacion_sexual.pdf)

### **Violencia Sexual en Menores**

[http://www.hogarabierto.org/Pagina\\_CEIF/imagen/Guia/ViolenciaSexual\\_menores.pdf](http://www.hogarabierto.org/Pagina_CEIF/imagen/Guia/ViolenciaSexual_menores.pdf)

### **Educación Sexual en Primaria 6 a 9 años**

[http://www.educagenero.org/ESJunta/Primaria/6-9/nuestro\\_cuerpo\\_A.pdf](http://www.educagenero.org/ESJunta/Primaria/6-9/nuestro_cuerpo_A.pdf)

### **Educación Sexual en Primaria 9 a 12 años**

[http://www.educagenero.org/ESJunta/Primaria/9-12/nuestro\\_cuerpo\\_B.pdf](http://www.educagenero.org/ESJunta/Primaria/9-12/nuestro_cuerpo_B.pdf)

### **Educación Sexual Guía para el profesorado**

[http://www.educagenero.org/ESJunta/Primaria/guia\\_profesorado\\_1.pdf](http://www.educagenero.org/ESJunta/Primaria/guia_profesorado_1.pdf)

### **Cuentos para la diversidad**

<http://www.cogam.org/secciones/educacion/documentos-sin-orden/1413/154/cuentos-para-la-diversidad>

### Cuentos para Coeducar

[http://issuu.com/ceapaformacion/docs/cuento\\_coeducaci\\_n\\_2?mode=window&backgroundColor=%23222222](http://issuu.com/ceapaformacion/docs/cuento_coeducaci_n_2?mode=window&backgroundColor=%23222222)

### Desexo Comic sobre Sexualidad

<http://issuu.com/ceapaformacion/docs/desexo-web-elrubencio?mode=window&backgroundColor=%23222222>

---

## EDUCACIÓN SEXUAL EN LA INFANCIA

<Http://blogdecede.blogspot.com.es/2013/08/como-explicar-el-sexo-los-ninos-pequenos.html>

### La educación sexual de la primera infancia: guía para madres, padres y profesorado de educación infantil

[https://books.google.es/books?id=6aVw5gzShkoC&pg=PA127&lpg=PA127&dq=CARLOS+DE+LA+CRUZ+EDUCACION+SEXUAL+EN+LA+INFANCIA&source=bl&ots=bYVa5Opq1k&sig=Wglb6-T95o6vVxsxguh\\_QowZOBM&hl=es&sa=X&ei=yEH0VlV04L2UrmBgrAK&ved=0CE8Q6AEwCA#v=onepage&q=CARLOS%20DE%20LA%20CRUZ%20EDUCACION%20SEXUAL%20EN%20LA%20INFANCIA&f=false](https://books.google.es/books?id=6aVw5gzShkoC&pg=PA127&lpg=PA127&dq=CARLOS+DE+LA+CRUZ+EDUCACION+SEXUAL+EN+LA+INFANCIA&source=bl&ots=bYVa5Opq1k&sig=Wglb6-T95o6vVxsxguh_QowZOBM&hl=es&sa=X&ei=yEH0VlV04L2UrmBgrAK&ved=0CE8Q6AEwCA#v=onepage&q=CARLOS%20DE%20LA%20CRUZ%20EDUCACION%20SEXUAL%20EN%20LA%20INFANCIA&f=false)

### La educación sexual de niñas y niños de 6 a 12 años: guía para madres y profesorado de educación primaria

[https://books.google.es/books?id=y\\_3LwyGGdCIC&pg=PA7&dq=educacion+sexual+en+la+primera+infancia+guia+para+padres+y+madres&hl=es&sa=X&ei=3UL-0VKPcD4rzUqS0g5AH&ved=0CD0Q6AEwAQ#v=onepage&q=educacion%20sexual%20en%20la%20primera%20infancia%20guia%20para%20padres%20y%20madres&f=false](https://books.google.es/books?id=y_3LwyGGdCIC&pg=PA7&dq=educacion+sexual+en+la+primera+infancia+guia+para+padres+y+madres&hl=es&sa=X&ei=3UL-0VKPcD4rzUqS0g5AH&ved=0CD0Q6AEwAQ#v=onepage&q=educacion%20sexual%20en%20la%20primera%20infancia%20guia%20para%20padres%20y%20madres&f=false)

**“No le cuentes cuentos” Este cuento está diseñado para que los padres y madres hablen sobre la sexualidad y la reproducción con sus hijos e hijas desde edades muy tempranas**

[http://www.ceapa.es/c/document\\_library/get\\_file?uuid=717b2ea0-e300-4e34-94ea-22cde18d7573&groupId=10137](http://www.ceapa.es/c/document_library/get_file?uuid=717b2ea0-e300-4e34-94ea-22cde18d7573&groupId=10137)

**Cuentos para educar en familia. Dirigido a niños y niñas de entre 6 y 12 años para fomentar la educación sexual CEAPA**

[http://www.ceapa.es/c/document\\_library/get\\_file?uuid=abe4c571-0468-4620-b978-bb83dc3e9e6c&groupId=10137](http://www.ceapa.es/c/document_library/get_file?uuid=abe4c571-0468-4620-b978-bb83dc3e9e6c&groupId=10137)

### **Familias por la diversidad**

<http://www.familiasporladiversidad.es/>

### **Guía para padres y madres que quieren entender.**

[http://www.familiasporladiversidad.es/files/objetos/triptico\\_padres\\_madres.pdf](http://www.familiasporladiversidad.es/files/objetos/triptico_padres_madres.pdf)

### **Guía para padres y madres “Qué hacer, cuando un hijo o una hija nos dice: “mamá, papá, soy gay”; “papá, mamá, soy lesbiana”**

[http://www.familiasporladiversidad.es/files/objetos/guia\\_para\\_padres\\_y\\_madres.pdf](http://www.familiasporladiversidad.es/files/objetos/guia_para_padres_y_madres.pdf)

---

## **YOUTUBE**

### **Educación sexual infantil**

<http://www.youtube.com/watch?v=iL9NiV6CSpc>

<http://www.youtube.com/watch?v=rPwXda1pwxM>

---

## **JUEGOS**

### **Juego dirigido a niños y niñas de 5 a 10 años para aprender los conceptos básicos sobre sexualidad en la escuela y en la familia.**

[http://www.ceapa.es/c/document\\_library/get\\_file?uuid=41004131-5b03-4c08-8a42-62f1fea7578a&groupId=10137](http://www.ceapa.es/c/document_library/get_file?uuid=41004131-5b03-4c08-8a42-62f1fea7578a&groupId=10137)

### **Que no se nos olvide el VIH/SIDA ni otras Infecciones de Transmisión Sexual (ITS) Hablando de sexualidad con los hijos e hijas... y también del VIH y el sida. CEAPA**

[http://www.ceapa.es/c/document\\_library/get\\_file?uuid=f5b43812-addf-4d00-b5df-660d0db23f39&groupId=10137](http://www.ceapa.es/c/document_library/get_file?uuid=f5b43812-addf-4d00-b5df-660d0db23f39&groupId=10137)

### **Construyendo Sexualidades o como educar la sexualidad de los hijos e hijas. CEAPA**

[http://www.ceapa.es/c/document\\_library/get\\_file?uuid=ecd9a773-025e-431f-a362-4f5cfa2be1b2&groupId=10137](http://www.ceapa.es/c/document_library/get_file?uuid=ecd9a773-025e-431f-a362-4f5cfa2be1b2&groupId=10137)

---

## **BIBLIOGRAFÍA SOBRE EDUCACIÓN SEXUAL**

<http://www.institutodesexologia.org/Biblesex.pdf>

<http://www.institutodesexologia.org/cuadriptico%20sexualidadbaja.pdf>

---





## VIDEOS SOBRE EDUCACIÓN SEXUAL

**EDUCACIÓN SEXUAL Y FAMILIA. Situaciones y claves para fomentar la comunicación en temas de sexualidad. CEAPA**

*[http://www.ceapa.es/c/document\\_library/get\\_file?uuid=717b2ea0-e300-4e34-94ea-22cde18d7573&groupId=10137](http://www.ceapa.es/c/document_library/get_file?uuid=717b2ea0-e300-4e34-94ea-22cde18d7573&groupId=10137)*

**Educación sexual con las familias. Consejería de Salud y Servicios Sanitarios de Asturias.**

*[www.educacionsexualconlasfamilias.com](http://www.educacionsexualconlasfamilias.com)*

**Educación Emocional en las Familias**

*[http://www.ceapa.es/c/document\\_library/get\\_file?uuid=16bc057d-1791-4218-91c7-1afee062906d&groupId=10137](http://www.ceapa.es/c/document_library/get_file?uuid=16bc057d-1791-4218-91c7-1afee062906d&groupId=10137)*







GOBIERNO DEL PRINCIPADO DE ASTURIAS

CONSEJERÍA DE SERVICIOS Y DERECHOS SOCIALES

---