

CAPÍTULO I

PLANTEAMIENTO Y

JUSTIFICACIÓN DEL

PROBLEMA

PLANTEAMIENTO Y JUSTIFICACION DEL PROBLEMA

1.1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

El término violencia sexual hace referencia al acto de coacción o amenaza hacia una persona con el objetivo de que lleve a cabo una determinada conducta sexual, por extensión; se consideran también como ejemplos de violencia sexual. A pesar de que una mujer puede ser atacada sexualmente en cualquier etapa de su vida, la etapa más vulnerable es la niñez y la adolescencia. (OMS , 2013)

Unicef define violencia sexual a la *“acción de someter a una persona a la voluntad de un agresor, aprovechándose de la impotencia y desvalimiento de las víctimas, con la intención de dañarla, causarle dolor y sufrimientos (físicos o mentales), despersonalizarla y dominarla sometiéndola a actos sexuales sin su autorización ni consentimiento”* (UNICEF, 2017, pág. 3)

También puede haber violencia sexual si la persona no está en condiciones de dar su consentimiento, por ejemplo, cuando está ebria, bajo los efectos de un estupefaciente, dormida o mentalmente incapacitada.

La definición de la OMS es muy amplia, pero también existen definiciones más circunscritas. Por ejemplo, para fines de investigación algunas definiciones de violencia sexual se limitan a los actos que incluyen la fuerza o la amenaza de violencia física

A continuación, describiremos los datos de la violencia sexual a nivel internacional nacional y local.

A *nivel internacional*, según datos estadísticos con respecto a la prevalencia en el curso de la vida de violencia sexual de pareja informada por mujeres de 15 a 49 años de edad, en el Estudio multipaís de la OMS variaba entre 6% en Japón y 59% en Etiopía, con tasas de 10% a 50% en la mayoría de los entornos. Un análisis comparativo de las encuestas realizadas en América Latina y el Caribe encontró que las tasas de

violencia sexual infligida por la pareja fluctuaban entre 5% y 15%. (OPS; 2013, pág. 3).

En el Estudio multipaís de la OMS, entre 0,3% y 12% de las mujeres dijeron haber sido forzadas, después de los 15 años de edad, a tener relaciones sexuales o a realizar un acto sexual por alguien que no era su pareja. (OPS; 2013, pág. 4)

En estudios realizados tanto con hombres como con mujeres, la prevalencia de violación o de coacción sexual comunicada era mayor entre las mujeres. En Lima, Perú, por ejemplo, el porcentaje de mujeres jóvenes que informaron que su iniciación sexual había sido forzada (40%) era cuatro veces más alto que entre los hombres (11%) (IBIDEM)

Por otro lado, a **nivel nacional** según un informe se produce una violación cada cuatro horas en promedio, estos datos pertenecen a la Fiscalía Especializada para Víctimas de Atención Priorizada (FEVAP). Según datos de la FEVAP, entre enero y agosto de 2018 se abrieron 1.586 causas por el delito de violación. De ese total, en dos quintas partes de los casos las víctimas fueron niñas, niñas y adolescentes.

También el periódico Pagina Siete indica que: “de enero a julio se registraron 953 embarazos en niñas menores de 15 años, según el Sistema Nacional de Información en Salud (SNIS-VE). Es decir, alrededor de cuatro casos por día que por la edad son considerados producto de violencia sexual.” (Periódico Página Siete, 2020)

En este mismo informe, la oficial a cargo del Fondo de Población de Naciones Unidas (UNFPA), Celia Tborga indica que” si se suma esta cifra a los embarazos en adolescentes de hasta 19 años, el total es de más de 19.000 gestaciones en menores, es decir, 90 por día”. Esta situación se agrava por la emergencia sanitaria que vive el país.

A **nivel local**, en Tarija existen diversos estudios realizados por instituciones que trabajan con violencia, claro ejemplo es la investigación realizada por docentes y

estudiantes de la Universidad Católica de Tarija en coordinación con la Secretaría de la Mujer que fue presentada en 2019 en cual indica que:

- *“El 51,9% de las mujeres solteras de 15 años o más, vivieron algún episodio de violencia en el transcurso de su relación con su enamorado o novio”.* (Moscoso, 2019)

Aunque el estudio hace foco en distintos aspectos sobre las causas y consecuencias de la violencia, dos indicadores pueden ser considerados los más importantes.

- *“El primero, que los estudiantes consideran que las mujeres son las principales víctimas de la violencia en el noviazgo. El segundo, que las víctimas naturalizan esta situación, o en su defecto, no saben reconocer los diferentes tipos de violencia.”* (IBIDEM)

Por otra parte, entre el 2016 y 2018 el Equipo de Comunicación Alternativa para Mujeres (ECAM) realizó investigaciones sobre la realidad del machismo y su influencia en la violencia, donde se encuestaron a varones de distintas edades; en el caso de la población adolescente se aplicó el trabajo de mitos de amor romántico de donde se obtuvo un dato relevante que indica que: *“en una relación de pareja los celos en un 47% son un signo de amor, por otro lado mencionan un 65% que amor obliga a sacrificarse y que son los hombres los que más lo hacen. De esta forma se puede ver que el amor de los adolescentes hombres habla de los orígenes de una violencia posesiva”* (Mi barrio observa ECAM, septiembre 2019, pág. 5)

Por otra parte, en octubre esta misma institución presenta otro informe sobre violencia sexual, en relación a la población niño, niña, adolescente se refiere que: *“en 2018 se recibieron a la FELCV 292 casos de violencia sexual que se generaron dentro de su hogar, y de éstos, 246 casos fueron por abuso sexual, violación, tentativa de violación, estupro, corrupción y rapto, las edades de las víctimas fueron de 9 a 18 años”* Por tanto estos datos muestran que en Tarija cada día y medio, una niña o adolescente es víctima de violencia sexual (Mi barrio observa ECAM, octubre 2019 , pág. 7)

Ante las cifras tan alarmantes se ve necesario generar e implementar nuevas estrategias para disminuir o eliminar estos índices; la prevención es una de las estrategias que posee mayor efectividad ya que se sensibiliza e induce a la población a tomar conciencia del autocuidado de uno mismo y de los demás.

Ante lo anteriormente expuesto, se ve necesario proponer el siguiente documento:

PROGRAMA DE PREVENCIÓN EN VIOLENCIA SEXUAL DIRIGIDO A ESTUDIANTES DE PRIMERO A TERCERO DE SECUNDARIA DE LA CIUDAD DE TARIJA

1.2. JUSTIFICACIÓN

La violencia es un problema que puede adoptar muchas formas y presentarse en todos los ámbitos de la vida de las personas, pero se manifiesta principalmente en los hogares donde la ejercen y la sufren tanto mujeres como varones.

Por lo tanto, los programas de prevención hacen hincapié en las aptitudes relacionales y en la competencia social constituyen igualmente estrategias prometedoras para poner un alto a la violencia sexual, en tanto que el tratamiento de los trastornos psíquicos y la aplicación de programas de terapia comportamental pueden ofrecer posibilidades de reducir los comportamientos suicidas.

Es importante considerar la información que se brinda a la población estudiantil, acerca de la problemática de la salud sexual y reproductiva, violencia sexual, derechos y obligaciones del niño, niña y adolescentes, la cual sería de mucha utilidad ante los casos de violencia sexual, tomando en cuenta que los niños, niñas y adolescentes, son considerados un bien del Estado que tiene que ser salvaguardado.

Así mismo se plantea este programa para que sea un instrumento técnico y operativo como guía y orientación para los sectores más vulnerables de la comunidad como son los niños y adolescentes con el propósito de fortalecer su conocimiento sobre violencia sexual y lograr procesos de orientación adecuados para que en un futuro puedan prevenir cualquier tipo de violencia sexual.

Aporte práctico: se dará un aporte práctico en un futuro, cuando una institución o personas interesadas implementen la propuesta en la población beneficiaria, ya que brindara información y orientación a los adolescentes abordando diferentes temáticas dentro de la problemática de violencia sexual para, en un futuro, evitar conductas de riesgo vinculadas a la violencia sexual.

Aporte metodológico, consiste en la formulación y sistematización metodológica de un programa educativo para la prevención de la violencia sexual que podrá ser aplicado con estudiantes de nivel secundario, por profesionales del área social o plantel docente.

Se aportará diversas actividades de elaboración propia al programa, en base a conceptos más adecuados para la población adolescente, la meta es lograr implementar un programa con una gran versatilidad en los contenidos y en las actividades que favorecen actitudes, habilidades y capacidades personales que ayuden a los adolescentes a madurar como personas, ya que es preciso construir los cimientos de personas autónomas, críticas y responsables.

Se diseñó y elaboró un programa de prevención de la violencia sexual, versátil y dinámica que puede ser utilizado por las Unidades Educativas e instituciones del área para la prevención de la violencia.

También se diseñó un instrumento de pre test y post test para determinar el grado de conocimiento de los adolescentes respecto a la violencia sexual, para que en base a los resultados el futuro expositor pueda conocer el estado en el que se encuentra su población.

CAPÍTULO I

DISEÑO TEÓRICO

DISEÑO TEÓRICO

1.3. Objetivo General

Elaborar un programa de prevención en violencia sexual dirigido a estudiantes de primero a tercero de secundaria de la ciudad de Tarija

1.4. Objetivos Específicos

- Proponer un instrumento a través de la elaboración de un cuestionario de medición que permita evaluar el conocimiento inicial y final que tienen los estudiantes de primero a tercero de secundaria acerca de violencia sexual, que cumpla la función de pre y post test.
- Diseñar actividades para formular un programa de prevención que permita fortalecer los conocimientos sobre la violencia sexual, habilidades sociales y la capacidad de prevención y autoprotección en los estudiantes de primero a tercero de secundaria de la ciudad de Tarija.

CAPÍTULO III

MARCO TEÓRICO

MARCO TEÓRICO

El siguiente marco teórico permitirá conocer los diferentes conceptos que se trabajaran en el programa de prevención en violencia sexual

1.5. LA ADOLESCENCIA

La adolescencia es una etapa de la vida en la que tanto hombres como mujeres experimentan cambios físicos, psicológicos, emocionales y sociales. La adolescencia inicia con la pubertad y concluye cuando estos cambios alcanzan mayor estabilidad alrededor de los 19 años.

"Se la puede definir como una etapa del ciclo vital, como el periodo de transición de la niñez a la vida adulta, marcada por cambios interdependientes que se evidencian en: las relaciones en la familia, el cuerpo, la mente, las relaciones sociales". (Fernandez, 2003, pág. 38).

En efecto, la consideración de la adolescencia como un periodo tormentoso y estresante, de confusión normativa y de oscilaciones y oposiciones. Sin embargo, en las últimas décadas esta visión ha sido reemplazada por otra que conceptúa la adolescencia como un período de desarrollo positivo durante el cual la persona se enfrenta a un amplio rango de demandas, conflictos y oportunidades

1.5.1. Etapas de la adolescencia

Las autoras Papalia y Wendkos en 1998 en su obra Desarrollo Humano explican cuáles son las etapas de las y los adolescentes y su construcción social.

La adolescencia temprana o inicial (10 a 13 años.)

Se caracteriza por cambios biológicos en la niña, el niño y el adolescente, en cuanto al aspecto hormonal y apariencia externa. Estos cambios generan modificaciones en el humor, existe incertidumbre por su apariencia y atractivo físico, las niñas sobre todo muestran preocupación por su imagen. Asimismo, en esta etapa se da la dependencia e independencia hacia las figuras parentales.

Los cambios que vive el o la adolescente son acelerados, por tanto, se les hace difícil integrarlos. Esto puede afectar su autoestima, sobre todo si se asocian a problemas físicos y psicológicos.

También aumenta el interés de sí mismo (a), cree que todo el mundo lo (a) observa y fácilmente se siente acosada (o), imagina planes donde tiene una visión de cómo puede ser su futuro y empieza a establecer relaciones amistosas con personas del mismo sexo, pero generalmente con el sexo opuesto.

Adolescencia media (14 a 16 años).

En este período se produce el distanciamiento afectivo de la familia y el acercamiento a los grupos de pares, lo que entraña una profunda reorientación de las relaciones en la familia. El desvincularse es un paso difícil para él o la adolescente y también para sus padres y madres, pero es importante para conocer sin miedo el mundo de los adultos y las formas de comportamiento del sexo opuesto, a su vez, le permitirá lograr su autonomía.

El y la adolescente se distancian así, de las opiniones, juicios y valores de los padres en procura de encontrar los suyos propios. Además, las actividades de búsqueda del otro sexo son progresivamente más explícitas y del enamoramiento sentimental se pasa a las primeras aproximaciones físicas.

Adolescencia tardía (17 a 19 años).

Casi no se presentan cambios físicos y aceptan su imagen corporal; se acercan nuevamente a sus padres y sus valores presentan una perspectiva más adulta; adquieren mayor importancia las relaciones íntimas y el grupo de pares va perdiendo jerarquía; desarrollan su propio sistema de valores con metas vocacionales reales.

La adolescencia y los cambios asociados con este periodo se analizan habitualmente diferenciando tres niveles interrelacionados: el fisiológico, el psicológico y el social. Con relación a los cambios fisiológicos, se produce el desarrollo completo de los órganos genitales y transformaciones físicas tales como el crecimiento del vello, el cambio en el tono de la voz de los chicos, etc.

1.5.2. Cambios físicos

Las transformaciones fisiológicas y morfológicas que tienen lugar en la adolescencia constituyen uno de los acontecimientos más importantes de este periodo del desarrollo. De hecho, clásicamente la pubertad ha señalado el comienzo de la adolescencia.

La maduración del pubescente se expresa principalmente en una serie de cambios morfológicos y hormonales que tienen lugar de forma más o menos simultánea. En relación con los cambios morfológicos, la maduración física consiste particularmente en el denominado “estirón puberal”, un marcado aumento en el crecimiento del cuerpo que se distribuye asincrónicamente, comienza por las extremidades manos y pies, brazos y piernas y alcanza finalmente el tronco

Los cambios biológicos se deben al aumento de la secreción de hormonas. Aparecen los caracteres sexuales secundarios, crecimiento y desarrollo de los músculos, sistema respiratorio, circulación, gónadas, órganos reproductivos.

1.5.3. Cambios psicológicos

El crecimiento del cuerpo y la maduración de las características sexuales secundarias no son los únicos acontecimientos que marcan el periodo de la adolescencia. El conjunto de la actividad mental del adolescente también sufre una reestructuración importante:

Comienzan a cuestionarse sobre el desarrollo de su personalidad y perciben cambios físicos y hormonales, como el desarrollo mamario, la llegada de la primera menstruación en la mujer y la aparición de vello y desarrollo testicular en el varón, que los hace sentir que han crecido, aunque todavía sientan deseos irresistibles de jugar como niños.

En pensamiento, comienzan a desarrollar el gusto por estar en grupo y por abordar temáticas de género, y se van convirtiendo en verdaderos expertos de la manipulación, pues crecen o empequeñecen según la situación.

Empiezan a interesarse en el sexo opuesto y ven en el como una opción muy cercana, especialmente si se trata de mayores, pues perciben en sus pares demasiada inmadurez,

lo cual influye en la adopción de un comportamiento más distanciado del perfil infantil

1.5.4. Violencia en la adolescencia

La adolescencia es la etapa de cambios físicos, cognoscitivos y emocionales que constituye el crecimiento de la niñez a la edad adulta.

El protagonista vive un prolongado y difícil período de inestabilidad con intensos cambios externos e internos (por ejemplo: endocrinos, de imagen corporal, de valores, de familia, etc.) que dificultan su interacción familiar, escolar y social. Investigaciones sugieren que 20% de los adolescentes tienen dificultades conductuales que bastan para alterar su funcionamiento psicosocial general, y algunos de esos jóvenes a la postre quedan etiquetados por la sociedad como rebeldes. (Solíz & Vallejo, 2002)

Incluye cualquier patrón persistente de conducta que está en oposición directa con las reglas, los valores y las costumbres de la familia, escuela, comunidad, cultura y sociedad, en la cual vive el adolescente. Casi todas las conductas identificadas como rebeldes también se califican como antisociales. El trastorno de conducta, el trastorno desafiante oposicional y la delincuencia juvenil se caracterizan por patrones persistentes de conducta que tienen efectos adversos importantes sobre el desarrollo y el funcionamiento psicosocial normal del adolescente.

1.6. VIOLENCIA

Según la definición proporcionada por la OMS,

“La violencia es el uso intencional de la fuerza física, amenazas contra uno mismo, otra persona, un grupo o una comunidad que tiene como consecuencia o es muy probable que tenga como consecuencia un traumatismo, daños psicológicos, problemas de desarrollo o la muerte.”

“constituye cualquier acción u omisión abierta o encubierta que cause la muerte sufrimiento o daño físico, sexual o psicológico a una mujer u otra persona” (Defensoría del Pueblo, 2019, pág. 34)

1.6.1. Tipos de violencia

Violencia Física. Es cualquier acto que infringe daño con intencionalidad de lastimar, usando la fuerza física o algún tipo de arma u objeto que pueda provocar lesiones ya sean internas, externas o ambas. Está relacionada al daño que se ocasiona en el cuerpo de una persona; golpes, patadas, puñetes, jalones, empujones, entre otros tipos de agresiones físicas. (IBIDEM)

Violencia Psicológica: Es todo acto u omisión que dañe la estabilidad psicológica, se produce mediante amenazas, ofensas, insultos, humillaciones, desvalorizaciones, críticas destructivas, entre otros, que afectan la autoestima de la persona.

Violencia Sexual: Es toda acción de tipo sexual ejercida por una persona adulta o físicamente más fuerte, contra una niña, niño o adolescente, que atenta contra su integridad física, psicológica, sexual, contra su libertad y dignidad.

La violencia sexual es ejercida por una asimetría de poder, mediante manipulación psicológica, chantaje, engaño, fuerza, basada en un vínculo de dependencia afectiva, emocional o económica.

1.7. VIOLENCIA SEXUAL INFANTIL O ADOLESCENTE

Kempe (1978) es el primer autor que define el Abuso Sexual Infantil considerándolo como: *“la participación de niños/as o adolescentes dependientes e inmaduros en actividades sexuales que no están en condiciones de comprender, que son inapropiadas para su edad y para su desarrollo psicosexual, para las que son incapaces de dar su conocimiento, y que transgreden los tabúes y las reglas familiares y sociales”*. (Tallacagua, 2017, pág. 17)

El abuso sexual según el autor mencionado es un tipo de maltrato infantil el cual se considera como uno de los más riesgosos ya que la víctima sufre en todos los aspectos.

El abuso sexual infantil, *“implica la imposición a un niño o niña, en base a una*

relación de poder, de una actividad sexualizada en la que el ofensor obtiene una gratificación. Esta imposición puede ejercerse por medio de la fuerza física, el chantaje, la amenaza, la intimidación, el engaño, utilización de la confianza o el afecto o cualquier otra forma de presión.” (Tallacagua, 2017, pág. 19)

Encontrar una definición adecuada sobre lo que significa el abuso sexual infantil depende de los criterios que se toman en cuenta para precisarla, como la edad del agresor, edad de la víctima, conductas que se consideran como Abuso Sexual, efecto de la cultura, etc.

1.7.1. Indicadores para la detección de violencia Sexual Infantil

Se debe tener presente que hay muchos síntomas de abuso sexual, sobre todo los psicológicos, varían entre un niño/a y otro/a y son inespecíficos como indicadores, es decir, son síntomas propios de diversos tipos de vulneraciones y no bastan por sí mismos para asegurar que se está frente a un caso de Abuso Sexual Infantil. Algunos síntomas a nivel físico son los que están más cerca de proporcionarnos certezas.

Indicadores a nivel físico:

- Dificultades para andar o sentarse
- Dolores abdominales o pelvianos
- Infecciones genitales y urinarias
- Secreción en pene o vagina
- Hemorragia vaginal en niñas pre púberes
- Lesiones, cicatrices, desgarro o magulladuras en los órganos sexuales, que no se explican cómo accidentales.
- Contusiones, erosiones sangrado en los genitales externos, zona vaginal o anal.

- Enfermedades de transmisión sexual.
- Dificultades manifiestas en la defecación
- No puede controlar esfínteres. Enuresis y encopresis (incontinencia fecal) en niñas/os que ya habían aprendido controlar esfínteres.

Indicadores psicológicos:

- Cambio repentino de la conducta
- Baja brusca de rendimiento escolar con problemas de atención, fracaso escolar, retraso en el habla.
- Depresión ansiedad, llantos frecuentes
- Poco apetito, no come o devuelven la comida.
- Culpa vergüenza extrema
- Retrocesos en el comportamiento: chuparse el dedo u orinarse en la cama, incluso puede parecer que su desarrollo está retrasado.
- Inhibición o pudor excesivo. parece reservado, rechazante.
- Aislamiento. Escasa relación con sus compañeros.
- No quiere cambiarse de ropa para hacer gimnasio o pone dificultades para realizar actividades físicas.
- Fugas del hogar
- Intento de suicidio o autolesiones
- Conducta sexual no acorde a la edad, como masturbación compulsiva, juegos sexuales no acordes a su edad, agresión sexual a otros niños/as.
- Aparición de temores repentinos e infundados a una persona en especial, resistencia a regresar a la casa después de la escuela.
- Miedo a estar solo o a alguien de la familia.
- Resistencia a desnudarse o bañarse.

- Problemas de sueño como temores nocturnos y pesadillas.
- Comportamientos agresivos y sexualizados

1.7.2. Chantaje emocional

La persona que abusa apela al chantaje emocional de variadas formas. Por ejemplo, si el niño/a empieza a manifestar conductas de alejamiento, el abusador pone en cuestión el vínculo afectivo que los une, recurriendo a frases tales como: “¿acaso ya no me quieres?”. Otra situación común es que se utilice el chantaje emocional para evitar que el niño/a revele el abuso, aludiendo al sufrimiento que eventualmente le provocaría a su familia (por ejemplo: “si tú le cuentas, tu mamá se va a poner a llorar”).

1.7.3. La complicidad y el secreto

Generalmente, el abuso sexual no es la primera situación que se mantiene en secreto entre quien abusa y la víctima. Al niño/a, por ejemplo, se le han dado previamente obsequios respecto de los que debe guardar silencio (ej.: golosinas que sus padres les prohíben comer demasiado) o el abusador le ha hecho algún favor (como ofrecerse a encubrir una mentira que el niño/a ha dicho a sus padres), siempre apuntando a comunicarle al niño/a que se ha establecido una complicidad.

Estos primeros secretos no suelen despertar alerta en los niños/as porque aún no han sentido que se les hace algún daño, incluso, al contrario. Sin embargo, esta complicidad que pareciera inofensiva en primera instancia, es una poderosa herramienta de manipulación mediante la cual quien abusa empieza a instituir la ley del silencio y logra generar fuertes sentimientos de culpa al niño/a.

1.7.4. La confusión

Quienes abusan suelen generar y aprovecharse de situaciones ambiguas, confusas, en las que el contacto corporal pueda tener más de una interpretación. Asimismo, sus estilos de comunicación tienden a generar confusión, recurriendo

a mensajes contradictorios o ilógicos que, sobre todo cuando se practican sostenidamente, terminan por hacer dudar a los niños/as de sus propias percepciones de la realidad.

1.7.5. La amenaza

Quienes abusan amenazan con hacer daño, aplicar violencia, si los niños/as no satisfacen sus deseos y, más aún, si pretenden revelar la situación abusiva. Sin embargo, este tipo de mecanismos podría terminar por ser menos efectivo para el abusador, pues suelen provocar en el niño/a síntomas de miedo de tal intensidad que despiertan más fácilmente la alerta en los adultos protectores.

1.7.6. Tipos de abuso sexual

Los tipos de abuso sexual son:

Abuso sexual con contacto: comportamientos que involucran el contacto físico como puede ser:

- Relaciones sexuales genitales orales
- Penetración en el ano del niño o niña con el dedo (s), pene u objetos extraños.
- Penetración en la vagina de la niña o niño con el dedo (s), pene u objetos extraños.
- Penetración o contacto con algún objeto para excitación o/y satisfacción sexual del agresor.
- Frotamiento del pene contra el cuerpo del niño o niña.
- Tocamiento o manipulación en los genitales de la niño o niño.
- Obligar al niño a tocar los genitales del adulto bajo la apariencia de “juego”.

Este tipo de abuso incluye tanto el tocar y acariciar, como la penetración de genital, anal u oral.

Abuso sexual sin contacto: practicando a través del comportamiento que no implican los contactos físicos, pero que afecta la salud mental del niño o niña

afectado/a.

- Masturbación en presencia del niño o niña.
- Obligar al niño o niña a masturbarse en presencia del adulto.
- Mostrar ilustraciones pornográficas o películas con el niño o niña.
- Dirigir comentarios seductores o sexualmente explícitos.
- Llamadas telefónicas obscenas.

En los últimos tiempos también va en crecimiento lo que es el Abuso Sexual por las Redes Sociales el cual es denominado Grooming; es una forma de pederastia, o Abuso Sexual de menores o adolescentes por parte de adultos, pero en este caso el acoso se realiza por medio de internet, aunque finalmente pueda desembocar en un encuentro personal, el abusador crea un perfil falso haciéndose pasar por un menor para entablar una comunicación con otro menor y una vez ganada la confianza éste obliga a hacer cosas insólitas y luego chantajear y amenazar en caso de que se niegue la víctima. (OMS , 2013)

1.7.7. Tipos de abuso sexual según las leyes bolivianas

Dentro del ámbito jurídico, los delitos sexuales tipificados en el artículo 308 del Código penal referido a los delitos contra la libertad sexual y la Ley 2033 son:

Violación del niño, niña o adolescente: Quien tuviera acceso carnal con persona de uno u otro sexo menor de 14 años, penetración anal o vaginal o introdujera objetos con fines libidinosos así no haya el uso de la fuerza o intimidación aprovechando enfermedad mental grave, perturbación de la conciencia o grave insuficiencia de la inteligencia de la víctima, o que estuviese incapacitado por cualquier otra causa para resistir y se alegue consentimiento.

Estupro: Quien, mediante el engaño o seducción, tuviera acceso carnal con personas de uno u otro sexo, mayor de 14 años y menor de 18 años. El delito será agravado si se da:

- Como producto de una violación
- Si se produjera de un grave trauma o daño psicológico en la víctima.
- Si el autor fuera ascendiente, descendiente o pariente dentro del cuarto grado de consanguinidad o segunda de afinidad.
- Si el autor estuviere encargado de la educación o custodia de la víctima ésta se encontrará en situación de dependencia o autoridad.
- Si en la ejecución del hecho hubiera concurrido dos o más personas.
- Si el autor utilizó armas u otros medios peligrosos susceptibles de producir la muerte de la víctima.
- Si el autor hubiera sometido a la víctima a situaciones vejatorias o degradantes.

Abuso deshonesto: Quien haya hecho el uso de la fuerza o intimidación aprovechando enfermedad mental, grave perturbación de la conciencia o insuficiencia de la inteligencia de la víctima, o que estuviese incapacitada por cualquier otra causa para resistir, realizara actos libidinosos no constitutivos de acceso carnal.

Corrupción de menores: El que mediante actos libidinosos o por cualquier otro medio, corrompiera o contribuyera a una persona de menor a 18 años será un delito agravado:

- Si la víctima fuera menor de 14 años.
- Si el hecho fuera ejecutado con propósito de lucro.
- Si mediare engaño, violencia o cualquier otro tipo de coerción.
- Si la víctima padeciera enfermedad o deficiencia psíquica.
- Si el autor fuera ascendiente marido, hermano, tutor o encargado de la educación o custodia de la víctima.

Proxenetismo: Quien, mediante engaño, abusa de una situación de necesidad o

de una relación de dependencia y de poder, violencia o amenaza, o por cualquier otro medio de intimidación o coerción, para satisfacer deseos ajenos o con ánimo de lucro promoviere, facilitar o contribuir a la corrupción de personas de uno u otro sexo, o la obligara a permanecer en ella.

Violencia sexual comercial: Quien induzca o promueva y favorezca la entrada y salida del país y el traslado dentro del mismo, de personas para que ejerzan la prostitución, mediante engaño, violencia, amenaza o las reduzca a estado de inconciencia para este fin.

1.7.8. Consecuencias del abuso sexual infantil a corto plazo

Entre las consecuencias a corto plazo, conviene recalcar un fenómeno importante: el Síndrome de acomodación al abuso sexual infantil, que tiene muchos paralelismos con el Síndrome de Estocolmo y que incluye cinco fases según (Tallacagua, 2017, pág. 35):

- 1. Impotencia:** Los niños víctimas de abuso sexual generan un fenómeno de indefensión aprendida, puesto que sus intentos por evitar el abuso resultan vanos. Poco a poco dejarán de intentarlo siquiera.
- 2. Mantenimiento del secreto:** La manipulación y la amenaza a la que son sometidos les obliga a mantener, sobre todo, en los casos de abuso intrafamiliar una doble vida para mantener el secreto y evitar la revelación.
- 3. Entrampamiento y acomodación:** Si el abuso se prolonga en el tiempo, el niño poco a poco irá asumiendo el papel de pareja del agresor.
- 4. Revelación espontánea o forzada:** Cuando se llega a la revelación, suele ocurrir con un igual, pudiéndose producirse bien de manera espontánea o bien forzada por un adulto al valorar los indicios.
- 5. Retracción:** Si no hay una intervención efectiva, incluso habiéndola, la retracción es frecuente, por culpa, vergüenza o miedo, porque el agresor en muchos casos amenaza.

Consecuencias cortó plazo:

Físicas:

- Pesadillas y problemas de sueño.
- Cambio de hábitos de comida.
- Pérdida de control de esfínteres.

Conductuales:

- Consumo de drogas y alcohol.
- Conductas autolesivas o suicidas.
- Bajada del rendimiento académico.

Emocionales:

- Miedo generalizado.
- Culpa y vergüenza, baja autoestima.
- Aislamiento.

Sexuales:

- Conocimiento sexual precoz o inapropiado de la edad
- Masturbación compulsiva
- Problemas de identidad sexual

Sociales:

- Déficit en habilidades sociales
- Retraimiento social
- Conductas antisociales

1.7.9. Consecuencias del abuso sexual infantil a largo plazo

Aunque no existe un cuadro diferencial del abuso sexual infantil, hay consecuencias de la vivencia que permanecen o, incluso, pueden agudizarse con el tiempo, hasta llegar a configurar patologías definidas. A continuación, se enumeran algunas de las consecuencias a largo

plazo que puede vivir un niño o niña víctima de abuso sexual:

Físicas:

- Dolores crónicos generales.
- Alteraciones del sueño y pesadillas recurrentes.
- Desórdenes alimentarios, especialmente bulimia.

Conductuales:

- Intentos de suicidio.
- Consumo de drogas y alcohol.
- Trastorno disociativo de identidad.

Emocionales:

- Ansiedad.
- Síndrome de estrés postraumático.
- Dificultad para expresar sentimientos.

Sexuales:

- Fobias sexuales.
- Disfunciones sexuales.
- Falta de satisfacción sexual o incapacidad para el orgasmo.
- Mayor probabilidad de entrar en la prostitución.

Sociales:

- Problemas de relación interpersonal.
- Dificultades de vinculación afectiva con los hijos.
- Mayor probabilidad de sufrir re victimización, como víctima de violencia por parte de la pareja.

Por todo ello, la atención que se le ha de proporcionar a un niño o niña víctima de abuso sexual no debe únicamente centrarse en el cuidado de sus lesiones sino debe ser

coordinada entre los distintos profesionales prestando atención psicológica, dándole un seguimiento a corto y medio plazo y proporcionando atención y apoyo al menor y a la familia.

Como ya se ha indicado, el papel de la familia es esencial en la recuperación del niño: si le creen desde el primer momento y le apoyan, constituyéndose en modelo y referente afectivo alternativo, el menor se recuperará antes y mejor que en caso contrario

1.8. LA PREVENCIÓN

La Prevención es *“el conjunto de procesos que promueven el desarrollo integral de las personas, su Familias y la comunidad, anticipándose a la aparición de cualquier problema o trabajando con y desde él, para evitar que el hecho continúe. Prevenir significa anticiparse a influencias individuales, sociales y ambientales que puedan”*. (Proyecto de educación preventiva y promoción de la salud en las escuelas, 2000, pag.48)

1.8.1. Prevención primaria

La intervención preventiva apunta a impedir o retrasar el inicio del consumo antes de que exista algún contacto con las drogas. La prevención primaria requiere, fundamentalmente una modalidad inespecífica de Intervención. Los agentes de prevención deben ser las personas más cercanas al destinatario Familia, Profesores y otros mediadores sociales como las guías en los grupos religiosos (proyecto de educación preventiva y promoción de la salud en las escuelas, 2000)

1.8.2. Prevención secundaria

Cuando ya se ha producido un acontecimiento o situación relacionada con el uso de drogas, por ejemplo, cuando los jóvenes están consumiendo sustancias legales: tabaco y alcohol se interviene para que el consumo no se consolide y las personas retornen a un estado de no consumo.

Los agentes de prevención siguen siendo las personas más próximas al individuo o grupo con asesoramiento de un especialista

1.9. HABILIDADES SOCIALES

Las habilidades sociales son primordiales en nuestras vidas ya que las relaciones interpersonales son nuestra principal fuente de bienestar.

Las habilidades sociales *“son una serie de conductas observables, pero también de pensamientos y emociones, que nos ayudan a mantener relaciones interpersonales satisfactorias, y a procurar que los demás respeten nuestros derechos y no nos impidan lograr nuestros objetivos.*

Son pautas de funcionamiento que nos permiten relacionarnos con otras personas, en forma tal, que consigamos un máximo de beneficios y un mínimo de consecuencias negativas tanto a corto como a largo plazo.” (Roca E.2014, pág. 11)

Las habilidades sociales nos llevan a conocernos y conocer a los demás, permitiendo así que nos relacionemos bien, valorando y respetando a las personas que nos rodean.

Según la OMS estas habilidades son "aquellas aptitudes necesarias para tener un comportamiento adecuado y positivo, que nos permiten enfrentar eficazmente las exigencias y retos de la vida diaria" (Montoya, I., & Muñoz, I., 2009, pág. 1)

1.9.1. Empatía

La empatía es *“la habilidad para entender las necesidades, sentimientos y problemas de los demás, poniéndose en su lugar y de esta manera poder responder correctamente a sus reacciones emocionales”*. (Gritti, 2013, pág. 1) De acuerdo al modelo, la competencia emocional de empatía se logra cuando combinamos a nivel intelectual la escucha activa, a nivel emocional la comprensión y a nivel conductual el asertividad. Quien es empático desarrolla la capacidad intelectual de vivenciar la manera en que siente la otra persona, lo que le facilita la comprensión del por qué de su comportamiento y le faculta para mantener un diálogo con el otro con un estilo de interacción positivo para ambos, respetando lo que piensa y siente cada uno y buscando acuerdos de mutuo beneficio.

1.9.2. Toma de decisiones:

La toma de decisiones se define como el proceso que permite elegir entre dos o más alternativas que van a permitir resolver diferentes problemas o situaciones de la vida cotidiana en diversos contextos, ya sea laboral, familiar, sentimental, empresarial, etc.

La toma de decisiones se basa principalmente en elegir la mejor opción que permita resolver un problema determinado.

Decidir significa actuar proactivamente para hacer que las cosas sucedan en vez de limitarse a dejar que ocurran como consecuencia del azar o de otros factores externos. Continuamente estamos tomando decisiones, escogiendo qué hacer tras considerar distintas alternativas. Esta habilidad ofrece herramientas para evaluar las diferentes posibilidades en juego, teniendo en cuenta necesidades, valores, motivaciones, influencias y posibles consecuencias presentes y futuras, tanto en la propia vida como en la de otras personas.

1.9.3. Autoestima

La autoestima representa un pilar básico sobre el que se asienta el comportamiento de todas las personas, entre otros motivos, porque la opinión que se tiene sobre uno mismo constituye el punto de partida para la toma de todas las decisiones que se realizan en la vida.

“La autoestima es un conjunto de percepciones, pensamientos, evaluaciones, sentimientos y tendencias de comportamiento dirigidos hacia nosotros mismos” (Bonet, 1997 pág. 3).

Entonces la autoestima es muy importante en la vida de las personas puesto que la misma nos ayuda a sentirnos bien con nosotros mismos, por lo tanto, una autoestima positiva puede ayudarnos a querernos tal y como somos y estar bien con nosotros mismos.

1.9.4. Las emociones

Las emociones tienen una función adaptativa de nuestro organismo a lo que nos rodea. En el ser humano la experiencia de una emoción generalmente involucra un conjunto

de cogniciones, actitudes y creencias sobre el mundo, que utilizamos para valorar una situación concreta y por tanto influyen en el modo en el que se percibe dicha situación (Qué son las emociones, 2017. s/p).

Según Goleman define emoción de la siguiente manera: "utilizo el término condiciones Psicológicas u biológicas que lo caracterizan, así como una serie de inclinaciones a la actuación" (Goleman. E.2015. Pág. 1).

1.9.4.1. Categorías básicas de las emociones

Goleman, 2015)

- **Miedo:** anticipación de un amenaza o peligro que produce ansiedad, incertidumbre, inseguridad.
- **Sorpresa:** sobresalto, asombro, desconcierto. Es muy transitoria y nos permite una aproximación cognitiva para saber que está ocurriendo.
- **Aversión:** disgusto o asco, solemos alejarnos del objeto que nos produce aversión.
- **Ira:** rabia, enojo, resentimiento, furia, irritabilidad.
- **Alegría:** diversión, euforia, gratificación, contentos, da una sensación de bienestar
- **Tristeza:** pena, soledad, pesimismo.

1.9.5. Comunicación

La comunicación es el principio básico de la organización social, y como tal, es requisito indispensable para las relaciones sociales. Antes que cualquier otra cosa, la comunicación es un proceso social articulado en torno al fenómeno de compartir, de poner en común, de vincular. (Rizo, 2019)

1.9.6. Comunicación asertiva

La comunicación asertiva se basa en una actitud personal a la hora de relacionarse con los demás y consiste en expresar opiniones y valoraciones evitando descalificaciones, reproches y enfrentamientos. Esto implica que la comunicación asertiva es la vía adecuada para interactuar con las personas (Definición, 2017, pág.).

Se define asertividad como la habilidad personal que nos permite expresar sentimientos, opiniones y pensamientos en el momento oportuno, de la forma adecuada y sin negar ni desconsiderar los derechos de los demás. Es decir, nos referimos a una forma para interactuar efectivamente en cualquier situación que permite a la persona ser directa, honesta y expresiva (Llacuna, M., 2004, pág., 1).

1.10. AUTOPROTECCIÓN

La prevención y protección son responsabilidades del adulto: Cuando un niño ha sufrido abuso siente vergüenza, se siente culpable y tiene miedo. No hay que crear tabúes respecto a la sexualidad, pues les hará sentirse más confiados a la hora de dirigirse a un adulto y explicarle si están tristes, preocupados o nerviosos. Los niños pueden percibir que algo no está bien pero quizá no sepan explicarlo ni a quién contárselo.

Los niños deben conocer su red de seguridad: Muchas veces los abusadores sexuales son personas conocidas por el niño y al pequeño se le hace muy difícil comprender que esa persona puede abusar de él. (www.laregladekiko.org). Debemos acostumbrar a los niños a que informen con frecuencia a su padres o cuidadores de la existencia de alguien que les hace regalos, que le pide que mantengan un secreto, que trata de pasar tiempo a solas con el niño. Otras veces el abusador es un desconocido. Por eso, debe comenzar enseñando a su hijo normas simples: no subas al coche de un extraño, no aceptes regalos de un desconocido y no hables con extraños.

1.11. PREVENCIÓN DE VIOLENCIA SEXUAL: IDEAS FUERZA

1.11.1. Ni una caricia a la fuerza

Caricia: Demostración cariñosa que consiste en rozar suavemente con la mano el cuerpo de una persona, de un animal u otro. (*Definición Diccionario*).

En la vida siempre tocamos a alguien o nos tocan, pero debemos saber

diferenciar las caricias o cariños buenos y cariños malos, para explicar a los niños y niñas de la primera infancia. Cariños o caricias considerados buenos, si alguien: te abraza, te acaricia la mejilla, la cabeza o las manos, te golpea suavemente en la espalda, te da un beso en la frente, una cosquillita, sin lastimarte eso es bueno.

Pero si esas caricias o cariños son malos, si alguien: acaricia tus órganos genitales, te jalonea de las orejas, te ofrecen regalos y dulces, para acariciar tu cuerpo, eso es malo. Es importante que los niños y niñas de la primera infancia tengan la noción de las caricias buenas y malas; sepan también que siempre pueden decir “NO” a algo que no les gusta con su cuerpo y tener siempre la confianza con las madres o personas que les cuidan.

1.11.2. Nunca un beso a la fuerza

Beso, es una derivación del placer oral. Cuando deseamos y experimentamos atracción por alguien es frecuente que demos besos, es una búsqueda que se parece mucho a aquella de mamar” (Galindo & Paredes 2000).

Hay muchos besos que podemos dar y recibir, a veces besos, otros besitos y otros besotes. Pero también debemos saber sobre las personas que se pueden aprovechar de la situación, tener en cuenta siempre quiénes pueden recibir un beso de nuestros hijos e hijas, como madres y padres no podemos obligar a dar besos a los amigos, tíos lejanos o vecinos, “si el niño o niña no quiere dar besos, NO OBLIGUES NUNCA” respeta su decisión.

1.11.3. Secretos buenos, secretos malos

El secreto, piedra angular de la estrategia del abusador/a, cuando nos encontramos frente a un abuso crónico o sostenido en el tiempo, podemos suponer que el abusador ha logrado instituir la ley del silencio a través de mecanismos que dejan a la niña/o u adolescente atrapado en la sensación de que está viviendo una situación sin salida.

Por diversas razones, la niña/o teme profundamente a la revelación y cierra las

puertas a lo que podría ser la más rápida y efectiva forma de recibir ayuda para escapar de la situación.

Una vez que los mecanismos de coerción del abusador/a han logrado su objetivo, no basta con que una niña/o cuente con figuras protectoras para atreverse a romper el silencio. El abuso del que está siendo objeto suele salir a la luz a raíz de signos físicos y/o psicológicos que alertan a alguien en su entorno.

Desde allí cobra relevancia la necesidad de enseñar a la niña/o a identificar señales para distinguir cuándo un adulto desea establecer una riesgosa complicidad con él/ella, pues en esta fase aún no está confundido y atrapado por el abusador.

Si logra percibir que ahí radica un peligro, es más probable que no dé pie a que prosigan sus estrategias. También es más fácil que comente la situación con terceros, especialmente si tiene un nombre para la que podría ser una vaga sensación de amenaza: “secretos malos”. Como ejemplo un secreto bueno puede ser una sorpresa para mamá preparado por el padre de la niña o niño y el secreto malo puede ser cuando bajo amenazas y chantajes.

1.11.4. No hablar con extraños

Siempre una buena comunicación en la familia es primordial para prevenir los riesgos de abuso sexual infantil, los niños y niñas deben estar alertas con quienes pueden hablar y con quienes no pueden hablar, de igual manera no recibir regalos de las personas que son ajenas a la familia, no sabemos qué intenciones pueden tener.

No hablar con extraños, es un concepto que a nosotros nos enseñaron de alguna forma nuestros padres lo que debemos de replicar en nuestros hijos e hijas menores bajo la idea de que el peligro viene de los desconocidos. Es importante hablar con los hijos e hijas menores de por qué no deben irse con personas que no conocen, aunque este no es el único peligro del que hay que protegerlos. Sabemos que la mayoría de los abusadores son conocidos del niño o niña.

1.11.5. Tu cuerpo es tuyo:

Los niños tienen que aprender que su cuerpo es suyo y les pertenece, por tanto nadie puede tocarles sin su permiso. Desde una edad temprana pueden aprender que existe «partes privadas del cuerpo». Utilizando los nombres correctos para los genitales y otras partes les ayudará a saber lo que no está permitido.

Los menores pueden decir «no» a un beso o una caricia incluso de un ser querido, y este debe respetarlo.

CAPÍTULO IV
DISEÑO
METODOLÓGICO

DISEÑO METODOLÓGICO

1.12. Tipificación de la investigación

La presente investigación pertenece al área de la psicología educativa y social que según el diccionario pedagógico se define como la aplicación de principios psicológicos a procesos educativos.

“La Psicología Educativa no se limita a la aplicación de los principios psicológicos a los fenómenos educativos, tiene especialidad propia en cuanto a disciplina científica cuyo objetivo de estudio, los procesos de cambio comportamental provocados o inducidos a las personas como resultado de su participación en actividades educativas.” (Diccionario Pedagógico; 2005, pág. 159).

Por lo tanto, la presente investigación propositiva se desarrollará dentro del área educativa debido a que tiene por objetivos evaluar y proponer alternativas para la solución de problemas, permitiendo incidir de forma individual y grupal en situaciones que se generen en el ámbito social y educativo.

Por otro lado, la presente investigación es de tipo propositiva, la cual es definida como:

“...una investigación propositiva no tiene como requisito su implementación, una investigación propositiva concluye con la parte descriptiva, con la parte analítica con la parte del diagnóstico entonces en base a una teoría que le corresponde a esa situación se construye de manera integral de manera consistente y de manera profunda una propuesta.” (Francisco Charaja Cutipa; 2011, pág. 89)

Por lo tanto, en la presente investigación: el problema identificado a través de revisión bibliográfica, observaciones y datos, es la violencia sexual, al ser ejercida hacia niños, niñas y adolescentes genera consternación, por lo tanto, las acciones más promovidas para disminuir o eliminar este problema es la prevención, ya que contribuye a la reducción de las situaciones de vulnerabilidad y riesgo. Por tanto, para prevenir la

violencia sexual en los adolescentes diseño y elaboro de un programa de prevención, la cual posee una metodología centrada en el uso de plataformas virtuales para llegar a los participantes con actividades dinámicas y novedosas.

Una de las características que tiene es que: la implementación de las sesiones del programa serán desarrolladas dentro de una plataforma virtual, además, las actividades y talleres serán apoyadas con el uso herramientas de las nuevas tecnologías.

Este documento será un aporte metodológico de referencia para que futuros replicadores puedan hacer uso e implementar estas estrategias didácticas en una población similar

1.13. Métodos

En el desarrollo de la investigación se utilizan los siguientes métodos:

Método Teórico

Los métodos teóricos porque se encargan del recopilado de información, ya sea a través de libros, revistas, diccionarios, opinión de entendidos en el tema y páginas de redes sociales; los que posteriormente se utilizarán en la interpretación de los datos y en todos los momentos de la investigación.

Método virtual, la ejecución de un programa de prevención de forma directa y presencial puede verse impedida por situaciones diferentes como: la distancia, confinamiento, el tiempo, entre otros; pero surge la opción innovadora de llevar a cabo el proceso de enseñanza aprendizaje a través de plataformas virtuales, las cuales son empleadas en el ámbito de la tecnología, son sistemas que permiten la ejecución de diversas aplicaciones bajo un mismo entorno dando a los usuarios la posibilidad de acceder a ellas a través del internet.

Las plataformas que se propone ser útiles para la ejecución del programa podrían ser: Zoom, Meet ya que ofrece una variedad de ventajas y es accesible para toda la población.

1.14. Técnicas

Para el desarrollo de las sesiones se hará uso de las técnicas participativas: llamadas también dinámicas de grupos, promueven la dinámica de grupo y apunta a lograr un proceso vivencial que permite unir lo cognitivo con lo emocional. Las técnicas que se utilizarán son las siguientes:

- **Dinámicas de presentación:** Técnicas de presentación permiten que los participantes se presenten ante el grupo conozcan a los otros participantes creando de esta manera un ambiente fraterno participativo y horizontal en el trabajo de formación. (Proyecto JAIDA, 2010, pág. 2)
- **Rompe Hielo.** - Cada uno de los participantes procede a presentarse a los demás, indicando nombre y apellido, hobby en particular y las expectativas acerca del taller.
- **Lluvia de Ideas.** - Los/as participantes den ideas sobre qué significa, posteriormente pasar a una exposición dialogada.
- **Acercamiento.** - Motivar a los estudiantes a participar e interrelacionarse como grupo. Cada participante recibirá una pregunta de acuerdo a la temática del taller luego en plenaria se darán las respuestas.
- **Preguntas y Respuesta.** - Se les distribuye papelógrafos, marcadores y se les solicita que en 20 minutos respondan a las preguntas señaladas en las tarjetas.
- **Dinámicas de animación:** Tiene la finalidad de mantener una atmósfera de confianza y seguridad en los participantes que les permitan participar activamente durante los procesos de enseñanza aprendizaje, se caracterizan por ser activas y permiten relajar a los participantes involucrar al conjunto y hacer notar que el desarrollo de cada una de estas técnicas está presente el humor. (Proyecto JAIDA, 2010, pág. 2)
- **Dinámicas de reflexión:** Estas técnicas permiten analizar y reflexionar con mayor profundidad los conocimientos sobre el tema en desarrollo estas técnicas dan paso a los participantes asimilar y comprender más objetivamente la importancia de un

tema cualquiera además de permitir que a los mismos expresen ideas propias sobre el tema.

1.15. Herramientas para llevar a cabo las sesiones

- **Presentaciones en Power point.** - Es una colección de diapositivas individuales que contienen datos sobre un tema y que se reproducen en un orden determinado. Las diapositivas pueden contener información en textos, fotografías, imágenes, sonidos, animaciones, gráficos, e incluso videos. Puede reproducirse en un monitor o proyector conectado a un ordenador o portátil que tenga instalado el programa
- **Videos.** - Es un sistema de captación y reproducción instantánea de la imagen en movimiento y del sonido por procedimientos electrónicos
- **Zoom.** – Esta herramienta permite la interacción virtual entre equipos de trabajo y es usada hasta por grupos de amigos. Es una excelente aliada cuando la distancia no permite realizar reuniones presenciales. Como se trata de una conexión de vídeo, esta forma hace que la comunicación parezca mucho más humana en comparación con el email o la mensajería instantánea.

Para formar parte de estas reuniones solo debes disponer de un ordenador, un móvil o una Tablet, lo fundamental es que cuente con cámara y conexión a Internet. Por este medio se dará la capacitación para inter relacionarse con los estudiantes para el desarrollo del programa en su totalidad

- **WhatsApp.**- mediante el cual se creará un grupo con los estudiantes para quedar los horarios de la capacitación o las dificultades o que puedan presentar algunos estudiantes antes de la capacitación

1.16. Instrumentos

1.16.1. Cuestionario

El instrumento que se utilizará es el cuestionario sobre conocimientos de Violencia Sexual, el cual consta de 17 preguntas con opción múltiple de elaboración propia

enfocada a medir el nivel de conocimiento que tienen los adolescentes sobre violencia sexual, el cual será aplicado antes (pre test) de la implementación del programa virtual

Este mismo instrumento se aplicará después (post test) de la implementación del programa virtual de prevención en violencia sexual, esto para conocer en impacto final que tuvo el programa en los adolescentes.

1.16.2. Población beneficiaria:

La población beneficiaria, la cual se define como: *“el conjunto de todos los casos que concuerda con determinadas especificaciones”* (Sampieri, Collado, Lucio, 2003, pág. 304); será la población de adolescentes de ambos sexos, que cursan de primero a tercero del nivel secundario de la ciudad de Tarija, donde se abordará la prevención de violencia sexual permitiendo la comprensión de los riesgos que sufren los adolescentes, muchas veces por la falta de información, además de fomentar la importancia de no quedarse callado ante cualquier agresión, ya que existen instituciones destinadas a la protección de los derechos de los adolescentes.

Al mismo tiempo, el programa puede ser utilizado para otros contextos modificando aspectos socioculturales del programa para su aplicación a distintos grupos etarios.

1.16.3. Procedimiento

La presente investigación propositiva se desarrolló siguiendo las siguientes fases durante todo el procedimiento:

Fase 1: Revisión Bibliográfica

Se realiza una investigación y revisión exhaustiva de documentación física o digital de literatura sobre la temática (guías, manuales, artículos de periódico, etc.), para preceder a la elaboración de la propuesta, con sustento científico.

Fase 2: Elaboración de perfil y diseño de propuesta virtual

Posterior a la revisión bibliográfica, se procede a elaborar y redactar el planteamiento del problema, el sustento teórico, los objetivos a lograr y la metodología a emplear en la propuesta

En base al sustento teórico y metodología se procede a diseñar las sesiones del programa preventivo, cada una con sus objetivos y actividades y tomando en cuenta cada una de las técnicas y estrategias didácticas.

Fase 3: Materialización en digital del diseño propuesto

A través del uso de las tecnologías de información y comunicación; y las plataformas virtuales materializar cada una de las ideas propuestas en el perfil

1.17. Programa de prevención en violencia sexual:

Se elaborará un programa de prevención dirigido a estudiantes de primero a tercero de secundaria de la ciudad de Tarija con el fin de fortalecer e incrementar sus conocimientos sobre la problemática de la violencia sexual.

Su diseño lejos de pretender constituir un esquema rígido para su aplicación, se conforma un grupo de contenidos y herramientas a tener en cuenta al momento de trabajar el tema del Violencia Sexual.

El programa de prevención en violencia sexual, fue diseñado y elaborado utilizando técnicas y estrategias virtuales y en sus actividades, éstas serán llevadas a cabo mediante el uso de una plataforma virtual, en este caso se opta por la plataforma virtual de Zoom, el cual será medio de comunicación y el área de intercambio de trabajo entre el expositor y los participantes.

Consta de 13 sesiones de trabajo virtuales con una duración máxima de 60 minutos cada una. Las sesiones estarán divididas en 3 áreas de trabajo o ejes temáticos los cuales son: violencia, fortalecimiento de habilidades sociales y prevención, autoprotección.

4.6.1 Título y objetivos del programa

**PROGRAMA DE PREVENCIÓN EN VIOLENCIA SEXUAL DIRIGIDO A
ESTUDIANTES DE PRIMERO A TERCERO DE SECUNDARIA DE LA
CIUDAD DE TARIJA**

OBJETIVO GENERAL:

Incrementar los conocimientos sobre violencia sexual, fortaleciendo habilidades sociales y brindando estrategias, de prevención y autoprotección, en los adolescentes de primero a tercero de secundaria de la ciudad de Tarija.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Informar sobre la violencia sexual y sus diferentes manifestaciones, consecuencias que desencadenan en los adolescentes.
- Fortalecer las habilidades sociales incrementando su capacidad de toma de decisiones, y puedan ser protagonistas de su propio desarrollo.
- Aumentar la capacidad de prevención y autoprotección para que reconozcan sus derechos sexuales y puedan dar un sentido positivo a su sexualidad.

CAPÍTULO V
PROPUESTA DE
PROGRAMA DE
PREVENCIÓN

V. Estructura del programa

PROGRAMA DE PREVENCIÓN EN VIOLENCIA SEXUAL DIRIGIDO A ESTUDIANTES DE PRIMERO A TERCERO DE SECUNDARIA DE LA CIUDAD DE TARIJA		
<p>Objetivo del programa: Incrementar los conocimientos sobre violencia sexual, fortaleciendo habilidades sociales y brindando estrategias, de prevención y autoprotección, en los adolescentes de primero a tercero de secundaria de la ciudad de Tarija.</p>		
Áreas	OBJETIVOS	# SESIONES
Violencia sexual	1. Informar sobre la violencia sexual y sus diferentes manifestaciones, consecuencias que desencadenan en los adolescentes.	1. Adolescencia 2. Violencia 3. Tipos de violencia 4. Violencia sexual 5. Tipos de violencia sexual según las leyes bolivianas 6. Consecuencias de corto y largo plazo de la violencia sexual
Habilidades sociales	2. Fortalecer las habilidades sociales incrementando su capacidad de toma de decisiones, y puedan ser protagonistas de su propio desarrollo	7. Empatía 8. Emociones 9. Promoviendo la comunicación asertiva
Prevención y autoprotección	3. Aumentar la capacidad de prevención y autoprotección para que reconozcan sus derechos sexuales y puedan dar un sentido positivo a su sexualidad	10. Autoprotección 11. Me quiero me cuido 12. Promoviendo las buenas relaciones familiares 13. Futuro ideal sin violencia

SESIÓN #1 PRESENTACIÓN DEL PROGRAMA

Actividad 1

Objetivo: Presentación personal, establecer un buen rapport con los participantes del programa y la aplicación del instrumento pre test

Tiempo: 25 minutos

Material o medios tecnológicos:

Computadora, laptop, Tablet, teléfono móvil

Plataforma virtual (zoom), o meet

Acceso a internet

Diapositivas

Descripción de la actividad:

1. El expositor debe entrar al encuentro (zoom) unos 5 minutos antes y debe darles la bienvenida de manera cordial presentándose, empezando por su nombre, utilizando un lenguaje fuerte y claro para generar un clima de confianza con los participantes, para lo cual debe pedirles que hagan lo mismo pero de manera aleatoria o voluntaria para que nadie se sienta en obligación de ser el primero en participar
2. Una vez terminada la presentación el expositor deberá presentar el programa y explicarles que es un programa de prevención de violencia sexual, fijar las metas, objetivos, definir las normas de convivencia virtual y las temáticas que se abordaran durante la aplicación de todo el programa para lo cual explicara por medio de unas diapositivas todo el contenido del programa.
Para ver la presentación de las diapositivas hacer [Click aquí](#)
3. Por último el expositor deberá explicar que antes de empezar con las temáticas del contenido del programa debe pedir la predisposición y colaboración de los participantes para la aplicación de un instrumento el cual será fundamental para medir el conocimiento inicial que tiene cada uno acerca de la violencia sexual.

El instrumento pre test será proporcionado de forma virtual.

Para ver el instrumento hacer [Click aquí](#)

Actividad 2: ADOLESCENCIA

Objetivo: Dar a conocer el significado y las etapas de la adolescencia

Tiempo: 25 minutos

Material o medios tecnológicos:

Computadora, laptop, Tablet, teléfono móvil

Plataforma virtual (Zoom), o Meet

Acceso a internet

Diapositivas

Descripción de la actividad:

1. Al iniciar la sesión el expositor da un cordial saludo e inicia preguntado a los participantes ¿alguien sabe el significado de adolescencia? Debe esperar un par de minutos para que algún voluntario se pronuncie, caso contrario el expositor deberá explicar que en esta sesión se hablará de la adolescencia, etapas y los cambios que sufren los seres humanos en este periodo de vida
2. Después debe dar una breve explicación con el apoyo de unas diapositivas que proyectará en la pantalla acerca de la adolescencia, las etapas y los cambios y problemas que atraviesan los adolescentes y lo vulnerables que son frente a un montón de factores. Para ver la presentación hacer [Click aquí](#)
3. Para retroalimentar muestra un video donde los adolescentes puedan entender de manera fácil sobre sobre la adolescencia; el video trata de los cambios que sufren en esa etapa. Para ver el video hacer [Click aquí](#)
Una vez culminado el video se pide a los participantes su opinión sobre qué aspectos relevantes pudieron notar en el video, si les aclaró algunas dudas que tenían
(Comentar respuestas entre todos e intercambiar opiniones sobre el video)
4. **Preguntas al azar**
 1. Pregunta al grupo ¿Cómo podría alguien tener un buen desarrollo en la etapa de la adolescencia?

2. ¿Qué valores son fundamentales para esta etapa de transición que pasan las personas?
1. Para **finalizar** el expositor debe hacer una retroalimentación explicando la importancia de conocer las etapas y cambios en la adolescencia y lo fundamental que son para un buen desarrollo de una persona, por lo que cada adolescente sepa que, quiénes están incondicionalmente con ellos, y están pendientes de sus necesidades como sus padres, familiares o tutores.

Para culminar, el expositor agradece la participación y atención a los adolescentes animando a los participantes a no perderse las siguientes sesiones.

SESIÓN #2: VIOLENCIA

Objetivo: Profundizar sobre el significado de violencia

Tiempo: 20 minutos

Material o medios tecnológicos:

Computadora, laptop, Tablet, teléfono móvil

Plataforma virtual (zoom), o meet

Acceso a internet

Diapositivas

Descripción de la actividad:

1. El expositor comienza la actividad, dándoles la bienvenida a esta nueva sesión a los participantes donde aclara que en esta sesión se les brindará, y explicará a profundidad el significado de violencia. Para lo cual les pide mucha atención
Para ver la presentación de las diapositivas hacer [Click aquí](#)
2. Posteriormente les hará Preguntas acerca de la exposición del tema:
¿Qué es violencia?
En base a las respuestas obtenidas por los participantes el expositor debe retroalimentar diciendo lo siguiente “*la violencia, a pesar de las muchas definiciones es, en resumen, es ¡dañar!, o causar daño a una persona.*”
Luego vuelve a preguntar lo siguiente:
¿Qué es dañar?
Comenta las respuestas con los participantes

Para **terminar**, el expositor debe aclarar que dañar es lesionar, lastimar, incluso arruinar algo. La violencia es eso, es dañar, lesionar a alguien con palabras, hechos o descuidos a personas indefensas o con discapacidad

Actividad: 2

Objetivo: Reflexión acerca de la violencia

Tiempo: 30 minutos

Material o medios tecnológicos:

Computadora, laptop, Tablet, teléfono móvil

Plataforma virtual (zoom), o meet

Acceso a internet.

Descripción de la actividad:

1. El expositor empieza la actividad con una serie de preguntas

¿Ustedes han hecho violencia o violentado a alguien?

¿Han causado daño a alguien?

En base a las respuestas de los participantes el expositor aclara diciendo lo siguiente:
generalmente se lastima a quienes están más cerca de nosotros, con quienes convivimos. (Familiares, hermanos, tíos, amigos, tutores)

2. Posteriormente comenta y pone como ejemplo: *“posiblemente dañamos a nuestros padres, a nuestros compañeros, a nuestros maestros, y una persona que sufre violencia es como esa flor que pierde su belleza, ya ni tiene su perfume, su aroma.”*

Pero también a veces somos maltratados, sufrimos violencia. Y quizá tú estés como la flor maltratada que pusimos como ejemplo. Continuando, les facilita un mini cuestionario sobre violencia el cual será proporcionado vía whatsapp para el cual tendrán un tiempo de 10 minutos para responder

Contesta estas preguntas marcando con una “x”

- ¿Generalmente Yo maltrato a...? ¿Por qué?
- ¿Generalmente A mí me maltratan...? ¿Por qué?

		Sí	No	¿Por qué?	I.
Yo	Padres				
	Hermanos				
	Compañeros colegio				
	Profesores colegio				
A mí	Padres				
	Hermanos				
	Compañeros colegio				
	Profesores colegio				
Total					

- Se les pide que contabilicen los resultados y que vean en qué sacaron más en YO o en A MÍ sí “sacaron más cantidad en que ustedes hacen violencia o en que reciben violencia”. Se les pide que respondan en general, como más o menos, sin entrar en detalles, porque es un cuestionario de análisis unipersonal que sirve para la reflexión individual de cada uno en base a sus propias respuestas.
- Para **terminar** el expositor aclara a los participantes, que la violencia es un hecho que a veces ocurre y hasta parece normal. Pero tiene consecuencias. Es la responsabilidad de cada uno buscar resolver los conflictos sin lastimar a los demás

SESIÓN #3: TIPOS DE VIOLENCIA

Objetivo: Identificar los distintos tipos de violencia

Tiempo: 25 minutos

Material o medios tecnológicos:

Computadora, laptop, Tablet, teléfono móvil

Plataforma virtual (Zoom), o Meet

Acceso a internet

Diapositivas

Descripción de la actividad:

1. El expositor empieza la actividad preguntando a los participantes lo siguiente ¿se acuerdan lo que vimos la anterior sección sobre violencia? En base a las respuestas de los participantes va introduciendo el tema aclarando que esta sesión será para identificar los tipos de violencia la cual se hará con la ayuda de unas diapositivas a modo de apoyo para el expositor.

Para ver la presentación hacer [Click aquí](#)

2. A modo de retroalimentar la exposición a los participantes se les proporcionará una serie de imágenes en donde se pueda ver los diferentes tipos de violencia para poder identificarlas. Para ver las imágenes hacer [Click aquí](#)

3. Los participantes tendrán un tiempo estimado de 5 minutos para identificar las imágenes donde cada imagen pertenece a un tipo de violencia; una vez pasados los 5 minutos el expositor dará permiso para que los participantes puedan escribir su respuesta en la pantalla.

4. En base a las respuestas de los participantes, el expositor debe aclarar sobre los tipos de violencia.

Para **terminar** el expositor les invitara a poner atención en la próxima actividad donde cada uno tendrá que participar de manera individual

Actividad: 2

Objetivo: Descubrir mediante un mini cuestionario sobre cuál de los tipos de violencia es el más frecuente en la actualidad en base a las respuestas de los propios participantes

Tiempo: 15 minutos

Material o medios tecnológicos:

Computadora, laptop, Tablet, teléfono móvil

Plataforma virtual (zoom), o meet

Acceso a internet

Diapositivas

Descripción de la actividad:

1. El expositor comienza preguntando a los participantes: ¿Cuál de los tipos de violencia creen que es el más frecuente hoy en la actualidad?
2. A medida que los participantes van brindando sus respuestas el expositor va explicando sobre la actividad; continuando va proporcionando a los participantes un mini cuestionario vía WhatsApp el cual les aclara que las respuestas son personales que solo servirá para saber o calcular cuál de los tipos de violencia es más frecuente en la vida cotidiana de los participantes para el cual tendrán un tiempo de 5 minutos para responder.
3. **Mini cuestionario de tipo de violencia**
Marca con una “x” en la casilla de nunca, alguna vez o frecuente, según el tipo de violencia que sufres o ves que sufren tus amigos, familiares, etc. puede ser en casa, colegio, barrio, comunidad o que se hayan informado o visto en las noticias.

	Nunca	Alguna vez	Frecuente
Física			
Emocional			
Digital			
Sexual			

4. Mientras termina el tiempo requerido para la respuesta se pide a los participantes que anoten solo el tipo de violencia que ellos más hayan visto o escuchado sus respuestas y que puedan brindar para así, entre todos los participantes, contabilizar y conocer cuál de los tipos de violencia es el más frecuente en la actualidad en nuestra sociedad.

Para **terminar** el expositor contabiliza y comenta el resultado final “*aclarando*”:

“La violencia en general es un factor preocupante hoy en día, pero los datos que muestran las diferentes instituciones de casos de violencia sexual es un tema que preocupa bastante a la sociedad en su conjunto.”

SESIÓN #4: VIOLENCIA SEXUAL

Objetivo: Brindar estrategias para la detección de violencia sexual

Tiempo: 25 minutos

Material o medios tecnológicos:

Computadora, laptop, Tablet, teléfono móvil

Plataforma virtual (zoom), o meet

Acceso a internet

Diapositivas

Descripción de la actividad:

1. Para empezar la actividad el expositor les dice a los participantes que empezará con una breve exposición teórica sobre violencia sexual para lo cual les explica que la sesión se abocará a poder identificar los indicadores más frecuentes que nos pueden ayudar a detectar los síntomas en las personas que sufren violencia sexual.

Para ver la presentación de las diapositivas hacer [Clik aquí.](#)

2. Continuando, para retroalimentar la exposición y a modo de interactuar con los participantes el expositor les invita a formar parte de una pequeña dinámica llamada ***“identificando indicadores de abuso sexual”***; se trata de un pequeño cuadro donde los participantes solo tienen que anotar el indicador que conocen, visto o alguna vez hayan escuchado que tienen las personas que sufren abuso sexual, el cuadro será enviado vía WhatsApp el tiempo que tienen los participantes para responder o identificar es de 10 minutos.

Identificar los indicadores de Violencia sexual	Respuestas
Psicológicos
Físicos

3. El expositor pide que manden las respuestas de la dinámica para así corroborar las respuestas y poder compartir entre todos los participantes.

Para **terminar** la actividad el expositor debe retroalimentar aclarando que las personas que sufren abuso sexual pueden presentar un sinnúmero de indicadores que se pueden notar a simple vista y otros que por muy dañinos que sean son invisibles los cuales hacen que sean más peligrosos los cuales desencadenan conductas inadecuadas en las personas que sufren violencia sexual

Actividad 2

Objetivo: Reflexión sobre la violencia sexual

Tiempo: 15 minutos

Material o medios tecnológicos:

Computadora, laptop, Tablet, teléfono móvil

Plataforma virtual (zoom), o Meet

Acceso a internet

Descripción de la actividad:

1. Para comenzar la actividad el expositor invita a los participantes a ver un video educativo para que puedan captar de manera más completa y reflexionar sobre qué realmente es la violencia sexual.

Para ver video hacer [Clik aquí](#)

2. El expositor a modo de reflexión hace las siguientes preguntas a los participantes en torno al contenido del video.

¿La violencia sexual generalmente ocurre en el ámbito de parientes, conocidos o de la familia?

¿O solo ocurre en las calles con las personas extrañas?

Espera respuestas y pide a voluntarios que los puedan escribir en la pantalla para así intercambiar las respuestas entre todo del grupo.

3. Para **terminar** el expositor debe retroalimentar diciendo lo siguiente *“quizá les está pasando a ustedes o no, espero que no. Pero si les pasa, deben de avisarlo, y no callar”*.

Porque las personas a veces son tratadas como cosas, objetos y uso de placer sexual.
Esto se debe decir o denunciar, del caso contrario las consecuencias son significativas

SESIÓN #5 CONSECUENCIAS DE LA VIOLENCIA SEXUAL

Objetivo:

Tiempo: 25 minutos

Material o medios tecnológicos:

Computadora, laptop, Tablet, teléfono móvil

Plataforma virtual (zoom), o Meet

Acceso a internet

Diapositivas

Descripción de la actividad:

1. El expositor comienza la actividad proyectando en la pantalla un video de reflexión para lo cual se pide a los adolescentes prestar mucha atención al video, manifestando a los participantes que hoy se va a hablar de las consecuencias más frecuentes que sufren los niños y niñas y adolescentes que sufren violencia sexual

Para ver video hacer [Click aquí](#)

Al finalizar el video les hace la siguiente pregunta a los participantes

¿Cuáles fueron las consecuencias del abuso sexual que sufre el protagonista del video?

En base a las respuestas el expositor va introduciendo la temática de consecuencias de violencia sexual, para lo cual, como apoyo, el expositor utilizará unas diapositivas proyectadas en la pantalla en las cuales de manera detallada y explicativa se exponen las consecuencias más frecuentes de las personas que sufren violencia sexual.

Para ver las diapositivas [Click aquí](#)

Para **terminar** la sesión el expositor aclara que las consecuencias son muchas pero las más frecuentes son las psicológicas para lo cual invita a los participantes a no perderse las siguientes sesiones

SESIÓN #6: TIPOS DE VIOLENCIA SEXUAL SEGÚN LAS LEYES BOLIVIANAS

Actividad: 1

Objetivo: Dar a conocer los tipos de violencia sexual según las leyes bolivianas y que los participantes conozcan las leyes que los protegen

Tiempo: 25 minutos

Material o medios tecnológicos:

Computadora, laptop, Tablet, teléfono móvil

Plataforma virtual (zoom), o meet

Acceso a internet

Diapositivas

Descripción de la actividad:

1. Al comenzar el expositor debe lanzar una pregunta ¿recuerdan lo que vimos en la primera sesión sobre el significado de violencia? Debe escuchar la respuesta por unos minutos, de los participantes y recordarles que “violencia” quiere decir: hacer daño, lastimar a otros sea físicamente, emocional o sexualmente. Pero también se hace daño, o se hace violencia a través de medios de comunicación digitales. Ese tipo de violencia es llamada violencia digital o comercial.
2. Explica que la Violencia comercial o digital es el daño que se produce a otras personas, utilizando las nuevas tecnologías de la información y comunicación, vulnerando su dignidad, libertad y vida privada. Por lo cual el estado plurinacional de Bolivia fue creando sanciones a diferente manifestación inadecuada.
3. El expositor comienza la explicación con el apoyo de unas diapositivas donde podrá desarrollar la problemática actual de las redes sociales y el poco control de los padres. Para ver la presentación hacer [Click aquí](#).
4. Para terminar la sesión el expositor debe dar una retroalimentación al identificar junto a los participantes los tipos de violencia comercial y sexual las cuales están penadas y

sancionadas por las leyes bolivianas como ser: sextorsión, estupro, Abuso deshonesto, corrupción de menores.

Actividad: 2

Objetivo: Hacer conocer los otros tipos de violencia sexual digital más comunes de la actualidad

Tiempo: 25 minutos

Material o medios tecnológicos:

Computadora, laptop, Tablet, teléfono móvil

Plataforma virtual (Zoom), o Meet

Acceso a internet

Descripción de la actividad:

Comenzando la sesión el expositor, como introducción a la nueva sesión, se plantea la siguiente pregunta en relación a las redes sociales

¿Yo no tengo Facebook?

¿Las redes sociales influyen en mi desempeño psicosocial?

1. Una vez hechas las preguntas el expositor debe comentar las respuestas para que todos los participantes puedan escuchar o de otra forma darlas la opción a los mismos participantes que puedan expresar su respuesta, y después debe aclarar qué tan importante es pensar en las redes sociales, en el internet, en las aplicaciones, como ser Facebook, en el WhatsApp, Twitter, se les explica que, a veces, las redes sociales nos causan enredos. Y que, en este encuentro, reflexionaremos sobre el internet, las redes y sus peligros.
2. Se les invita a ver el primer video (referido al ciberacoso), sin mencionarles de qué se trata. Para ver el video hacer [Click aquí](#)
3. Al finalizar el vídeo, se les pregunta
¿De qué trataba el vídeo? y sobre el papel de los personajes, también sobre
¿A qué tipo de violencia corresponde?

4. El expositor pide la opinión de los participantes con la siguiente pregunta, esta situación; ¿sucede o no sucede en la realidad? El expositor debe aclarar con ellos, que este tipo de violencia ocurre y por ello, debemos prevenirlo y protegernos.

El expositor deberá retroalimentar con la definición y aclaración del video nombrando y explicando que hay otros dos tipos más de violencia que son el grooming y la extorsión

Ciberacoso: Es un tipo de agresión psicológica que se da usando teléfonos celulares e internet. Por medio de correos, mensajes o imágenes que se envían, se busca herir o intimidar a otra persona de forma reiterada o repetitiva.

Grooming: Cuando una persona adulta trata de iniciar una relación en línea con un niño, niña o adolescente, buscando involucrarlo en intercambio de imágenes, conversaciones y relación de tipo sexual.

Extorsión: Es la amenaza de enviar o publicar imágenes o videos con contenido sexual de una persona. Esto puede hacerse a través de teléfonos celulares o internet.

Por último se proyectará un video para ver el video de retroalimentación y para poder reforzar los contenidos de la exposición. Para ver el video hacer [Click aquí](#)

Finalizado el vídeos, pregúntales,

¿Cuál tipo de violencia digital, creen que es más frecuente en su colegio o barrio?

En base a las respuestas de los participantes introduce otra pregunta y:

¿Cuál tipo de violencia digital creen que es más peligroso?

Para **terminar** la actividad comentar las respuestas con los participantes a modo de reflexión.

SESIÓN #7 EMPATÍA

Actividad: 1

Objetivo: descubrir el significado de empatía

Tiempo: 20 minutos

Material o medios tecnológicos:

Computadora, laptop, Tablet, teléfono móvil

Plataforma virtual (zoom), o meet

Acceso a internet

Diapositivas

Descripción de la actividad:

1. El expositor empieza la sesión haciendo una breve explicación sobre el significado de empatía, les invita a los participantes a participar de la exposición a través de diapositivas. Para ver la presentación de las diapositivas hacer [Click aquí](#)
2. Para reforzar la exposición, el expositor proyecta en la pantalla un video como apoyo el cual se trata de un video titulado (la familia Gomes). Donde se puede apreciar los pasos para lograr la empatía. Para ver el video hacer [Click aquí](#)
3. Terminado el video hace la siguiente aclaración:
Hay dos formas de lastimar o herir a los demás:

Lastimando los sentimientos
Lastimando físicamente.
4. Continuando la actividad el expositor invita a los participantes a leer el proverbio escrito en la diapositiva “No seas feliz del dolor ajeno” / “No construyas tu felicidad sobre la desgracia de otros”.
A manera de reflexionar les hace las siguientes preguntas
¿Qué nos quieren decir los dos proverbios?
En base a las repuestas les aclarara indicando los siguiente *que a veces somos felices o nos divertimos, pero a costa de otros*. En la siguiente actividad, reflexionaremos sobre cómo sentirnos bien, divertirnos, pero sin lastimar a nadie.

5. Para **terminar** el expositor les hace una ronda de preguntas: “Si alguien te pisa el pie ¿eso lastima tus sentimientos o físicamente?
(Respuesta: físicamente).
“si alguien dice algo malo sobre ti, ¿eso lastima tus sentimientos o la parte física?”
(Respuesta: sentimientos).
“si alguien está enojado contigo y te golpea... ¿lastima tus sentimientos o tu cuerpo?”
(Respuesta: probablemente ambos).

Actividad: 2

Objetivo: Promover la empatía entre los participantes

Tiempo: 25 minutos

Material o medios tecnológicos:

Computadora, laptop, Tablet, teléfono móvil

Plataforma virtual (zoom), o meet

Acceso a internet

Diapositivas

Descripción de la actividad:

1. Para comenzar la actividad el expositor empieza diciendo lo siguiente *qué tenemos que predecir si nuestras acciones podrían o no lastimar, porque a quienes lastimemos, no siempre nos dirán cómo se sienten.* Una forma de saber esto es preguntándonos: “¿Cómo me sentiría yo si alguien me hiciera esto?”
2. Para continuar, el expositor pide prestar mucha atención a la pantalla ya que por la misma se proyectará una serie de situaciones para lo cual se les pedirá a los participantes que de manera voluntaria (azar) alguien quiera empezar a leer (lectura de la diapositiva) a todos los participantes.
Para ver la hoja de lectura hacer [Clik aquí](#)
3. Se les pide que cada quien lea y escriba en una hoja de papel para que después pueda leer en voz alta y compartir con ellos y explicar por qué escribió esas opciones.

4. Para continuar, cada participante debe volver a leer el contenido que escribió para sí mismo, y analizar la descripción de la situación para lo cual el expositor debe dar permiso al participante voluntario para que pueda dibujar en la pantalla un rostro con el significado que escribió después de la lectura de las diferentes situaciones en las que se pudo ver escritas en la diapositiva ¡ojo! pueden usar palabras o dibujar caras o emoticones
5. Luego que cada participante explica qué acciones positivas hay en las palabras o dibujos, pregunta ¿qué acciones positivas harían que las personas descritas se sientan mejor?

Reflexión

Para **terminar** el expositor hace la siguiente aclaración: que es fácil saber o darnos cuenta cuando lastimamos físicamente el cuerpo de alguien seguramente se quejará, gritará, llorará. En cambio, no es tan fácil saber cuándo lastimas los sentimientos de alguien, porque a veces la persona puede no tener aspecto de dolor, o no ponerse a llorar o no hacer nada, porque no quiere que le vean como vulnerable.

SESION #8: MIS EMOCIONES

Actividad: 1

Objetivo: Identificar los tipos de emociones y dar a conocer el porqué de sus manifestaciones

Tiempo: 25 minutos

Material o medios tecnológicos:

Computadora, laptop, Tablet, teléfono móvil

Plataforma virtual (zoom), o meet

Acceso a internet

Diapositivas

Descripción de la actividad:

1. Al empezar la sesión el expositor inicia preguntando a los participantes ¿saben qué son las emociones? Y ¿para qué nos sirven? Debe esperar unos minutos las respuestas de los participantes y comentar las mismas entre todos
2. A través de la pantalla el expositor proyecta como apoyo una serie de diapositivas en las cuales se podrá observar imágenes y definiciones de las emociones y el porqué de sus manifestaciones. Les pide a los participantes tomen mucha atención. Para ver la presentación de las diapositivas hacer [Click aquí](#)
3. Una vez terminada la exposición se les pide a los participantes si tienen alguna duda para lo cual el expositor deberá reforzar y aclarar respondiendo la diferentes preguntas o dudas que tengan los participantes

Para **terminar** la actividad se debe invitar a los participantes a una breve reflexión acerca de la exposición; por otro lado invitar a seguir a la siguiente actividad la cual se podrá desarrollar de manera explícita la importancia del manejo de las emociones más frecuentes en los adolescentes.

Actividad: 2

Objetivo: Identificar emociones difíciles y enseñar cómo manejarlas

Tiempo: 30 minutos

Material o medios tecnológicos:

Computadora, laptop, Tablet, teléfono móvil

Plataforma virtual (zoom), o meet

Acceso a internet

Descripción de la actividad:

1. El expositor comienza diciendo que en esta actividad hablaremos de las emociones difíciles, pregunta a los participantes ¿conocen alguna emoción difícil? Espera por unos minutos las respuestas de los participantes y las comparten con los demás
2. Continuando, aclara diciendo que empezaremos con una dinámica llamada “emociones difíciles” al grupo de participantes. Para esto, pide anticipadamente a los participantes nombren al menos 5 emociones difíciles; en caso que falte alguna el expositor debe completarla en la pantalla.
 - 1) Tristeza
 - 2) Ira
 - 3) Miedo
 - 4) Vergüenza
 - 5) Flojera
3. Una vez escritas las palabras en la pantalla el expositor aclara que a cada una de ellas las llamaremos “Emociones difícil”. Entonces se les pide a los participantes que expliquen y escriban lo que sienten al leer cada una de las palabras y se va escribiendo en la pantalla para que todos los participantes puedan ver, el expositor puede dar un ejemplo.

IRA

- Gritar a alguien
- Provocar una pelea
- Pegar al otro

- Discutir con los demás
 - Patear a un perro
4. Se les pide a los participantes que terminen de hacer lo mismo con las otras palabras; les da un tiempo de 5 minutos, pide a voluntarios dentro de los participantes que puedan leerlo en voz alta, para poder compartir las experiencias de la dinámica
 5. Para terminar la dinámica el expositor les aclara a los participantes que por más que lean las mismas palabras escritas en la pantalla la reacción de cada uno será diferente frente a la situación del manejo de una emoción difícil
 6. Para **finalizar** la actividad el expositor les pide a los participantes que lean una historia de vida para que puedan reflexionar frente a esa situación.

Caso Alejandra:

Alejandra es muy estudiosa, muy responsable y amable; por eso es la mejor estudiante de su curso. Ella quiere ayudar a Elizabeth que es su compañera de curso, que este último bimestre tuvo bajas notas en varias materias, pasa las tardes en el internet y la pasada semana se escapó del colegio escalando un pared que es baja.

Alejandra decide conversar con Elizabeth para ayudarla y aconsejarla, pero su conversación no sale como esperaba, porque Elizabeth se ofende, piensa que Alejandra se cree superior a ella y que no tiene ningún derecho a aconsejarla o a dar alguna opinión sobre su conducta. Elizabeth se siente ofendida y enojada, así que empieza a criticar a Alejandra.

Elizabeth, llega a su casa, y ella se siente triste y avergonzada y está pensando escapar de su casa porque no es una buena estudiante.

Ayuda a Elizabeth a aplicar los tres pasos para actuar de mejor manera y no cometer errores

Preguntas:

¿Cómo se siente Elizabeth?

¿Por qué se siente así?

¿Qué acción positiva puede hacer?

Para finalizar el expositor y los participantes deberán comentar las respuesta entre todo el grupo como manera de reflexión

SESIÓN: #9 COMUNICACIÓN ASERTIVA

Objetivo: Reconocer la importancia de la comunicación asertiva

Tiempo: 20 minutos

Material o medios tecnológicos:

Computadora, laptop, Tablet, teléfono móvil

Plataforma virtual (zoom), o Meet

Acceso a internet

Diapositivas

Descripción de la actividad:

1. Al empezar la sesión el expositor debe hacer una pequeña pregunta a los participantes ¿Se acuerdan lo que hablamos la anterior sesión sobre la comunicación? Con base en las respuestas se irá retroalimentando sobre el anterior tema; después de esto va introduciendo el tema sobre la comunicación asertiva el cual les explica la importancia de la misma.

Por medio de unas diapositivas se expone el tema de manera clara.

Se conceptualiza la comunicación asertiva. [Click aquí](#)

Para retroalimentar la exposición el expositor mostrará en la pantalla un video educativo donde se puede observar la definición y los pasos de la comunicación asertiva de manera explícita.

Para ver video hacer [Click aquí](#)

Para **terminar** pide comentar el video entre todos los participantes a modo de intercambiar criterios.

Actividad: 2

Objetivo: Fomentar la comunicación asertiva entre los participantes

Tiempo: 20 minutos

Material o medios tecnológicos:

Computadora, laptop, Tablet, teléfono móvil

Plataforma virtual (zoom), o meet

Acceso a internet

Descripción de la actividad:

1. El expositor para la segunda actividad empezará mostrando un video educativo acerca de la comunicación asertiva el cual es como apoyo a lo expuesto en la anterior diapositiva. Para ver el video hacer [clic aquí](#)
2. Una vez terminado de ver el video pedirá a los participantes comentarlo. Beben intercambiar comentarios sobre cuál de los ejemplos del video les gusto más, y que ejemplo del video tomarían en cuenta para lograr una comunicación asertiva.
3. Una vez termine el intercambio de comentarios sobre el video el expositor les aclara los siguiente; La comunicación asertiva es una habilidad social la cual nos permite, entender ciertos patrones (con los diferentes modos de pensar, sentir y actuar) y entrar en contacto con nuestras corazas o miedos, nos ayudará a comunicarnos mejor y a acercarnos a nuestros objetivos.

Para **terminar** la sesión el expositor les da a conocer a los participantes los 5 pasos fundamentales para una buena comunicación asertiva que nombrará en voz alta

1. Entender qué es la asertividad y cómo influye en tu vida.
2. Aprender a comunicar las necesidades de manera más directa y clara, haciéndonos responsables del mensaje que emitimos
3. Reducir malas interpretaciones y clarificar el mensaje.
4. Reconocer las habilidades sociales te cuesta (decir no, recibir críticas, expresar sentimientos, dar o recibir ayuda, etc.) y entrenar estrategias para hacerles frente.
5. Entrenar la capacidad de ser un buen escucha y de negociación para lograr una comunicación asertiva y directa

Reflexión: Preguntas de reflexión sobre los 5 pasos nombrados anteriormente a los participantes

¿Cuál de los 5 pasos aplican ustedes en su vida cotidiana?

En caso de que los participantes solo elijan una o dos se les hace una segunda pregunta

¿Y por qué solo una y no las 5'?

SESIÓN #10 AUTOPROTECCION

Actividad: 1

Objetivo: Dar a conocer el significado de autoprotección

Tiempo: 30 minutos

Material o medios tecnológicos:

Computadora, laptop, Tablet, teléfono móvil

Plataforma virtual (zoom), o Meet

Acceso a internet

Diapositivas

Descripción de la actividad:

1. El expositor comienza la sesión con la siguiente pregunta a los participantes;
¿Qué es protección? Recuérdales que protección ante la violencia, es Prevenir la violencia, pero en caso de que suceda, actuar; comentarles hasta llegar a la sesión en la cual se analizó qué es violencia, los tipos de violencia, física, psicológica, sexual, violencia digital.
Ahora veremos, qué acciones podemos realizar para prevenir o para actuar ante estos tipos de violencia. Para lo cual se pide a los participantes que se preste mucha atención a la siguiente presentación
2. Mediante unas diapositivas se conceptualiza autoprotección, protección ante amenazas de la violencia. Debe explicar de manera clara los significados de ambos términos. Para ver la presentación en diapositivas hacer [Click aquí](#)
3. Terminada la exposición el expositor les hace la pregunta a los participantes ¿Qué es proteger? Espera por unos minutos las respuestas.... Y aclara con la siguiente afirmación Indicando que proteger es PREVENIR algo y si a pesar de prevenir pasa, ACTUAR Reitera: PROTEGER ES: prevenir y actuar.
4. Para la retroalimentación de la exposición el expositor muestra a los participantes un video donde se muestra de manera explícita las formas de autoprotección en los niños y adolescentes, ante la amenaza de algún tipo de violencia sexual.
Para ver el video hacer [Click aquí](#)

Actividad: 2

Objetivo: Promover habilidades de autoprotección ante la violencia sexual

Tiempo: 25 minutos

Material o medios tecnológicos:

Computadora, laptop, Tablet, teléfono móvil

Plataforma virtual (zoom), o meet

Acceso a internet

Descripción de la actividad:

1. El expositor comienza la actividad comentando que la finalidad de la misma es de brindar e identificar acciones de autoprotección ante un hecho de violencia para lo cual debe invitarles a leer una historia de vida, darles un tiempo de 10 minutos para que ellos puedan leer y analizar e identificar a qué tipo de violencia pertenece el relato que titula:

¡A mí no me abusa más!

Se trata de una adolescente llamada Carmen que tiene un tío que constantemente la visita, siempre cuando sus papás están de viaje, trayéndole bonitos regalos como ropa y joyas. Cada vez que viene a visitar se queda hasta muy tarde y pone la excusa que ya no puede irse porque está oscuro y es peligroso. Por eso, siempre que se queda pide dormir en el cuarto de su sobrina, porque además no hay más espacio en la casa. Cada vez que se queda a dormir, él aprovecha de que Carmen está ya dormida para tocarle sus partes íntimas. En varias ocasiones Carmen se despertó y se dio cuenta de lo que su tío estaba haciendo, pero su tío siempre le dice: Tus papás no te van a creer, que esto sea nuestro secreto Carmen, no le cuentes a nadie y todo va salir bien, además yo te voy a seguir dando más regalitos que te gustan.

Un día Carmen fue invitada por su amiga a un taller de educación sexual, allí ella aprendió que su tío la estaba abusando y que ella debería de denunciarlo ante la Defensoría pues esa era su función: proteger a los niños y adolescentes. Ella hizo caso de lo aprendido y su tío agresor ahora está en la cárcel.

Se les debe pedir a los participantes, una vez terminada la lectura del relato, que identifiquen ¿a qué tipo de violencia pertenece el relato? o ¿qué tipo de violencia sufría Carmen?

2. Y la segunda pregunta si Carmen, protagonista del relato, ¿hizo bien o mal al denunciar a su tío?

Comentar las respuestas entre el grupo

1. Una vez terminada la reflexión con los participantes sobre la historia de vida el expositor a manera de **terminar** la sesión debe hacer la aclaración comentándoles a los participantes que hay muchas maneras de denunciar los hechos de violencia y que a continuación nombrará las más importantes.

Ejemplos (Acciones de cómo auto protegerse)

2. Cómo protegerse de la violencia física y psicológica:
 - Contando a un adulto en quien confío, puede ser padres, un profesor, un pariente (familiar).
3. Cómo protegerse de la violencia sexual:
 - Denuncia a la Defensoría
 - Denunciando a las autoridades pertinentes (policía)
 - Contando lo que sucede a un adulto responsable en quien confías más.
4. Cómo protegerse de la violencia digital
 - No contestando las agresiones en contra de uno
 - No dar información personal a desconocidos
 - Denunciando de manera inmediata

SESIÓN #11: ME QUIERO Y CUIDO MIS PARTES SEXUALES DE MI CUERPO

Actividad:1

Objetivo: Identificar las diferencias entre sexualidad y sexo,

Tiempo: 20 minutos

Material o medios tecnológicos:

Computadora, laptop, Tablet, teléfono móvil

Plataforma virtual (Zoom), o Meet

Acceso a internet

Descripción de la actividad:

1. El expositor pide inicialmente a los participantes que respondan a una dinámica llamada “conceptualizando palabras” en la cual el expositor dirá una palabra y los participantes tendrán que definirla o conceptualizarla; continuando, el expositor empieza con la primera palabra lanzada en forma de pregunta

La pregunta es:

¿Qué es sexo? Luego, ¿Qué es sexualidad? Con base en las respuestas, el expositor va construyendo y escribiendo las definiciones en la pantalla, conceptualizando de manera participativa, algo parecido a:

Sexo: Son los órganos sexuales que diferencia a hombres y mujeres.

Sexualidad: Es el ser varón o mujer. Incluye los pensamientos, actitudes, valores, comportamiento que como varón o mujer se tiene en la vida diaria. Incluye al sexo.

2. Se les aclara el contenido de manera breve y puntual cómo influye en la violencia sexual el no saber la diferencia entre sexualidad y sexo, lo cual les hace más vulnerables a los niños, niñas y adolescentes que sufren violencia por la poca información que reciben en sus entornos familiares y amistades.
3. Indica también que por decisiones sexuales equivocadas, también algunos jóvenes e incluso adultos son vulnerables a sufrir abuso sexual.

Para **terminar**, aclara que como habíamos visto en las anteriores sesiones “*que la violencia sexual provoca secuelas a futuro y por eso la importancia de tener y conocer*”

la información adecuada sobre nuestros derechos sexuales y nuestras partes sexuales de nuestro cuerpo”

Actividad 2

Reflexión

1. El expositor empieza la actividad proyectando en la pantalla un video el cual titula ¡yo se cuidar mi cuerpo! El expositor pide a los participantes poner mucha atención y ver en el video las decisiones y acciones que toman los protagonistas

Para ver el video hacer [Click aquí](#)

Culminado el video el expositor les pide a los participantes que escriban en la pantalla lo más relevante del video que pudieron observar, para lo cual el expositor debe conceder el permiso para que pueda escribir en la pantalla el primer voluntario y así sucesivamente con todos los demás.

2. Les aclara que las decisiones de tipo sexual deben respetar la dignidad inviolable de los seres humanos. Esto quiere decir: respetar los bienes de la persona humana, que son: las partes sexuales del cuerpo humano.

Para **terminar**, a manera de reflexión, se les pide a los participantes anotar en una hoja, tres acciones que tomarían ellos frente a una situación igual o similar.

SESIÓN #12: BUENAS RELACIONES

Actividad:

Objetivo: Identificar las cualidades que promueven las relaciones saludables e identificar las características de las relaciones no saludables

Tiempo: 25 minutos

Material o medios tecnológicos:

Computadora, laptop, Tablet, teléfono móvil

Plataforma virtual (zoom), o meet

Acceso a internet

Descripción de la actividad:

El expositor para empezar la sesión muestra un video llamado (las relaciones humanas) para ver el video hacer [Click aquí](#)

1. Continuando hace una breve explicación de las buenas relaciones entre los seres humanos y los fundamental que son para el buen vivir del ser humano; les aclara también que en esta sesión no habrá exposición teórica sino que los participantes serán los que harán la exposición en base a su experiencia propias de las relaciones
2. Para lo cual se les invita a pensar en diferentes tipos de relaciones saludables, Continuando, el expositor empieza con una dinámica llamada (rueda de preguntas) sobre buenas relaciones y malas relaciones para que ellos las puedan identificar
3. Se les pregunta ¿Qué cualidades tienen que sea una buena relación? Por ejemplo
¿El papá y la mamá se tienen?
¿Amigo y amiga se tienen?.....
4. Las palabras o respuestas correctas son:
 - Respeto
 - Comprensión
 - Esfuerzo
 - Cuidado mutuo.
 - Ternura

- Amor
 - Reciprocidad
5. Se les pide a los participantes que respondan la pregunta que está escrita, cuando tengan la respuesta, el expositor debe dar permiso para que pueda escribirlas en la pantalla para compartir con los demás participantes, las cuales serán comentadas y aclaradas por el expositor
 6. Continuando les pregunta a los participantes que ya lograron identificar las relaciones saludables y ¿cómo será una relación negativa o no saludable? o ¿Cómo puedes saber que la relación que ahora tiene con amigos, amigas, compañeros es saludable?
 7. Coloca en la pantalla las Características de las Relaciones No Saludables:
 - Causas miedo a un ser querido(amigo, compañero)
 - Te sientes obligado a hacer cosas que no quieres hacer.
 - Obligas a hacer cosas que la otra persona no quiere hacer
 - Tienes miedo a hablar lo que realmente piensas con tu entorno familiar
 - Frecuentemente te sientes lastimado por las palabras de la otra persona.
 - La otra persona se siente herida frecuentemente por tus palabras.
 8. Se les pide que lean en coro las características de las malas relaciones.

El expositor aclara que como las relaciones son complicadas, es imposible enumerar todas las características de las relaciones no saludables o negativas. Pero esta lista sirve como una guía para ayudarnos a identificar si las relaciones que tenemos son o no negativas y tomar decisiones al respecto.

Para **terminar** la dinámica el expositor hace la siguiente pregunta a los participantes: ¿Alguna vez han pasado por alguna de estas características? Y ¿cómo se sintieron?

Comenta las repuestas con todos los participantes a modo de reflexión

Actividad: 2

Objetivo: Promover las relaciones saludables entre los participantes mediante un estudio de caso

Tiempo: 25 minutos

Material o medios tecnológicos:

Computadora, laptop, Tablet, teléfono móvil

Plataforma virtual (zoom), o meet

Acceso a internet

Descripción de la actividad:

El expositor al comenzar la actividad facilita a los participantes un estudio de caso, el cual deben analizar en un tiempo de 10 min

Caso: Susana y Juan:

Susana y Juan han estado casados durante tres años y tienen dos niños pequeños. Susana no terminó la secundaria y se queda en casa a cuidar a los niños. Juan recientemente perdió el trabajo y está desempleado, ellos se prestaron dinero de sus padres para poder cubrir algunos gastos básicos en el hogar y están muy preocupados por pagar el préstamo. Se pelean a menudo por la falta de dinero, Susana le dice a Juan que es su trabajo proveer para la familia y que está fallando en eso. Juan siente que Susana no le comprende y desea que ella también. Ambos sienten que lo único que hacen es pelear en su hogar

Una vez terminado de leer el relato el expositor les hace las siguientes preguntas a los participantes:

¿Cómo Susana y Juan podrían mejorar su relación?

¿Qué cualidades requieren para una buena relación?

Se les pide a los participantes que escriban las respuestas en la pantalla y comentar entre todos los participantes

Para **terminar** el expositor debe aclarar y brindar las respuestas correctas sobre las cualidades que deberían primar en la relación entre Susana y Juan.

Ellos son:

El respeto, comprensión, cuidado mutuo y la reciprocidad

SESIÓN 13 #: FUTURO IDEAL

Actividad: 1

Objetivo: Formular pasos para alcanzar un futuro ideal sin violencia en base a un proyecto de vida positivo

Tiempo: 20 minutos

Material o medios tecnológicos:

Computadora, laptop, Tablet, teléfono móvil

Plataforma virtual (zoom), o meet

Acceso a internet

Descripción de la actividad:

1. El expositor comienza la actividad con una dinámica de reflexión llamada “dicho sobre dicho” para lo cual el expositor deberá escribirla en la pantalla para que los participantes puedan leer y después analizar y responder una serie de preguntas

Es decir:

“Yo soy pobre porque mi familia fue pobre”,

“Voy a ser médico porque mi papá es médico”.

“Así lo dijo el yatiri o chaman y así seré”,

“Así dicen los astros, así será”.

Pregunta:

¿Estos dichos son reales?

Si la respuesta es sí, la siguiente pregunta ¿tu vida ya está programada por otros o por el destino?:

Si La respuesta es no, ¿Por qué?

2. En base a las respuestas el expositor refuerza diciendo lo siguiente: Que todos esos dichos son solo dichos y que nada puede salir mal si uno planifica su futuro.
3. Destaca lo siguiente: *“una vida improvisada es aquella que es dejada a la suerte, como salga, o según mi corazónada me guíe, sin ninguna planificación, que no*

estaba previsto. Una vida programada es como el ciego que es llevado por el lazarillo, es ser como un robot que está programado para hacer de ciertas cosas”

4. Y para **terminar** aclara: “una vida planificada es, cuando puedes tener metas u objetivos más o menos claros, saber qué es lo que buscas en la vida y hacer las acciones necesarias para lograrlo.”

Actividad: 2

Objetivo: Visualizando mí futuro

Tiempo: 25 minutos

Material o medios tecnológicos:

Computadora, laptop, Tablet, teléfono móvil

Plataforma virtual (zoom), o meet

Acceso a internet

Descripción de la actividad:

1. Se les pide a los participantes que cada uno voluntariamente piense en un momento y comente al grupo de participantes lo que piensan hacer en un futuro cercano, y explica que ahora van a proyectar su futuro dibujando la forma en que les gustaría que fueran sus vidas.
2. El expositor escribe en la pantalla una serie palabras para que los participantes escriban en una hoja en blanco cuatro secciones y que las titulen:
 - Mi vida Ahora
 - Mi vida cuando termine el colegio
 - Mi futuro barrio o comunidad (según el contexto)
 - Mi vida cuando sea anciano o anciana
3. Para continuar con la actividad se les pide a los participantes que a lado de cada sección piensen en acciones positivas que pueden hacer para alcanzar sus metas futuras. El tiempo que tiene para llenar en las 4 secciones es de 10 minutos Haz hincapié en que estas Acciones Positivas deben ser cosas que ellos puedan hacer, no deben escribir cosas que ellos quieren que los demás hagan.
Por ejemplo,

Si alguien se puso a sí mismo como futbolista en el futuro, una acción positiva que puede hacer para alcanzar este objetivo sería practicar todos los días.

4. Se les pide a los participantes que comente sus acciones de manera al azar de manera voluntaria y si nadie quiere empezar el expositor deberá empezar comentando sus propias acciones; después se les pide a los participantes voluntarios que lean sus acciones positivas que eligieron para lograr la vida que anhelarían tener en el futuro. Mientras leen, anótalas en la pantalla

Reflexión:

Pregunta al grupo, si recuerdan de algún familiar adulto o de otras personas que se lamentan porque no lograron lo que hubiesen querido, comentarios como:

Cuando era joven ganaba mucho dinero, pero lo desperdicié, no invertí.

Podía haber estudiado, pero reprobé dos años y me dediqué a trabajar.

Estudí en la universidad, pero lo abandoné.

Para **terminar** el expositor aclara y menciona que *“cada uno es responsable de hacer lo mejor para construir y lograr sus objetivos en su futuro”*

CIERRE DEL PROGRAMA

Actividad: 1

Objetivo: Conversatorio

Tiempo: 20 minutos

Material o medios tecnológicos:

Computadora, laptop, Tablet, teléfono móvil

Plataforma virtual (zoom), o meet

Acceso a internet

Descripción de la actividad:

Para empezar el expositor explica, les dice a los participantes que antes de despedirse de ellos tiene que aplicarles el instrumento post test de forma virtual el cual servirá para medir el resultado y los efectos del programa: El tiempo que tendrán para responder el cuestionario será de 15 minutos

Para ver el instrumento hacer [Click aquí](#)

Recojo de experiencias durante todo el programa tanto del expositor como de los participantes

- debate de ideas (preguntas y comentar respuestas)
- reflexiones finales
- Responder dudas

Para terminar el expositor agradece a los participantes por el tiempo brindado para la aplicación del programa para lo cual se compromete a traer los resultados finales. Y se despide con un adiós y muchas gracias.

CAPÍTULO VI

CONCLUSIONES Y

RECOMENDACIONES

6.1. Conclusiones:

- Mediante la recopilación de información del presente trabajo se pudo evidenciar que la violencia sexual es la más frecuente en los niños, niñas y adolescentes, por lo cual es necesario proponer un programa que brinde estrategias prevención, autoprotección, e información necesaria y adecuada a los adolescentes.
- De acuerdo al primer objetivo específico se logró elaborar un instrumento (cuestionario) el cual permitirá a los futuros expositores, modeladores y facilitadores implementar de manera virtual, el cual les servirá para evaluar el nivel de conocimiento inicial que tiene los adolescentes sobre violencia sexual.
- El programa de prevención en violencia sexual tiene como meta principal informar , fortalecer y aumentar la capacidad de prevención y autoprotección ante la violencia sexual, para lo cual se diseñó una serie de sesiones con técnicas y actividades necesarias, para que los adolescentes puedan afrontar cualquier situación de riesgo que se presente, sobre todo frente a una situación de violencia sexual

6.2. Recomendaciones:

- En un futuro si se llega aplicar el programa “prevención en violencia sexual “se recomienda a los expositores, facilitadores y modeladores utilizar las técnicas y dinámicas establecidas en cada una de las sesiones del programa.
- Tener la mayor paciencia con los adolescentes para que no pierdan el interés en el desarrollo del programa, ya que es una nueva modalidad virtual por lo que tal vez sea un poco dificultosa la adaptación de los adolescentes, pero con paciencia y responsabilidad se puede llegar a culminar el programa y lograr los objetivos y metas que propone el programa “prevención en violencia sexual”.
- Al inicio y final de cada sesión motivar y agradecer a los participantes por formar parte y ser partícipe de las exposiciones, dinámicas establecidas dentro del programa.

- Precautelar la buena recepción de la señal de internet para que no se presenten dificultades al momento de la aplicación de las sesiones del programa.