

**CUESTIONARIO DE EVALUACION**  
**Pre-test post-test**

**Unidad educativa:**  
**Edad:**

**Curso:**  
**Sexo:**

**Instrucciones:**

A continuación presentamos algunas afirmaciones. Respóndelas de acuerdo a tu opinión o conocimiento, marca con una X el inciso que corresponde. Solo marcar una opción

**1. La autoestima es:**

- a) Deprimirse
- b) aprecio hacia si mismo
- c) No aceptarse como uno es
- d) No se

**2. Que son los derechos sexuales**

- a) Son aquellos derechos que se refieren al ejercicio de la sexualidad que permiten a todas las personas vivir y disfrutar de manera libre sin violencia, riesgos ni discriminación.
- b) Se refieren al derecho de todas las parejas e individuos a decidir en forma responsable y libre si quieren o no tener hijos/as, a decidir el número que desean, y el espaciamiento de los embarazos
- c) ninguna de las anteriores.

**3. Qué son los Derechos reproductivos**

- a). Son aquellos derechos que se refieren al ejercicio de la sexualidad que permiten a todas las personas vivir y disfrutar de manera libre sin violencia, riesgos ni discriminación.
- b) Se refieren al derecho de todas las parejas e individuos a decidir en forma responsable y libre si quieren o no tener hijos/as, a decidir el número que desean, y el espaciamiento de los embarazos.
- c) ninguna de las anteriores

**4. La sexualidad se inicia:**

- a) La adolescencia
- b) Desde el nacimiento
- c) Cuando ya saben hablar
- d) No se

**5. el sexo es:**

- a) Tener relaciones sexuales
- b) Distinción biológica que existe entre un hombre y mujer (pene-vagina)
- c) El placer que siente la persona
- d) No se

**6 ¿Cómo define usted métodos anticonceptivos?**

- a) Son objetos o sustancias que se usan para embarazarse
- b) Son sustancias que solo toman las mujeres para evitar el embarazo.
- c) Son procedimientos que se emplean para prevenir un embarazo, clasificados en hormonales o no hormonales, naturales y permanentes.
- d) No sé.

**7. Los métodos anticonceptivos pueden ser usados por:**

- a) Sólo la mujer
- b) La pareja
- c) Sólo el hombre
- d) No sé

**8. El condón es el único método anticonceptivo que protege contra el VIH / SIDA y las enfermedades de Transmisión Sexual (ETS):**

- a) Sí
- b) No
- c) No sé

**9. ¿Cuál de los métodos es 100% seguro para prevenir el embarazo?**

- a) El condón.
- b) las pastillas anticonceptivas.
- c) La abstinencia.
- d) No sé.

**10. El anticonceptivo de emergencia es un método que se utiliza para prevenir un embarazo no deseado:**

- a) Después de una relación sexual no protegida.
- b) Antes de una relación sexual no protegida.
- c) No sé.

**11. El embarazo adolescente es el que ocurre:**

- a) Antes del periodo de la pubertad y cuando el adolescente no ha adquirido independencia social ni madurez.
- b) Entre los 12 y 19 años y cuando el adolescente ha alcanzado la madurez física y emocional para afrontar la situación.
- c) Entre los 10 y 19 años y antes de que la adolescente haya alcanzado la suficiente madurez física y emocional e independencia del núcleo familiar
- d) No sé

**12. Indique cuáles son las causas del embarazo adolescente:**

- a) Inicio precoz de las relaciones sexuales.
- b) No utilización de método anticonceptivo eficaz.
- c) Presentar bajas condiciones socioeconómicas.
- d) Limitado conocimiento sobre sexualidad.
- e) Todas las anteriores
- f) Ninguna

**13. Indique cuáles son las consecuencias del embarazo adolescente:**

- a) Maternidad en soltería.
- b) Deserción escolar.
- c) Muerte materna.
- d) Abortos.
- e) Desequilibrio emocional.
- f) todas las anteriores
- g) Ninguna.

## **SESIÓN N° 1: ESTABLECE LAS CONDICIONES INICIALES DEL PROCESO EDUCATIVO.**

### **ACTIVIDAD N°1: PRESENTACIÓN INSTITUCIONAL Y DEL PROCESO EDUCATIVO**

**MATERIAL:** Esquema general del programa

Papelógrafo

Marcadores

**DURACIÓN:** 45 minutos.

**DESARROLLO:** El facilitador/a realiza la presentación de acuerdo a los siguientes aspectos:

**Paso 1:** Se realiza una breve descripción de la institución.

**Paso 2:** Se presentan los objetivos del proceso de capacitación, haciendo énfasis en la focalización sobre el desarrollo de habilidades de auto-protección (basado en adquisición de conocimientos, reflexión y conductas para resolución de problemas)

**Paso 3:** Se presenta el esquema general de la guía, explicando que se trabajaran en 7 sesiones con una metodología interactiva - participativa – reflexiva.

**Paso 4:** En base a las características del programa se establecen *Reglas y Acuerdos* con las y los participantes.

El facilitador invita a que las/los participantes sugieran en base a una lluvia de ideas las *reglas y acuerdos* que se establecerán en cada sesión de trabajo durante el programa. Se cita ejemplos: *Cumplir horarios establecidos, Restringir uso de celulares, Respetar y escuchar la opinión de los/as participantes, etc.*

Se llega a un acuerdo con los participantes y se registra las *reglas y acuerdos* en el papelógrafo para poder en cada inicio de sesión poner en lugar visible para recordar lo establecido con las/los participantes.

**OBSERVACIONES:** Al ser el contacto inicial con el grupo, él facilitador/a debe tener clara la información que transferirá, siendo la oportunidad para realizar las primeras lecturas de grupo, primeras impresiones pueden ayudar a regular las siguientes sesiones de trabajo.

### **ACTIVIDAD N°2: “APLICACIÓN DEL CUESTIONARIO PRE TEST”**

**MATERIAL:** Cuestionario de Inicio para los participantes (variando en cantidad según población)

**OBJETIVO:** Evaluar el nivel de conocimiento inicial que hacen los participantes respecto a la temática.

**DURACIÓN:** 45 minutos.

## **DESARROLLO**

**Paso 1:** El facilitador repartirá los cuestionarios a cada participante, pidiendo que no inicien hasta que se dé la orden de empezar; se verifica que no falte a nadie

**Paso 2:** Se da la orden de empezar diciendo: *“jóvenes y señoritas se les aplicara un pretest cuestionario de inicio que contiene 13 preguntas, por favor pedirles que respondan con toda honestidad a cada pregunta, si en caso tienen dudas levantar la mano para poder orientarles”*. *Es importante que respondan con sinceridad si en caso no conocen la respuesta, no se preocupen, en todo el desarrollo de las sesiones se fortalecerán los conocimientos.*

**Paso 3:** Se pide que entreguen los cuestionarios finalizando el tiempo asignado, agradeciendo su interés por responder al mismo.

## **ACTIVIDAD N°3 INICIALES CON CUALIDADES**

**OBJETIVOS:** Identificar los nombres de los y las participantes e irlos involucrando en la temática a desarrollar.

**DURACIÓN:** 60 minutos

### **DESARROLLO:**

**Paso 1.** Pida a las y los jóvenes que se coloquen en un círculo de pie.

**Paso 2.** Indique que se presenten de la siguiente manera: cada participante dirá su nombre y además agregará una cualidad que considere posea y que inicie con la misma letra que su nombre.

**Paso 3.** Empieza la persona facilitadora dando un ejemplo con su propio nombre y su cualidad, pide empezar a alguien del grupo de forma voluntaria, para después continuar con las personas que están a su derecha.

**Paso 4.** Será importante observar el grado de integración grupal y el nivel de conocimiento de las y los participantes, para fomentar un clima grupal cálido, que estimule la participación.

**Paso 5.** Si alguna persona decide presentarse con alguna cualidad que no coincida con la inicial de su nombre, se respeta la elección hecha por esa persona, validando la cualidad.

**Paso 6.** Es muy importante estar al tanto de las cualidades que se mencionan y si se dicen algunos defectos en lugar de la cualidad solicitada, se le pide a la persona que busquen una y que la expresen. Es posible apoyar a la persona a identificarla.

**Observación** En la técnica se anima a cada participante a presentarse y a identificar sus cualidades.

**Cierre:** Después de preguntarle al grupo cómo se sintió durante la presentación, se indica la importancia de conocer el nombre de cada participante como una manera de ir formando grupo y reconocer que, a pesar de que escoger cualidades distintas, todas son importantes y complementarias para el desarrollo del taller

## **ACTIVIDAD N° 4 EL BUZON**

**OBJETIVO:** Identificar las dudas e intereses del grupo sobre un tema particular. Ya que permite que los alumnos manifiesten sus dudas o preguntas sobre algún tema que de manera oral no expresarían

Material: una caja (de tamaño pequeño, como una caja de zapatos). Forrada y con una apertura

**DURACIÓN:** 30min

**DESARROLLO:**

Se les dirá a los participantes que durante las sesiones se colocara un buzón. En donde ellos de forma anónima pueden escribir y depositar dudas, inquietudes y comentarios sobre algún tema en particular.

- Al termino de la sesión el facilitador podrá llevarse el buzón para revisar y clasificar las preguntas para decidir como va atender y como vincularlo con los contenidos.

### **ACTIVIDAD N°5 ¿PORQUE PREVENIR EL EMBARAZO NO PLANIFICADO?**

**OBJETIVO:** Conocer acerca del embarazo adolescente no planificado y cual son sus causas y consecuencias y la importancia de trabajar en el tema.

**DURACIÓN:** 60 min

**DESARROLLO:** la facilitadora expondrá los conceptos planteados en el objetivo ¿Qué es embarazo adolescente? Consecuencias para la madre e hijo. Tanto psicológicas como biológicas y sociales, consecuencias para el padre adolescente y por ultimo como esta problemática genera también consecuencias en el ámbito familiar

**CIERRE:** Aplicación de un debate o foro abierto sobre la información proporcionada por el taller, además se realizara reflexiones de parte de los estudiantes respecto al tema.

### **ACTIVIDAD N°6: BESANDO AL BEBE**

**OBJETIVO:** reflexionar de ser padres a temprana edad

**DURACIÓN:** 60 minutos

**MATERIAL:** muñeca en forma de bebe

**DESARROLLO:**

**Paso 1:** El/la facilitador/a pedirá a los adolescentes que cierren los ojos e imagen que despertaron siendo padres.

**Paso 2:** La técnica consiste en pasar el bebé, pero antes debemos darle un beso en cualquier parte de cuerpo y decirle una frase cariñosa. Lo importante es no repetir el lugar donde se besa al bebé y tampoco repetir la misma frase.

A media que vayan realizando la actividad la facilitadora hará diferentes interrogantes a los estudiantes ¿si en su proyecto de vida esta ser a padres adolescentes? ¿Estaban preparados para recibir la noticia del bebe? ¿ que harás ahora con tu nueva responsabilidad?

**CIERRE:** la facilitadora tiene que realizar las siguientes preguntas, terminado la actividad ¿Cómo se sintieron al besar al bebé? ¿Qué descubrieron a través del ejercicio? ¿Qué les llamó la atención? Tomando en cuenta las respuesta se llama a la reflexión con los estudiantes, que la maternidad en la adolescencia son experiencias difíciles que afectan la salud integral tanto de los padres adolescentes como la de sus hijos, muchas veces los jóvenes piensan que es algo fácil, y no se dan cuenta que esto les afecta tanto en la parte física psicológica y social.

## **ACTIVIDAD N° 7: APRENDIENDO A CONOCERNOS**

**OBJETIVO:** Que los y las participantes reflexionen sobre los cambios en la etapa de la adolescencia y reconozcan los beneficios de conocerlo para el logro de desarrollo integral de esta etapa en su vida.

### **MATERIALES:**

- Tarjetas de presentación de la adolescencia
- Tarjetas con preguntas generadoras sobre adolescencia
- Cartel con la definición sobre Adolescencia
- Tarjetas con cambios físicos de los adolescentes
- Tarjetas con dibujos sobre cambios psicológicos y sociales
- Marcadores , Papelografos , Maskin

**DURACIÓN:** 60 min

### **Desarrollo:**

**Paso 1:** Se inicia la actividad con una calurosa bienvenida, realizando una dinámica con las tarjetas de presentación de la adolescencia, mismas que serán repartidas a los participantes, pidiéndoles que luego busquen a la persona que tenga la misma tarjeta, deberán conversar sobre lo que entienden por el contenido que tiene su tarjeta, para luego expresar lo que opinan del contenido (ANEXO 1)

Posterior a eso, se plantearan 5 preguntas generadoras con las tarjetas: ¿Qué es la adolescencia?, ¿Qué hacían antes cuando eran niños o niñas?, ¿Qué hacen ahora?, ¿Qué han escuchado de la adolescencia?, ¿Cuáles son los principales cambios en la adolescencia?, anotando las ideas en un papelografo (ANEXO 2) Al final se compartirá la definición de Adolescencia según la OMS

Dando continuidad se formaran grupos de 5 integrantes, cada uno recibirá un juego de tarjetas con los cambios físicos y dibujos con los cambios psicológicos y sociales (ANEXO 3), que deberán pegar en papelógrafos, para luego presentar en plenaria, donde la facilitadora retroalimentara lo expuesto por los adolescentes.

Al finalizar cada grupo deberán elaborar un Slogan (medio más usado para publicar un producto) de autocuidado personal que refleje lo aprendido sobre los cambios en los que ellas y ellos se encuentran.

**Cierre** : Se reflexiona sobre la adolescencia como un periodo de la vida de aprendizaje y de recreación, ya que las funciones tanto físicas como psicológicas están en plenitud; además se espera que al finalizar la etapa, los y las jóvenes han mejorado su capacidad crítica e inician la adquisición de su autonomía, se vuelvan productivos (as), y administradores de su tiempo.

El facilitador deberá orientar cada duda e interrogante de los adolescentes

### **Anexo 1: tarjetas de presentación**

- |  |                              |
|--|------------------------------|
| 1. Amistad                                   | 8. Que es proyecto de vida   |
| 2. Solidaridad                               | 9. todos somos importantes   |
| 3. Respeto                                   | 10. ¿que es la adolescencia? |
| 4. Cambios físicos                           | 11. que es el autoestima     |
| 5. Compañerismo                              | 12. Amemos tal como somos    |
| 6. tengo derechos obligaciones               | 13. no a la violencia        |
| 7. dos cambios físicos en las/os adolescente |                              |

### **Anexo 2 tarjetas con preguntas generadoras sobre adolescencia**

- ¿Qué hacían antes cuando eran niños o niñas?
- ¿Que han escuchado de la adolescencia?
- ¿Que hacen ahora que no son niños?
- ¿Que es la adolescencia?
- Cuales son los principales cambios en la adolescencia?

## **SESIÓN 2 SEXUALIDAD Y DERECHOS**

### **ACTIVIDAD N° 1: PREGUNTAS DE ANTES Y PREGUNTAS DE HOY (actividad de sensibilización para el facilitador)**

**OBJETIVO:** reflexionar sobre la etapa adolescente del antes y ahora

**DURACION:** 60 minutos



## **DESARROLLO**

### **Paso 1:**

El facilitador tendrá que preguntar a los estudiantes como era la época de sus padres con base a los siguientes aspectos:

- Que año era?
- En donde vivían?
- Como se vestían?
- Que obligaciones tenían?
- Como expresaba su sexualidad?
- Como veían el mundo?

### **CIERRE**

Al finalizar la actividad el facilitador deberá reflexionar con los estudiantes sobre la sexualidad del antes de la época de sus padres y del ahora y lo que les hace sentir bien.

## **ACTIVIDAD N° 2: MI DERECHO A UNA INFORMACIÓN COMPLETA Y PRECISA**

**OBJETIVOS:** Fortalecer conocimientos y comportamientos saludables con respecto al ejercicio de la sexualidad.

### **MATERIALES:**

- Papelógrafos individuales
- Marcadores
- Hojas de papel en blanco
- Caja de preguntas secretas

**DURACION:** 90 minutos

## **DESARROLLO**

**Paso 1:** Partiendo con la bienvenida a la sesión.

Se empezará preguntando a los adolescentes

¿Es un derecho tener acceso a información acerca de la sexualidad ¿Por qué si? o ¿Por qué no?  
¿Qué piensan?

Cede la palabra a los voluntarios para que puedan responder.

**Pasó 3:** A continuación busca un voluntario para leer el primer Mensaje Clave del Papelógrafo que preparaste con antelación.

### **Mensaje clave 1**

Todos los adolescentes y jóvenes tienen el derecho a tener información y educación precisas sobre la reproducción, el sexo y la sexualidad. todos necesitan esta información para poder tomar decisiones informadas sobre su salud sexual y reproductiva.

Pregunta si están de acuerdo con este mensaje, y habla acerca de cualquier aspecto que dé lugar a dudas.

**Paso 4:** Pregunta: “¿Sabes que es un sinónimo?” Permite que algunos respondan. Sinónimo: una palabra que significa lo mismo que otra palabra.

- El facilitador dividirá en parejas a los participantes y se les repartirá papelitos para responder.

Se les pedirá escribir un sinónimo que aprendieron o enseñaron para nombrar a cada una de las partes del cuerpo ejemplo: vagina, pene, sexo

- Al finalizar la actividad reúne los papelitos con los sinónimos escritos, y pide a tres personas leerlos.

Seguidamente se preguntará

¿Por qué creen que existen tantas maneras de nombrar la misma cosa? Permite que respondan.

- El facilitador explica que la sociedad tiene “normas” estrictas sobre quien tiene permiso para hablar del sexo y la sexualidad, y como pueden hablar de ello. Las personas han creado maneras indirectas para hablar del sexo por las normas sociales que les permiten hablar del sexo y la sexualidad abiertamente y con confianza.

Sigue explicando que el usar otras palabras para hablar del sexo no es un problema en sí. El problema es que muchas veces se ven a estas palabras como malas o sucias, e incluso se usan como insultos.

Terminar la explicación diciendo que cuando se aprende acerca de la sexualidad y reproducción, es importante que lo hagan con confianza, usando los términos correctos para ello. Por eso, en las siguientes actividades invitas a que utilicen los términos correctos, como: sexo, vagina, pene.

Y poder tener el compromiso de hablar correctamente y pedir a los demás referirse correctamente con los nombres correctos.

**Seguidamente se conocerá los significados Importantes**

**Explicar:**

¿Qué es el sexo?

¿Qué es la sexualidad?

¿Qué son relaciones sexo-coitales?.

¿Qué son relaciones sexuales?

¿Qué es la reproducción?

**Paso 5.** Busca un voluntario(a) para leer el segundo Mensaje Clave del Papelógrafo.

### **Mensaje Clave 2**

Es importante hablar sobre la reproducción, el sexo y la sexualidad con confianza y usando los términos correctos. A menudo existen muchas horas que van en contra de hablar acerca de estos temas, lo que lleva a que las personas utilicen palabras diferentes para hablar sobre partes de su cuerpo o el sexo. Sin embargo, estas otras palabras muchas veces se ven como negativas o incluso como insultos, así que es muy importante que se aprenda a usar los términos correctos.

- Pregunta si están de acuerdo con este mensaje, y habla acerca de cualquier aspecto que da lugar a dudas.

- Guía una conversación breve para discutir sobre temas de la sexualidad y la reproducción.

Usa el Rotafolio que preparaste con anticipación con las siguientes preguntas y permite la participación de los adolescentes y jóvenes.

¿Cómo viven ustedes su sexualidad?

¿A qué barreras se enfrentan cuando intentan hablar sobre la sexualidad y la reproducción?

¿Qué necesitas para sentirte cómodos hablando de estos temas?

¿Qué necesitas de parte de tu facilitadora para sentirte cómoda?

¿Qué necesitas de parte de tus compañeros(as) para sentirte cómoda(o)?

¿Se habla de estas temáticas en tu familia?

¿Quiénes crees que deben dar a conocer información sobre temas de sexualidad y reproducción?

El facilitador deberá Reflexionar sobre la importancia de poder tener una información correcta y asertiva.

**Paso 6:** Al finalizar invita a todos a que armen grupos de 4 personas y pide que para las siguientes sesiones puedan sacar al menos cinco acuerdos que les gustaría que tuviera el grupo cuando hablen del sexo, la sexualidad y la reproducción. Pide que los escriban en su Papelógrafo.

- Después de que hayan tenido tiempo para construir sus acuerdos, reúne los grupos de nuevo pide que un voluntario escriba los acuerdos del grupo en el Papelógrafo, delante del grupo.

Pide que cada grupo comparta los acuerdos que establecieron. Invita a levantar la mano si está de acuerdo. Permite que todos expresen sus opiniones, pero intenta buscar un consenso para si se debería o no aceptar cada acuerdo. Si múltiples grupos han identificado acuerdos similares, resúmelos en uno solo.

**NOTA:** Asegúrate de guardar este Papelógrafo y colócalo en la pared

**En plenaria: Cierre.**

**Pasó 7:** Explica que en las actividades en las sesiones aprenderán muchos hechos acerca de la sexualidad y la reproducción. Es posible que tengan muchas preguntas sobre estos temas, y es importante que se conteste a todas las preguntas posibles en este espacio seguro. Por eso, van a tener una Caja de preguntas secretas disponible en cada sesión.

- Explica que pueden usar la Caja de preguntas secretas para preguntar cualquier cosa que quieran saber acerca del sexo. No es necesario que escriban sus nombres en la pregunta, porque será segura y anónima. Responderás a las preguntas durante el modulo cuando estén relacionadas con el tema de una actividad. Afirma que todas las preguntas se contestaran.

Asegúrate de que todos sepan que pueden hacer preguntas directamente, o durante una actividad o en privado, siempre que se sientan cómodos al hacerlo. La caja es una ayuda para aquellos que son tímidos(os) o para preguntas que les den demasiada vergüenza hacerlas directamente

**REFLEXION:**

El facilitador podrá explicar de manera clara las dudas de los estudiantes y mantener presente los acuerdos para el desarrollo de la sesión.

**OBSERVACIONES:**

- Prepara la Caja de preguntas secretas
- Deja una apertura arriba para que puedan meter sus preguntas.
- Copia los Mensajes Clave de la actividad en Papelógrafos. Los revisarás en los Pasos 3 y 4
- Escribe “Nuestros acuerdos de convivencia” en un Papelógrafo
- Saca todas las preguntas de la Caja de preguntas secretas y ordénalos según el tema. Asegúrate de poder responder a cada pregunta durante la actividad que corresponda a cada tema. Si no puedes, investiga un poco utilizando los materiales sugeridos o cualquier otro material que conozcas.

**ACTIVIDA N° 3 ¿DÓNDE ESTÁ LA SEXUALIDAD?**

**OBJETIVO:** Ampliar la mirada sobre la sexualidad, considerando los aspectos vinculados a lo corporal, lo afectivo, lo emocional y lo vincular.

## **MATERIALES:**

- Afiche con silueta del cuerpo humano
- Tarjetas con diferentes palabras
- Cinta, papel

**DURACION:** 30 minutos

## **DESARROLLO:**

Se presenta ante el grupo una silueta de un cuerpo, sin identificar cada parte u órgano. Se distribuyen entre las participantes tarjetas y se propone que las peguen en la parte de esa silueta que sientan que más se relaciona con la sexualidad.

Luego se genera un espacio de intercambio para que los participantes expresen por qué la pegaron en el lugar elegido, identificando qué es para ellos la sexualidad.

## **CIERRE**

La coordinación irá promoviendo el intercambio con preguntas como ¿La sexualidad está desde que nacemos? ¿Cuándo termina? ¿Sería igual para mujeres que varones?

## **ACTIVIDAD N° 4 GENERO Y SEXO**

**OBJETIVO:** identificar las características que definen a las personas como varones y mujeres

**MATERIAL:** hojas, lapiceras

**DURACIÓN:** 30 minutos

**DESARROLLO:** el facilitador entregara una hoja a cada participante donde anotaran su nombre y tres razones por las que son varones / mujeres

A continuación en grupos de 4 o 5 personas conformados por hombres y mujeres comparten lo que escribieron identificando cuales de esas características son biológicas y cuales sociales

**Cierre:** se conceptualizara que es el sexo y que es género en función a lo conversado en el grupo.

## **ACTIVIDAD N°5 : REFLEXIONANDO EN TORNO A NUESTROS DERECHOS SEXUALES Y REPRODUCTIVOS”**

**OBJETIVO:** Promover la comprensión de los derechos sexuales y reproductivos mediante el desarrollo de nuevos conocimientos

**MATERIAL:**

- Tarjeta de los Derechos Sexuales y Reproductivos

**DURACION:** 60 MINUTOS

**DESARROLLO:**

**Paso 1:** Considerando la cantidad de alumnos se dividirá en grupos tratando de ser equitativos.

**Paso 2:** La mitad de los grupos trabajaran los Derechos Sexuales y la otra mitad trabajaran los Derechos Reproductivos

**Paso 3:** A cada grupo se le entregara una lista de tarjetas (de las cuales hay algunas correctas y otras incorrectas) (ANEXO)

**Paso 4:** La consigna es: “Le entregaremos al grupo tres tarjetas, en las que aparecen tres derechos, la idea es que analicen, debatan si están de acuerdo o no sobre lo escrito y porque, e identifique cuales son derechos sexuales y cuales derechos reproductivos”

**Paso 5:** Posteriormente cada grupo deberá exponer en plenaria, según el análisis de las tarjetas, luego de la exposición se les dirá que había derechos correctos y otros no correctos. Preguntas para el dialogo: Después del análisis de los grupos se realizara las siguientes interrogantes como medio de debate.

¿Por qué argumentan que se trate o no de un derecho?

¿Qué entienden sobre derechos sexuales y reproductivos?

¿Para ustedes la sexualidad y los derechos sexuales y reproductivos tienen algo que ver?

En sus vidas cotidianas:

¿Qué lugar ocupan los derechos vinculados a la vida sexual y reproductiva?

¿Se cumplen y ejercen de igual forma en adolescentes y en adultos?

**Cierre:** generar debate en torno al análisis de los derechos considerando la percepción actual de los jóvenes y como enfocan la temática dentro el entorno donde se desenvuelven

**OBSERVACION**

El facilitador deberá orientar cada duda e interrogante de los adolescentes

Tener presente que todos participen en las dinámicas

**ACTIVIDAD N° 6: ¿QUE PIENSO, QUE SIENTO, QUE HAGO?**

**OBJETIVO:** establecer con el grupo, el consenso respecto a los puntos de mayor relevancia para el trabajo en sexualidad

**Material:** papelografos, marcadores, tarjetas de cartulinas, cinta maskin

**Duración:** 60 minutos

**Desarrollo:**

**Paso 1:** Se conformarán seis grupos. A cada grupo se le entregará hojas de papelógrafos, marcadores gruesos y tarjetas de cartulina. Antes de iniciar el trabajo, se advertirá a los y las participantes, que no existen respuestas correctas o equivocadas, que en los papelógrafos coloquen todo lo que se les venga a la mente, sin restricciones.

**Paso 2 :** Se trabajará bajo la metodología de lluvia de ideas, a manera de ampliar lo más posible la participación de los y las jóvenes. Para esto se distribuirán tarjetas de cartulina a los y las participantes en las que puedan anotar libremente las respuestas a las preguntas. Cada participante anotará una o más respuestas en las tarjetas de cartulina y las pegará en el papelógrafo, como respuesta a la pregunta que corresponda.

**Paso 3:** Cada grupo trabajará sobre las siguientes preguntas: a) ¿Qué cosas pienso sobre la sexualidad?, b) ¿Cómo me siento sobre la sexualidad? c) ¿Qué cosas hago o haría respecto a la sexualidad?

**Paso 4:** El o la facilitador/a debe acompañar el trabajo de los grupos para alentar la participación, escuchar los comentarios y orientar ante las dudas. Debe ser precavido de no transmitir sus propios conocimientos o información.

**Paso 5:** Debe estar también alerta para poder aclarar los términos que utilicen los y las jóvenes. Por ejemplo, si alguien escribe que se siente “normal”, preguntar sobre qué quiere decir “normal”

**Paso 6:** Concluida la fase de respuesta a las preguntas planteadas, cada grupo presentará el trabajo realizado, dando lectura a todas las respuestas planteadas para las preguntas. A la finalización de la presentación de cada grupo, se abrirá un espacio breve para incluir algún aporte del resto del grupo.

**Cierre:** Al finalizar, el o la facilitador/a realizará un recorrido por cada uno de los papelógrafos haciendo una síntesis de las respuestas y confirmando ésta con los y las jóvenes, verificando si la síntesis refleja lo que quisieron decir.

**ACTIVIDAD N° 7 : EXPERIENCIAS DE MUJERES SOBRE LA INTERRUPCIÓN DEL EMBARAZO**

**OBJETIVOS:** Sensibilización en relación al derecho a decidir sobre el propio cuerpo y el ejercicio de la sexualidad.

**MATERIALES:**

- Impresiones de diferentes relatos
- Hojas , Lapiceras

**DURACION:** 45 Minutos

**DESARROLLO:** Se formarán cinco subgrupos. A cada uno se le repartirá un relato diferente de mujeres que han interrumpido su embarazo. Se propondrá a cada grupo que trabaje entorno al acceso real a servicios, vulneración de derechos (si lo hubiera), marco legal, etc. Luego se hará una puesta en común.

### **RELATOS:**

**1. Andrea:** Cuando le dije a mi novio sobre el embarazo se alejó totalmente de mí. Aborté cuando tenía 7 semanas y 3 días. Una compañera de trabajo me acompañó en el proceso. Hablé con una amiga, quien me dio el nombre de unas pastillas, busqué información en internet sobre éstas, y hablaban de un 96% de efectividad, pero requerían de mucho cuidado y hablaba de mucho sangrado durante 6 u 8 semanas, y también encontré la parte donde decía que debería de tener contacto profesional, por si hubiera hemorragia éste pudiera pararla

**2. Erika:** Tenía 21 años e iba en tercer semestre de administración. Me había separado recientemente de mi novio después de tres años. Tuve mucha dificultad con el aborto porque un quiste en mi ovario hizo que los medicamentos que tomé no funcionaron, aún después de varios intentos.

**3. Lourdes:** Me embaracé a mis 22 años. Vivía sola y trabajaba. Tenía una relación “estable” pero nada segura con mi novio. Estaba a punto de ir con un doctor que se veía fraudulento pero era la única opción que tenía.

**4. Sandra:** Yo tengo dos hijos. Aborté con medicamentos a los dos meses porque el bebé no era de mi pareja. Decidí ir al ginecólogo y la Dra. era una persona joven. Tomé fuerzas para explicarle mi caso. Ella me explicó los riesgos que corría si provocaba un aborto, me dijo que ya era demasiado tarde que no podía hacer ella nada y me dio una terapia en cuanto a que lo quisiera, que mi vida cambiaría pero que tendría solución, que fuera feliz con él y muchas cosas de ese tipo.

**5. Tania:** Yo me embaracé cuando estaba estudiando en la universidad. Había estado usando protección y no me di cuenta hasta que tenía 18 semanas. El médico dijo que como yo tenía 18 semanas no se podía hacer nada, me recomendó que me cuidará y dio la posible fecha de parto.

**CIERRE:** el facilitador acompañará en la reflexión sobre la temática y en el derecho a decidir sobre el propio cuerpo.

## **SESIÓN N° 3 SALUD SEXUAL Y REPRODUCTIVA**

### **ACTIVIDAD N° 1: MI PRIMERA VEZ**

**OBJETIVO:** Que los participantes reflexionen sobre las relaciones sexuales en la adolescencia.

**MATERIALES:** Hojas y marcadores



**DURACION:** 60 minutos

**Paso 1:** El facilitador pedirá a los participantes que relaten algunos programas de televisión que hayan tratado el tema de la iniciación sexual y discutir: ¿Los protagonistas se cuidaban entre sí? ¿Los protagonistas se cuidaban así mismos? ¿Los protagonistas de la escena disfrutaban o sentían placer? ¿El encuentro era planificado? ¿la relación era de mutuo acuerdo? ¿Aparecían indicios o expresiones de violencia? ¿Qué es lo que a tu criterio, no muestran o dicen esas escenas y qué crees que sería necesario mencionar?

**Paso 2:** Los alumnos: relatarán algún programa de televisión o película donde se hable sobre las relaciones sexuales.

## **DESARROLLO**

### **Paso 1:**

- El facilitador pedirá 4 voluntarios para representar una historia.
- Pedirá a los participantes, que representarán la historia, que imaginen cómo será la plática que tendrán los personajes de las historias
- Al término discutirá con los alumnos, sobre lo que sucedió en las historias, les preguntará a los que representaron la historia, cómo se sintieron y al resto del grupo, les preguntará qué harían en el lugar de los personajes de la historia.

### **Paso 2**

- Los alumnos representarán las historias
- Planearán cómo será la discusión que tendrán los personajes y la representarán.
- Prepararán, en un tiempo no mayor a 10 minutos, la dramatización e interiorizarán los papeles (lo más importante es que se pongan en el lugar del personaje que les tocó representar y argumentar al máximo su postura).
- Mientras, el resto de los alumnos se divide en cuatro grupos de observadores. Después cada grupo observador anotará en el pizarrón sus conclusiones y realizará un comentario general.

## **HISTORIA**

Se trata de una pareja de novios, ambos de 15 años, llevan una relación de dos meses, él le propone a su novia que ya es tiempo de que tengan relaciones sexuales, ella está indecisa, así que les pide a sus amigas que la aconsejen. Ella tiene dos amigas, una es “liberal” y la otra es “conservadora”.

**CIERRE** El facilitador pedirá al grupo que se dividan en equipo de cuatro o cinco integrantes. A cada equipo repartirá una hoja y marcadores

Pedirá a cada uno de los equipos, que dividan su hoja en dos columnas, en la primera parte escribirán 4 condiciones que deben estar presentes en la primera relación sexual y en la otra columna 4 condiciones que deben estar ausentes en la primera relación sexual.

Al finalizar la actividad, en plenaria, pedirá a los equipos que compartan lo que escribieron y preguntará por qué eligieron esas condiciones.

Los alumnos se organizarán y al término de la actividad comparten lo que escribieron.

## **SESIÓN N° 4: CONOCIENDO Y PREVIENIENDO LAS INFECCIONES DE TRASMISIÓN SEXUAL**

### **ACTIVIDAD N° 1 “ AYUDANDO A PREVENIR”**

**OBJETIVO:** Propiciar el conocimiento sobre enfermedades de transmisión sexual, su prevención y tratamiento.

**MATERIAL:** Papelógrafo, marcadores de diversos colores, cinta, casos, material informativo sobre ITS

**DURACION:** 90 min

### **DESARROLLO**

**Paso 1.** El facilitador dará inicio a la actividad preguntando a los y las adolescentes cuáles son las enfermedades de transmisión sexual que ellos y ellas conocen o que han escuchado. Se debe levantar un listado de lo que el grupo diga en un papelógrafo o pizarrón. Es importante que se aclaren, con cuidado de no inhibir la participación grupal, todos aquellos mitos o falsas creencias que se mencionen. Además, el facilitador debe agregar aquellas enfermedades que no fueron mencionadas por el grupo y que se consideren pertinentes.

**Paso 2.** Posteriormente, el grupo se dividirá en 4 subgrupos. A cada uno se le entregará un caso de un o una adolescente que presenta sintomatología de alguna de estas enfermedades y material informativo sobre diversas ITS.

La tarea que deben realizar es discutir el caso y determinar cuál podría ser la enfermedad que presenta, las consecuencias físicas, emocionales y sociales que conlleva la misma, alternativas para prevenir esa enfermedad y orientaciones sobre lo que debe hacer la persona adolescente.

**Paso 3.** Basándose en los aspectos anteriores, cada subgrupo debe presentar lo discutido a manera de drama, mediante una conversación con el o la adolescente del caso. Cada subgrupo debe tomar en cuenta que el resto de participantes no conoce la historia correspondiente, por lo que deben hacer referencia a los síntomas que presenta el personaje de la historia.

**Paso 4.** Conforme cada subgrupo expone su caso, los demás participantes pueden expresar otras opiniones o complementar lo planteado por el subgrupo.

Luego, se realiza una plenaria en la cual se discuten y analizan los elementos que surgieron en las presentaciones, tomando en cuenta la guía de trabajo grupal. El o la facilitadora debe asegurarse de que no queden dudas o información errónea en el grupo.

**Cierre.** Finalmente, el o la facilitadora puede hacer un cierre teórico en el cual se presente la información necesaria sobre las distintas ITS, formas de prevención y tratamiento.

### **Láminas gráficas de presentación de ITS.**

Marcela es una joven de 16 años, desde hace un año empezó a tener relaciones sexuales coitales, y para prevenir un embarazo comenzó a tomar pastillas anticonceptivas.

Sin embargo, se encuentra muy preocupada porque desde hace unos días siente picazón en sus genitales; al principio pensó que se trataba de algo pasajero, así que no buscó atención médica, sino que se puso una crema que una amiga le recomendó. Pero días después, se dio cuenta de que por su vagina estaba saliendo un flujo muy extraño, porque era como de color gris y tenía muy mal olor.

Marcela ya no quiere tener relaciones porque le da vergüenza que alguien se entere de lo que le está pasando.

### **GUIA DETRABAJO:**

¿Cuál podría ser la enfermedad que tiene Marcela?

¿Qué consecuencias físicas, emocionales y sociales le puede traer esta enfermedad?

¿Qué cosas se le pueden sugerir a Marcela sobre lo que debe hacer al respecto?

¿Cómo podría haber evitado el contagio de una ITS?

### **CASO # 2**

Martin es un joven que, a pesar de su edad, ha tenido relaciones sexuales coitales con gran cantidad de muchachas sin utilizar protección. Parece que esto nunca le había preocupado, porque ninguna de ellas ha llegado a decirle que está embarazada.

Pero, hace 5 días comenzó a sentir mucho dolor al orinar, trataba de aguantarse las ganas de orinar para no sentir tanto dolor, pero era inútil, cada vez que iba al baño sentía lo mismo. Después de eso, observó que le salía un líquido amarillo por el pene, que no eran orines ni semen.

### **GUIA DE TRABAJO:**

¿Cuál podría ser la enfermedad que tiene Martin? ¿Qué consecuencias físicas, emocionales y sociales le puede traer esta enfermedad?

¿Qué cosas se le pueden sugerir a Martin sobre lo que debe hacer al respecto?

¿Cómo podría haber evitado el contagio de una ETS?

### **CASO #3**

Evelio siempre ha utilizado el condón cuando tiene una relación sexual coital. Pero un día, se dio cuenta que no tenía condón justo en el momento en que estaba sin ropa con una muchacha que siempre le había gustado. Para no pegarse un “bañazo” diciéndole a ella que ya no podían seguir, tuvo relaciones sin ninguna protección.

Hace 3 meses, le apareció un grano en el pene, pero como no le dolía pensó que se había raspado con algo. Después el grano desapareció, y Evelio no le dio más importancia. Unas semanas después, le salieron manchas en la piel, por lo que pensó que tenía rubeola. Estas manchas también desaparecieron y ahora Evelio está muy tranquilo.

#### **GUIA DE TRABAJO:**

¿Cuál podría ser la enfermedad que tiene Evelio?

¿Qué consecuencias físicas, emocionales y sociales le puede traer esta enfermedad?

¿Qué cosas se le pueden sugerir a Evelio sobre lo que debe hacer al respecto?

¿Cómo podría haber evitado el contagio de una ETS?

### **CASO # 4**

Rosa ha sido una joven muy entusiasta, a la que le gusta participar en todo tipo de actividades, pero últimamente se ha sentido muy cansada y ha perdido mucho peso, a pesar de que come lo mismo de siempre.

Durante las noches se despierta sudando mucho y le duelen las rodillas y los codos. Pensaba que era una gripe, porque también ha tenido mucha fiebre, pero las pastillas que ha tomado no le han resultado para nada.

Además de que se le han inflamado los ganglios, le han salido unas manchas en diversas partes del cuerpo.

Hace unos años atrás, Rosa tuvo un novio con el que tenía relaciones sexuales coitales sin protección, a pesar de que ella sabía que él tenía relaciones con otras mujeres.

#### **GUIA DETRABAJO:**

¿Cuál podría ser la enfermedad que tiene Rosa?

¿Qué consecuencias físicas, emocionales y sociales le puede traer esta enfermedad?

¿Qué cosas se le pueden sugerir a Rosa sobre lo que debe hacer al respecto?

¿Cómo podría haber evitado el contagio de una ETS?

## **ACTIVIDAD N° 2 : ANUNCIANDO PROTECCIÓN**

**OBJETIVO:** Favorecer el conocimiento sobre los distintos métodos de protección sexual.

**DURACIÓN:** 90 min

**MATERIALES:** papelografos , marcadores de diversos colores, cinta engomada, fichas con indicaciones de los métodos, métodos de protección sexual, boletines informativo

### **DESARROLLO:**

**Paso 1.** Para iniciar el o la facilitadora pedirá al grupo que mencionen los métodos de protección contra el embarazo y de infecciones de transmisión sexual que ellos y ellas conocen. Para esto, se irá elaborando un listado en un paleógrafo de los métodos mencionados. Se deben escribir todos los métodos, sin importar que sean inadecuados o erróneos. Finalmente, el o la facilitadora escribirá los métodos de protección sexual más comunes que no hayan sido mencionados.

**Paso 2 .** Una vez que se termina con esta tarea, se conformarán 6 subgrupos y a cada uno se les entrega una ficha que contiene un método de protección sexual (condón, pastillas, inyección, DIU o té de cobre, métodos naturales, métodos de protección sexual inadecuados o erróneos).

**Paso 3.** Después de esto, se les dirá que deben imaginarse que son vendedores ambulantes y que deben ir a una casa a ofrecer el producto que les correspondió tratando de convencer al cliente de que compre este producto, para lo cual deben explicar en qué consiste, las características del método, su nivel de efectividad, los beneficios que tiene su uso, minimizar las desventajas que tiene, así como explicar el uso correcto del mismo. Se les debe entregar a cada subgrupo el método correspondiente. El o la facilitadora debe aclarar que deben basarse en todo lo que sepan o hayan escuchado sobre los distintos métodos, sin preocuparse por si es la información correcta o no. Para esta tarea cuentan con 20 minutos.

**Paso 4.** Cada subgrupo debe representar a modo de drama la situación indicada. El o la facilitadora debe ir recogiendo en un papelógrafo todos aquellos elementos atribuidos a cada uno de los métodos.

**Paso 5.** Posterior a cada presentación, se realizará una discusión en la cual se analiza lo presentado por cada subgrupo respecto a los distintos métodos, procurando que se aclaren todas aquellas dudas que surjan en el grupo, que se aborden todas las ideas erróneas o mitos que surjan al respecto y que se de la información científica apropiada.

**Cierre .** Para finalizar, se entrega a los y las participantes información escrita sobre los distintos métodos de protección sexual.

## **ACTIVIDAD N° 3 : NEGOCIACIÓN DEL PRESERVATIVO**

**OBJETIVOS:** Identificar los diferentes argumentos que surgen al momento de la negociación en el uso del preservativo.

**MATERIALES:**

- Tarjetas
- Hojas ,Lapiceras

**DURACION:** 30 min**DESARROLLO:**

Se propone a los participantes que caminen por el espacio, hasta que desde la coordinación se les indique que se junten con la persona más cercana formando parejas. Una vez agrupadas, se sientan ubicadas espalda con espalda, a cada una de las personas se le da una tarjeta; en cada pareja alguien recibirá una tarjeta que dice “Quiero usar preservativo porque...” y la otra persona una que dice “No quiero usar preservativo porque...”.

Al distribuir estas tarjetas, fijarse que ambos roles los tengan tanto varones como mujeres.

Se indica que se tomen unos minutos para escribir individualmente al menos tres formas de completar la frase. Luego, se sientan frente a frente y negocian la situación.

**CIERRE**

Finalmente, cada pareja contará qué argumentos presentó, cómo se sintió en el rol que le tocó y escuchando a la otra persona

**ACTIVIDAD N° 4: ESTAMOS EMBARAZADOS, ¿Y AHORA?**

**OBJETIVOS:** Reflexionar sobre el embarazo, los MAC y la multiplicidad de factores que intervienen.

**MATERIALES:** Impresión de situaciones.

**DURACION:**45 minutos

**DESARROLLO** Formar tres grupos y distribuirles una de las situaciones.

Pedir que preparen una escena, representando la situación y luego creen una posible resolución para la historia.

**CIERRE:** Una vez presentadas las escenas, se abre la discusión, explorando las semejanzas y diferencias entre ellas y las opciones de resolución que fueron sugeridas para cada caso.

**Situación 1** :Juan y Tamara se conocieron en una fiesta y rápidamente se engancharon. Parecía que se conocían hace mucho tiempo. Conversaron sobre sus gustos, música, lo que querían de la vida y cuando quisieron acordar estaban a los besos. Fue amor a primera vista. Esa misma noche

tuvieron relaciones sexuales, sin preservativo. Después de esa noche no se vieron más y Tamara descubrió que estaba embarazada.

**Situación 2:** Paula y Santiago estaban deseando tener un hijo. Un día Paula comenzó a sentirse extraña. Fue al centro de salud y se hizo un test de embarazo dando como resultado: positivo.

**Situación 3:** Florencia y Pedro se enamoraron hace dos años. Planean ingresar a la facultad y disfrutar mucho de la vida!. Siempre dicen: "Hijo, ni pensarlo...!" Pero usan preservativo sólo de vez en cuando. Florencia tuvo un atraso en su menstruación. Fue al médico quien confirma que está embarazada. Le cuenta a Pedro y ahora no saben qué hacer.

## **ACTIVIDAD N° 5: EL ABORTO ¿ PORQUE MURIÓ RITA?**

### **OBJETIVOS:**

- Al final de esta actividad, los participantes podrán: hablar sobre el contexto sociocultural en torno al embarazo no deseado y el aborto
- Explicar las consecuencia de restringir la información y atención integral a las y los adolescentes;

**MATERIALES:** Copias de la historia de Rita Papelógrafos y marcadores (opcional), Lana o hilo

**DURACIÓN :** 90 min

### **DESARROLLO:**

**Paso 1:** Distribuya las copias de ¿Por qué murió Rita?

**Paso 2:** Pida a los participantes que lean la historia en silencio, o solicite que un participante la lea en voz alta para todos.

**Paso 3:** Facilite una discusión en respuesta a la pregunta "¿Por qué murió Rita?" Algunas sugerencias para las preguntas de discusión son ¿Quiénes son los responsables de la muerte de Rita? ¿Por qué? (Si responden que Rita es responsable de su muerte, cuestionelos para que piensen sobre las personas involucradas que pudieron haber contribuido a evitar su muerte y de haber tenido una sexualidad saludable. ¿Quién pudo haber ayudado a evitar su muerte? ¿Qué posibles opciones tenía Rita? ¿Qué información o recursos pudieron haberla ayudado a evitar esta situación? ¿Por qué creen que ella murió? Además de la joven, ¿quién más fue afectado directamente por su muerte? ¿Cómo se sienten al conocer esta historia? ¿Conocen otras situaciones similares? ¿Qué harían ustedes, si alguna amiga está en esta situación? ¿Quién es responsable de orientarlos en su educación sexual? ¿Donde se pueden informar las y los adolescentes? ¿Cómo esta historia influye en su percepción y actitud en casos similares?

**Paso 4:** Explorar los conocimientos de los estudiantes con las siguientes preguntas generadoras ¿Qué conocen sobre el aborto? ¿Qué experiencias han visto u oído cercanas a ustedes sobre el aborto? ¿Han recibido alguna información sobre el aborto?

**Nota para los facilitadores:** Para hacer este ejercicio dinámico, pida que un voluntario represente a Rita colocándose en el medio del salón, sujetando una bola de cordón. A medida que cada persona conteste

¿Por qué murió Rita?", deben ponerse el cordón alrededor de la cintura y después devolverle la bola a Rita. Al final, habrá una conexión visual entre cada persona en el salón y Rita, lo cual representa su responsabilidad para con ella y todas las mujeres adolescentes que se encuentren en la misma situación.

**Cierre** En círculo, la facilitadora lanza una pelota después de decir una pregunta que le haya surgido por el tema tratado. Cada persona que la recibe tratará de dar una respuesta breve y luego la lanzará nuevamente haciendo una pregunta de la misma manera.

### **Ejemplo de primera pregunta:**

¿Para evitar un aborto lo que tengo que hacer es...? Otra variante puede ser que el que lanza la pelota exprese un sentimiento que le haya provocado el tema tratado a la vez que el que lo recibe dá continuidad a este sentimiento.

### **Historia de Rita**

Instrucciones: Por favor lean la siguiente historia y estén preparados para hacer su análisis y contestar algunas preguntas de discusión al respecto.

Rita era la hija mayor en su familia. Tenía 15 años de edad, inteligente, alegre y trabajadora. Aunque trabajaba mucho en su casa ayudando a su madre, la escuela era lo primordial para ella. Siempre era la primera de su clase, el orgullo y la alegría de su familia y su comunidad. Era muy querida por sus padres, quienes se esforzaron para enviarla a estudiar a la cabecera departamental. Fue la primera experiencia lejos de su familia y tenía pocos amigos, pero se acostumbró a su nuevo ambiente. Rita continuó estudiando con dedicación y se aseguró de su clase. Sus profesoras/es estaban orgullosos de ella, le dieron apoyo y la motivaron a luchar por ser siempre la primera de sus proyectos de vida.

Se enamoró de Jorge, un joven de 20 años quien al principio era cariñoso, amoroso y atento. Él le pidió "la prueba de amor"; después de insistir ella accede. Con el tiempo Jorge empezó a cambiar en la forma de tratarla, volviéndose indiferente y grosero con ella. Cuatro meses después Rita tiene mareos, náusea, vómitos en las mañanas, y no ve su menstruación. Consulta al servicio de salud, donde le dicen que está embarazada. Al contarle a Jorge, él se enoja, la culpa a ella, niega la paternidad, rompe el noviazgo y la abandona. Rita sintió miedo, y vergüenza para contarle a sus papás. Ella pensó que su familia la rechazaría y se angustió. Le contó a una amiga su situación, quien le recomienda ir con una señora que le puede ayudar. Rita la visita a pesar de sentir miedo de lo que le puede pasar, la señora le realiza un aborto.



Un día después Rita tiene sangrado vaginal abundante, se siente débil, y dolor en el abdomen bajo, pero le da miedo consultar al servicio de salud. Dos días después su amiga la encuentra desmayada en su cuarto por lo que la lleva al hospital; los médicos al evaluarla le encuentran que la matriz está perforada; la operan de emergencia pero por sus lesiones y sangrado Rita muere

## **ACTIVIDAD N° 6 ¿PATERNIDAD Y MATERNIDAD ES UN TRABAJO PARA MI?**

**OBJETIVO:** analizar los sentimientos asociados a la posibilidad de tener un hijo o hija

**DURACIÓN:** 60min

### **DESARROLLO:**

**Paso 1:** se les dira a los estudiantes que realizaran un ejercicio dramatizado solicitar a los estudiantes que se dividan en dos subgrupos, en el primer subgrupo estarán 4 adolescentes, dos hombres y dos mujeres, el resto del grupo estará en el subgrupo 2.

**Paso 2:** Al subgrupo 2 se le indica que supongan que son directores o gerentes de una empresa y tienen que elaborar un anuncio para solicitar un padre y una madre para la empresa, teniendo en cuenta: Número de horas al día que tienen que trabajar como padre y madre. Cualidades necesarias. Habilidades y conocimientos. Equipos o maquinarias que deberán saber utilizar. Experiencia o recursos que necesitará. Beneficios que obtendrá: salario, vacaciones, horas extras.

**Paso 3:** El subgrupo debe llegar a un consenso. Además seleccionarán a tres personas que harán la entrevista, tratando de que estén representados ambos sexos. Estos entrevistadores serán severos y exigentes con las personas que se presenten para ser entrevistados, siendo firmes con los requisitos que se establecieron.

**Paso 4:** Se entrevistarán uno por uno.

Los cuatro integrantes del subgrupo 1 serán los que soliciten el trabajo, a ellos se les indicará que deben ser insistentes, ellas y ellos quieren el trabajo a toda costa, deben buscar formas de hacer ceder a las y los entrevistadores con argumentos que puedan convencerlos, entre estos argumentos pueden utilizar que: Ya están en capacidad de tener hijos/as. Los familiares los van a apoyar. Los hijos/as son una bendición y siempre son bienvenidos.

Pueden compartir con los hijos/as todo lo que tienen. Sus padres los tuvieron a ellas/os a esa edad y se senten bien. Se pueden buscar un trabajo mientras estudian para mantenerlo.

Otros que se inventen para tratar de hacer doblegar a las y los entrevistadores.

**CIERRE:** La coordinación estará atenta al tiempo y precisarán el momento en que es necesario detener el proceso y comenzar la discusión en plenario

La discusión se hará a partir de las siguientes preguntas:

¿Cómo se sintieron? ¿Cómo se puede aprender más acerca del trabajo de ser madre o padre? ¿Cuántas personas que son padres o madres están realmente capacitadas para este trabajo? ¿Te pueden expulsar o despedir de tu posición de padre o madre? ¿Cómo? ¿Por qué? ¿Cuáles son los premios que los padres deben esperar? ¿Cómo cambia el trabajo a medida que los hijos crecen?

### **ACTIVIDAD N° 7 "PATERNIDAD/MATERNIDAD AHORA O DESPUÉS?"**

**OBJETIVO:** conocer la responsabilidad que se debe asumir a la hora de decidir tener un hijo o hija

**DURACIÓN:** 60 min

**MATERIAL:** hojas, lapiceras

**DESARROLLO:** Dividir al grupo en 4 subgrupos, dé a cada subgrupo una hoja de papel con una categoría que se expone al final

**Paso 2:** Dé las instrucciones para que piensen en la forma en que un hijo ahora, les afectaría las áreas de sus vidas que se identifican en las hojas y pídeles que piensen en los efectos negativos y positivos, para luego anotarlas en las hojas.

**Paso 3:** Finalmente cada subgrupo compartirá sus pensamientos e ideas de discusión.

<b>Categoría</b>	<b>Efectos Negativos</b>	<b>Efectos Positivos</b>
1. Educación/Estudios		
2. Amigos/Vida Social		
3. Recurso Económicos		
4. Vida diaria		

**Cierre:** discutir los siguientes puntos motivando a los adolescentes a reflexionar ¿Es difícil estudiar o trabajar y criar un hijo/a al mismo tiempo? ¿Cambiaría un hijo/a tus proyectos de vida? ¿Tienes la energía para ir a la escuela, estudiar, hacer los deberes y tareas que el estudio impone y criar a un hijo al mismo tiempo? ¿Estarías dispuesto/a a terminar con tu vida social o tus diversiones y pasar más tiempo en casa? ¿Extrañarías la privacidad y el tiempo libre? Puedes mantener un hijo/a? ¿Conoces bien la responsabilidad de 24 horas al día que un hijo exige? ¿Habría diferencias en el afecto que un hijo/a puede tener en la vida de una mujer y de un hombre?

### **SESIÓN N° 5 REFORZAR LA AUTOESTIMA EN LOS ADOLESCENTES MEDIANTE LA IDENTIFICACION DE SUS CUALIDADES**

#### **ACTIVIDAD N°1 "LOS CORAZONES DE MIS CUALIDADES"**

**OBJETIVO:** Reforzar la autoestima en los adolescentes, enseñándoles a valorar sus cualidades, para fortalecer su identidad y valoración como persona.

**MATERIAL:**

- ▶ Corazones de papel
- ▶ Marcadores
- ▶ Pliegues de papel sábana

**DURACION:** 90min.

**DESARROLLO:**

**Paso 1:** El facilitador/a deberá explicar a los adolescentes el concepto de autoestima.

**Paso 2:** Una vez explicado el concepto, el facilitador deberá agrupar a los adolescentes en un círculo. Posterior a ello les proporcionará a los adolescentes varias corazones. Dándoles la siguiente consigna: uno por uno le dará un corazón al compañero que está sentado a lado suyo; y al dársela le dirá algo bonito que encuentre en él; ejemplo José es bueno, amigable, etc. por cada cualidad le entregará un corazón. *(Se sugiere al facilitador que todos los adolescentes tengan corazones de modo que ninguno se sienta triste o relegado del grupo)*

**Paso 3:** El facilitador/a irá anotando en el papelógrafo todas las cualidades que los adolescentes mencionen y les explicará lo importante de desarrollar más aun esas cualidades; como por ejemplo el compañerismo, el respeto, etc.

**Paso 4:** El facilitador/a pedirá a los adolescentes que peguen sus corazones en el cuadro junto a las cualidades que se hayan anotado.

**REFLEXIÓN:** El desarrollo de la autoestima permite que los adolescentes crezcan más fortalecidos, y adopten habilidades para sobreponerse a las dificultades con mayor facilidad.

Un niño con una autoestima saludable, puede reconocer sus cualidades, asumir las consecuencias de sus actos y responder asertivamente a las dificultades que se presenten.

**OBSERVACIONES** La dinámica puede ser adecuada a las características del grupo.

El facilitador adaptará el material de acuerdo a su creatividad, buscando que sea mucho más atractivo para los adolescentes.

**ACTIVIDAD N° 2: ACEPTANDOME**

**OBJETIVO:** Que las y los adolescentes se acepten así mismos.

**DURACION:** 60 minutos

**MATERIALES:** lecturas: Mi cuerpo es valioso, valorando nuestro cuerpo; papel, bolígrafo

**DESARROLLO:**

**Paso 1:** Se formaran grupos, quienes leerán la primera lectura sobre un adolescente de nombre Rosa que tiene 14 años de edad, ella desde niña siempre se avergonzaba de su peso corporal, ella se miraba al espejo y se decía: “estoy gorda, que vergüenza que siento, escucho que mis amigos se burlan de mí, ya no voy a comer para que no se burlen”.

Además de esto, Rosa no quería salir de su casa, pensaba que la iban a molestar, no participaba en fiestas y cada vez más se alejaba de sus amistades”.

Contestaran las preguntas:

¿Qué hemos observado en esta narración?

¿Por qué creen que Rosa pensaría de esta manera?

¿Qué pensará Rosa acerca de su cuerpo?

Es importante crear un debate entre los alumnos. Luego de esto se preguntará: ¿Cómo se sentirá una persona que no se acepta físicamente tal como es?

**Paso 2:** Cada grupo participara con sus respuestas y el facilitador dialogará sobre la importancia de aceptar nuestro cuerpo, dando importancia a reconocer nuestras características físicas tal como somos y aceptarnos, valorándonos. Tener un auto concepto positivo de su propio cuerpo, con mejor estima personal, evitando crear complejos, ansiedad e inseguridad

### **CIERRE:**

El facilitador:

- pedirá a los participantes que se organicen por equipos de 4 o 5 integrantes
- pedirá que realicen un collage que refleje la idea de cuidar y descuidar

Los alumnos:

- Buscarán en revistas y periódicos imágenes o palabras que se vinculen con este concepto. Al término presentarán al resto del grupo lo que cada equipo.

### **ACTIVIDAD N° 3: YO ME CUIDO, TU ME CUIDAS, NOSOTROS NOS CUIDAMOS**

**OBJETIVO:** que los participantes desarrollen actitudes de respeto y cuidado hacia su cuerpo y hacia los demás.

**MATERIAL:** tarjetas con diferentes situaciones

**DURACIÓN:** 60 Minutos

El facilitador

- En lluvia de ideas preguntará a los participantes qué significa cuidar, y descuidar. Y preguntar después: En el ámbito de la sexualidad ¿Qué implicaría cuidar o descuidar a alguien?

Los alumnos:

- Responderán a los cuestionamientos del facilitador

### **DESARROLLO**

El facilitador

- Pedirá a los participantes que se organicen en equipos de 4 o 5 integrantes

- Repartirá a cada equipo una tarjeta
- Pedirá a los alumnos que lean las situaciones planteadas en las tarjetas.
- Guiará la actividad con las siguientes preguntas: ¿se trata de descuidos similares? si no ¿Por qué? ¿cuáles podrían ser las consecuencias de cada descuido?

Los alumnos:

- Discutirán cuáles fueron los descuidos en la historia que les tocó

Ejemplo de las situaciones en la tarjeta

1. Joven de 15 años que se le informo que estaba embarazada.
2. Una pareja de jóvenes, embarazados, el le dice que aborte.

#### **ACTIVIDAD N°4 : “MI CUERPO”**

**OBJETIVO:** Enseñar a los adolescentes los derechos que tienen respecto a su cuerpo, de igual modo mostrarles que el mismo no puede ser tocado, con la finalidad de prevenir su vulneración ante la violencia.

#### **MATERIAL :**

- Silueta del cuerpo humano
- Redonditos de papel de colores
- Marcadores
- Pliegues de papel sábana

**DURACION:** 90 min.

#### **DESARROLLO:**

**Paso 1:** El facilitador/a anticipará a los adolescentes que por la importancia del tema es necesaria su total atención; para ello colocará una silueta de una figura humana en el pizarrón, les preguntará a los adolescentes que es lo que ven allí.

**Paso 2:** Posteriormente dará a cada uno de ellos una trocito de papel que tendrá la forma más llamativa para los adolescentes.

**Paso 3:** El facilitador solicitará a los adolescentes que coloquen el papel de colores en una parte del cuerpo donde los adultos no pueden tocarlos.

**Cierre:** Una vez finalizada la actividad el facilitador preguntará :

- *¿Qué partes del cuerpo marcaron con los papelitos?*
- *¿Por qué creen que los adultos no pueden tocarlos allí?*
- *¿Qué debemos hacer si un adulto nos toca sin nuestro permiso?*

La dinámica permitirá a los adolescentes identificar partes del cuerpo donde los adultos no pueden ni deben tocarlos sin su consentimiento, haciéndoles conocer que además de ser una falta de respeto para ellos va en contra de su derecho de poder elegir quienes quieren que los toquen y quiénes no.

De igual modo la actividad permite mostrar la importancia del respeto y autocuidado al cuerpo.

#### **OBSERVACIONES**

- Procurar que la mayoría de los adolescentes participen en la dinámica.

- La dinámica puede ser adecuada a las características del grupo.

### **ACTIVIDAD N°5: PRACTICANDO LOS VALORES ;EXPRESO MI AFECTO!**

**Objetivo:** Desarrollar el conocimiento y la práctica de valores en los adolescentes.

**Duración:** 60 minutos

**Desarrollo:**

**Paso 1:** Solicitar a los adolescentes que se ubiquen en parejas afines (en caso de quedar un adolescente sin pareja el facilitador deberá trabajar con ellos).

**Paso 2:** El facilitador deberá dar la siguiente consigna: *“todos los adolescentes que están en el lado derecho deberán brindar una muestra de cariño al que está en frente de ustedes”*. El facilitador deberá dar el ejemplo.

**Ejemplo** *Le doy un abrazo a mi compañerito y le digo que es un buen amigo.*

**Paso 3:** Preguntar al azar: Al finalizar las muestras de cariño que realicen los jóvenes el/la facilitador/a preguntará a cada adolescente: *¿Qué han recibido de su compañera/o del lado derecho? ¿Cómo se han sentido? (se debe de tomar en cuenta al que mostro su afecto y al que recibió)*

**Cierre :** Al finalizar la actividad, el facilitador deberá reflexionar sobre los comportamientos y actitudes que nos hacen sentir bien y/o mal, así, por ejemplo: *si ayudamos a nuestro compañerito en aquello que no le es difícil lograr, el podrá sentir que lo apoyamos y que puede contar con nosotros, le haremos sentir Feliz, lo mismo si una compañerita esta triste y jugamos con ella, sabrá que tiene nuestra amistad y dejara de estar triste.*

**OBSERVACIONES:** Durante el desarrollo de la actividad muestre siempre una actitud positiva y emotiva con respecto a la muestra de afecto. Procurar que la mayoría de los adolescentes participen en la actividad.

En caso de que existan adolescentes que les cueste realizar la actividad tener paciencia y no obligarlos.

### **ACTIVIDAD N° 6: TODO LO QUE ME DICEN**

**OBJETIVO:** Analizar y reflexionar sobre factores que afectan la autoestima

**MATERIAL:**

- Papel tamaño oficio
- Bolígrafos
- Marcadores delgados
- Masking

**DURACIÓN:** 90 min

**DESARROLLO:**

**Paso 1:** El facilitador distribuirá una hoja tamaño oficio a cada participantes. Mostrando como hacerlo, doblará y cortará la hoja en ocho pedazos.

Cuando todos y todas las participantes tengan sus ocho pedazos de papel, pedirá a los y las participantes que recuerden las palabras y adjetivos negativos (palabras feas) que alguna vez les dijeron y que afectaron su autoestima y que luego escriban esas palabras en los pedazos de papel, una en cada papelito, advirtiéndoles que no es necesario llenar todos los papelitos y también abriendo la opción a alguien que necesite más papeles. El facilitador también comenzará a escribir en sus propios pedazos de papel. Una vez que hayan concluido distribuirá un trozo de masking a los y las participantes, indicando que deben pegarse los papelitos en la parte del cuerpo que quieran, de manera que se puedan

leer (el facilitador comenzará con el proceso). Cuando todos/as tengan los papelitos pegados en el cuerpo, indicará que deben movilizarse por todo el salón leyendo los papelitos de los otros/as y dejando que también lean los propios. En el proceso, quien facilita estará atento a las reacciones y comentarios, para recuperar elementos para el análisis.

**Paso 2:** Concluida esta parte del proceso, el facilitador abrirá un primer espacio de análisis.

### **Preguntas Guía**

1. ¿Cómo se sienten?
2. ¿Qué les ha hecho tener estos sentimientos?
3. ¿Qué observaron en los y las demás?
4. ¿Cómo se sintieron al ver lo que les dijeron a otros/as?
5. ¿Cómo se sienten ahora?

**Paso 3:** El facilitador retroalimentará al grupo, en el sentido de que todos y todas en algún momento de nuestras vidas, hemos sufrido ataques a nuestra autoestima, algunos y algunas más que otros/as y que lo importante es aprender a desprenderse de aquello que afecta a la autoestima. Luego se pedirá que todos y todas se sienten, colocará un basurero al centro del salón y comenzará la actividad tomando sus papelitos, revisándolos uno por uno, diferenciando y justificando entre aquellos con los que se quedará y las razones y aquellos que echa a la basura y las razones por las que lo hace.

Por ejemplo, —vago, me lo dijo x persona o una persona que yo quiero mucho, etc, pero yo trabajo, estudio, lo hago con empeño y creo que por eso no me lo merezco, así que decido quitármelo (echándolo al basurero); “enojón”, me lo dijo x persona, creo que tiene razón, muchas veces me enojo rápido, es parte de mi, he estado trabajando o voy a trabajar para no enojarme tanto, pero creo que todavía lo llevo conmigo y me lo quedo (pegándoselo nuevamente en el cuerpo).

Después de haber ejemplificado la forma de trabajo, pedirá voluntarios/as para hacerlo. Posteriormente indicará a todos/as, sobre todo los y las que no salieron como voluntarios/as, que mentalmente hagan el ejercicio y que se desprendan de aquello que les hace daño y que tienen razones para quitárselo, manifestando que es un ejercicio que tiene que ver mucho con la honestidad y el autoconocimiento de cada uno/a.

Se iniciará la etapa de análisis

### **Preguntas Guía**

¿Cómo se sienten? (Pudiendo iniciar con los voluntarios/as)

¿Qué es lo que les hace sentir así?

¿Qué es lo aprendieron al realizar esta actividad?

¿Qué pasos seguimos para realizar el ejercicio?

¿Qué tienen que ver todos esos pasos con la autoestima?

¿Cómo se puede mantener en buen estado la autoestima?

¿Cómo se vincula lo aprendido con la vivencia de la sexualidad y el cuidado de la salud sexual y la salud reproductiva?

**Cierre:** Durante el cierre, el o la facilitador/a retomará los elementos de análisis de la actividad, para reforzar el concepto de autoestima como el valor que nos otorgamos nosotros mismos/as, en función de nuestras características físicas, habilidades, cualidades presentes y ausentes. Además ayudará a visibilizar:

a) La importancia del autoconocimiento y de la autoevaluación, como procesos para identificar el nivel de nuestra autoestima.

b) La influencia que tiene el entorno, otras personas, en nuestra autoestima.

c) La posibilidad de desprendernos de elementos dañinos para la autoestima en base a un proceso de trabajo sobre el mejoramiento de habilidades y cualidades y análisis de nuestra situación actual.

d) Destacará la relación de la autoestima con la vivencia de la sexualidad y el cuidado de la salud sexual y salud reproductiva.

## **ACTIVIDAD N°7: QUIEN SOY YO**

### **OBJETIVO:**

- Reflexiona sobre si mismo/a y sus características individuales
- Realiza acciones para el autoconocimiento
- Reconoce las características de la autoestima

### **MATERIAL:**

- Papel tamaño oficio
- Bolígrafos
- Marcadores delgados

**DURACIÓN:** 90 min

### **DESARROLLO:**

**Paso 1:** De manera introductoria, el o la facilitadora, mencionará que a partir de la presente actividad, se comenzarán a revisar, las herramientas esenciales para la vivencia, cuidado y mantenimiento de la Sexualidad, la Salud Sexual y la Salud Reproductiva. Podrá realizar un resumen verbal de lo que se ha visto hasta ese momento, reforzando los mensajes necesarios, de acuerdo al diagnóstico y las evaluaciones realizadas.

**Paso 2:** Se distribuirá una hoja tamaño oficio a cada participante. Luego el o la facilitador/a (dando el ejemplo) doblará la hoja en mitades hasta llegar a tener 6 casillas. Cuando todos y todas tengan las 6 casillas, quien facilita dirá que en cada casilla, los y las participantes deberán responder:



Como soy como:

1. Persona
2. Pareja
3. Hijo o hija
4. Hermano o hermana
5. Amigo o amiga
6. Estudiante

**Paso 3:** En la parte superior de cada casilla se colocará, el título (por ejemplo, persona, pareja, etc) y se abrirá un pequeño recuadro al lado de cada título. Cuando los y las participantes hayan realizado esta acción, se dirá que todas las respuestas deben ser a través de dibujos, que está prohibido escribir. Entonces el o la facilitador/a ejemplificará en un papelógrafo, diciendo y dibujando, por ejemplo, yo como amigo/a soy muy paciente y tolerante, por eso dibujo una oreja, que me ayuda a escuchar. Luego solicitará que todos y todas dibujen en las casillas de acuerdo a lo que corresponda y una vez que terminen sus dibujos, en cada recuadro pongan un valor, un puntaje entre 1 y 100, es decir, si creo que como persona soy totalmente bueno o buena, pondré un 100 o el valor que crea que corresponde.

**Paso 4:** A la conclusión de los dibujos y de los valores, se conformarán cinco grupos. Cada participante en cada grupo deberá compartir sus dibujos (mostrándolos y explicándolos) y los valores que puso (explicando las razones para asignar ese valor). Es importante que se vaya monitoreando el trabajo de los grupos, para escuchar algún elemento que pueda ser utilizado en la etapa de análisis. Opcionalmente quien facilita también podría realizar la actividad, conjuntamente con alguno de los grupos.

**Paso 5:** Concluida esta parte, solicitará voluntarios/as que quieran compartir sus dibujos y valores con todo el grupo.

**Paso 6:** Posteriormente se entrará a la etapa de análisis:

### **Preguntas Guía**

1. ¿Cómo se sienten?
2. ¿Qué descubrieron en los dibujos y valores de los otros/as?
3. ¿Qué descubrieron sobre ustedes mismos/as?
4. Haciendo un recorrido por toda la actividad ¿Qué hemos estado haciendo? ¿Qué hemos estado tratando de identificar?
5. ¿Sus valores fueron iguales para todas las casillas?
6. ¿Cuál es la razón?
7. ¿Si hiciéramos este ejercicio de aquí a seis meses, se mantendría, cambiaría?
8. ¿Qué hemos estado trabajando?
9. ¿Cuáles serán las características de la autoestima?
10. ¿Cómo ayuda la autoestima para la vivencia de la sexualidad, para el cuidado de la salud sexual y de la salud reproductiva?

**CIERRE:** el facilitador deberá reforzar los siguientes mensajes, en base a la discusión y al respaldo teórico de las referencias conceptuales de la Guía:

- a) La autoestima como la asignación de un valor a nosotros mismos/as, en base a nuestras características físicas, habilidades, cualidades presentes y ausentes.
- b) La autoestima, como categoría variable, que puede fluctuar, en función del ámbito (pareja, estudiante), de las habilidades y cualidades.
- c) La importancia de evaluar periódicamente los ámbitos, las habilidades, las cualidades presentes y ausentes.
- d) La importancia de corregir los aspectos negativos y mejorar los positivos.

## **SESION N° 6: RELACIONES INTERPERSONALES Y COMUNICACIÓN ASERTIVA**

### **ACTIVIDAD N°1 DISCURSO ASERTIVO**

#### **OBJETIVOS:**

- Reconoce las características de la comunicación y el comportamiento no verbal
- Reconoce las características de la asertividad y su valor para la vivencia de la sexualidad y el cuidado de la salud

#### **MATERIAL:**

- Papelógrafos
- Marcadores gruesos
- Masking

**DURACIÓN:** 90 minutos

#### **DESARROLLO:**

**Paso 1:** Al inicio de la actividad, quien facilita realizará una exposición breve de los conceptos básicos de la asertividad, sobretodo destacando:

- a) Sus características y utilidad como herramienta de comunicación, para la expresión honesta, clara y adecuada de lo que se piensa, siente y quiere.
- b) Diferenciar la asertividad de la agresividad y de la pasividad.
- c) Su relación con los pensamientos, emociones y conductas, que orientan la asertividad como herramienta de comunicación, para la mantención de nuestro bienestar.

**Paso 2:** Habiendo realizado la exposición, propondrá que antes de ensayar respuestas asertivas, es necesario aprender elementos sencillos sobre la comunicación. Conformará cuatro grupos y hará que se ubiquen frente a frente. Indicará que cada grupo deberá actuar físicamente y con tono de voz de acuerdo a la instrucción que dará:

Grupo 1: Con rabia y enojo

Grupo 2: Con miedo mucho miedo

Grupo 3: Rogando, suplicando

Grupo 4: con tristeza y llanto

Grupo 5: Con firmeza, concentrado en su objetivo

**Paso 3:** Se realizará una revisión grupo por grupo, pidiendo a los grupos que muestren como es cuando se está enojado o cuando se tiene miedo, cuál es la posición del cuerpo, cuál es el tono de voz, de acuerdo a lo que corresponda.

**Paso 4:** Ahora quien facilita, dará la instrucción de que cada grupo, de acuerdo a lo asignado, debe decir la siguiente frase:

- Queremos que nos traten bien y que se respeten nuestros derechos

Cada grupo dirá la frase de acuerdo a lo indicado y se realizará un análisis breve, en base a las preguntas guía.

### **Preguntas Guía**

1. ¿Qué observaron?
2. ¿Qué reacción provocará en otro/as la forma de decir que utilizó cada grupo (recorrer todos los grupos)?
3. ¿Qué tiene que ver lo que acabamos de hacer con la comunicación?
4. ¿Qué necesitamos para poder comunicar las cosas adecuadamente?
5. ¿Cuál es la importancia del cuerpo en la comunicación?
6. ¿Cuál habrá estado más cerca de la asertividad?

**Paso 5:** Quien facilita reforzará los mensajes de:

- a) En el proceso de comunicación importa lo que se dice y cómo se lo dice
- b) Al expresar algo debe haber correlación entre lo que queremos expresar, nuestro cuerpo y nuestro tono de voz.
- c) Cada cosa que se expresa tiene una consecuencia, determinará una acción en la persona con la que nos comunicamos.

**Paso 6:** Cada grupo se ubicará en un lugar del salón, se les entregarán papelógrafos y marcadores. Cada grupo deberá responder a la siguiente situación y frases, de manera agresiva, temerosa (pasiva o con vergüenza) y asertiva en sus papelógrafos. Luego se revisarán las respuestas.

**Situación:** Llevas algún tiempo enamorando con tu chico y varias veces han llegado al punto que cuesta frenar las caricias. Lo hablan con tu enamorado y el reconoce abiertamente que quiere tener relaciones sexuales contigo. Tú no te sientes preparada y te sientes incomoda, él te dice:

### **Frases:**

- Grupo 1: ¿De qué tienes miedo?, es parte del proceso de crecer.  
Grupo 2: Hagámoslo..., todo el mundo lo hace porque es una necesidad física  
Grupo 3: Nadie se embaraza a la primera  
Grupo 4: Si lo hacemos con amor, está bien  
Grupo 5: Compartir esta experiencia nos unirá para siempre

**Paso 7:** Concluido el trabajo de los grupos, cada uno de ellos presentará inicialmente sus respuestas a las frase y situación s. Se iniciará el proceso de análisis.

### **Preguntas Guía**

- ¿Cómo influirán los pensamientos, emociones y conductas en la forma y tipo de respuesta? ¿Qué observan en las respuestas?  
¿Qué diferencias habrá en responder de forma agresiva, pasiva y asertivamente? ¿Cuáles serán las posibles consecuencias al utilizar estas formas de respuesta?  
¿Cuáles son los beneficios de responder asertivamente?

¿Cómo se relaciona la asertividad con la vivencia de la sexualidad y del cuidado de la salud sexual y salud reproductiva?

**Cierre:** En el cierre, quien facilita reforzará:

- a) Los mensajes y conceptos transmitidos en la exposición de inicio sobre asertividad
- b) Visibilizará y remarcará la importancia de la congruencia entre lo que se dice, el cuerpo y el tono de voz.
- c) Visibilizará como estar consciente de los pensamientos, emociones y conductas, coadyuva en la emisión de una conducta asertiva.
- d) Reforzará la asertividad como una herramienta para la vivencia de la sexualidad y el cuidado de la salud sexual y salud reproductiva, incluyendo la defensa de los derechos individuales.

## **ACTIVIDAD N°2 RELACIONES INTERSONALES Y COMUNICACIÓN ACERTIVA**

**OBJETIVO:** Analizar la importancia de una buena comunicación en las relaciones humanas: familiares, estudiantes y de trabajo.

**DURACIÓN:** 90 min

**MATERIALES:** papelografos, pizarra marcadores, hojas de papel, lapiceras

**Paso 1:** Se divide el grupo en 4 subgrupos. Se solicita que representen una escena de la vida cotidiana que refleje sus relaciones con Subgrupo 1: La familia Subgrupo 2: Amigos. Subgrupo 3: Compañeros de la escuela o el trabajo (según sea el caso). Subgrupo 4: Relaciones de pareja.

**Paso 2:** se realizara puntos de discusión: ¿Resultó fácil o difícil la elaboración de la escena? ¿Cómo se sintieron al representarla? ¿Qué situaciones se enfrentan? ¿Son conflictivas o no? ¿Por qué pueden estar ocasionadas? ¿Qué tienen en común? ¿Es posible transformar estas situaciones conflictivas en relaciones enriquecedoras?

**Paso 3:** Se divide al grupo entre subgrupos y se ofrece una hoja de trabajo, en la cual tienen que convertir las frases negativas que se ofrecen en frases positivas, pueden incorporar otras frases que estimen pertinente

ejemplo: Negativo: Siempre llegas tarde. Positivo: Me gustaría tanto que llegaras temprano.

### **Frase Negativa**

### **Frase Positiva**

1. Siempre llegas tarde.
2. Esa es una idea estúpida.
3. Nadie aprecia lo que hago.
4. No me grites.
5. No deberías hacer eso.
6. Que feo eres.

7. No seas menso
8. Cállate la boca.
9. No seas metiche

**Paso 4 :** habrá una discusión donde el facilitado realizara las siguientes preguntas ¿En qué forma son diferentes unas de otras? ¿Cómo se debe sentir el que recibe? ¿Hay situaciones en que pueda ayudarte la comunicación positiva? ¿Todas pudieron cambiarse? ¿Por qué?

**Paso 5 :** Realizar una Elaboración grupal para la devolución es oportuno que la o el coordinador del grupo introduzca en el debate la reflexión en torno a la importancia de valores humanos como son la tolerancia, el respeto al otro, la sinceridad, la autenticidad y la asertividad para el logro de una comunicación adecuada y de relaciones interpersonales enriquecedoras.

**Cierre:** Expresión de sentimientos: "El abrazo..." Se orienta que todas y todos se pongan de pie y busquen en el grupo otra persona para formar pareja, deben buscar a alguien con quien normalmente no se relacionan. Se ponen uno frente al otro y se miran a la cara. A medida que el facilitador va diciendo las frases van a expresar los sentimientos que este sugiera en sus frases, sin emitir ningún sonido ni gestos que no estén relacionados con la expresión de la cara.

El facilitador irá diciendo: Hoy estamos contentos porque hemos avanzado en nuestra preparación. También un poco preocupado porque nos queda mucho por aprender y hacer. Pero seguros que podemos hacer las cosas correctamente.

Por eso nos sonreímos, ahora estamos mejor preparados que antes. Sin embargo tenemos que pensar seriamente en apoyar a otros en el cambio. "AHORA SE ABRAZAN", esta última frase la dice un poco más alto. Las y los adolescentes se abrazan y la o el facilitador manifiesta que las indicaciones precisaban que todo se hiciera solo con la cara, sin embargo hay cosas que la expresión no puede hacer, entre ellos abrazar a las personas y expresar todo el cariño necesario.

### **guía para el facilitador**

elige cuidadosamente tus palabra. Se trata de un ejercicio de reflexión grupal. Se precisa sobre elementos básicos como: ¿Qué es comunicarse? ¿Es fácil comunicarse siempre? (Precisar cuándo hay situaciones de enojo, miedo, celos) Una de las mejores formas es utilizar frases que comiencen con yo: "yo pienso...yo creo. "yo me siento. "yo deseo..me gustaría..

## **SESIÓN N°7 PLAN DE VIDA**

### **ACTIVIDAD N°1 MIL Y UN MANERAS DE LLEGAR A LA META**

**OBJETIVO:** proporcionar al alumno las herramientas para que diseñen su proyecto de vida.

**DURACIÓN:** 45 minutos

### **DESARROLLO**

Todos los alumnos se colocarán en el lado del pizarrón.

El facilitador le dirá que hay mil y un maneras de llegar a la meta.

Así que los alumnos tendrán que atravesar el salón de la forma que quieran menos caminando.

Cada alumno tendrá que pasar de forma distinta y se les dirá que si uno repite será descalificado

**Cierre:** al finalizar los alumnos darán un comentario de la dinámica y como la relacionarían con su vida.

## **ACTIVIDAD N°2 dibujo de mi futuro**

**DURACIÓN:** 45 minutos

### **MATERIALES:**

Hojas de papel bon

lapiceras

### **DESARROLLO**

Se repartirán hojas blancas a cada alumno

Se les indicara que se visualicen diez años adelante y hagan un dibujo de la imagen que se visualizaron.

Al terminar su dibujo darán un pequeño comentario de su dibujo.

**Cierre:** se pedirá el comentario de todos los alumnos

## **ACTIVIDAD N°4: MIS MIEDOS ANTE EL FUTURO**

**OBJETIVO:** Analizar y concientizar los miedos irracionales y situaciones temidas.

**DURACIÓN :** 90 Minutos.

### **Materiales:**

Un salón amplio y bien iluminado, acondicionado para que los participantes puedan escribir.

Varias hojas blancas para cada participante.

Un lápiz o lapicera para cada participante.

### **DESARROLLO**

**Paso 1:** Dinámica de Animación (sin materiales).

**Paso 2:** Se indica a los participantes que imaginen la peor situación que podría ocurrirle en su vida laboral, familiar, social, etc.

**Paso 3:** Luego se pide a los participantes que lo escriban o dibujen en las hojas en blanco, todas esas ideas irracionales en diferentes situaciones.

**Paso 4:** Una vez terminada la actividad anterior, se solicita a los participantes que en forma voluntaria lean o expliquen a los demás lo que escribieron.

**Paso 5:** Luego se indica a los demás participantes que pueden hacer preguntas o hacer comentarios.

**Cierre:** Finalmente se guía un proceso para que el grupo reflexione sobre las posibilidades de que pudieran ocurrir estas situaciones y de cómo las personas generamos temores sin ningún fundamento.

## **SESIÓN N° 8: CIERRE DEL PROCESO EDUCATIVO CON UN ANÁLISIS CUALITATIVO DEL PROCESO.**

### **ACTIVIDAD N°1: RETROALIMENTACIÓN DE LO APRENDIDO Y ANÁLISIS DEL PROCESO**

**OBJETIVOS:** Fortalecer los conocimientos, acerca de los derechos sexuales y reproductivos, el autocuidado

**DURACIÓN: 30 min**

#### **DESARROLLO:**

**Paso 1:** El facilitador hará una retroalimentación de todo lo aprendido hasta hoy haciendo como única pregunta ¿qué cosas se aprendió hasta hoy?

**Paso 2:** Posteriormente el facilitador deberá fortalecer los conocimientos de los estudiantes para continuar con el desarrollo de las sesiones.

### **ACTIVIDAD N°2: APLICACIÓN DEL CUESTIONARIO POS-TEST**

**OBJETIVO:** Medir los conocimientos que tienen después de la aplicación del programa

**MATERIALES:** Cuestionario de Cierre

**DURACIÓN: 45 min**

#### **DESARROLLO**

**Paso 1:** El facilitador repartirá los cuestionarios a cada participante, pidiendo que no inicien hasta que se dé la orden de empezar; se verifica que no falte a nadie

**Paso 2:** Se da la orden de empezar diciendo: *“jóvenes y señoritas se les aplicara un pos-test cuestionario de cierre que contiene varias preguntas, por favor pedirles que respondan con toda honestidad a cada pregunta, si en caso tienen dudas levantar la mano para poder orientarles”*.

**Paso 3:** Se pide que entreguen los cuestionarios finalizando el tiempo asignado, agradeciendo su interés por responder al mismo.

**Actividad:** El buzón



**Actividad:** ¿Qué pienso que siento que hago?



**Actividad:** Mi derecho a una información completa y precisa



**Actividad:** Aprendiendo a conocernos



**Actividad:** Ayudando a prevenir





**Actividad:** Reflexionando en torno a nuestros derechos reproductivos y sexuales



**Actividad:** El bebé



**Actividad:** ¿Por qué prevenir un embarazo no planificado



## **CIERRE DEL PROGRAMA PREVENCIÓN DE EMBARAZO ADOLESCENTE**





GOBIERNO AUTÓNOMO MUNICIPAL DE LA CIUDAD  
DE TARIJA Y LA PROVINCIA CERCADO  
SECRETARÍA DE LA MUJER Y FAMILIA  
UNIDAD DE PREVENCIÓN  
Dirección: Calle Cochabamba edificio Mercado de La Loma, 2º piso  
Tel.: 66-64326 int: 226



Tarija, 17 de septiembre de 2019  
Cite: 851 /2019 U. Prev.

Señora:  
Lic. Isabel Morales  
**DOCENTE DE LA MATERIA DE ACTIVIDAD DE PROFESIONALIZACIÓN III**  
**Presente. -**

**REF.: INFORME HORAS DE PRACTICA INSTITUCIONAL DE LA**  
**UNIVERSITARIA ADRIANA DANIELA RODRIGUEZ ORTEGA**

De mi mayor consideración.

Mediante la presente me dirijo a su autoridad con la finalidad de informarle las horas de la práctica institucional que hasta la fecha está ejecutando la Universitaria Adriana Daniela Rodriguez Ortega con CI. 7163503 Tja., estudiante de la carrera de psicología, que está aplicando el “Programa de Prevención de Embarazos Adolescentes dirigido a estudiantes del nivel secundario de las Unidades Educativas Santa Ana la Nueva y el Portillo del área rural de la ciudad de Tarija” que se detalla a continuación:

- 260 horas Unidad de Educativa Santa Ana la Nueva
- 240 horas Unidad Educativa El Portillo

Contabilizando desde fecha 21 de marzo hasta 31 de agosto de 2019.

Sin otro particular motivo, me despido con las consideraciones más distinguidas.

Atentamente,

  
**Lic. Ricardo Torrejón Morales**  
JEFE UNIDAD DE PREVENCIÓN  
SECRETARÍA DE LA MUJER Y LA FAMILIA  
G.A.M.T.

  
**Lic. Ricardo Navarro**  
DIRECTOR U.E.

  
**Lic. Santiago C. Gutiérrez Medina**  
DIRECTOR

  
UNIDAD EDUCATIVA  
EL PORTILLO  
SIE. 81730132  
EDIFICIO. 81730079

  
ESTADO PLURINACIONAL DE BOLIVIA  
UNIDAD EDUCATIVA  
SANTA ANA LA NUEVA  
SIE 81730142  
DISTRITO CERCADO, TARIJA

## A QUIEN CORRESPONDA


El suscrito, a petición verbal de la parte interesada y para los fines consiguientes, mediante el presente documento,

### CERTIFICA:

Que, revisada la Práctica Institucional titulada: **PROGRAMA DE PREVENCIÓN DE EMBARAZOS DIRIGIDO A ESTUDIANTES DE NIVEL SECUNDARIO DEL ÁREA RURAL DE LA CIUDAD DE TARIJA 2019** presentada por la postulante **ADRIANA DANIELA RODRÍGUEZ ORTEGA** para optar el Grado Académico de Licenciatura en **PSICOLOGÍA** de la Universidad Autónoma "Juan Misael Saracho", se evidencia que cumple con todos los requisitos exigidos por la gramática pues tanto la redacción como la organización de las oraciones y de los párrafos permiten la correcta comprensión de los pensamientos centrales que conforman el texto general.

Por otra parte, la aplicación correcta de la acentuación y de la puntuación y, sobre todo, el empleo del vocabulario propio del área, le dan al trabajo final el nivel académico que le corresponde.

Tarija, 03 de Octubre de 2019

  
Lic. J. Gonzalo Anerva I.  
Lic. J. Gonzalo Anerva Odiáquez  
Mat. Prof. A-0076  
Profesor de Lenguaje