

I. Planteamiento del Problema y Justificación de la Práctica Institucional

1.1 Planteamiento del problema

La sexualidad es un aspecto central del ser humano, presente a lo largo de su vida, abarcando al sexo, las identidades y los papeles de género, el erotismo, el placer, la intimidad, la reproducción y la orientación sexual. La salud de los adolescentes es un tema que suscita cada vez más interés en todo el mundo, por la mejor comprensión de las características de esta edad para la salud pública y también por las condiciones cambiantes de la sociedad que añadidas a la modificación de las conductas de estos grupos, han generado nuevos riesgos para su salud. Esto se refiere especialmente a la Salud Sexual y Reproductiva.

La Organización Mundial de la Salud (OMS), define la adolescencia como la etapa que transcurre entre los 10 y 19 años. Normalmente la dividen en dos fases; adolescencia temprana de 12 a 14 años y adolescencia tardía de 15 a 19 años. En cada una de estas etapas se presentan cambios fisiológicos (estimulación y funcionamiento de los órganos por hormonas femeninas y masculinas), estructurales (anatómicos), psicológicos (integración de la personalidad e identidad) y la adaptación a los cambios culturales y/o sociales.¹

La sexualidad del adolescente no es sólo un fenómeno Psicofisiológico, sino también sociocultural. Los valores, costumbres y control sexual de la sociedad en que vive el adolescente determinan en gran parte su actitud y comportamiento sexual; por esta razón es importante motivarlos a ser líderes de sus propias vidas y líder para los demás.

“El liderazgo es el conjunto de habilidades que posee una persona para influir y motivar a los demás. Estas habilidades son esenciales para alcanzar el éxito dentro del ámbito laboral y personal. Es fundamental que los adolescentes y jóvenes comprendan la importancia del liderazgo. Esto los ayudará a tomar mejor las riendas de su futuro.”²

¹ Salud, S. d. (20 de agosto de 2015). *¿Qué es la adolescencia?* Obtenido de Secretaria de Salud, Gobierno de Mexico: <https://www.gob.mx/salud/articulos/que-es-la-adolescencia>

²Peru, L. (20 de marzo de 2017). *Cómo impulsar el liderazgo entre los adolescentes*. Obtenido de LIFE PERU: <https://life.pe/como-impulsar-el-liderazgo-entre-los-adolescentes/>

La importancia que tiene hoy en día el tema de la sexualidad hace que merezca mayor atención, sobre todo algunos de sus aspectos, como el embarazo no planificado en la adolescencia, las prácticas sexuales a temprana edad, las infecciones de transmisión sexual, el aborto, entre otros; fenómenos cuyos causantes pueden deberse a la falta de información, o que ésta sea inadecuada. La falta de conocimientos sobre sexualidad genera una gran problemática social debido a la escasa preparación que tienen los jóvenes para enfrentar su vida sexual con responsabilidad, sumado al hecho de que su poca madurez, no les permite visualizar la magnitud de los problemas que se presentan en esta edad. Esto impide que ejerzan un liderazgo adecuado, lleno de conocimientos para una acertada toma de decisiones.

De ahí que las políticas de salud o de educación deben estar centradas en este sector, las cuales deben de partir desde sus características, necesidades, problemas o expectativas ya que se observa que la educación sexual es poco tratada por padres, maestros y representantes; las pocas veces que se atreven a tocar el tema lo hacen de una manera ortodoxa, considerando que las materias de Biología y Psicología, brindan la información suficiente sobre el tema de la sexualidad, pero resulta ser una información superficial, no se ahonda más en el tema, ya sea por la falta de comunicación o de un mancomunado entre maestros, padres y representantes de la educación, que permite encontrar la manera correcta de hablar de sexualidad con la mayor claridad y naturalidad, como lo demanda en la actualidad. Esta realidad causa que muchos estudiantes adolescentes se dirijan en una búsqueda de información a cualquier fuente no especializada en la temática, que a veces puede resultar errónea o imprecisa.

De acuerdo a la problemática actual se presenta a continuación datos obtenidos de diversas fuentes:

La Encuesta Nacional de Adolescencia y Juventud (ENAJ 2008)³, realizada en 17 ciudades capitales e intermedias, nos revela también datos muy importantes en relación a este tema. Aunque el conocimiento sobre métodos anticonceptivos entre adolescentes hombres y mujeres es relativamente alto (4 de cada 5 adolescentes y jóvenes conocen algún método

³ UNFPA, V. d. (2009). Encuesta Nacional de la Adolescencia y la Juventud 2008. *Encuesta Nacional de la Adolescencia y la Juventud 2008* (pág. 12). La Paz- Bolivia: Quatro Hnos.

anticonceptivo), su uso es relativamente bajo. El 37% de mujeres entre 15-19 años usa un método anticonceptivo. Además, es importante resaltar que aunque el 92% de adolescentes entre 15-19 años conoce el condón, sólo el 29% lo utilizó durante su primera relación sexual. No solo son embarazos no planificados el problema, también lo es la incidencia del contagio de las enfermedades de transmisión sexual. Según el Programa Nacional ITS/VIH/SIDA y Hepatitis virales, se tiene que 78% de los casos diagnosticados con VIH/SIDA en Bolivia 1984-junio 2018 se encuentran entre las edades de 15 a 24 años.⁴

A nivel departamental, entre 2010 y 2011 en Tarija se registraron 2.737 embarazos adolescentes de entre 15 y 18 años, que equivalía a decir que, de cada 100 mujeres embarazadas 14 fueron menores de edad. (Programa de Atención Integrada al Continuo del Curso de la Vida). En 2017, el Servicio Departamental de Salud SEDES, reportó 2.603 adolescentes menores de entre 15 y 19 años embarazadas; 7 adolescentes embarazadas por día en el departamento.

A través de la historia se ha demostrado que la educación sexual ha sido prohibida, mala o indebida. Hablar de sexo es todavía para muchas personas, despertar en los jóvenes adolescentes, ideas y pensamientos malsanos y creen que, al callar y no mencionar temas sexuales, dejan de existir los problemas relativos a ellos. Es curioso que algunas familias se asombren y preocupen demasiado para evitar por todos los medios posibles tratar temas de sexo, pensando que así hacen lo mejor para sus hijos.

En el estudio realizado por Reyes Evelin (2017) en el “Programa de capacitación en educación sexual con estudiantes de primero a sexto de secundaria” se comprobó que el 81% de los estudiantes desconocen los derechos sexuales y tienen una actitud negativa en lo referente a la sexualidad y habilidades para la vida, por los prejuicios.

Los prejuicios y la falta de información evitan que la educación sexual llegue a los jóvenes lo que se refleja en las tasas de embarazo. Se educa a los jóvenes pero se los educa para prevenir embarazos o evitar enfermedades de transmisión sexual, pero no sobre lo verdadero de sexualidad que de acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (OMS) se define como:

⁴ IDH. (junio de 2018). *Estadísticas VIH Programa Nacional 2018*. Obtenido de Instituto para el Desarrollo Humano: <http://www.idhbolivia.org/images/Estadisticas/EstadisticasVIHJunio2018.pdf>

“Un aspecto central del ser humano, presente a lo largo de su vida. Abarca al sexo, las identidades y los papeles de género, el erotismo, el placer, la intimidad, la reproducción y la orientación sexual. Se vivencia y se expresa a través de pensamientos, fantasías, deseos, creencias, actitudes, valores, conductas, prácticas, papeles y relaciones interpersonales”⁵

La sociedad ofrece a los adolescentes mensajes contradictorios sobre la sexualidad: por un lado, incita al consumo y a la búsqueda de emociones positivas y búsqueda de placer, invita a la actividad sexual, pero niega la educación sexual correcta en la familia y en la escuela. La televisión, la publicidad valida las relaciones sexuales, hay permisividad de horarios y actividades, pero los padres no asumen que sus hijos y sobre todo hijas adolescentes tengan actividad sexual. Es como si la sociedad regalara un coche a cada joven sin antes enseñarle a conducir. Los adolescentes creen que la información que obtienen de sus amigos, televisión, internet es la correcta y no se atreven a comunicarse y preguntar las dudas a sus padres o maestros por temor o porque se creen independientes y libres para decidir.

Los adolescentes necesitan una orientación positiva de personas con un buen liderazgo en la temática, que permitan a los mismos reforzar sus habilidades para la vida, conocer y debatir sus derechos sexuales, capaces de fortalecer su autoestima, decisiones, y valores que permitan la convivencia pacífica, siendo ellos mismos quienes tomen la decisión correcta para vivir una sexualidad con responsabilidad y formándose en personas con un liderazgo productivo para el beneficio de la sociedad.

Por lo anteriormente mencionado surge la necesidad en la presente práctica institucional, aplicar uno de los programas del “Centro de Investigación Educación y Servicio” CIES, Salud Sexual y Reproductiva. Este programa está orientado al desarrollo de competencias y habilidades en el marco del cambio de comportamiento, para el cuidado de la salud sexual y reproductiva, es para brindar una información adecuada con metodología más actual para los adolescentes, programa que se desarrolló anteriormente en otras unidades educativas, obteniendo resultados positivos; por lo que se procederá por primera vez a trabajar con la Unidad Educativa “Lidia de Campos”

⁵ Lic. Santos Benetti. (8 de agosto de 2011). *Sexualidad, que es*. Obtenido de Formacion Integral: <http://formacion-integral.com.ar/website/?p=17>

desarrollando el “Programa de Capacitación en liderazgo y sexualidad” con estudiantes de primero a sexto de secundaria.

1.2 Justificación de la práctica institucional

La Práctica Institucional se ejecutó porque existe la necesidad de brindar una educación sexual integral en base a una información clara que permita a los adolescentes tomar conciencia de la importancia de una salud sexual y reproductiva responsable, para que sean líderes de sus vidas a través de las herramientas proporcionadas.

Las investigaciones revelan que la mayoría de los adolescentes carecen de los conocimientos necesarios para tomar decisiones de manera responsable, por lo que son vulnerables a la coacción, las infecciones de transmisión sexual y los embarazos no deseados.

Para que los adolescentes protejan su salud, su bienestar y su dignidad, tienen que conocer sobre derechos, deberes, igualdad de género, comunicación, sexualidad, etc., es necesario implementar programas de educación sexual integral que ayuden a fomentar el empoderamiento de todos los adolescentes, para superar las barreras sociales y culturales que colocan a los adolescentes en riesgo de embarazos no planificados e infecciones de transmisión sexual, porque dicho tema en nuestra sociedad aún se considera un tabú, o un tema delicado para hablarlo abiertamente.

La presente Práctica Institucional tiene relevancia, ya que trabaja un tema actual a través de la participación, escucha activa con los adolescentes promoviendo el debate, despejando dudas y hablando abiertamente de una temática que aún es un difícil conversar con los padres o maestros, para que los adolescentes sean líderes y responsables de su sexualidad.

El programa beneficia primeramente a los estudiantes adolescentes que cursan primero a sexto de secundaria de la unidad educativa “Lidia de Campos” de la ciudad de Tarija, proporcionando información que les permita tomar decisiones a lo largo de su vida; de manera secundaria se beneficia a los maestros en la ampliación de sus conocimientos sobre liderazgo y sexualidad, a los padres y toda la comunidad educativa adaptando previamente a su contexto y políticas institucionales la reflexión de actitudes y prácticas en base a la construcción de una vida sexual y reproductiva saludable.

El *aporte teórico*, se refiere a los diferentes conceptos, definiciones, teorías y toda la literatura científica respecto al tema, que permita una mejor comprensión del objeto de estudio, el cual es la sexualidad y liderazgo en adolescentes.

El *aporte práctico* consiste en la información sobre los conocimientos que tienen los adolescentes con respecto a la sexualidad y aportar a la institución un respaldo del impacto de su programa y proveer a los adolescentes, técnicas y herramientas, con la aplicación del programa de formación en la temática, los y las estudiantes podrán adquirir: conocimientos, actitudes y habilidades que les permitan tomar decisiones de forma responsable en el ejercicio de su sexualidad, orientada al cumplimiento de proyectos de vida. Asimismo, posibilitará a futuros investigadores y a la población en general tener conocimientos verídicos al momento de abordar temáticas relacionadas a la sexualidad.

El *aporte metodológico* que se brindó estuvo basado en la revisión y adaptación del programa que posteriormente fue aplicado; para el mismo se aportó con una serie de actividades que complementaron al programa base brindado por la institución, aportando con las siguientes actividades: En sexualidad y derechos, así también en habilidades para la vida, cuyo objetivo es fortalecer los temas abordados a través de las actividades planteadas. También contribuir a los estudiantes al recabar información acerca del antes y después de la aplicación del programa.

II. Características y Objetivos Institucionales

2.1 CIES

2.1.1 Antecedentes

CIES Salud Sexual Salud Reproductiva, inicia sus actividades en Tarija el 15 de octubre de 1992, en las instalaciones de la Federación Sindical de Constructores, con un médico y una enfermera que brindaban sus servicios como un Centro de Orientación Familiar que se desarrollaba con la filosofía de la Atención Primaria en la Salud, Epidemiología Comunitaria y la búsqueda de la equidad entre sexos, donde la participación popular es considerada el eje central del desarrollo y de una transformación solidaria y sostenible en la salud.

A 24 años de inicio de actividades, CIES Tarija se convierte en una institución reconocida en el departamento, cuenta con una Clínica Modelo en Salud Sexual y Reproductiva, equipada con tecnología de punta y con un equipo multidisciplinario calificado y muy comprometido con la misión y visión institucionales, que presta atención integral médico-educativa especializada a la población. Con una sucursal estratégicamente ubicada en la ciudad.

2.1.2 Misión

Somos una organización de desarrollo social privada y sin fines de lucro que contribuye al ejercicio de los Derechos Sexuales y Derechos Reproductivos para mejorar la calidad de vida de la población boliviana urbana y rural, con énfasis en aquella que vive en situaciones de vulnerabilidad. Desarrollamos el modelo de promoción y asistencia en salud sexual y salud reproductiva CIES, que contiene un abordaje integral e innovador, con enfoque de género, generacional e intercultural.

2.1.3 Visión

Organización de excelencia en derechos sexuales y derechos reproductivos que contribuye a que la población boliviana ejerza sus derechos. Reconocida nacional e internacionalmente por su liderazgo, efectividad y desempeño, que cuenta con un equipo multidisciplinario calificado, motivado y comprometido y es altamente sostenible social, técnica y financieramente.

2.2 Unidad Educativa “Lidia de Campos”

2.2.1 Misión

La unidad educativa Lidia de Campos es una institución educativa que forma estudiantes de manera integral y holística con mentalidad creativa, solidaria y productiva, fortalecida en el desarrollo del pensamiento innovador y la educación en valores favoreciendo la relación armónica en la familia y la comunidad enmarcadas en la práctica de los derechos fundamentales de equidad, tolerancia, justicia y paz.

2.2.2 Visión

Ser una institución que imparte una educación de calidad y excelencia, desarrollando prácticas educativas basadas en los fundamentos pedagógicos actuales, construyendo el conocimiento de forma integral y holística impulsando el pensamiento creativo y productivo a través del uso de las tecnologías modernas aplicadas a la formación de niños y jóvenes, consolidando la identidad sociocultural en un ambiente comunitario propositivo y calidez humana.

III. Objetivos de la Práctica Institucional.

3.1 Objetivo general

- Fortalecer el conocimiento sobre sexualidad y liderazgo desarrollando destrezas y habilidades en los estudiantes de 1ro a 6to de secundaria que asisten a la Unidad Educativa “Lidia de Campos” de la ciudad de Tarija provincia Cercado, gestión 2019.

3.2 Objetivos específicos

- Diagnosticar el nivel de conocimiento sobre liderazgo y sexualidad de los estudiantes de 1ro a 6to de secundaria que asisten a la Unidad Educativa “Lidia de Campos” de la ciudad de Tarija provincia Cercado, gestión 2019.
- Implementar el “Programa de Capacitación en Liderazgo y Sexualidad”, a los estudiantes de 1° a 6° de secundaria de la Unidad Educativa “Lidia de Campos”. A través de una metodología activo-participativa, con el desarrollo de talleres referentes a: sexualidad y derechos, género, salud sexual y salud reproductiva, enamoramiento, infecciones de transmisión sexual, métodos anticonceptivos, y habilidades para la vida.
- Evaluar el impacto de la aplicación del programa, en la Unidad Educativa “Lidia de Campos” de la ciudad de Tarija provincia Cercado, gestión 2019.

IV. Marco Teórico

El contenido que se exhibe en el presente capítulo presenta información adecuada progresiva de lo que la sexualidad humana debe requerir para su formación en todos los contextos humanos, logrando una sexualidad plena y responsable a través de la comunicación equilibrada con el otro sexo, dentro del contexto de respeto y responsabilidad.

4.1 Educación sexual

La educación sexual ayuda a las personas a obtener la información, las herramientas y la motivación necesarias para tomar decisiones saludables sobre el sexo y la sexualidad. Es necesaria, ya que las personas somos sexuadas desde que nacemos.

Se debe tener en cuenta que los adolescentes pagan un precio muy alto cuando inician relaciones sexuales sin tener en cuenta la educación y responsabilidad que esto representa ante la salud de ellos y la sociedad, puesto que tienen mayores riesgos para contraer ITS y en el momento del parto, por la inmaduración del organismo y las más altas de morbilidad y mortalidad de niños y madres se encuentra en este grupo poblacional, además de los problemas sociales como desempleo y violencia intrafamiliar.

Sin embargo, la sociedad establece formas de dividir el trabajo a partir de las diferenciaciones anatómicas sexuales; les atribuyen características a varones y mujeres; establecen rituales para organizar familias; explican el origen de los bebés; asignan roles según la edad y el sexo; construyen pautas para la realización de los partos y la crianza de los niños; asignan roles variados a varones y mujeres, etc. Sin proponérselo explícitamente inciden en la construcción de formas básicas de comportamientos en varones y en mujeres. Es decir, proporcionan una educación sexual sin que haya una intención explícita, naturalizando sus creencias sobre aquello que consideran que deben hacer varones y mujeres por ser tales.

En tal sentido se puede afirmar “que la educación sexual se produce inevitablemente en cada sociedad, de manera no intencional, incidental o espontánea como parte del proceso de socialización.”⁶

4.2 Adolescencia

Se conoce que la adolescencia es una etapa de transición de la niñez a la etapa adulta en el transcurso de este proceso de transformación, (que no le resulta fácil) muchas veces lo desconcierta o le provoca miedo e inseguridad; el adolescente suele presentar algunas manifestaciones preocupantes del punto de vista de los adultos de su entorno. El adolescente se siente extraño y ya no puede recurrir a sus padres para aclarar sus dudas porque para él ya no representan una fuente del saber y confianza.

La adolescencia es el periodo de transición entre la niñez y la adultez, en el cual se dan una serie de cambios cualitativos, tanto en lo físico como en lo psicológico (conductas, pensamientos, afectos y roles sociales). Adolescencia viene del latín **adolescere**, que significa crecer hacia la madurez, ya que el individuo deja de ser niño y se convierte en adulto.⁷

La adolescencia es una etapa entre la niñez y la edad adulta, que cronológicamente se inicia por los cambios puberales y que se caracteriza por profundas transformaciones biológicas, psicológicas y sociales, muchas de ellas generadoras de crisis, conflictos y contradicciones, pero esencialmente positivos. No es solamente un período de adaptación a los cambios corporales, sino una fase de grandes determinaciones hacia una mayor independencia psicológica y social. Es difícil establecer límites cronológicos para este período; de acuerdo a los conceptos convencionalmente aceptados por la Organización Mundial de la Salud, la adolescencia es la etapa que transcurre entre los 10 y 19 años.⁸

El adolescente se encuentra en una etapa donde deja de ser niño, pero no es un adulto, debe aprender a ser responsable y afrontar las transformaciones físicas y cognitivas que trae esta

⁶Santos, H. (2007). Socialización y educación sexual. . *Educación sexual en la escuela. Perspectivas y reflexiones.*, 6-7.

⁷Guerrero, R. (2017). Adolescencia y Pubertad. En R. Guerrero, *PSICOLOGIA DE LA ADOLESCENCIA* (pág. 15). Tarija: Tarija.

⁸ Aliño, P. (2002). Capitulo 1 El concepto de adolescencia. En MINSAP, *Manual de Prácticas Clínicas para la atención integral a la salud en la adolescencia* (pág. 16). Habana-Cuba.

etapa, tales transformaciones se encuentran mediadas social y culturalmente, lo que le brinda al individuo su particularidad en la configuración de su identidad. No debe desconocerse tampoco la influencia social en cuanto a consumos culturales que condicionan muchas veces los patrones conductuales y la existencia de subculturas conformadas por los propios estudiantes.

La Organización Mundial de la Salud considera dos fases: la adolescencia temprana (10 a 14 años) y la adolescencia tardía (15 a 19 años).

4.2.1. Características de la adolescencia temprana

Esta etapa se caracteriza por el crecimiento y desarrollo somático acelerado, inicio de los cambios puberales y de los caracteres sexuales secundarios. Preocupación por los cambios físicos, torpeza motora, marcada curiosidad sexual, búsqueda de autonomía e independencia, por lo que los conflictos con la familia, maestros u otros adultos son más marcados. Es también frecuente el inicio de cambios bruscos en su conducta y emotividad.

4.2.2. Características de la adolescencia tardía

En esta fase se ha culminado gran parte del crecimiento y desarrollo, el adolescente va a tener que tomar decisiones importantes en su perfil educacional y ocupacional. Se ha alcanzado un mayor control de los impulsos y maduración de la identidad, inclusive en su vida sexual, por lo que está muy cerca de ser un adulto joven.⁹

4.3. Sexualidad

La sexualidad está presente a lo largo de la vida del ser humano, es parte de la personalidad e identidad de cada individuo; es así que tenemos las siguientes definiciones:

Arriaga, L., sexólogo chileno, en su obra “Educación Sexual y Familiar” se refiere a que “Nadie desconoce hoy, que la sexualidad es parte de la personalidad... Decir sexualidad, no nos puede inducir solamente a pensar en genitales o coitos, ella es la profundidad y extensión de la personalidad con sus sentimientos, conductas, valores, conocimientos, que conllevan el ser varón o el ser mujer.”¹⁰

⁹ Aliño, P. (2002). Capítulo 1 El concepto de adolescencia. En MINSAP, *Manual de Prácticas Clínicas para la atención integral a la salud en la adolescencia* (pág. 17). Habana-Cuba.

¹⁰ Ledezma, R. R. (Junio de 2012). *Para educar la sexualidad*. Obtenido de Contribuciones a las Ciencias Sociales: www.eumed.net/rev/cccss/20/

Se considera sexualidad al conjunto de procesos emocionales y comportamentales que intervienen en todas las etapas del ciclo de vida de un individuo, a lo largo de su desarrollo.¹¹

Observando las anteriores definiciones, se puede afirmar que la sexualidad se vive día a día a través de pensamientos, fantasías, aptitudes, valores, conductas y relaciones interpersonales; aunque no todas se expresan, porque la sexualidad está influida por los factores sociales, psicológicas, biológicas, económicas, culturales, legales, religiosos y espirituales, los cuales nos enmarcan en un límite a nuestra conducta.

Inicialmente, es necesario establecer el planteamiento de los pilares esenciales sobre los cuales la sexualidad está construida.

4.3.1. Pilares de la sexualidad

Según Rubio A. Eusebio, en su obra “Introducción al Estudio de la Sexualidad Humana” (1994) citado en el programa de sexualidad y liderazgo de Cíes (CIES, 2014, págs. 89-93), hace referencia a los siguientes tres pilares:

Pilar Biofisiológico

Proporciona el potencial inicial de vivencia de la sexualidad está relacionado directamente con el cuerpo, a través del cual se va construyendo y articulando la experiencia. Sin el cuerpo, la posibilidad de experimentar e interactuar con el entorno y con otros seres humanos, no sería posible.

Pilar Psicológico

Se encuentra vinculado a la estructura psíquica, procesos cognitivos y estructura afectiva de las personas, es el que permite dar un significado a la experiencia, es a través del cual se va construyendo toda la estructura afectiva del sujeto, sus sistemas de creencias, de valoración y de representación, no sólo del entorno y de la realidad, sino fundamentalmente de sí mismo.

Pilar social

Este pilar se encuentra relacionado con el comportamiento y características de los individuos en cuanto seres sociales, en sus diferentes esferas (pareja, familia, entorno), donde se evidencian

¹¹ Goldstein, B. (2006). Dialectica de la sexualidad. En B. Goldstein, *Sexualidad para padres e hijos* (pág. 9). Buenos Aires- Argentina: ALBATROS.

patrones y pautas de comportamiento, creencias, normas, moral, y valores que son compartidos por las y los miembros de un grupo social en específico, se modifican en el tiempo y son variables de un grupo social a otro, además de coadyuvar a la estructuración de un contexto socio cultural que determina las formas de interacción entre las personas. Es el marco contextual en el que el ser humano se desarrolla y que se traduce en un punto de referencia a través del cual, el aprendizaje cobra sentido.

4.3.2. Subsistemas básicos de la Sexualidad

Según el sexólogo Eusebio Rubio, citado en el libro “Sexualidad humana” propone un modelo de la sexualidad basada en la teoría de sistemas, propuesta por Ludwig von Berthalanffy en 1945, la cual está conformada por cuatro holones o subsistemas sexuales, de modo que la sexualidad está concebida o contenida en cuatro sistemas o subsistemas: reproducción, género, erotismo, vínculo.¹²Los cuales se detallan a continuación:

4.3.2.1 Subsistema uno, reproductividad humana

La reproductividad humana incluye la potencialidad humana de reproducir, no solamente características biofisiológicas, sino también patrones socioculturales, ideología, y todos aquellos componentes que estructuran la complejidad de la vivencia de las y los individuos. Desde esta óptica la reproductividad es también familiar, generacional y ante todo, un hecho social.

Comportamientos sexuales responsables

Se expresa en los planos personales, interpersonales y comunitarios. La persona que practica un comportamiento sexual responsable se caracteriza por vivir la sexualidad con autonomía, madurez, honestidad respeto, consentimiento, protección, búsqueda de placer y bienestar.¹³

¹² García, A. (2008). 3.Psicología y sociología de erotismo. En I. Arango, *Sexualidad humana* (p. 34). Mexico: El Manual Moderno.

¹³ Zamora, B. (18 de marzo de 2011). *Conceptos básicos sobre sexualidad humana*. Obtenido de http://es.slideshare.net/janis_nerbet/conceptos-bsicos-sobre-sexualidad-humana-7302988

4.3.2.2 Subsistema dos, el género

En relación al género el punto de partida para su comprensión es precisamente la base biológica (dimorfismo – sexo), a través de la cual se va construyendo la identidad de género. El género es pues la construcción humana que hacen las y los individuos respecto a su pertenencia a uno u otro sexo, resulta evidente que el significado de ser mujer o de ser hombre, se encuentra ampliamente influido tanto por patrones socioculturales, pero también por las experiencias individuales.

Este subsistema se refiere a la identidad individual del individuo, esto es, al marco interno de referencia que le permite responderse quién es: hombre o mujer; la expresión social de la identidad genérica es lo que se llama rol sexual. El género y su institucionalización en los guiones o roles que uno u otra desempeñan en el plano social, es lo que regula las relaciones humanas de poder.

Identidad de Género: Define el grado en que cada persona se identifica como masculino o femenina o alguna combinación de ambos. Es el marco de referencia interno, construido a través del tiempo, que permite a los individuos organizar un auto concepto y a comportarse socialmente en relación a la percepción de su propio sexo y género.¹⁴

4.3.2.3 Subsistema tres, erotismo

El erotismo se refiere a la capacidad humana para sentir placer, a través de las sensaciones experimentadas por el cuerpo. Estas sensaciones asumen un significado de acuerdo con la cultura a la que se pertenece y con las vivencias personales, lo que hace del erotismo también una categoría construida.

Se remite a las experiencias identificadas como sexuales, a los procesos humanos en torno a los cuales se organizan la excitación sexual, el orgasmo, la vivencia del placer y las construcciones mentales alrededor de esa vivencia.

¹⁴ Sigcha, B. (4 de junio de 2011). *Sexualidad humana*. Obtenido de <http://es.slideshare.net/JulioSigchaBaez/sexualidad-humana-presentacion>

4.3.2.4 Subsistema cuatro, vinculación afectiva

La afectividad humana, tiene que ver con el desarrollo de los vínculos afectivos desarrollados por los seres humanos, tanto históricamente como especie, como en las historias individuales de cada persona. Se define específicamente como:

Si bien se reconoce que el amor es una de las principales formas de vinculación, es necesario comprender que también se debe incluir todas las emociones que el ser humano es capaz de experimentar, así como los significados que se les asigna, pues de ellos deriva la enorme complejidad de las interrelaciones humanas.

El enfoque sistémico de la sexualidad, cubre prácticamente todas las áreas de desarrollo y vivencia del ser humano, lo que implica poder tener una visión de la sexualidad como totalidad, que rompe las barreras de la genitalidad y del coito.¹⁵

4.3.3. Salud Sexual y Salud Reproductiva

Salud Sexual: Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), define, “La salud sexual es un estado de bienestar físico, mental y social en relación con la sexualidad, y no solamente la ausencia de enfermedad, disfunción o malestar”.¹⁶

Salud Reproductiva: Definida como la capacidad de disfrutar una vida reproductiva satisfactoria, con la libertad para decidir sobre la procreación o no de hijos/hijas, cuándo y con qué frecuencia.¹⁷

4.3.3.1. Derechos sexuales y reproductivos:

Los derechos sexuales y reproductivos son el derecho de cada individuo a:

- La toma de decisiones reproductivas, incluyendo la elección de casarse y de determinar el número y el espaciamiento de sus hijos, y el momento de tenerlos.

¹⁵ Rubio, D. E. (s.f.). *Holones de la Sexualidad*. Obtenido de Biblioteca de amssac: <http://www.amssac.org/biblioteca/potencialidadeshumanas/>

¹⁶ OMS. (2018). Organización Mundial de la Salud. *La salud sexual y su relación con la salud reproductiva: un enfoque operativo [Sexual health and its linkages to reproductive, P 3.*

¹⁷ Alfaro, J. (2014). ITS/Vih-SIDA/ITR. En J. Alfaro, *Guía de liderazgo y Sexualidad* (p 112). La Paz-Bolivia: Alpha Graphics-2113378.

- La seguridad sexual y reproductiva, incluyendo el derecho de no padecer violencia ni coacción sexuales.
- Estar informado y tener acceso a métodos de planificación familiar de su propia elección seguros, efectivos, asequibles y aceptables. Esto incluye otros métodos de su elección para regular su fertilidad que no violan la ley.
- Tener acceso a los servicios de atención de la salud pertinentes que permitan a la mujer pasar sin peligros las etapas de embarazo y parto, ofreciendo a las parejas las mejores oportunidades de tener un hijo sano.
- Información y los recursos necesarios para ejercer estas elecciones.¹⁸

4.4. Infecciones de transmisión sexual (ITS)

Las ITS son enfermedades infecciosas, que pueden transmitirse de una persona a otra durante una relación sexual vaginal, anal, u oral.

Son enfermedades, es decir, alteraciones de la salud, algunas pasan casi inadvertidas o producen pocos trastornos y otras dan unos síntomas más graves. Son infecciosas, cuando su causa suele ser un microorganismo (un ser vivo muy pequeño) que sólo se ve con microscopio. Hay varios tipos: hongos, bacterias y virus. En cambio, otras se pueden ver a simple vista como las ladillas o piojos del pubis.¹⁹

4.4.1. Descripción de las ITS más comunes

Esta información fue extraída de los contenidos de respaldo de la Guía de Liderazgo y Sexualidad brindada por Cíes.

Gonorrea: es una infección, llamada también blenorragia o gota matinal, se transmite por vía sexual y se presenta frecuentemente en población adolescente. Esta enfermedad puede presentarse en forma asintomática entre 5 a 10% de los hombres infectados y entre el 30 a 60% de las mujeres infectadas.

¹⁸ Brief, I. (Junio de 2013). *EPF*. Obtenido de Intelligence Brief : https://www.epfweb.org/sites/epfweb.org/files/epf_ib_1_srhr_basics_-_spanish_final.pdf

¹⁹ Villegas, R. (1994). ENFERMEDADES DE TRANSMISIÓN SEXUAL. *SALUD 5. Instituto Andaluz de la Mujer*, p 1.

Sintomatología

En el hombre: ardor al orinar, secreción uretral purulenta, frecuencia urinaria aumentada.

En la mujer: secreción vaginal purulenta, frecuencia urinaria aumentada, ardor al orinar.

Cuando no se realiza tratamiento adecuado, pueden presentarse complicaciones entre ellas inflamación del aparato genital y esterilidad.

Clamidia: la clamidiasis es una enfermedad infectocontagiosa que se transmite por vía sexual. El agente causal es la *Chlamydia trachomatis*. El periodo de incubación es de 7 a 21 días. Es una de las ITS, que menos síntomas presenta.

Sintomatología

En el hombre: flujo uretral acuoso, no siempre profuso, amarillento. A veces presenta disuria leve (dolor o ardor al orinar).

En la mujer: flujo o secreción escaso, y mucoso, a veces con ardor al orinar, prurito (picazón) vulvar y perineal: cérvix normal o edematizado (residuos de líquido), eritematoso (enrojecimiento de la piel).

Sífilis: es una enfermedad infectocontagiosa que se transmite por vía sexual. Se genera una infección compleja capaz de comprometer cualquier órgano o tejido del organismo, provocando diversas manifestaciones clínicas. El agente infeccioso es el *Treponema Pallidum*.

Sintomatología

Sífilis primaria Úlcera indolora (chancro duro), de base firme y limpia, de bordes indurados, localizada en el área genital, área perianal, orofaringe, lengua, labios.

Sífilis secundaria Fiebre. Lesiones dérmicas y en mucosas. Lesiones dérmicas generalizadas, pueden ser maculopapulares, pustulosas y foliculares; pueden presentarse en las plantas de las manos y en las plantas de los pies. Las lesiones específicas, llamadas condilomas, son pápulas (lesiones en la piel) en zonas húmedas de la piel y mucosa.

Sífilis terciaria o tardía Se presenta varios años después de la sífilis secundaria y de la llamada sífilis latente.

Presencia de lesiones infiltrativas tumorales en pie, huesos, hígado.

Herpes Genital: es una enfermedad viral que afecta la piel y mucosas de los genitales del hombre y la mujer. Es altamente contagioso y se transmite por contacto directo (vía sexual). La infección es generalmente recurrente. Puede haber transmisión de la madre al feto, o al recién nacido.

Sintomatología:

En el hombre: aparición de vesículas muy dolorosas, precedidas de sensación de irritación o ardor, úlceras en la superficie de la mucosa o piel del glande, prepucio o cuerpo del pene.

En la mujer: aparición de vesículas muy dolorosas, precedidas de sensación de irritación, ardor o úlceras en la superficie de la mucosa en el cérvix, vagina, labios mayores y menores, vulva o ano.

Condiloma acuminado: es una verruga producida por el virus papiloma humano. En general, son lesiones cutáneas benignas debido a infección de las células epiteliales. Son verrugas en forma de coliflor, pero también puede haber lesiones planas. La infección con el virus es por inoculación directa y es adquirida por contacto corporal o sexual. Se han identificado aproximadamente 50 subtipos de papiloma virus (HPV). El periodo de incubación es de aproximadamente 4 meses.

Sintomatología

En la mujer: presencia de lesiones pequeñas en forma de coliflor, de crecimiento lento, indoloro y progresivo, localizadas en la región genital: cérvix, vagina, meato uretral, labios, vulva y ano en la mujer.

En el hombre, meato uretral, glande, prepucio y cuerpo del pene, puede invadir también vejiga y recto. Estas lesiones son más extendidas y presentes en zonas húmedas.

La existencia de lesiones planas localizadas en el cérvix obliga a un examen bajo espéculo o a pruebas de ácido acético para evidenciar las lesiones.

Vih/Sida Significado de las siglas Vih y Sida:

El Vih, hace referencia al Virus de Inmunodeficiencia Humana

El Sida, hace referencia al: Síndrome de Inmuno Deficiencia Adquirida

Síndrome: conjunto de síntomas que caracteriza a una enfermedad

Inmuno: relacionado con el sistema de defensa de nuestro cuerpo, contra las enfermedades.

Deficiencia: indica que el sistema de defensa no funciona correctamente.

Adquirida: no hereditario, sino provocado por un virus que se adquiere.

-Transmisión del Vih

La infección se da de una persona infectada a otra. Existen tres modos de transmisión.

1. Transmisión sexual
2. Transmisión sanguínea
3. Transmisión de la madre al feto o perinatal

4.4.1.1. Infecciones del tracto reproductivo (ITR)

Las infecciones del tracto reproductivo (ITR) tienen tres causas principales:

- Transmisión sexual.
- Cuando accidentalmente se introduce o propaga una infección durante un procedimiento médico como la inserción de un DIU o durante el parto).
- Crecimiento excesivo de organismos que normalmente están presentes en la vagina.

Las infecciones más comunes de este tipo, mismas que se conocen como infecciones endógenas, son la candidiasis y la vaginosis bacteriana.²⁰

4.5. Métodos anticonceptivos

No existe un método anticonceptivo ideal o adecuado para cada mujer u hombre de manera general, cada hombre y mujer han de decidir en las distintas etapas de su vida fértil cuál es el método anticonceptivo más adecuado a su situación, estado de salud, condiciones personales y frecuencia de relaciones sexuales con penetración.

Son los métodos o procedimientos que previenen un embarazo en mujeres sexualmente activas, ya sean ellas o sus parejas quienes los usen. Pueden ser hormonales o no hormonales,

²⁰ Alfaro, J. (2014). ITS/Vih-SIDA/ITR. En J. Alfaro, *Guía de liderazgo y Sexualidad* (p. 114-120). La Paz-Bolivia: Alpha Graphics-2113378.

transitorios o definitivos, basados en tecnología o en conductas. Los métodos anticonceptivos (MAC) disponibles actualmente son:²¹

4.5.1 Métodos hormonales

- Métodos combinados que contienen estrógeno y progestágeno y que se pueden administrar como píldoras, inyecciones, anillo vaginal o parche transdérmico.
- Métodos que contienen sólo progestágeno y que se pueden administrar como píldoras, inyecciones, implantes, anillo vaginal o dispositivo intrauterino.
- Anticoncepción hormonal de emergencia que puede consistir en píldoras de levonorgestrel sólo o en píldoras combinadas (Método de Yuzpe).

4.5.2 Métodos no hormonales reversibles:

- Dispositivos intrauterinos.
- Anticonceptivos de barrera masculinos (condón) y femeninos (condón, diafragma; espermicidas).
- Método de la amenorrea de lactancia.
- Métodos de abstinencia periódica (moco cervical (Billings); calendario; temperatura basal; sintotérmico).

4.5.3 Métodos no hormonales permanentes:

- Anticoncepción quirúrgica voluntaria (esterilización) femenina.
- Anticoncepción quirúrgica voluntaria (esterilización) masculina.

4.6 Habilidades para la vida

Según El Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF) define:

“Las habilidades para la vida como recursos psicosociales e interpersonales que ayudan a la gente a tomar decisiones con conocimiento de causa, comunicarse

²¹ Díaz, S. (2017). *INSTITUTO CHILENO DE MEDICINA REPRODUCTIVA*. Obtenido de ¿QUÉ Y CUÁLES SON LOS MÉTODOS ANTICONCEPTIVOS?: https://icmer.org/wp-content/uploads/2019/Temas_destacados/Anticoncepcion_de_emergencia/Que-y-cuales-son-los-metodos-anticonceptivos-25032017.pdf

de forma efectiva y desarrollar unos recursos para manejar y autogestionar una vida saludable y productiva. Las habilidades para la vida pueden aplicarse a acciones dirigidas hacia uno mismo, hacia otras personas, o hacia el entorno local. Su objetivo consiste en favorecer la salud y el bienestar en todos estos niveles”.²²

En la guía de Liderazgo y Sexualidad se menciona que “Las habilidades para la vida” se clasifican en habilidades sociales, cognitivas y para el control de emociones. Entre las primeras están comunicación, negociación/rechazo, asertividad, habilidad para establecer relaciones interpersonales sanas, cooperación y empatía. Entre las cognitivas se encuentran la toma de decisiones/solución de problemas, planeación, habilidades de pensamiento crítico, el análisis de la influencia de sus pares y medios de comunicación, análisis de las normas personales y creencias sociales, la autoevaluación y clarificación de valores. Por último entre las habilidades para el control de emociones están autoconocimiento y manejo de emociones, locus de control interno y control de estrés.

En la mayoría de las habilidades mencionadas se trabaja de manera indirecta el liderazgo porque es parte de la negociación, asertividad, toma de decisiones, planeación, etc. Por eso definiremos qué es liderazgo.

4.6.1 Liderazgo

En la actualidad el liderazgo se ha convertido en un elemento cotidiano de aplicación en lo que respecta a la consecución de objetivos y el desarrollo de cualquier tipo de actividades, aunque esencialmente ligado a los entornos empresariales e institucionales y generalmente relacionado al ejercicio y ocupación de instancias de poder, asume mayor relevancia en los ámbitos gerenciales y de conducción comparativamente a otros espacios que no implican esta posibilidad.

²² JACOBS, F. (2011). SEGUIMIENTO Y EVALUACIÓN DE LAS HABILIDADES PARA LA VIDA ORIENTADAS AL DESARROLLO DE LA JUVENTUD. *Directrices de la fundación JACOBS, 1*, 10. Obtenido de http://www.habilidadesparaadolescentes.com/archivos/Evaluacion_de_habilidades_para_la_vida.pdf

En el resumen del libro, “Menos líderes, más liderazgo” elaborado por Pedro Gioya y Juan Rivera²³, hace mención de los cambios del concepto de liderazgo y lo que vendría a ser con la siguiente metáfora:

Dirigir el barco en un nuevo mundo basado en la incertidumbre, el liderazgo se asemeja a un proceso de construcción en común de un barco para llegar al destino deseado. El concepto de liderazgo fue, en un principio, el atributo del capitán del barco, que dirigía a toda la tripulación y conducía al pasaje hasta el destino final. Posteriormente, el barco, con toda la tripulación, lleva a los pasajeros hacia donde todos conjuntamente han decidido ir antes de embarcar. Finalmente, en este mundo incierto, sólo sabremos hacia dónde vamos cuando nos relacionemos de forma efectiva y nos pongamos de acuerdo para descubrir un deseado futuro común que nos atraiga y que todos queramos alcanzar. También aquí hará falta un capitán, pero su papel será simplemente reflejo de un proceso de responsabilidad y construcción social.

Entonces no es simplemente ser el capitán del barco, es poder llevarlo hasta su destino y ver reflejado su trabajo en la responsabilidad de su equipo. Claro que no sólo es poder liderar a un equipo o grupo, también consiste en auto liderarse, lo cual está conformado por procesos psicológicos encargados de hacer que tengamos las máximas posibilidades de llegar a metas a medio y largo plazo, teniendo en cuenta que siempre existirá un cierto grado de incertidumbre de lo que nos depara el futuro, y que tenemos unos recursos limitados para conseguir lo que queremos. Saber tomar decisiones de manera adecuada, y utilizar de un modo inteligente lo que tenemos, son dos elementos clave del autoliderazgo.

Como dice Linda Lambert (como se citó en el III Congreso Internacional sobre Dirección de Centros Educativos, 2000)... El liderazgo consiste, entonces, justo en los procesos de aprendizaje recíprocos que posibilitan a los participantes formar una comunidad con propósitos y visiones comunes compartidas. Naturalmente, para no quedar en un mero discurso, implica construir la capacidad de liderazgo de toda la organización, con procesos de participación y colaboración que capaciten e impliquen a todo el personal en el desarrollo institucional.²⁴

²³Rivera, P. G. (s.f.). *Menos líderes, más liderazgo*. Obtenido de leadersummaries: <https://www.leadersummaries.com/ver-resumen/menos-lideres-mas-liderazgo#>

²⁴ Bolívar, A. (2000). *III CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE DIRECCIÓN DE CENTROS EDUCATIVOS*. Bilbao España: Universidad de Granada, p 10.

4.6.2 Comunicación y asertividad

La emoción está íntimamente ligada a la comunicación, ya que las personas comunicamos desde una emocionalidad concreta. Para el receptor de nuestra comunicación resulta más relevante la emoción que percibe en nosotros que el contenido del mensaje verbal. En la comunicación podemos distinguir tres códigos:

- El código verbal: las palabras.
- El código no verbal: los gestos, la mímica, la postura, la orientación, etc.
- El código para-verbal: volumen, latencia, tono, articulación...

Las personas inteligentes emocionalmente se comunican de forma asertiva. Esto es gracias a que su emocionalidad predominantemente positiva y la expresión eficaz de sus emociones negativas les facilita dar una respuesta efectiva ante la realidad que vive. Recordemos que las personas no reaccionamos a la realidad sino a las inferencias e interpretaciones que hacemos de lo que percibimos de ella.

La comunicación asertiva tiene las siguientes características:

- Protege los propios derechos y respeta a los demás.
- Logra sus objetivos sin inducir al interlocutor sentimientos de malestar, enfado, miedo, culpabilidad o vergüenza para obtener sus propósitos.
- Aumenta el nivel de autoestima.
- Permite elegir por uno mismo.
- Ofrece una explicación sólo si es posible y así lo desea.
- Establece la posición con claridad.

No debemos olvidar que la asertividad:

- Es una característica de la conducta, no de la persona.
- Es una conducta específica de una persona en una situación, no universal.
- Debe contemplarse en el contexto cultural así como en relación a variables situacionales.

- Está basada en la capacidad del individuo de escoger libremente su acción y autorregularse.
- Es una característica de la conducta socialmente efectiva, no dañina.

Objetivos en la comunicación

Una de las principales habilidades de las personas asertivas es fijar objetivos adecuados para comunicarse con otros:

- Concretos y claros, que permitan valorar claramente si hemos sido eficaces o no.
- Adecuados a la situación o contexto en que tiene lugar la interacción.
- Realistas, que contemplen las posibles reacciones en nosotros y en los demás.
- Referidos a aspectos que están bajo nuestro control.
- Asequibles, que requieran habilidades que poseemos o podemos desarrollar.
- Compatibles entre sí, en caso de que exista más de uno.²⁵

4.6.3 Autoestima de acuerdo a Abraham Maslow

La autoestima se refiere a la necesidad de respeto y confianza en sí mismo. La necesidad de la Autoestima es básica, todos tenemos el deseo de ser aceptados y valorados por los demás. Satisfacer esta necesidad de autoestima hace que las personas se vuelvan más seguras de sí mismas. El no poder tener reconocimiento por los propios logros, puede llevar a sentirse inferior o un fracasado.²⁶

Tipos de Autoestima: la autoestima se puede desarrollar en las personas de tres formas:

Autoestima alta: la persona se ama más que a los demás y valora exageradamente sus cualidades.

Características:

²⁵ Jiménez, A. J. (2016). Inteligencia Emocional. *Curso de Actualización Pediatría 2016* (pág. 482). Madrid : Lúa.

²⁶ Valencia, C. (19 de julio de 2019). *Abraham Maslow*. Obtenido de laautoestima: <http://www.laautoestima.com/abraham-maslow/>

- Piensan que pueden hacerlo todo, no hay nadie mejor que ellos.
- Creen tener siempre la razón y que no se equivocan.
- Son seguros de sí mismos en extremo, no ven los riesgos de sus acciones.
- Creen que todas las personas los aman.
- No toman en cuenta a nadie para hacer sus tareas o realizar cualquier actividad.
- Cree que le gana a cualquiera en todo.

Autoestima baja: la persona no se ama, no se acepta y no valora en sus cualidades

Características:

- Son indecisos, tienen miedo exagerado a equivocarse.
- Sólo toman una decisión cuando tienen seguridad en un 100% que obtendrán los resultados
- No valoran sus talentos, miran sus talentos como algo pequeño y los de los demás como grandes.
- Le temen a lo nuevo y evitan riesgos, lo que los lleva a ser ansiosos y nerviosos.
- Temen hablar con otras personas, pero dependen mucho de otras personas para hacer sus tareas o realizar cualquier actividad
- No se preocupan por su estado de salud.

Autoestima positiva: la persona se ama, se acepta y se valora tal cual es

Características:

- Saben qué cosas pueden hacer bien y qué pueden mejorar
- Se sienten bien consigo mismos; son creativas, originales, aprenden actividades nuevas.
- Se valen por sí mismas en las situaciones de la vida, entienden que es dar y pedir apoyo.
- Tienen consideración por los demás, gran sentido de ayuda y están dispuestos a colaborar con los demás.
- Reconocen cuando se equivocan y luchan por alcanzar lo que quieren.

4.6.4. Enamoramiento

Conlleva deseo y atracción. Hace que la persona de la que nos enamoramos parezca insustituible. Es exclusiva, única, en el sentido de que “sólo esa persona” puede satisfacerlos. El enamoramiento produce un estado de fascinación que nos impulsa a entregarnos y a desear intensamente que el sentimiento sea correspondido.

Todo gira en torno a esa persona: fantaseamos, nos interesamos por ella, damos lo mejor de nosotras y nosotros.

-Deseo: Es un estado interno que mediatiza la existencia humana y nos impulsa a la búsqueda de contacto y la interacción sexual. Este sentimiento tiene una fuerte raíz biológica (por lo que en la adolescencia, con el aumento y cambios hormonales, se vive muy intensamente), pero el cómo se vive (se puede controlar, orientar, dar distintos significados) y de qué manera se satisface (puede llevarnos a buscar satisfacción sexual o no, a desear abrazar y ser abrazado y acariciado, a tener fantasías, deseo de realizar determinadas conductas sexuales) depende de muchos factores de tipo personal, relacional y cultural.

-Atracción: Implica deseo, pero se dirige concretamente hacia personas determinadas. Es cuando al deseo sexual se le pone cara.²⁷

²⁷ MYSU. (s.f.). *El deseo sexual*. Obtenido de Mujer y salud en Uruguay: <http://www.org.uy/folletos>

V. Metodología

5.1 Descripción sistematizada de la práctica institucional.

La Práctica Institucional fue realizada a principios de la gestión 2019, para mayor comprensión se detallan, las diferentes etapas desarrolladas, a continuación:

Fase I: Contacto con la Institución CIES (Centro de Investigación, Educación y Servicios)

En esta etapa se realizó la primera entrevista con Lic. Misael Gallardo, quien es el responsable de educación, investigación y comunicación en CIES, solicitando autorización para llevar a cabo la práctica institucional.

En el mes de Marzo 2019, se dio inicio al proceso de socialización entre el Lic. Amador Mendoza y la practicante, para la respectiva coordinación de la capacitación sobre la metodología de trabajo que sigue la guía, la misma que se llevó a cabo a finales de dicho mes, con la colaboración del personal capacitado de la instrucción.

Fase II: Coordinación con la Institución beneficiaria del proceso

Con anticipada capacitación en el manejo de la guía, se procedió a realizar el contacto con el director y profesores de la Unidad Educativa “Lidia de Campos”, con quienes se coordinó la disponibilidad de tiempo para el desarrollo del programa.

Fase III. Aplicación de instrumentos. La misma se desarrolló en diferentes momentos que se detallan a continuación:

- Evaluación Diagnóstica

En este momento se efectuó la evaluación diagnóstica, que permitió identificar el nivel de conocimientos y actitud que tienen los estudiantes sobre sexualidad y liderazgo.

- Aplicación del Programa

En este periodo se realizó la aplicación del “Programa de Capacitación en Liderazgo y Sexualidad” a los estudiantes de la Unidad Educativa “Lidia de Campos”, se cumplió los 5 momentos del programa, con 35 actividades, la duración aproximada por cada actividad fue de 5 horas por día en el establecimiento educativo indicado.

- Evaluación final

En este momento se realizó la aplicación del post-test, con la finalidad de conocer el impacto que tuvo la ejecución del “Programa de Capacitación en Liderazgo y Sexualidad” en la Unidad Educativa.

Fase IV. Análisis e interpretación de resultados.

Con base a la aplicación del pre y pos test, la practicante corrigió y tabuló los resultados y se realizó una interpretación de los datos más significativos de cada área, de manera cuantitativa y cualitativa.

Fase V: Redacción y elaboración del informe final.

Se realizó un informe final de la toda la réplica que se hizo, mediante los resultados logrados y luego se presentó el documento final para la revisión, aprobación y posterior defensa, de acuerdo con el reglamento de la Universidad Autónoma “Juan Misael Saracho.”

5.2 Características de la población beneficiaria

La población que se benefició con la aplicación del Programa de Educación y Liderazgo, fueron estudiantes del nivel secundario de la Unidad Educativa “Lidia de Campos” ubicada en el barrio Defensores del Chaco de la provincia Cercado de la ciudad de Tarija.

Los estudiantes corresponden a los cursos de primero a sexto de secundario (considerando la denominación actual por la ley Avelino Siñani), cada curso tiene un paralelo, organizado de la siguiente manera:

- 1° “A” de Secundaria con 30 estudiantes, edad promedio de 12 años.
- 1° “B” de Secundaria con 26 estudiantes, edad promedio de 12 años.
- 2° “A” de Secundaria con 24 estudiantes, edad promedio de 13 años.
- 2° “B” de Secundaria con 26 estudiantes, edad promedio de 13 años.
- 3° “A” de Secundaria con 21 estudiantes, edad promedio de 14 años.
- 3° “B” de Secundaria con 24 estudiantes, edad promedio de 14 años.
- 4° “A” de Secundaria con 22 estudiantes, edad promedio de 15 años.
- 4° “B” de Secundaria con 21 estudiantes, edad promedio de 15 años.
- 5° “A” de Secundaria con 24 estudiantes, edad promedio de 16 años
- 5° “B” de Secundaria con 28 estudiantes, edad promedio de 16 años
- 6° de Secundaria con 30 estudiantes, edad promedio de 17 años

Se trabajó con un total de 11 cursos, con un aproximado de 276 estudiantes entre las edades de 12 a 17 años ambos sexos (femenino y masculino).

5.3 Métodos, técnicas, instrumentos y materiales

5.3.1 Métodos

Se trabajó con el método Activo-Participativo durante todo el proceso educativo, orientado bajo una dinámica constante de enseñanza y aprendizaje entre participantes y la facilitadora.

Tuvo un carácter interactivo, ya que se dialogaba y se discutía con el objetivo de que se confronten ideas; y un carácter creativo y flexible, ya que no existió un modelo rígido.

5.3.2 Técnicas

Las técnicas son instrumentos, medios o actividades organizadas, a través de las que se facilita el proceso de construcción y aprendizaje conjunto. Sirven de enlace entre quien participa, los contenidos y quien facilita. “El objetivo de las técnicas es viabilizar la construcción del conocimiento y/o el desarrollo de habilidades.”²⁸

Las técnicas utilizadas fueron:

- **Lluvia de ideas.-** También denominada tormenta de ideas, es una herramienta de trabajo grupal que facilita el surgimiento de nuevas ideas sobre un tema o problema determinado. La lluvia de ideas es una técnica de grupo para generar ideas originales en un ambiente relajado.

Dicha técnica fue utilizada en las sesiones: 3, 4, 5, 9, 11, 14, 16, 19, 20, 21, 26, 27, 31 y 32.

- **Técnicas Vivenciales.-** “Son técnicas en donde el aprendizaje se da cara a cara y de forma interactiva cuyo objetivo es en realidad; el hacer sentir la necesidad y lograr un cambio de conducta a través de vivencias que permitan lograr un aprendizaje relativamente evaluables.”

Dicha técnica fue utilizada en las sesiones: 6, 7, 8, 10, 12, 13, 15, 17, 18, 22, 23, 24, 25, 28, 30 y 33.

²⁸ Echeverri, C. D. (2014). *PROYECTO DE EDUCACION SEXUAL*. Obtenido de GESTIÓN DE FORMACIÓN INTEGRAL:<https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=1&cad=rja&uact=8&ved=2ahUKEwjBor7q5OzdAhULzVMKHe9fArEQFjAAegQICBAC&url=https%3A%2F%2Fcsanjuanboscobelen.edu.co%2Fportal%2Fphocadownload%2Fuserupload%2FProyectos%2FProyecto%2520Pedag%25C3%25B3gi>

- **Técnica Expositiva**, es aquella técnica que consiste principalmente en la presentación oral de un tema. Su propósito es “transmitir información de un tema, propiciando la comprensión del mismo”.²⁹

Dicha técnica fue utilizada en las sesiones: 1, 2, 9, 11, 14, 29, 32, 34 y 35.

5.3.3 Instrumentos

Para el levantamiento de información se utilizó el cuestionario de evaluación Pre – postest “liderazgo y sexualidad” elaborado por CIES.

El cuestionario de diagnóstico y evaluación de la práctica está dividido en dos secciones:

Sección 1: consta de 20 preguntas, las cuales están referidas a los contenidos de sexualidad, género, salud sexual reproductiva, ITS/VIH SIDA, embarazos no planificados, violencia basada en género, autoestima, asertividad, toma de decisiones, liderazgo, plan de vida y derecho sexual. Cada pregunta tiene tres opciones de respuesta y cada respuesta vale 1 punto, según las respuestas correctas se conoce su nivel de conocimiento. La escala de puntuación es:

Rango de Puntuación	CATEGORÍA
0 a 7 puntos	Conocimiento insuficiente
8 a 12 puntos	Conocimiento bueno
13 a 16 puntos	Conocimiento muy bueno

Sección 2: Consta de 12 afirmaciones, trata de reflejar las opiniones en cuanto a los contenidos ya citados, mediante la valoración de cuatro opciones: Muy de acuerdo (-2), De acuerdo (-1), En desacuerdo (+1) y Muy en desacuerdo (+2), con la siguiente puntuación:

Puntuación	CATEGORÍA
-24 a -13	Actitud muy negativa
-12 a -1	Actitud negativa
+1 a +12	Actitud positiva
+13 a +24	Actitud muy positiva

²⁹ Navarro, G. (6 de Febrero de 2011). *gabynavarro.wordpress.com*. Obtenido de TECNICAS PEDAGOGICAS: <https://gabynavarro.wordpress.com/2011/02/06/tecnicas-pedagogicas/>

5.3.4 Materiales

Para la implementación del programa se utilizó los siguientes materiales:

- **Programa de Guía de Capacitación en Liderazgo y Sexualidad para Jóvenes**

Dicho programa se encuentra organizado por estructura psicopedagógica, sustento teórico, metodológico, desarrollo del proceso intervención y contenidos de respaldo, de la siguiente manera:

- Sexualidad y Derechos.- Identificar y relacionar las dimensiones y componentes de la sexualidad reconociendo su importancia, para el ejercicio pleno de los derechos sexuales y reproductivos
- Salud Sexual y Reproductiva.- Construir conocimiento y reflexionar sobre el cuidado de la S.S. y S.R. desde la propia experiencia con el fin de lograr el bienestar integral
- Habilidades para la vida.-Fortalecer habilidades y destreza para desarrollar una vida sana, plena e integral en la vivencia de la sexualidad.
 - Rota folios
 - Muestrario de métodos anticonceptivos
 - Trípticos.
 - Cartulinas y papelógrafos
 - Marcadores
 - Lana
 - Hojas de colores

5.4 Contraparte de la institución

El Centro de Investigación, Educación y Servicios CIES, brindo el apoyo para la ejecución de la práctica en base a los siguientes criterios:

- Capacitación en el manejo adecuado del “Programa de Capacitación en Liderazgo y Sexualidad”
- Facilitación de Material bibliográfico y de instrumentos de apoyo práctico: cuestionarios, rota folios, trípticos, etc.

- Seguimiento y supervisión del desarrollo adecuado de las actividades, a cargo del Psicólogo asignado.

VI. ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE LOS RESULTADOS

En el presente capítulo se muestra los resultados obtenidos a través de la aplicación de los instrumentos utilizados, tanto en la evaluación inicial, como en la aplicación del programa en el colegio “Lidia de Campos” y en la evaluación final, con su respectivo análisis, tanto cuantitativo como cualitativo.

La presentación de datos procede de la siguiente forma:

En la primera parte se presenta el diagnóstico de conocimientos iniciales (pre-test), el mismo que responde al primer objetivo; estos datos se muestran en cinco cuadros: Cuadro N° 1 Área de Sexualidad y Derechos, Cuadro N° 2 Área de Salud Sexual y Salud Reproductiva, Cuadro N° 3 Área de habilidades para la vida, Cuadro N° 4 Conocimiento Inicial sobre Sexualidad, Salud Sexual y Salud Reproductiva y Habilidades para la vida y Cuadro N° 5 Actitudes ante las temáticas de la sexualidad, salud sexual, reproductiva y habilidades para la vida, cada área con su respectivo análisis e interpretación, para lo cual se tomaron en cuenta las cifras más significativas de cada ítem.

Posteriormente, se presenta el detalle de la aplicación del programa, tomando en cuenta los siguientes elementos para el desarrollo de las actividades: sesión, actividad, objetivo, material, desarrollo y observación. Haciendo un total de 35 actividades, trabajando, aproximadamente 5 horas diarias, realizando las actividades en los diferentes cursos.

Finalmente, se muestra el análisis comparativo de la evaluación inicial (pre-test) y final (post-test), los datos son presentados en cinco cuadros: Cuadro N° 6 Área de Sexualidad y derechos, Cuadro N° 7 Área de salud sexual y salud reproductiva, Cuadro N° 8 Área de habilidades para la vida, Cuadro N° 9 Conocimiento sobre sexualidad, salud sexual y salud reproductiva y Habilidades para la vida y Cuadro N° 10 Actitudes ante las temáticas de sexualidad, salud sexual, reproductiva y habilidades para la vida con sus respectivos análisis e interpretación, tomando en cuenta las cifras más relevantes.

6.1 Diagnóstico del conocimiento inicial

Respondiendo al primer objetivo, que es “Diagnosticar el nivel de conocimiento sobre liderazgo y sexualidad de los estudiantes de 1ro a 6to de secundaria que asisten a la Unidad Educativa “Lidia de Campos”, se tiene los siguientes resultados:

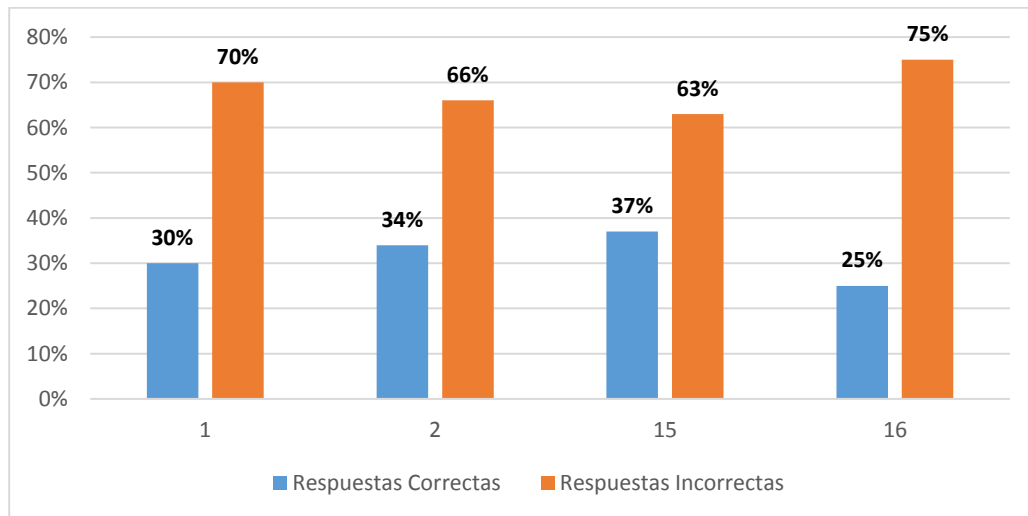
Cuadro N° 1 (Pre-test)
Área de Sexualidad y Derechos

PREGUNTAS	RESPUESTAS				Total	
	Correctas		Incorrectas		Fr.	%
	Fr.	%	Fr.	%		
1. La sexualidad está formada por los pilares biofisiológico, psicológico y social	83	30%	193	70%	276	100
2. La identidad de género es la percepción que un individuo tiene sobre sí mismo en cuanto a sentirse hombre o mujer.	94	34%	182	66%	276	100
15. La persona transformista es aquella que en ocasiones adopta los modos culturales y convencionales que asignan al sexo contrario.	103	37%	173	63%	276	100
16. Un derecho sexual es el derecho a la integridad corporal y la autonomía en el control del cuerpo, la imagen y la identidad individual.	68	25%	208	75%	276	100

Fuente: Pre test

Elaboración propia (2019)

Gráfico N° 1 (Pre-test)
Área de Sexualidad y Derechos



“La sexualidad es un aspecto central del ser humano, presente a lo largo de su vida. Abarca al sexo, las identidades y los papeles de género, el erotismo, el placer, la intimidad, la reproducción y la orientación sexual. Se vivencia y se expresa a través de pensamientos, fantasías, deseos, creencias, actitudes, valores, conductas, prácticas, papeles y relaciones interpersonales”.³⁰

“Los Derechos Sexuales y Derechos Reproductivos son Derechos Humanos basados en la libertad, dignidad e igualdad, son inherentes a todas las personas, por ello comparten los mismos principios: son universales porque incluyen a todos los seres humanos desde su nacimiento. Son indivisibles en tanto se viven y actúan de un modo conjunto e integral. Son inalienables debido a que no pueden ser despojados o negociados. Son progresivos pues, siempre es posible extender el ámbito de su protección; y sobre todo son interdependientes ya se conectan con todos los demás Derechos Humanos.”³¹

De acuerdo al Gráfico N° 1, un 75 % de los y las estudiantes respondieron de manera incorrecta como si el derecho sexual no fuese el derecho a la integridad corporal y la autonomía en el control del cuerpo, la imagen y la identidad individual. Esto se debe a que la mayoría de los adolescentes ignoran qué son y para qué sirven los derechos sexuales.

Según el Fondo de Población de las Naciones Unidas (UNFPA) cuando los Derechos Sexuales y Derechos Reproductivos son ejercidos por igual, existen condiciones de equilibrio en las relaciones; por ejemplo, con la corresponsabilidad de cuidado de las/os hijas/ os o el acceso a información o métodos de anticoncepción y el desconocimiento de estos nos hace muy vulnerables, y muchas veces nos impide darnos cuenta que estamos vulnerando los derechos de otras personas.

Por otro lado, en el ítem 1, el 70 % de los y las estudiantes respondieron de forma incorrecta indicando que la sexualidad no está formada por los pilares biofisiológico, psicológico y social; se podría considerar que es a causa de la falta de comunicación e información de los padres hacia sus hijos, ya que el tema de sexualidad aún es un tabú en las familias bolivianas.

³⁰ Lic. Velazquez, S. (2013). *Unidad 2. Sexualidad Responsable. Programa Institucional Actividades de Educación para una vida Saludable*. Obtenido de Sistema de Universidad Virtual: <http://www.uaeh.edu.mx/virtual>

³¹ UNFPA, F. d. (2017). *DERECHOS SEXUALES Y DERECHOS REPRODUCTIVOS, LOS MÁS HUMANOS DE LOS DERECHOS*. La Paz - Bolivia: PRESENCIA S.R.L. Obtenido de <http://bolivia.unfpa.org>

Vidaurre C. (2018) en su trabajo “Programa de capacitación sobre sexualidad y habilidades para la vida” nos menciona que en Bolivia hay falta de información entre padres e hijos como también entre sectores de la sociedad, porque se teme hablar de sexualidad.

En el ítem 2, el 66 % de estudiantes contestaron de manera incorrecta como si la identidad de género no fuese la percepción que un individuo tiene sobre sí mismo en cuanto a sentirse hombre o mujer, debido a la mala interpretación y escaso conocimiento de lo que es género e identidad.

En conclusión, podemos afirmar que según los datos obtenidos la mayoría de los estudiantes en la pre prueba tenían muy poca información sobre la sexualidad y sus derechos, razón de su escaso conocimiento; lo cual justifica plenamente la aplicación del Programa de Capacitación en Sexualidad y Liderazgo de CIES Bolivia.

Cuadro N° 2 (Pre-test)

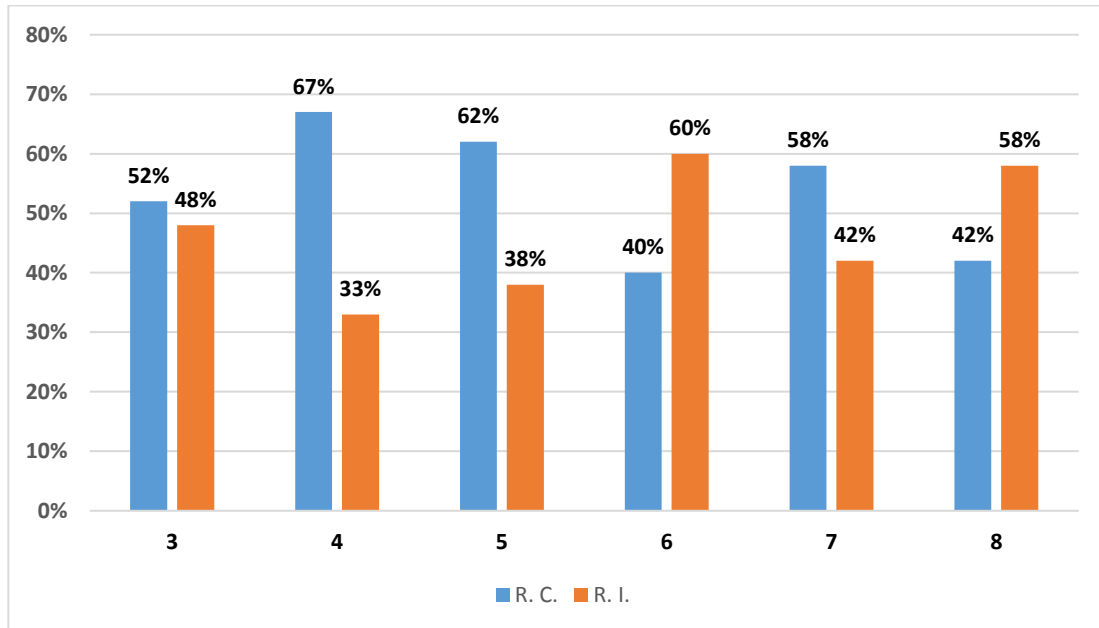
Área de Salud Sexual y Salud Reproductiva

PREGUNTAS	RESPUESTAS				TOTAL	
	Correctas		Incorrectas		Fr.	%
	Fr.	%	Fr.	%		
3. La salud sexual es un estado general de bienestar físico, mental y social.	143	52%	133	48%	276	100%
4. La salud reproductiva se caracteriza por la capacidad de disfrutar una vida reproductiva satisfactoria.	185	67%	91	33%	276	100%
5. Una forma segura de prevenir la transmisión de ITS y VIH es utilizando condón en todas las relaciones sexuales.	171	62%	105	38%	276	100%
6. Las ITR se refieren a las infecciones del tracto reproductivo.	111	40%	165	60%	276	100%
7. La violencia basada en género es cualquier acto de violencia que resulte o pueda resultar en daño o sufrimiento físico, sexual o psicológico para las mujeres y hombres.	159	58%	117	42%	276	100%
8. Algunas señales de violencia en el enamoramiento son los celos, presión para tener relaciones sexuales, control de sus contactos en internet.	116	42%	160	58%	276	100%

Fuente: Pre test

Elaboración: propia (2019)

Gráfico N° 2 (Pre-test)
Área de Salud Sexual y Salud Reproductiva



“La salud sexual es la experiencia del proceso permanente de consecución de bienestar físico, psicológico y sociocultural, relacionado con la sexualidad.”³²

La salud reproductiva implica la posibilidad de tener una sexualidad satisfactoria y segura, así como la libertad de tener hijos si y cuando se desea. Esta concepción de la salud reproductiva supone el derecho de las personas a elegir métodos anticonceptivos seguros, eficaces, asequibles y aceptables, y de tener acceso a servicios de salud apropiados que permitan los embarazos y los partos sin riesgos y den a las personas las máximas posibilidades de tener hijos sanos.

(Art. 31, CN; Art. 29, Convención de Viena sobre el cumplimiento de tratados internacionales y Art. 28, (Convención Interamericana de Derechos Humanos –Pacto de San José de Costa Rica)

Según se observa en el gráfico N°2, en el ítem 6 con el 60 % los estudiantes manifiestan que desconocen que las ITR se refieren a las infecciones del tracto reproductivo, se deduce que es por el escaso manejo y mención de dichas siglas y conceptos.

³² Saeteros, R. (30 de noviembre de 2011). *Conceptos de sexualidad y términos relacionados*. Obtenido de slideshare.net: <http://es.slideshare.net/RosySaeterosHernandez/conceptos-de-sexualidad-y-trminos-relacionados>

Menéndez L. en su artículo “La adolescencia y su importancia para la vida” menciona que los adolescentes presentan una vulnerabilidad cultural a las infecciones de transmisión sexual, y por ende a las infecciones del tracto reproductivo, por la subordinación y dependencia, incultura en la anticoncepción y son muy influenciados por los medios de comunicación.³³

El 58 % de los y las estudiantes indicaron que desconocen que algunas señales de violencia en el enamoramiento son los celos, presión para tener relaciones sexuales, control de sus contactos en internet, debido a que en la sociedad se está normalizando algunos sucesos que representan la violencia en la pareja, en la familia, etc. hasta en los videos juegos se observa la violencia, por esta razón ellos desconocen los indicadores de violencia.

Finalmente el 48 % de los estudiantes manifiestan que la salud sexual no es un estado general de bienestar físico, mental y social. A nuestros adolescentes debemos hacerles entender que su salud y sexualidad está en sus manos, que deben aprender a ser responsables para que a un futuro no muy lejano paguen con creces el fruto de sus errores.³⁴

En conclusión, podemos indicar que la mayoría de los adolescentes con quienes se realizó el trabajo, en la pre prueba manifiestan falta de conocimiento, lo que se debe a la falta de información de parte del hogar, de la escuela, y del entorno social.

³³ Menéndez, L. (2018). *La Adolescencia y su importancia para la Vida*. Obtenido de Archivos de Medicina: <http://www.archivosdemedicina.com>

³⁴ PROSALUD. (2017). *Importancia de la salud sexual y reproductiva*. Obtenido de <http://www.prosalud.org>

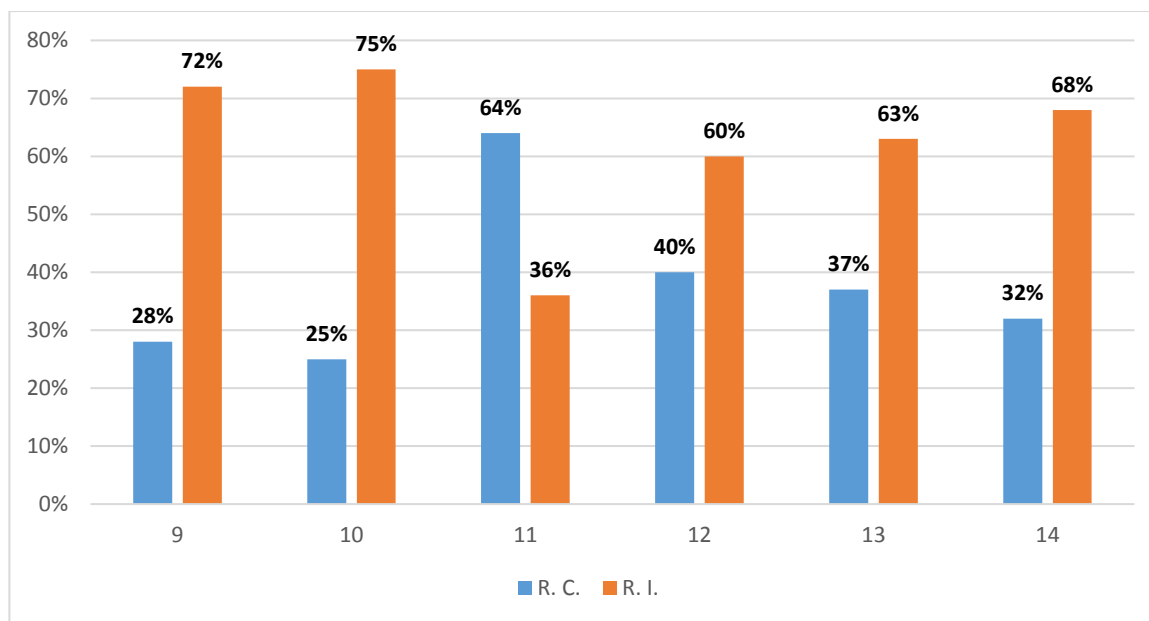
Cuadro N° 3 (Pre-test)
Área de Habilidades para la Vida

PREGUNTAS	RESPUESTAS				TOTAL	
	Correctas		Incorrectas		Fr.	%
	Fr.	%	Fr.	%		
9. El exceso de confianza sobre sí mismo que alcanza niveles de egoísmo, agresividad y soberbia se refiere a una autoestima alta.	76	28%	200	72%	276	100%
10. El proyecto de vida de una persona debe ser irrepetible, ya que responde a necesidades particulares.	71	25%	205	75%	276	100%
11. La asertividad es importante para nuestra sexualidad porque así sabrás cuando decir SI y cuando decir NO, y defender nuestros derechos.	176	64%	100	36%	276	100%
12. Un mito referido al bullying es que “los que sufren bullying son los que tienen sobrepeso, usan anteojos”.	109	40%	167	60%	276	100%
13. Una forma de mejorar la toma de decisiones es conocer los pasos y reconocer las emociones que acompañan a la decisión.	102	37%	174	63%	276	100%
14. El liderazgo es la capacidad de influir en otros/as, para conseguir un objetivo común.	88	32%	188	68%	276	100%

Fuente: Pre test

Elaboración: propia (2019)

Gráfico N° 3 (Pre-test)
Área de Habilidades para la Vida



UNICEF (2002) define las habilidades para la vida como recursos psicosociales e interpersonales que ayudan a la gente a tomar decisiones con conocimiento de causa,

comunicarse de forma efectiva y desarrollar unos recursos para manejar y autogestionar una vida saludable y productiva. Las habilidades para la vida pueden aplicarse a acciones dirigidas hacia uno mismo, hacia otras personas, o hacia el entorno local. Su objetivo consiste en favorecer la salud y el bienestar en todos estos niveles.³⁵

De acuerdo al gráfico N°3, en el ítem 10, el 75% de los estudiantes respondieron de manera inadecuada, acerca de lo que es un proyecto de vida. Actualmente la dependencia que existe de hijos a padres es muy notoria, ya que en muchos casos los adolescentes tienen miedo al fracaso y por esta razón los jóvenes necesitan información de cómo es un proyecto de vida.

Por otro lado, se observa que un 72% de los adolescentes desconocen qué es la autoestima alta (comprendida como el exceso de confianza sobre sí mismo que alcanza niveles de egoísmo, agresividad y soberbia), también confunden el término con lo que es autoestima baja, teniendo una visión de que la autoestima alta es la capacidad de poder tener un buen desenvolvimiento en público; además que es capaz de enfrentar cualquier conflicto.

Farfán, Ana (2017.p 47) en su trabajo “Programa de sexualidad y habilidades para la vida” nos menciona que la mayoría de los adolescentes tienen autoestima baja y quieren compensarla con exceso de felicidad ficticia o mediante los videos juegos, también por esta razón no ven un futuro ni hacen planes.

Por último, un 58% de los estudiantes posee un conocimiento incorrecto acerca del tema del liderazgo, ya que confunden el término, consideran que el liderazgo implica una relación de influencia particular entre componentes del grupo.

Sierra Laysa (2014) en su artículo “Importancia de promover el liderazgo en la juventud”, en la página digital del diario “Listin Diario” menciona que fomentar el liderazgo en la juventud construye los cimientos del bienestar del mañana en manos de quienes serán los próximos representantes del desarrollo social. Por esta razón que los adolescentes desconozcan que es liderazgo nos debe preocupar.³⁶

³⁵ JACOBS, F. (2011). SEGUIMIENTO Y EVALUACIÓN DE LAS HABILIDADES PARA LA VIDA ORIENTADAS AL DESARROLLO DE LA JUVENTUD. *Directrices de la fundacion JACOBS, 1*, 10. Obtenido de http://www.habilidadesparaadolescentes.com/archivos/Evaluacion_de_habilidades_para_la_vida.pdf

³⁶ Sierra, L. (6 de junio de 2014). *Importancia de promover el liderazgo*. Obtenido de Listin Diario: <http://www.listindiario.com>

En conclusión, a partir de los resultados obtenidos se puede observar que, excepto en el tema de asertividad donde la mayoría de los estudiantes demostraron cierto conocimiento, en las otras áreas de habilidades para vida se puede apreciar que los adolescentes tenían una falta de conocimiento.

Cuadro N° 4 (Pre-test)

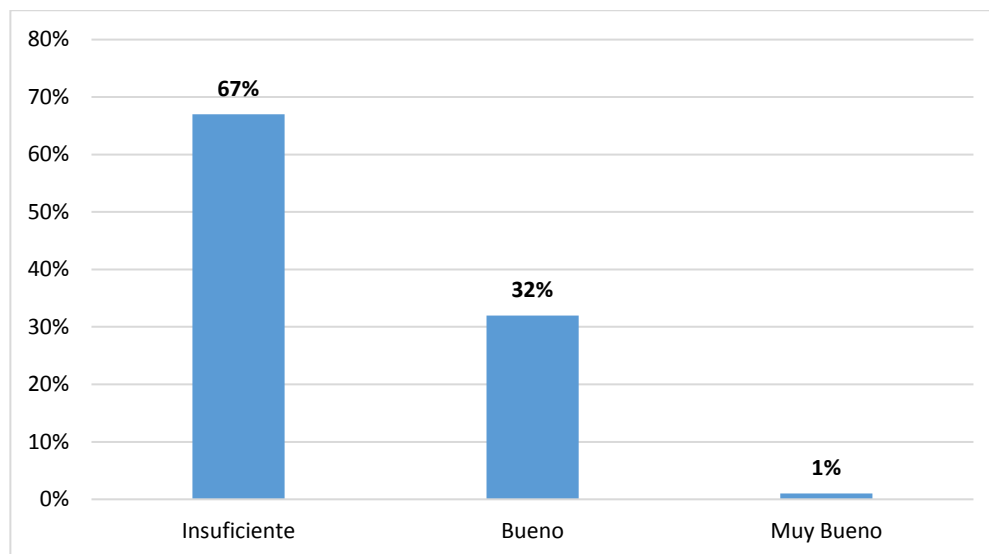
Conocimiento Inicial sobre Sexualidad, Salud Sexual y Salud Reproductiva y Habilidades para la vida

Nivel de conocimiento	Frecuencia	Porcentaje
Insuficiente	184	67%
Bueno	89	32%
Muy bueno	3	1%
Total	276	100%

Fuente: Pre test
Elaboración propia (2019)

Gráfico N° 4 (Pre-test)

Conocimiento Inicial sobre Sexualidad, Salud Sexual y Salud Reproductiva y Habilidades para la vida



En el gráfico N° 4 se realiza la descripción de los resultados obtenidos en la pre prueba respecto al análisis general de los conocimientos de los adolescentes sobre sexualidad, salud sexual y reproductiva y habilidades para la vida, que ya fueron presentados en los cuadros que anteceden. Sin embargo, en este caso se hace una valoración cualitativa sobre el nivel de conocimiento que tenían los estudiantes.

Los resultados indican que el 67%, tienen un nivel de conocimiento insuficiente; ósea que dentro de la escuela, la familia y el entorno social del adolescente no se ha abordado temáticas relacionadas a la sexualidad, liderazgo y habilidades para la vida, situación que los hace vulnerables a desarrollar conductas de riesgo relacionada a la sexualidad tales como embarazos no deseado, enfermedades de transmisión sexual y otros.

Sin embargo se puede observar que otro porcentaje que representa al 32% tiene un nivel de conocimiento bueno. Si bien no representan a la mayoría de los adolescentes, indica que en el caso de ellos sí han recibido cierta información educativa ya sea en sus hogares o en el Colegio; aunque el 1% de los estudiantes tiene un conocimiento considerado como muy bueno, con referencia al Conocimiento Inicial sobre Sexualidad, Salud Sexual y Salud Reproductiva y Habilidades para la vida.

Con referencia al tema, Pérez (2013) en su libro “Habilidades para la vida y una sana sexualidad en la adolescencia” indica que: La adolescencia es una etapa crítica en los seres humanos. La salud sexual y reproductiva es una prioridad a nivel mundial dadas las altas tasas de embarazos no planeados y contagio de Infecciones de Transmisión Sexual incluyendo al SIDA en este grupo etareo. Este libro contiene los resultados de una investigación sobre el nivel de conocimientos y creencias sobre sexualidad y algunas habilidades que la literatura ha reportado como relacionadas con la prevención de conductas sexuales de riesgo en adolescentes. Los hallazgos de este estudio muestran la necesidad de desarrollar programas de prevención de conductas sexuales de riesgo para adolescentes, basados en un enfoque de habilidades para la vida que además considere las diferencias entre hombres y mujeres así como su experiencia sexual.

A partir de estos resultados se puede concluir que la gran mayoría de los adolescentes con quienes se realizó la práctica institucional y a quienes se aplicó la pre-prueba o pre test en primera instancia adolecían de conocimientos e información sobre la temática de la sexualidad,

es decir presentan un conocimiento insuficiente con respecto a sexualidad, derechos, salud sexual y reproductiva y habilidades para la vida.

Cuadro N° 5 (Pre-test)

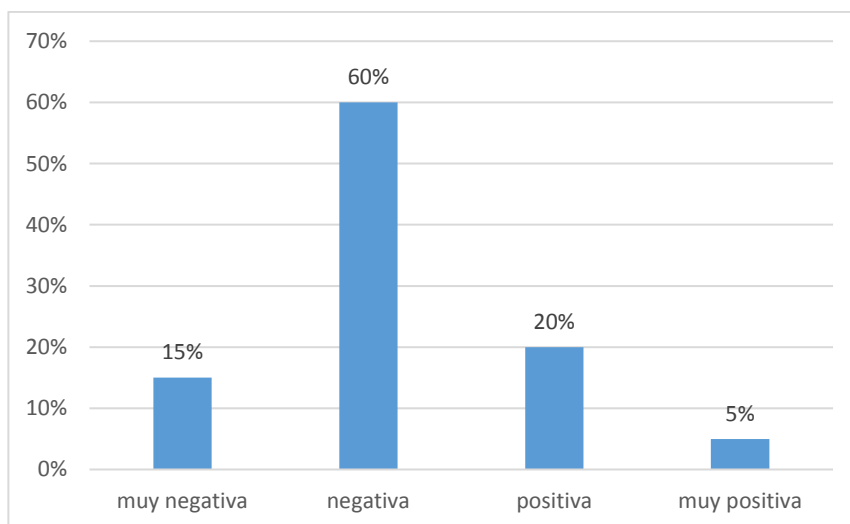
**Actitud Inicial sobre Sexualidad, Salud Sexual y Salud Reproductiva
Habilidades para la vida**

Actitud	Frecuencia	Porcentaje
Muy negativa	41	15%
Negativa	165	60%
Positiva	57	20%
Muy positiva	13	5%
Total	276	100%

Fuente: Pre test
Elaboración propia (2019)

Gráfico N° 5 (Pre-test)

**Actitud Inicial sobre Sexualidad, Salud Sexual y Salud Reproductiva
Habilidades para la vida**



Según Rodríguez (1991) las actitudes son una organización más o menos duradera de creencias, sentimientos que predisponen una conducta, citado en el libro Manual de Psicología Social.

*“Es una organización duradera de creencias y cogniciones en general, dotadas de una carga afectiva en favor o en contra de un objeto social definido, que predispone a una acción coherente con las cogniciones y afectos relativos a dicho objeto”.*³⁷

En este caso se trata de determinar que actitudes manifiestan los adolescentes en relación a la sexualidad, liderazgo, habilidades para la vida.

Los resultados indican que el 60% de los estudiantes manifiestan una actitud **negativa**, se observa rechazo hacia lo que es la sexualidad, liderazgo, habilidades para la vida, esto quiere decir que muestran mucho desinterés en abordar estas temáticas, lo cual es un dato bastante negativo porque significa que debido a la falta de información y educación los adolescentes estarían en riesgo de manifestar conductas como sexualidad precoz, irresponsabilidad en su conducta sexual, enfermedades de transmisión sexual, etc.

Sin embargo el 20 % expresan un porcentaje **positivo**, lo cual quiere decir que existe un leve interés con respecto a la Sexualidad, Salud Sexual y Salud Reproductiva y Habilidades para la vida.

Con base a los resultados observados, se concluye que los adolescentes tienen tendencia a tener una actitud negativa y muy negativa por falta de información adecuada con respecto a la sexualidad, salud sexual y reproductiva y habilidades para la vida.

³⁷ Matus, L. (1993). *Manual de Psicología Social*. Mexico: Universidad Iberoamericana. p 23.

6.2 Aplicación del programa

El contenido que se muestra a continuación corresponde a la aplicación del programa que responde al segundo objetivo de la Práctica Institucional (PI), el cual establece: Implementar el programa de capacitación en liderazgo y sexualidad con estudiantes de 1ro. A 6to. De Secundaria, a través de una metodología activo participativo orientadas a fortalecer conocimientos, y promover actitudes responsables frente a la temática.

Asimismo, se describe las diferentes actividades desarrolladas de acuerdo al programa establecido, con mínimas modificaciones respecto al material y técnicas en algunas actividades.

Primer Momento De La Práctica.

Sesión N° 1

Actividad: Presentación

Objetivo:

- Establecer las condiciones iniciales del proceso educativo.

Material: papelógrafos, marcadores gruesos, tarjetas de cartulina, masking tape.

Desarrollo: en esta primera actividad (previo saludo), se realizó la presentación de acuerdo a los siguientes criterios:

- **Presentación Personal**
- **Presentación Institucional:** se brindó una breve descripción de la institución
- **Objetivos del programa:** se presentaron los objetivos de la práctica, la cual es “Desarrollar la Guía de Capacitación en Liderazgo y Sexualidad, con estudiantes de 1ro a 6to de Secundaria”, haciendo énfasis en el fortalecimiento y desarrollo de habilidades para la vida.
- **Características Generales y Metodología:** se presentó un recorrido general de todos los temas y se describió que todo se realizaría con una dinámica activo participativo, donde el trabajo tiene que basarse en una relación de cooperación y aprendizaje conjuntos.

Concluyendo con la actividad de presentación, el segundo periodo se realizó la aplicación del cuestionario pre test: se distribuyeron los cuestionarios a la totalidad de las y los participantes de los grupos y se explicó el instrumento de acuerdo con el siguiente detalle:

- Objetivo de la aplicación del cuestionario.
- Segmentos en los se encuentra dividido.
- Formas de llenados de cada segmento.

Observaciones: en algunos cursos se percibió cierto ausentismo en clases, mediano interés, mostraron desgano al ver lo extenso de los cuestionarios, se evidenció que una gran parte desconoce el concepto de sexualidad, asertividad, pues los estudiantes pidieron aclaración en estas preguntas.

También se pudo visualizar dificultad con el llenado de la segunda sesión del pre test en todos los cursos, por lo que se tuvo que repetir la explicación de este segmento. Esto ocasiono que se extendiera el tiempo de realización de esta actividad, pues los cuarenta minutos que plantea la guía no fueron suficientes para el llenado total de pre test.

Sesión N° 2

Actividad: Presentación de participantes, reglas y expectativa.

Objetivo:

- establecer los primeros vínculos.

Material: papelógrafos, marcadores gruesos, tarjetas de cartulina, masking tape.

Desarrollo: se repartió fichas de cartulina para que coloquen sus nombres, luego de manera aleatoria fueron presentándose, diciendo primero su nombre, comida favorita, música de preferencia y su pasatiempo, es decir qué hace en su tiempo libre. El ejercicio de presentación generalmente debe ser agradable y divertido.

Como segundo momento se establecieron las reglas de trabajo con los participantes pidiendo que planteen acuerdos para cumplirlos durante el desarrollo del programa, luego se fue anotando en un papelógrafo los acuerdos.

En todos los cursos coincidió:

- Respeto hacia los demás, y escuchar todas las opiniones.
- Restringir uso de celulares.
- Solidaridad.
- Confidencialidad respecto a lo que suceda en el proceso educativo.

Se hizo el cierre resaltando que la participación de todos es necesaria para realizar la réplica.

Observaciones: durante la presentación de cada uno, se mostraron animados, nerviosos; por andar emocionados interrumpían con frecuencia las participaciones de sus compañeros con bromas o presentando a su compañero, por lo cual se les pidió que respeten a sus compañeros. Por algunas burlas, hubo alumnos que se mostraron más tímidos al momento de presentarse, después de pedir silencio y respeto se logró terminar las presentaciones.

La anterior actividad generó cierto grado de estabilidad, esto permitió que se puedan realizar las reglas con más soltura, evidenciando interés y participación.

Segundo momento del programa

Sesión N° 3

Actividad: estableciendo los conocimientos.

Objetivo:

- Identificar los conocimientos de los y las jóvenes, en torno a sexualidad, salud sexual y salud reproductiva.

Material: papelógrafos, marcadores gruesos, tarjetas de cartulina y masking tape.

Desarrollo: se realizó una introducción a este momento de trabajo, mencionando que el mismo consiste en evaluar las necesidades del grupo y acordar con ellos las prioridades del proceso,

luego se procedió con la dinámica “las lanchas” que consistía, en que los participantes imaginaran que están en un barco y a causa de una tormenta , el barco se hundía y que habían lanchas para salvarse, pero solo para un cierto número de personas, se repitió la consigna 3 veces, con diferentes números de personas, con la finalidad de que los estudiantes se agrupen al número requerido y finalmente formen 7 grupos de 4 participantes para trabajar en la actividad.

A cada uno de los grupos se le entregaron hojas de papelógrafos, marcadores gruesos. Antes de iniciar el trabajo, se advirtió a los estudiantes, que no existen respuestas correctas o incorrectas, que en los papelógrafos colocaran todo lo que saben y que también estaba permitido anotar los aspectos que desconocen sobre algún tema.

Cada grupo trabajó sobre las siguientes preguntas:

Grupo 1: Sexualidad

- ¿Qué es la Sexualidad?
- ¿Cuáles son las características de la Sexualidad?

Grupo 2: Métodos anticonceptivos

- ¿Qué son los métodos anticonceptivos?
- ¿Qué método anticonceptivo conozco y cuáles son sus características?

Grupo3: Embarazo

- ¿Qué es el embarazo adolescente?
- ¿Cuáles son los riesgos de un embarazo adolescente?

Grupo4: ITS/VIH

- ¿Que son las Infecciones de Trasmisión Sexual?
- ¿Qué ITS conozco y cuáles son sus características?

Grupo 5: Enamoramiento

- ¿Qué es el enamoramiento?
- ¿Qué formas de amor existen?

Grupo 6: Toma de decisiones

- ¿Qué es una toma de decisiones?
- ¿Cuáles son las características de un proceso de toma de decisiones?

Grupo 7: Violencia

- ¿Qué es la violencia?
- ¿Qué tipos de violencia conoces?

Se acompañó el trabajo de los grupos para alentar la participación, escuchar los comentarios y orientar las dudas, siendo precavida de no transmitir los propios conocimientos o información. Consecutivamente, cada grupo salió al frente a exponer todo lo que habían socializado.

Finalmente se realizó una síntesis de las respuestas y confirmando esta con los jóvenes, verificando si la síntesis reflejaba lo que quisieron decir.

Observaciones: esta primera actividad permitió establecer el nivel de conocimiento de los estudiantes con respecto a: sexualidad, métodos anticonceptivos, embarazo adolescente, ITS/VIH-SIDA, enamoramiento, toma de decisiones, violencia. Se pudo evidenciar que el abordaje del tema sexualidad en la actualidad sigue generando malos entendidos, pues en la mayor parte de los cursos, los participantes de los primeros grupos, mostraron cierto grado de incomodidad cuando se les pidió que explicaran lo que es la sexualidad y sus características.

Otro aspecto muy importante que llamó la atención, es la falta de conocimientos sobre la toma de decisiones y los métodos anticonceptivos, pues estos temas generaron muchas dudas en ellos.

Sesión N° 4

Actividad: ¿Qué pienso, qué siento, qué hago?

Objetivo:

- Indagar sobre las actitudes de los y las jóvenes en relación a sexualidad, salud sexual y reproductiva

Material: papelógrafos, marcadores, tarjetas de cartulina y masking tape.

Desarrollo: se conformaron siete grupos. A cada uno se le entregaron hojas de papelógrafos, marcadores gruesos. Antes de iniciar el trabajo, se recordó a los participantes, que no existen

respuestas correctas o equivocadas, que en los papelógrafos es aceptable anotar sin restricciones.

Cada grupo trabajo sobre las siguientes preguntas:

Grupo 1: Sexualidad

- ¿Qué cosas pienso sobre la sexualidad?
- ¿Cómo me siento sobre la sexualidad?
- ¿Qué cosas hago o haría respecto a la sexualidad?

Grupo 2: Métodos anticonceptivos

- ¿Qué cosas pienso sobre los métodos anticonceptivos?
- ¿Cómo me siento sobre los métodos anticonceptivos?
- ¿Qué cosas hago o haría con los métodos anticonceptivos?

Grupo 3: Embarazo:

- ¿Qué cosas pienso sobre el embarazo en la adolescencia?
- ¿Cómo me siento sobre el embarazo en la adolescencia?
- ¿Qué cosas hago o haría ante un embarazo?

Grupo 4: ITS/VIH

- ¿Qué cosas pienso sobre las ITS/VIH-SIDA?,
- ¿Cómo me siento sobre ITS/VIH-SIDA?
- ¿Qué hago o haría ante una ITS/VIH-SIDA?

Grupo 5: Relación de pareja:

- ¿Qué cosas pienso sobre la relación de pareja?
- ¿Cómo me siento sobre una relación de pareja?
- ¿Qué cosas hago o haría en una relación de pareja?

Grupo 6 - Toma de decisiones:

- ¿Cómo pienso que se debe tomar decisiones?

- ¿Por qué creo que es importante saber tomar decisiones?

Grupo 7: Violencia:

- ¿Qué cosas pienso sobre la violencia?
- ¿Cómo me siento en relación a una situación de violencia?
- ¿Qué cosas hago o haría ante una situación de violencia?

Se acompañó el trabajo de los grupos, para alentar la participación, escuchar los comentarios y orientar ante las dudas, con el cuidado de no transmitir los propios conocimientos o información.

Concluida la fase de respuesta a las preguntas planteadas, cada grupo presente el trabajo realizado, dando lectura a todas sus respuestas. Al finalizar la presentación, se abrió un espacio breve para recepcionar algún aporte el curso.

Posteriormente se realizó un recorrido por cada uno de los papelógrafos, haciendo una síntesis de las respuestas y confirmando las mismas con los adolescentes.

Sesión N° 5

Actividad: Necesidades y demandas

Objetivo:

- Identificar las demandas y necesidades de las y los jóvenes, respecto a sexualidad, salud sexual y reproductiva.

Material: papelógrafos, marcadores gruesos, tarjetas de cartulina y masking tape

Desarrollo: esta actividad se realizó con los 7 grupos ya conformados (porque se hicieron las dos actividades juntas) con un promedio de 4 a 5 participantes. A cada uno se le entregaron hojas de papelógrafo, marcadores gruesos y tarjetas de cartulina, como es de costumbre, se recordó a los estudiantes que no existen necesidades y demandas correctas o equivocadas, y que en el papelógrafo coloquen todo lo que quisieran o necesitaran saber.

Cada grupo trabajo sobre las siguientes preguntas.

Grupo 1: ¿Qué necesito o quiero saber sobre la sexualidad?

Grupo 2: ¿Qué necesito saber sobre métodos anticonceptivos?

Grupo 3: ¿Qué necesito saber o quiero saber sobre las infecciones de transmisión sexual y el VIH-SIDA?

Grupo 4: ¿Qué necesito o quiero saber sobre relaciones de pareja?

Grupo 5: ¿Qué necesito o quiero saber sobre asertividad y comunicación?

Grupo 6: ¿Qué necesito o quiero saber para tomar decisiones?

Grupo 7: ¿Qué necesito o quiero saber sobre violencia?

La practicante acompañó el trabajo de los grupos, para alentar la participación, escuchar los comentarios y orientar ante las dudas, siendo precavida de no transmitir sus propios conocimientos o información.

Una vez que todos los grupos terminaron la redacción de sus papelógrafos, cada representante dio lectura de todas las respuestas planteadas para las preguntas.

Al finalizar esta actividad, se abrió un breve espacio para concluir con los aportes del resto de los participantes de los grupos, y se realizó una reflexión al respecto de las respuestas planteadas, haciendo un recorrido por cada uno de los papelógrafos sintetizando las respuestas y confirmando estas con los adolescentes.

Observaciones: Durante la actividad, los estudiantes manifestaron que es complicado abordar estos temas, se seguía generando timidez y vergüenza, ya que en los hogares no se les permite hablar de ello; y en algún momento llegaron a sentir cierta incomodidad, siendo difícil expresar sus dudas y curiosidades.

Algo muy importante a recalcar es que fue complejo abordar esta actividad con los más pequeños, pues ellos hicieron más evidente su incomodidad y vergüenza al hablar sobre la relación de pareja.

Otro aspecto sobresaliente fue el hablar sobre la sexualidad; gran parte de los estudiantes llegaron a la conclusión que es más de lo que pensaban, es una gran responsabilidad desarrollarla y para ello las personas deben ser lo suficientemente maduras, por lo que en la adolescencia esto produciría muchos problemas.

Se pudo detectar las principales necesidades de los estudiantes, en los cursos inferiores existe gran interés por hablar sobre las etapas de la toma de decisiones, sexualidad y enamoramiento. En lo que respecta a los cursos superiores, es decir, de 4to a 6to, los estudiantes tienen mayor interés de abordar los temas relacionados con los métodos anticonceptivos, la eficacia y uso correcto de los mismos, así también la temática de la “prueba de amor” en la etapa de enamoramiento.

Tercer Momento del Programa

Sesión N° 6

Actividad: El cuerpo sin cuerpo.

Objetivo:

- Reconocer el cuerpo como base fundamental en el desarrollo humano y en la construcción para la vivencia de la sexualidad. Valorar la importancia del cuidado del cuerpo para la vivencia plena de la sexualidad.

Material: cartulina, papelógrafos, marcadores delgados, marcadores gruesos, masking tape y tijeras.

Desarrollo: se conformaron cuatro grupos, se distribuyeron los papeles sábana, un rollo de masking por cada grupo y lo mismo se hizo con marcadores y tijeras, estos armaron un cuerpo humano de tamaño real, básicamente cabeza, cuerpo y extremidades. Se pidió a los estudiantes que el cuerpo no tuviera ningún rasgo que lo identifique como hombre o como mujer. Una vez armado, se solicitó que eligieran a una o un representante. Realizada la elección, se amarró el cuerpo humano armado a los brazos, cuerpo y cabeza.

Los y las representantes, se ubicaron al frente de todo el curso. Posteriormente se indicó que desde ese momento su cuerpo era el armado con el papel sabana, que debían realizar las actividades que se le indicaran a través de él. Se recalcó que estaba prohibido utilizar el propio cuerpo (de carne y hueso) para desarrollar las tareas encomendadas.

Cada representante realizó las siguientes tareas:

Representante 1:

- Dio un beso en la mejilla a otro de los cuerpos de cartulina.
- Toco la ropa de alguna persona del grupo.

Representante 2:

- Abrazo a otro de los cuerpos de cartulina.
- Dio un beso en la mano a alguien del grupo.

Representante 3:

- Pidió un beso en la mejilla a una persona del grupo.
- Soplo una hoja de papel colocada sobre uno de los bancos.

Representante 4:

- Dio la mano a otro de los cuerpos de cartulina,
- Toco la mejilla de alguien del grupo

Una vez realizadas las tareas, la practicante procedió a la ejecución el análisis preguntando primero a quienes se encontraban atados/das al cuerpo de cartulina.

- 1.- ¿Cómo se sintieron?
- 2.- ¿Quién les hizo sentir así?
- 3.- ¿Que observaron al realizar las diferentes tareas?
- 4.- ¿Qué aprendieron en relación a sus propios cuerpos (Carne y Hueso)?

Posteriormente se efectuó el análisis con todo el curso, preguntando:

- 1.- ¿Qué observan en los cuerpos de cartulina?
- 2.- ¿Qué paso con los cuerpos de cartulina al tener que realizar las tareas asignadas?
- 3.- ¿Qué pasaría si no tuviéramos cuerpo?
- 4.- ¿Qué pasaría si no pudiéramos sentir o usar nuestros sentidos?
- 5.- ¿Cuál es la importancia de tener cuerpo?
- 6.- ¿Cuál es la importancia de los sentidos?
- 7.- ¿Qué nos permiten hacer nuestros cuerpos y nuestros sentidos?
- 8.- ¿Cuál es la importancia del cuidado del cuerpo?

En base a la participación de los y las jóvenes, se enfatizó en el tema del cuerpo como piedra fundamental para la vida y para la construcción de la sexualidad, así también sobre la importancia del cuerpo y los sentidos para conectarnos con el entorno, las cosas, con otras personas en la importancia de éste para sentir placer, dolor, experimentar todo lo posible y en el valor de su cuidado.

Observaciones: se realizó la actividad satisfactoriamente, ya que los participantes mostraron bastante disposición para la ejecución de la técnica, la misma fue del agrado de los mismos, generando en ellos sentimientos de bienestar, alegría y entusiasmo.

Para la elaboración del cuerpo, algunos grupos pegaron los papeles en la pared y se apoyaron en ella para marcar los bordes, otros optaron por colocar los pliegues de papel en el piso y recostarse en ellas, otros unieron mesas en las cuales pusieron los papeles y se recostaron sobre las mismas para marcar el borde del cuerpo del compañero o compañera elegida, en general todos los grupos se divirtieron realizando técnica, es decir que se pudo evidenciar una actitud muy positiva hacia la dinámica en los estudiantes de la Unidad Educativa.

En lo que refiere a los movimientos con los cuerpos de papel, los representantes de los grupos realizaron las tareas con mucha dificultad pero con entusiasmo, al finalizar la actividad, la mayor parte de los estudiantes concluyeron que sin el cuerpo no podrían realizar ninguna actividad, ya que cada parte del mismo tiene una vital importancia y coadyuvan a la ejecución de diversas tareas.

Sesión N° 7

Actividad: Comienza la historia

Objetivos

- Reconocer el género como construcción social a partir de las diferencias de sexo.
- Reconocer las desigualdades genéricas a partir del predominio del sistema patriarcal.
- Reflexionar sobre las desigualdades genéricas del ser hombre y ser mujer y promover el respeto a la diversidad.

Material: Cuerpos de cartulina, papel seda, papel crepe, papelógrafos, marcadores delgados, marcadores gruesos y masking tape.

Desarrollo: Se continuó el trabajo con los grupos de la anterior actividad. Iniciando con una lluvia de ideas, sobre los aspectos abordados previamente.

Cada grupo presentó el cuerpo de papel, brindándole una identidad al mismo, posteriormente se pidió a cada uno que realizaran lo siguiente:

Parte 1

- Definir si es hombre o mujer
- Ponerle nombre
- Edad
- Contextura-Medidas

En base a estos elementos, cada grupo le colocó al cuerpo los diferentes signos (cabello, ropa, características sexuales) que ayudaron a identificarlo de acuerdo a las características iniciales mencionadas. Para esto se asignó un tiempo y entregaron los materiales necesarios.

Parte 2

Concluida esta etapa, cada grupo construyó una historia sobre su cuerpo en base a la identidad que les asignaron, se enfatizó que la misma debe construirse tomando en cuenta permanentemente sus características de identidad, sobre todo su género, edad u contextura. La historia mínimamente contenía:

Niñez

- Cómo era (Nombre que se le asignaron)
- En la casa
- En la escuela
- Cuando se divertía
- En su relación con otros niños y niñas.

Adolescencia y juventud

- En la casa
- En la escuela
- Cuando se divierte o divertía
- En su relación con sus amigos y amigas
- En su relación con su pareja

Adulthood

- En la casa
- En el trabajo (si tiene)
- Cuando se divierte o divertía
- En su relación con sus amigos y amigas
- En su relación con su pareja

Una vez escritas las historias de los cuerpos y sus identidades en papelógrafos, cada grupo presentó su trabajo. Se tomaron en cuenta las diferencias y similitudes establecidas entre hombres y mujeres a partir de la asignación de una identidad, los roles y funciones determinados a partir de la identidad y la forma como se construyen las experiencias.

Concluidas las presentaciones, se ejecutó el análisis realizando las siguientes preguntas guía:

- 1.- ¿Qué observaron en las historias?
- 2.- ¿Qué fue lo que más les llamó la atención de las historias?

- 3.- ¿Qué diferencias y similitudes encuentran entre las historias de hombres y mujeres?
- 5.- ¿Qué roles y funciones son asignados a hombres y mujeres?
- 6.- ¿En qué medida influyen las características físicas del cuerpo en esas historias?
- 7.- ¿Cómo influyen estas similitudes, diferencias, etc., en la vivencia de la sexualidad?
- 8.- ¿Qué es lo que aprendieron a través de estas historias?
- 9.- ¿Qué cosas de éstas historias tienen que ver con ustedes?

Recuperando las participaciones de los y las jóvenes.

Observaciones: al iniciar la actividad se pudo evidenciar que surgieron contradicciones dentro de los grupos al momento de asignarle el sexo al muñeco, debido a que los mismos se encontraban conformados por estudiantes de ambos sexos, generalmente por no ponerse de acuerdo, unos o dos estudiantes decidían que sexo tendría y los demás aceptaban, luego de eso continuaron la actividad con mucho agrado, sobre todo en lo que refiere a la primera parte, que consistía en vestir el cuerpo con los materiales facilitados.

La segunda parte también fue realizada con agrado, al finalizar la misma se prosiguió con el relato de las historias; éstas fueron interesantes, entre ellas tenemos la siguiente:

“En la niñez, Camila era muy buena en casa, le gustaba leer libros, en la escuela era la más destacada, se divertía haciendo deporte. Además era una niña muy educada, amable, buena con las personas, aunque se llevaba mejor con los niños y no con las niñas. En la juventud se dedicaba a ayudar a su mamá y era muy tranquila, en la escuela seguía siendo la mejor, los fines de semana salía a pasear con sus amigos. En su adultez trabaja y ya había estudiado, ayuda aún a sus padres y era buena con todos”.

Al culminar los relatos se identificaron las similitudes y diferencias de las historias, percibiendo que el género es una construcción que se establece desde el momento en el que nacemos, y como estas actividades diferenciadas influyen en el desarrollo de las personas, tocando el tema de identidad de género y la homosexualidad, intentando sensibilizar a los

adolescentes con respecto a estas personas, concluyendo que todos somos dueños de decir hacia quien sentimos atracción, sin importar lo que la sociedad nos imponga al respecto.

Sesión N° 8

Actividad: La historia continúa.

Objetivos:

- Reconocer la afectividad, erotismo y reproductividad como componentes de la sexualidad.

Material: Papelógrafos, marcadores delgados, marcadores gruesos y masking tape.

Desarrollo: Se continuó el trabajo con los grupos conformados. Inicialmente se les indico que se debía construir otra faceta de los cuerpos y sus identidades, cuyas historias deberían relatar:

Niñez:

- Como es..... (Nombre que te asignaron)
- ¿Se sentía respetado/y aceptado/a?
- ¿Se sentía valorado/a, cuáles eran sus cualidades?
- ¿Se sentía cuidado/a o protegido/a?
- ¿Cuáles eran sus alegrías y problemas?

Adolescencia y Juventud

- ¿Cómo era su cuerpo, le gustaba, aceptaba su cuerpo?
- ¿Se sentía atractivo/a, alguien le atraía?
- ¿Cómo se lleva o llevaba con chicos y chicas?
- ¿Quiere tener pareja, tiene o tenía pareja?
- ¿Qué fantasías tenía en relación a los chicos o en relación a las chicas?
- ¿Qué caricias le gusta dar y que caricias le gusta recibir?

Adultez

- ¿Qué piensas sobre tener familia?
- ¿Está casado, convive con alguien, como es su relación?
- ¿Qué piensa sobre tener hijos/as? ¿Tiene hijos/as, cuantos/as?
- ¿Cómo se sintió, que pensó cuando nacieron sus hijos/as?
- ¿Qué quiere para sus hijos/as?

Una vez escritas las historias de los cuerpos y sus identidades en papelógrafos, cada grupo presento su trabajo.

Concluidas las presentaciones, se prosiguió con el análisis a través de las siguientes preguntas:

- ¿Qué fue lo que más le llamo la atención de las diferentes historias?
- ¿Qué aspectos diferentes o complementarios en relación a las anteriores etapas revisamos?

Se procuró recuperar los elementos de todo el recorrido, junto con las actividades anteriores, visibilizando la afectividad, reproductividad y erotismo, relacionándolos a las historias y a las propias experiencias de los y las estudiantes. Fue una oportunidad importante para hablar de los comportamientos eróticos de los jóvenes, e introducir algunos elementos iniciales de conductas de autocuidado. También fue importante ayudar a ver las relaciones entre los diferentes holones de la sexualidad y su mutua influencia, así como los aprendizajes y experiencias en cada uno de ellos condicionan o determinan la forma, las características individuales en las que se vive la sexualidad. Se pudo ampliar la visión de la sexualidad más allá de los factores biológicos y genitalizados.

Observaciones: la historia continúa, una actividad realizada con entusiasmo por los estudiantes, ya que era correlativa a la anterior sesión, por lo que no tuvieron ninguna dificultad en cuanto a su redacción, el relato rescatado es el siguiente: “Cuando Camila era niña, se sentía muy respetada y aceptada por sus amigos, se sentía protegida por ellos, a ella le gustaba jugar con sus compañeros con los que se llevaba muy bien. En la adolescencia se sentía muy cómoda con su cuerpo y atractiva, tenía interés por ambos sexos, quería experimentar. Entró a estudiar. En la adultez trabajaba, salía con sus amigos y disfrutaba al máximo”

Una vez expuestas las historias se concluyó que cada persona es diferente, y todos creamos lazos afectivos con otros seres, los mismos que son adquiridos a través de las experiencias que vivimos a diario, tomando en cuenta que nuestro cuerpo puede generar sensaciones agradables lo cual no es malo; pero no se puede olvidar mencionar que existen muchas culturas que influyen en la expresión de las mismas, inhibiendo algunas que son consideradas inapropiadas.

Algo que también llamó la atención a los estudiantes fue conocer que la reproductividad no se refiere únicamente a la reproducción de características biofisiológicas, sino también patrones socioculturales, concibiendo la reproductividad desde una óptica social.

Sesión N° 9

Actividad: Asentando los conocimientos. (Iniciativa de la estudiante)

Objetivos:

- Relacionar los elementos conceptuales de la sexualidad con su propia experiencia
- Reconocer los pilares de la sexualidad y comprender los cuatro holones de la sexualidad

Material: marcadores acrílicos y tarjetas de colores.

Desarrollo: se mencionó que se ha concluido una parte del proceso, ligado a la comprensión de la sexualidad como eje de la vida de los seres humanos, siendo necesario construir de manera clara los elementos que se han trabajado, como una forma de prepararse para el siguiente momento. Inicialmente se realizó un recorrido a través de las técnicas y los aspectos analizados con ellas, articulando la información presentada, con los relatos y experiencias manifestadas por los participantes, intercalando con espacios para preguntas, para lo cual se distribuyeron tarjetas de colores. La información que se transmitió a los estudiantes, incluía aspectos relacionados con la sexualidad y la adolescencia, sus características físicas, psicológicas y sociales. Al finalizar la interacción expositiva y de preguntas, se indicó que posiblemente luego surjan otras preguntas o dudas, que existe la disposición plena para aclararlas, haciendo mención que el espacio queda abierto.

Observaciones: se expusieron los temas, diferenciando la sexualidad de sexo y de género; en un principio se evidenció que existía mala interpretación en cuanto a estos conceptos, lo que cambió notablemente a medida que avanzaba la exposición, se aclaró también en los cursos inferiores, que no se debe sentir vergüenza al hablar de sexualidad, ya que la misma no es prohibida si se la percibe desde una perspectiva biofisiopsicosocial.

Otro aspecto que llama la atención a los estudiantes fue la información sobre los holones de la sexualidad, puesto que nadie tenía conocimiento de dicho concepto, a medida que se explicó que la sexualidad es concebida como una totalidad y una parte a la vez, se aclaró el mencionado término entendiendo que no se puede hablar de ésta con la ausencia de uno de sus componentes.

Sesión 10

Actividad: Diferentes formas de vivir la sexualidad.

Objetivo:

- Comprender las diferencias como parte natural de la vida humana rompiendo los estereotipos para promover espacios más inclusivos.

Material: papeles de color y con forma, masking tape.

Preparación:

Cortar papeles en forma de:

- a) Con la palabra Gay
- b) Con la palabra lesbiana
- c) Chola (adaptar a la región)
- d) Campesino (adaptar a la región)
- e) 1 sola que diga heterosexual
- f) 1 sola figura que diga hombre fuerte
- g) 1 sola figura que diga mujer bonita

De la figura e, f y g se elaborará una sola figura para todo el grupo. Las figuras a, b, c y d serán repartidas por igual a los participantes restantes.

Desarrollo: se pide a los participantes que cierren los ojos mientras se pegan las figuras a la frente de cada participante, de manera que se lea la palabra escrita.

Entonces se pide que abran sus ojos y que se reúnan en grupo de acuerdo a la figura que tienen en la frente. Para descubrir a que grupo pertenecen podrán dar pautas (sin hablar) a sus compañeros y compañeras.

Observaciones: con respecto a esta actividad en el momento que entregaron las diferentes figuras de colores, muchos quisieron cambiarlas porque no estaban conformes con lo que les tocó; entonces se les indicó que esa figura era sólo para formar los grupos; entonces la mayoría las aceptaron, aunque protestaron formaron los grupos según las figuras. Una vez listos se les explicó el significado de cada figura, cuando entendieron el significado de las figuras, algunos grupos se rieron. Se pidió respeto y silencio para proceder a escuchar cómo se sintieron cuando descubrieron a que representaban.

Se procedió a escuchar las participaciones de los que estaban sin grupo, como ser un corazón Mujer Bonita y se sintieron felices al conocer el significado de esta figura, una flecha Hombre Fuerte, algunos chicos que les tocó la figura mostraron sus músculos y se alegraron por ello; una estrella Heterosexual a los que les tocó la figura no conocían el significado de heterosexual, lo confundían con homosexual, por lo cual se les explicó que representa a las personas que tienen atracción por el sexo contrario; es decir, a las mujeres les atrae los hombres y viceversa. Con respecto a la figura que representaba al campesino, quienes la tenían comentaron que no se sintieron mal, ya que tal palabra se refiere a la persona que trabaja la tierra, al agricultor, por lo cual no era malo. Los grupos que representaban a la palabra chola, tuvieron algunos integrantes que no les gustó ese término, otros por el contrario dijeron que sólo significa mujer con polleras y que no era nada malo.

Lo que fue malo es que muchos términos fueron entendidos de manera negativa. Así sucedió con los grupos de la palabra gay, ya que hubo cursos donde intentaron tirar las figuras y no participar en la actividad, se les motivó y explicó que el objetivo es de no discriminar y respetar

a las personas, algunas personas volvieron a participar y otras no. Para finalizar, el grupo con la palabra lesbianas tubo efectos parecidos que los grupos de la palabra gay, sin embargo muchos de sus integrantes adujeron no estar identificados con la palabra y que ellos tratan de respetar los gustos.

Para finalizar se reflexionó sobre la importancia de respetar a las personas, acabar con la discriminación, valorar y respetar la forma de ser de cada quien.

Sesión N° 11

Actividad: ¿Y los derechos dónde están?

Objetivos:

- Reconocer la dimensión política, los derechos y su vulneración, como factor que limita la vivencia de la sexualidad.
- Comprender la importancia del ejercicio pleno de los derechos sexuales y derechos reproductivos

Material: papelógrafos, marcadores gruesos y masking tape.

Desarrollo: se dividió a los participantes en cuatro grupos, en base a lo revisado y aprendido en las anteriores actividades, representaron a través de un socio drama, la forma en la que los y las jóvenes deberían o les gustaría vivir su sexualidad.

Después cada grupo realizó la debida presentación. Durante el desarrollo de las mismas, la practicante asumió una actitud agresiva en las relaciones en el resto de los compañeros, identificando quienes eran los que reaccionaron y que argumentos planteaban, expresión y movimiento corporal, de la misma se identificó quienes no asumieron ninguna reacción. En el momento en que se consideró que existía un nivel elevado de activación emocional, se detuvo la técnica, mencionando el curso de dicha actitud era parte del trabajo.

Concluida la actividad se ingresó a la etapa de análisis, para la cual se realizaron las siguientes preguntas:

- ¿Cómo se sienten?
- ¿Qué ha provocado o ha hecho que se sientan así?
- ¿Qué ha sucedido con sus derechos ante esta situación?
- ¿Cómo reaccionó el resto del grupo?
- ¿Cuál será la razón de que reaccionen así?
- ¿Qué hubiera sucedido si dejáramos avanzar la técnica?
- ¿Qué podríamos hacer para prevenir este tipo de actos?
- ¿Qué podríamos hacer para motivar a la gente para la defensa de sus derechos sexuales?
- ¿En qué otros ámbitos podríamos utilizar lo aprendido?
- ¿Qué dimensión de la sexualidad habremos descubierto?

Al finalizar la técnica, el análisis se centró en la reconstrucción de la situación y de aquellos diferentes elementos que fueron presentándose: agresión (abuso de poder de la practicante, puede representar las estructuras sociales, posiciones, adulto centristas, mandatos sociales, prejuicios, etc., que limitan la vivencia de la sexualidad de los y las jóvenes y el respeto a los derechos sexuales)- Se realizó una analogía entre la acción de la practicante, reacción del grupo y las condiciones sociales de vulneración y defensa de los derechos, especialmente de los sexuales, identificando los recursos que utilizaron para resolver la situación, tanto individuales como grupales, cuáles serán más adecuados y cuáles no.

Se identificó también la dimensión política de la sexualidad, como una dimensión que implica la defensa y el derecho y por ende de la ciudadanía.

Observaciones: en cuanto a esta actividad, se puede mencionar que tuvo diversas dificultades, ya que no se obtuvo el resultado esperado en todos los cursos. Tomando en cuenta que se alcanzó el efecto deseado tan sólo en cuatro cursos, la facilitadora se mostró agresiva e intolerante, actitud que no era habitual en las anteriores, sesiones, por lo que los estudiantes se sintieron incómodos y muy presionados, optando por realizar la actividad con mucha antipatía. Una vez que se les explicó que dicha actitud era parte de la técnica, se sintieron más tranquilos y expresaron haberse sentido incómodos e insatisfechos con sus presentaciones.

En los restantes seis cursos, no se evidenció esta incomodidad por parte de los estudiantes, pues a medida que la actitud de la facilitadora era más agresiva e intolerante, éstos se aprovechaban de ello, realizando sus presentaciones de forma rápida, como algo gracioso, es decir que no sintieron ningún malestar con respecto a la postura de la practicante.

En cuanto a la temática que abordaba esta técnica, se puede mencionar que a los estudiantes les resulta difícil diferenciar los derechos reproductivos de los derechos sexuales y tienen poco conocimiento de algunos de ellos.

Sesión N° 12

Actividad: Elaboración de narrativas. (Iniciativa de la Estudiante)

Objetivos:

- Proponer mejoras para el entendimiento de los derechos en nuestra vivencia de la sexualidad.

Material: hojas de papel tamaño carta y lapiceros.

Desarrollo: se dividió al grupo en equipos pequeños de 3 a 4 integrantes, buscando que se integren de manera equitativa, hombres y mujeres.

Cada equipo desarrolló una historia en la que su personaje principal vivía sin estereotipos de género y se relacionaba de manera equitativa con otras personas.

Cada equipo expuso en plenaria la historia elaborada.

Cierre: cuando los equipos finalizaron sus exposiciones, se preguntó al grupo acerca de las historias:

- ¿Les gustaría vivir así?
- ¿Cómo crees que reaccionarían las personas de esta escuela si conocieran a alguien así?
- ¿Crees que el cambio para vivir en igualdad es individual?
- ¿Qué cosas crees que puedes hacer para vivir en igualdad?

- ¿Qué cosas crees que puedes hacer para permitir que otras personas vivan con respeto y buen trato?
- ¿Crees que es fácil llegar a ese tipo de convivencia?

La finalidad de este cierre fue mostrar a las y los adolescentes que los cambios que promueven igualdad no tendrán resultados inmediatos, pero que cada una y uno de ellos pueden aportar para lograr bienestar para sí y para las y los demás.

Observaciones: esta actividad tuvo su parecido con la actividad la historia continua según expresaron los estudiantes, sólo que más difícil porque tenía una consigna precisa, les costó formular las historias, en algunos cursos se tomó más tiempo del necesario porque no lograban imaginar a alguien así, pues la sociedad actual no te dejaría ser así de diferente, si o si debes asumir el rol de mujer o de hombre; una de la historias que elaboraron fue de “Amanda a quien sus padres desde pequeña le dejaban jugar a lo que ella quisiera, desde fútbol hasta a la comidita, le enseñaron que no hay colores para niños ni para niñas, cuando Amanda fue al colegio le molestaban porque le decían que no parecía niña y así fue creciendo, ella trataba de explicar que todos son iguales, no hay nada exclusivo de los hombres ni de las mujeres, logró convencer a muy pocos”.

Sesión N° 13

Actividad: Yo soy el amor, Yo soy el enamoramiento, Yo soy la atracción sexual. (Iniciativa de la Estudiante)

Objetivos: Conocer y diferenciar el amor, enamoramiento y atracción sexual.

Material: papelógrafo, marcadores, cinta adhesiva

Desarrollo: se pidió al grupo que se formen tres subgrupos, cada uno debía de ser del mismo número de personas.

Se les explicó la siguiente situación hipotética: el gobierno quiere hacer una campaña sobre uno de los siguientes tres temas: el amor, el enamoramiento y la atracción sexual, y quiere saber cuál es el más importante para los y las adolescentes y jóvenes hoy en día.

A cada equipo se le asignó un concepto desde la siguiente lógica:

“Yo soy el amor”, “Yo soy el enamoramiento”, “Yo soy la atracción sexual”.

Se pidió que cada equipo defina qué es el amor, enamoramiento o atracción sexual y por qué es importante en las relaciones.

Se dio un tiempo de 10 minutos a cada equipo para que reflexionen por qué su concepto es importante y las ideas más significativas deberán plasmarlas en el papelógrafo que tenga el título de “Amor”, “Enamoramiento” o “Atracción sexual”.

Después, en plenaria grupal, cada equipo defendió por qué es importante el tema que les tocó. En esta situación hipotética las y los participantes representan a la juventud y las personas facilitadoras personificarán al gobierno.

Algunas preguntas de apoyo que fueron utilizadas son: ¿qué es el amor?, ¿qué es el enamoramiento?, ¿qué es la atracción sexual? ¿En qué se parecen?, ¿en qué son distintos?, ¿con cuál de los tres se quedarían? ¿Necesariamente están los tres en una relación de noviazgo?

Observaciones: se puede comentar lo siguiente de la actividad realizada: resulta importante entender que dentro de las relaciones afectivo eróticas, como el noviazgo, existen diferentes procesos como pueden ser el amor, el enamoramiento y la atracción sexual. Por un lado, el amor es un proceso en el que existen emociones, pensamientos y acciones de las personas con involucramientos, intensidades o duraciones distintas. Por otro lado, el enamoramiento es un intenso estado pasional y anímico, en el que existe una idealización de la persona amada; mientras que la atracción sexual, se refiere a los elementos de la seducción que pueden atraernos de una persona, como pueden ser su apariencia, lo que dice y cómo lo dice, su manera de vestir, su cuerpo y su lenguaje corporal, así como elementos de su personalidad que nos resultan agradables y atractivos.

Fue importante comunicarle al grupo el mensaje de que no es que exista un proceso o pasos a seguir en las relaciones, o que sentir amor, enamoramiento o atracción sexual implique que un proceso sea mejor que otro, sino percatarnos de sus diferentes cualidades y que cada persona vaya viviendo diferentes momentos. Puede hablarse también de que las relaciones se van

transformando y podemos decidir cómo, con quién y hasta cuándo queremos estar en cada relación.

Sesión N° 14

Actividad: Evaluación del momento de la Práctica.

Objetivos:

- Relacionar los elementos conceptuales con su aprendizaje y experiencias
- Proponer mejoras para el proceso de la práctica.

Material: Papelógrafos, marcadores gruesos, masking tape y tarjetas de cartulina

Desarrollo: La prácticamente comenzó la sesión motivando a la participación, entre ellos los aprendizajes, el funcionamiento del grupo, las técnicas, así como también se dieron sugerencias para mejorar el trabajo hacia adelante.

Se realizó un recorrido breve a través de las actividades de este momento educativo y detalle sobresalientes del trabajo. Posteriormente se conformaron cinco grupos y se distribuyeron papelógrafos, tarjetas de cartulina y marcadores. Los estudiantes utilizaron las tarjetas para escribir sus respuestas y luego analizarlas, para responder en el papelógrafo. Se trabajó de acuerdo al siguiente detalle.

Grupo 1: ¿Cuáles son los aprendizajes de esta etapa de trabajo?

Grupo 2: ¿Cuáles son los temas, contenidos, vacíos, interrogantes que faltan aclarar o trabajar?

Grupo 3: ¿Que les parecieron las técnicas, el ritmo de trabajo y que sugerencias proponen para mejorar las próximas actividades?

Grupo 4: ¿Cómo evalúan el trabajo del o la facilitadora y que sugerencias le dan para mejorar su trabajo?

Grupo 5: ¿Cómo evalúan el trabajo y participación de los y las participantes y que sugerencias dan para mejorar su trabajo?

Posteriormente, cada grupo presentó su papelógrafo y se abrió un pequeño espacio para complementaciones u opiniones.

Observaciones: los estudiantes expresaron satisfacción en cuanto al trabajo que hasta el momento es provechoso para ellos. Un aspecto muy importante es que en los cursos superiores, los estudiantes se pronunciaron pidiendo que se explique el correcto uso de los diversos métodos anticonceptivos, la practicante aclaró que dicho tema será desarrollado en las posteriores sesiones.

Un aspecto muy importante a mencionar es que los estudiantes pidieron que las sesiones sean más dinámicas y que se tomen las medidas necesarias con los compañeros que dificultan el normal desarrollo de las actividades.

Cuarto Momento del Programa

Sesión N° 15

Actividad: Es bueno ser joven.

Objetivos:

- Analizar la situación y el significado de ser adolescente
- Valorar la adolescencia como una etapa de aprendizaje experiencia y bienestar

Material: tarjetas de cartulina, papelógrafos, marcadores gruesos, masking, tijera, papel seda y papel crepe.

Desarrollo: para iniciar la actividad la practicante indicó que existe una oportunidad única para el grupo, la misma que no se puede desperdiciar ya que tendrán una reunión con el alcalde de la ciudad cuya finalidad sería mostrarle todos los aspectos positivos de los adolescentes, considerando que éste ha estado dudando sobre la adolescencia pues han estado diciendo que es la “edad del burro”, que los adolescentes son irresponsables, no saben lo que quieren, no son ni adultos ni niños pero entonces qué son, cómo son, el alcalde quiere conocer qué es lo bueno de ser adolescente y cuáles son sus diferencias con los niños y los adultos.

Para esta actividad se dividió a los estudiantes de la siguiente manera:

Grupo 1. ¿Cómo son físicamente los adolescentes y qué es lo bueno de ser así?

Grupo 2. ¿Cómo piensan los adolescentes, qué es lo bueno de pensar así y tener sus ideas?

Grupo 3. ¿Qué actividades realizan los adolescentes y qué es lo bueno de llevar adelante estas actividades?

Grupo 4. ¿Cómo se divierten los adolescentes y qué es lo bueno de esa forma de divertirse?

Grupo 5. ¿Cómo apoyarían los adolescentes al desarrollo del país y qué es lo bueno del apoyo que puedan dar?

Primeramente, respondieron a las preguntas en papelógrafos y realizaron la presentación, la misma que se encontraba a libre elección de los estudiantes (podían realizar un socio drama, una marcha, carteles, etc.), lo importante era que en ellas además del mensaje, se lograra transmitir todo lo bueno de la adolescencia, su alegría, su energía, etc. Y en su generalidad que la facilitadora explicó que el alcalde se había comunicado para pedir disculpar por no asistir, indicando que quien facilita queda como su delegada, una vez aclarada la inasistencia de la mencionada autoridad, se procedió a la ejecución de las presentaciones, notando que en algunos casos los estudiantes se esmeraron en el trabajo.

Luego se ingresó a la etapa de análisis.

Se realizaron las siguientes preguntas guías:

1. ¿Cómo se sienten?
2. ¿Qué es lo que les ha hecho sentir así?
3. ¿Qué fue lo que más les llamó la atención?
4. ¿Qué aprendieron sobre la adolescencia?
5. ¿Cómo se sentirían si siempre pudieran tener actividades como éstas?

En el cierre se recuperaron las emociones, opiniones y expresiones positivas, relacionándolas con la experiencia de bienestar y la relación de este con las características físicas, emocionales, formas de ver y pensar de los adolescentes.

Observaciones: primeramente, se mostraron un poco reacios a realizar la actividad; esto fue cambiando según iban apareciendo ideas de cómo representar su punto para los demás. Una vez que empezaron a defender los grupos se observó bastantes aspectos positivos de este periodo, a través de: sociodramas, dibujos y carteles con la intención de hacer comprender la importancia de la adolescencia.

Como conclusión la mayor parte de los cursos indicaron que la adolescencia es de grandes cambios tanto físicos como emocionales, pero es uno de los mejores periodos, pues en este se crean grandes lazos afectivos y se realizan actividades recreativas y para el bien de la comunidad.

Sesión N° 16

Actividad: Mi pareja ideal.

Objetivo:

- Identificar los estereotipos de género relacionados con el enamoramiento que influyen en acciones de violencia en las relaciones de pareja.

Material: hoja en blanco, lápiz o bolígrafo.

Desarrollo: hubo que asegurarse que todos los participantes tengan una hoja en blanco y un lápiz o bolígrafo; luego se invitó al grupo a reflexionar acerca del novio o novia ideal, esta orden la hicieron en pareja del mismo sexo.

Se solicitó que conteste las siguientes preguntas:

- ¿Físicamente, como sería tu novio o novia ideal?
- ¿Cómo sería su forma de ser?
- ¿Cómo te gustaría que te tratara?

Posteriormente se invitó a los participantes a compartir sus respuestas con el grupo.

Se procedió a explicar y a realizar un análisis en base a las siguientes preguntas.

- ¿Qué características de las mencionadas para él o la novia ideal creen que son fáciles difíciles de encontrar?
- ¿Tienen las mujeres algunas preguntas para los hombres acerca de lo que escribieron?
- ¿Tienen los hombres alguna pregunta para las mujeres acerca de lo que escribieron?
- ¿Qué diferencias y similitudes se encuentran en las percepciones de hombres y mujeres?
- ¿Qué características creen que son construidas por nuestra sociedad machista?
- ¿Podrían estas diferencias generar conductas agresivas de hombres y mujeres frente a su pareja (ejemplificar)?

Con el cierre se consiguió lo siguiente:

En la vida real es difícil cumplir con los roles de géneros asignados.

Muchos varones han aprendido a expresar su amor por medio del papel del proveedor, pasa tiempo con su pareja, tener relaciones sexuales, ayudar y aconsejar a su pareja.

Para las mujeres el amor tradicionalmente ha significado entrega total y exclusiva al otro.

En cuanto al amor y las relaciones de noviazgo, se crean los roles y los estereotipos de género.

Observaciones: en esta actividad se observó sonrisas y murmullos acerca de la consigna. Muchos no comprendían a que se refería la primera pregunta, como sería físicamente su pareja ideal; por lo cual se les indicó que se refería al cuerpo a los ojos al cabello, empezaron a escribir de manera anónima por temor a que sus compañeros se burlasen de ellos, por lo cual se explicó que todas las respuestas merecen respeto y que es importante escuchar a todos.

Algunas de las respuestas de las chicas mostraron ciertos rasgos en el aspecto físico de los hombres que ellas más buscarían, ojos verdes, un buen cuerpo, estatura alta; un grupo opinó diferente ya que dijeron no siempre es importante el físico, es importante los sentimientos, la forma de ser de cada persona y el trato que la misma da no sólo a la persona amada, para ellas un hombre ideal tendría que ser respetuoso, cariñoso, atento, comprensivo, fiel y alegre.

Para los chicos la novia ideal tiene que tener buena estatura, buen cuerpo, linda cintura, ojos claros, y en algunos casos que los traten como reyes, por lo tanto, se les explicó que existen

ciertos estereotipos que no se pueden cumplir, que la pareja ideal no siempre es perfecta, todos tienen cosas buenas y malas y para recibir un buen trato deben dar lo mismo, porque en toda relación debe haber reciprocidad, para que esta sea buena.

Sesión N° 17

Actividad: Relaciones de Pareja.

Objetivo:

- Analizar e identificar sobre conductas y situaciones relacionadas con la pareja y el enamoramiento, aclarando sus valores y enriqueciendo sus puntos de vista.

Material: hoja en blanco, lápiz o bolígrafo.

Desarrollo: Para iniciar la actividad se dividió a los participantes en seis grupos, tres de hombres y tres de mujeres y se pidió que respondan en grupo a las siguientes preguntas, en base a lo conversado en el anterior tema:

- ¿Qué características, de hombres o mujeres ideales, pueden llevar a situaciones de riesgo o violencia?
- ¿De qué forma las diferencias entre lo que busco en mi pareja ideal y lo que tengo en realidad, afecta mis relaciones de pareja?
- ¿Cómo muestran los medios de comunicación las relaciones de pareja? Identifica estereotipos
- ¿Las características ideales varían de acuerdo a la cultura de cada persona? Analizar ejemplos
- ¿Por qué consideran que es importante pensar desde ahora acerca de la clase de relación que desean tener?

En el enamoramiento también se presentan acciones de violencia. Identifica algunas formas de violencia en las relaciones.

Analiza qué tan frecuente son las situaciones de acoso en la relación interpersonal de ustedes como adolescentes y jóvenes. ¿Cuál debería ser nuestra actitud frente a estas situaciones?

Una vez respondidas todas las preguntas se escuchó las participaciones de todos los grupos, y se reflexionó sobre la importancia de las relaciones interpersonales durante el enamoramiento, para poder tener relaciones saludables.

Observaciones: Cuando se les explicó que la actividad era sobre el enamoramiento y las relaciones de pareja, los estudiantes se mostraron entusiasmados para iniciar la actividad; mientras se formaban grupos por afinidad para hablar de esos temas, en otros cursos se dividió al azar. Cuando se les dictaron las preguntas se pudo notar algunas dudas por lo que se explicó el objetivo del trabajo. En algunos grupos existió una especie de debate, ya que no todos pensaban igual con respecto a la pregunta uno sobre las características de la pareja ideal, que pueden llevar a situaciones de violencia. Explicaron que sobreproteger a la pareja puede causar alguna forma de violencia ya que genera inseguridad; otra alumna menciona que las características físicas también generan violencia, porque a los hombres muy musculosos les gustan las peleas, muchas veces golpean a la pareja sin medir su fuerza y pueden lastimar; siguiendo con las respuestas de la pregunta, ¿De qué forma las diferencias entre lo que busco en mi pareja ideal y lo que tengo en realidad, afecta mis relaciones de pareja? Se pudo evidenciar que muchas veces buscamos y comparamos a la persona real con la ideal y queremos que se parezca más a nuestra pareja ideal sin tomar en cuenta lo positivo de la persona real, por eso las relaciones suelen ser cortas. En la pregunta ¿Cómo muestran los medios de comunicación las relaciones de pareja? Según los estudiantes los medios de comunicación muestran la existencia de un solo amor, se debe de luchar para estar juntos porque solo ese amor es el verdadero, dieron el ejemplo de las telenovelas, donde los protagonistas deben luchar para estar juntos porque generalmente todos se oponen a su relación. Con respecto a la pregunta cuatro; ¿Las características ideales varían de acuerdo con la cultura de cada persona?, Ellos respondieron que la cultura influye mucho porque es el seno de la sociedad.

Para dar por concluida la actividad se hizo un breve análisis y reflexión.

Sesión N° 18

Actividad: ¿Enamorados o en peligro?

Objetivos:

- Reconocer la influencia de las creencias en la percepción de lo que es amor para reconocer relaciones violentas.

Material: cartulinas en forma de bombas y corazones, papelógrafo, marcadores gruesos y masking tape.

Preparación: se elaboraron letreros “Amor es”, “Amor no es....”, cinta adhesiva , cartulina con formas de bombas y corazones con frases escritas, música para bailar y equipo de música.

Las siguientes palabras y frases han sido escritas en las formas de corazones, las que tenían un asterisco correspondían al amor romántico, es decir, al letrero “Amor no es...”

Paciencia, respeto, esfuerzo, confianza, generosidad, compromiso, compartir, mostrar interés, comprender, escuchar, sentirte bien, pedir disculpas, aceptar diferencias, aceptar errores, mostrar debilidad, ponerte en los zapatos de tu pareja, te quiero, me gustas, celos, “Contarle todo” “renunciar a los amigos”, conocer sus movimientos “ “emborracharse por su culpa”, sufrir, “dar explicaciones”, “poner a prueba su amor” evitar conflictos, “solo tú me haces feliz”, “eres todo para mí”, “no puedes terminar conmigo”, las siguientes palabras y frases van escritas en las formas de bombas, ya que corresponden al amor romántico, es decir al letrero ”amor no es ...” posesión, celos , desconfianza, chantaje, presionar (para relaciones sexuales), ordenar, mentir, amenazar, humillar, vigilar, ignorar, golpear, echar la culpa, hacer dramas, dejar plantada, no tomar en cuenta, prometer y no cumplir, perdonar y olvidar, tratar mal, burlarse, esperar que sea perfecto, imponer tu voluntad, desahogar tu mal humor, querer ser todo para él, querer que adivine tu pensamiento, aguantar para que no te deje, mi peor es nada, si te vas me mato, no te maquilles tanto, eres mía.

Desarrollo:

- Se esparcieron las figuras de cartón sobre la mesa, de tal manera que las frases no se veían.
- Se explicó al grupo que, al poner la música, iniciarán el baile.
- Cuando se apague la música cada quién podrá levantar una figura de cartón y después la levantará del piso. Esto se repetirá hasta que se agoten todos los corazones y bombas.
- Al final cada participante tenía, al menos, dos figuras.

- La facilitadora pegó los dos letreros “Amor es” ...y.....” Amor no es” En la pared
- Pidió que decidían a cuál de los dos letreros corresponden las frases que tienen.
- Señalo que no deben de basar su decisión en la figura en sí, sino en la frase que tiene.
- Después invitó a cada participante a pegar sus figuras debajo del letrero apropiado, pidiendo al grupo que ayude si alguien se equivoca o no sabe.

Preguntas guía

- ¿Cómo se han sentido al realizar la clasificación de lo que es amor y de lo que no es amor?
- ¿Qué es para ustedes el amor?
- ¿Habrá diferencia entre el amor y el enamoramiento?
- ¿En qué conductas de riesgo se puede incurrir cuando una persona está enamorada (o)?
- ¿Qué conductas de mi pareja deben alarmarme y darme una señal de que la relación puede ser peligrosa o no?
- ¿Por qué la luna de miel en el ciclo de violencia puede ser peligrosa?
- Estas conductas de riesgo tendrán que ver con ¿La diferencia de edad, religión, cultura, sexo?

Cierre

- a) Las diferencias entre el amor nutricional (Amor es...) y el amor romántico (Amor no es...)
- b) El amor romántico puede encubrir actitudes y conductas violentas, (retomar ejemplos de los corazones del lado de Amor no es)
- c) Las bombas son las señales más obvias de la violencia, en cambio, el corazón de Amor nos... son los difíciles de discriminar, porque están relacionados con el amor romántico.
- d) Es difícil encontrar a la pareja ideal, todos tenemos defectos, lo que debemos tener claro es si esas características que no nos agrada de la otra persona deterioran nuestra dignidad, van en contra de nuestros derechos y si son realmente situaciones, que, por mis valores personales, no los puedo aceptar.
- e) Las expectativas irreales que se crean en torno del amor romántico llevan a hombres y mujeres a volverse dependientes de la relación de pareja para llenar sus necesidades de intimidad y por esto existe la creencia de que algún día, aparecerá alguien especial que se

llevará su soledad y curará sus heridas. La ilusión es que se enamorarán y serán amantes, compañeros y mejores amigos. Cuando la realidad se hace presente y esto no sucede, la gente se siente perturbada, traicionada.

- f) Hablar de los mitos y creencias acerca la violencia en el enamoramiento aclarando cada uno de ellos.
- g) Hablar del ciclo de la violencia y analizar cuándo y cómo romper este.
- h) Muchas conductas violentas pueden originarse en el ejercicio de poder que se asume cuando existe entre las parejas diferencia de edad, religión, cultura o sexo. Estas relaciones interpersonales con sentimientos, pensamientos, valores diferentes o contrapuestos pueden ser poco saludables.

Observaciones: se pudo observar el entusiasmo y la desesperación por agarrar las figuras (corazones y bombas) mientras bailaban. Cuando se quitó la música todos estuvieron atentos para poder tomar las figuras; una vez que se terminaron las figuras se les pidió que coloquen debajo del letrero, el cual creían que pertenecía la palabra o frase escrita en la figura, que no debían basarse por la forma, también se pudo ver la ayuda de sus compañeros al momento de colocar ya que muchos gritaban “el amor es” o “el amor no es” de acuerdo a las frases.

Entre quienes consideraban una forma de amor estaban los celos, el contarle todo a la pareja, dar explicaciones, poner a prueba su amor, el solo tú me haces feliz; por lo cual les explicó el significado de cada una de estas señales de violencia, que se puede llegar a vivir dentro del noviazgo y que aparentan ser normales y una forma de amor.

Se les dijo, por lo tanto, el significado de celos y posesión, que no es necesario dar demasiada atención; además que significan bajo autoestima, inseguridad en sí mismo y falta de confianza hacia la pareja. También se reflexionó sobre qué no es necesario, que la persona tenga que saber todos nuestros pasos y estar constantemente vigilados, de alguna u otra manera, aunque muchos creían que parecía importante tener que dar explicaciones de todos los pasos o movimientos que realiza la persona.

Para terminar, se dio a conocer los dos tipos de amor que existen: el amor romántico y el amor nutritivo, explicándoles a detalle cada uno y las diferencias que tienen, así pudieron comprender que no es dependiente, posesivo y que causa daño en ambas personas, mientras que el amor

nutriente busca el crecimiento de la persona amada, que cumpla sus metas y sus sueños propuestos.

Al finalizar, algunos alumnos se acercaron a la practicante para contarle y preguntarle qué pueden hacer cuando muchas veces sienten celos y qué podría hacer para no tenerlos ya que con la explicación dada pudieron darse cuenta que es dañino. Por lo tanto, se les dio una buena orientación y algunas técnicas para trabajar con su autoestima.

Sesión N° 19

Actividad: Conociendo más sobre el deseo.

Objetivos:

- Posibilitar que las y los estudiantes identifiquen información correcta sobre el deseo sexual.

Material: hoja de trabajo sobre deseo sexual: ¿Cuál es la verdad?, para cada participante, Lápiz o bolígrafo.

Desarrollo: primeramente nos aseguramos que cada participante cuente con la hoja de trabajo ¿Cuál es la verdad? (hoja que se encuentra en anexos)

Luego se pidió al grupo que llenen la hoja de trabajo sobre deseo sexual.

Se revisó en grupo cada una de las respuestas se reflexionó con las siguientes preguntas:

- ¿Cuántos de ustedes piensan que este enunciado es verdadero?
- ¿Quién piensa que es falso?

Se ayudó al grupo a llegar a la respuesta correcta. Ofreciendo la respuesta correcta solamente si nadie en el grupo llegaba a ella. Nos aseguramos de despejar dudas o aclarar cuestiones que surgían en el proceso.

Observaciones: en esta actividad se mostraron mayormente tímidos en los cursos por las diferentes afirmaciones de la hoja de trabajo, algunos bromearon y se hacían la burla de sus

compañeros; por tal motivo se tuvo que poner un poco de orden y mantener un ambiente adecuado; entendieron que no es verdadero todo aquello que escuchan afirmar, que deben preguntar antes de deducir erróneamente. Todas las personas deben poder gozar de su sexualidad, ya que es un aspecto muy importante de la experiencia sexual es que sea voluntaria y deseada por ambos miembros de la pareja.

El consentimiento sexual implica decidir libre y voluntariamente si participar o no en una actividad sexual con otra persona. Debido a que las personas pueden tener sentimientos en conflicto o confusos acerca de si desean tener o no relaciones sexuales, pueden con facilidad rehusarse a tener relaciones sexuales no deseadas, el asegurar el consentimiento puede ser un asunto complicado, pero forma parte del ejercicio de nuestros derechos. Conforme la gente joven madura, también evoluciona su capacidad de otorgar un consentimiento consciente.

Sesión N° 20

Actividad: La recepción

Objetivos:

- Identificar las características de las ITS, VIH-SIDA, las ITR, métodos anticonceptivos y en embarazos no planificados, reflexiona sobre las formas de prevención, consecuencias para su salud y su relación con la violencia.

Material: tarjetas de cartulina, papelógrafo, marcadores gruesos, masking tape, hojas bond Tamaño carta y lana de colores.

Preparación: en esta actividad se realizó la simulación de una recepción social, se hizo una revisión de los contenidos relacionados con violencia, anticoncepción, ITS – VIH, ITR.

También fueron revisados los resultados de la actividad 2, en la etapa de diagnóstico, referidos a los pensamientos, sentimientos y reacciones que el grupo manifestó en ese momento, pudiendo cuestionar aquellos que están errados o reafirmar los que sean más acertados.

Desarrollo: se retomó la historia de presentación ante el presidente del estado. En este contexto se les dijo que el presidente ha recibido un informe sobre las presentaciones, pero que todavía

tiene algunas dudas, sin embargo, ha decidido invitar a todo el grupo a una recepción. Para entrar a la recepción todos deben elegir una lana de un color, en la medida de lo posible diferente a la de su compañero/a más próximo. Se mencionó que no deben perder la lana de color, porque quien no la tenga estará fuera de recepción. Entonces todos deben desplazarse al lugar más amplio del salón, pues ya se encontrarían en la recepción. Una vez que estuviesen en el salón, se les pidió que todos oculten el pedazo de lana de color que tienen en algún lugar de su cuerpo, de manera que dejasen ver solamente un pequeño extremo del mismo.

Entonces, todos comenzaron a caminar por el salón buscando a quien tenga el mismo color, una vez que lo encuentran, se pararán a su lado y le darán la mano. De esta forma se conformarán seis grupos. Los componentes de cada grupo de acuerdo con el color, que los identificará se sentarán juntos y se les asignara un número, por ejemplo, el color verde será el grupo 1, el color rojo será el grupo 2, etc.

Entonces, se les comento que los peores temores del presidente se han visto confirmados, pues la noche de la recepción sucedieron cosas muy raras. Se pidió que los participantes de los grupos se pongan de pie (de acuerdo con el orden que se determine), para darles una noticia sobre lo que pasó la noche de la recepción.

Grupo 1 y 6: Resulta que cada vez, que se dieron la mano, este contacto equivalía a una relación sexual, lo que quiere decir que tuvieron relaciones sexuales entre todos y todas. Producto de esas relaciones sexuales se han transmitido VIH

Grupos 2 y 5: Resulta que cada vez, que se dieron la mano, este contacto equivalía a una relación sexual, lo que quiere decir que tuvieron relaciones sexuales entre todos y todas ustedes. Producto de esas relaciones sexuales, ahora están embarazadas o embarazaron a sus parejas.

Grupo 3 y 4: Resulta que cada vez que se dieron la mano, este contacto equivalía a una relación sexual, lo que quiere decir que tuvieron relaciones sexuales entre todos y todas ustedes.

Su pareja (los hombres) perdió el control y las golpeó muy fuerte en la cara y en el cuerpo, la insultó y les dijo que no valían nada. Ahora todo su cuerpo esta con marcas de la golpiza y tiene los ojos cerrados por los golpes (en el caso de las mujeres). En el caso de los hombres se sienten muy culpables por la golpiza que les dieron a sus parejas y están en la calle sin saber qué hacer.

Ahora cada grupo en un papelógrafo deberá trabajar sobre las siguientes preguntas:

Grupo 1 y 6: a) ¿Qué saben sobre el VIH? b) ¿Qué se puede hacer para prevenir el VIH?, c) ¿Qué se puede hacer una vez que se está infectado con VIH?

Grupo 2 y 5: a) ¿Cómo se puede prevenir los embarazos no deseados?, b) ¿Qué métodos anticonceptivos conocen y sus características? c) ¿Qué pueden hacer ahora que están embarazadas o embarazaron a sus parejas? d) ¿se puede tener relaciones sexuales sin que la mujer quede embarazada?

Grupo 3 y 4: a) ¿Que recuerdan sobre la violencia?, b) ¿Cómo se puede prevenir la violencia? c) ¿Qué se puede hacer una vez que se es víctima de violencia o agresor?, d) ¿Qué conoces de la violencia sexual?, e) ¿Dónde puedo acudir en estos casos?

Concluido el trabajo por grupos, se realizará la exposición de acuerdo al tema de cada grupo. Se brindó información complementaria en función del trabajo de los grupos, con el objetivo que los pacientes puedan tener la información más fidedigna y clara sobre estos temas.

En el caso de la violación, se recuperaron elementos relacionados a género, en torno a ser víctima y agresor en situaciones de violencia y dentro del marco del sistema patriarcal. El tiempo e información para la actividad debe regularse con las demandas y necesidades del grupo identificadas en la etapa de diagnóstico. Mientras se dio información de cada tema se abrió un espacio de preguntas de los participantes.

Al finalizar esta parte se pidió a los participantes que vuelvan a concentrarse en su situación de VIH, embarazo o violencia. Después distribuir a cada participante una hoja de papel carta. Ahora cada participante debe escribir una carta a la persona más importante de su vida, comunicándole que se ha transmitido VIH, que se encuentra embarazada, o que ha embarazado a su pareja o que ha sido víctima de violencia o ha ejercido violencia sobre su pareja (según el caso). Elija una situación.

Una vez que se haya concluido la escritura de las cartas, se solicitaron voluntarios para que compartan con el grupo lo que consideran importante. Se les pidió que respetasen el silencio y la decisión de no compartir el contenido de su carta.

Preguntas guía:

- ¿Cómo se sienten?
- ¿Qué les hizo sentir lo que escucharon en las cartas?
- ¿El VIH (embarazo en la adolescencia, y/o violencia) afecta sólo a varones o mujeres?
- ¿La edad influye en la incidencia de los casos de ITS, VIH-SIDA (embarazo en la adolescencia y/o violación)?
- ¿Todos los embarazos en los adolescentes son no deseados?
- ¿Cuáles son las opciones que tiene un adolescente frente a un embarazo?
- ¿Cuáles crees que son las razones por las que la mujer decide interrumpir un embarazo?
- ¿Qué leyes bolivianas respaldan mi decisión de continuar o interrumpir un embarazo?
- ¿Qué sentimientos están asociados al uso de anticonceptivos? Y ¿Cómo pueden estos sentimientos afectar positiva o negativamente a las relaciones sexuales?
- ¿La violencia será más frecuente con personas que viven con VIH-SIDA, ITS y/o adolescentes embarazadas?
- ¿La percepción de las ITS, VIH-SIDA, embarazos en la adolescencia y violencia es diferente entre las culturas?
- ¿Por qué crees que se exige confidencialidad en los casos de detección de ITS o VIH?
¿Será importante para la persona afectada que se respete este derecho?
- ¿Si una persona vive con VIH, puede tener una vida gratificante y saludable?
- ¿Cómo desde nuestras acciones, puedes apoyar a las personas que viven con el VIH y terminar con estigmas y la discriminación?
- ¿Dónde puedo recabar más información acerca de estos temas?

Cierre:

Para el cierre y basado en las repercusiones de las emociones, la facilitadora ayudó a visibilizar la influencia del VIH-ITS, violencia y embarazo no planificado sobre las SS Y SR y sobre los planes de vida. Recuperaron e introdujeron en el análisis los elementos relacionados al holón del erotismo de la sexualidad, los comportamientos sexuales de los jóvenes y las conductas de autocuidado. Se introdujeron también elementos vinculados a la relación de pareja, de acuerdo

con el movimiento y lectura de grupo. Se destacó la importancia de desarrollar conductas, comportamientos y acciones preventivas.

Al concluir la actividad, la facilitadora reforzó los mensajes de:

- Fortalecer la información acerca las ITS, VIH-SIDA, métodos anticonceptivos y violencia
- Uso del condón como doble protección
- Incluir la explicación de las ITR (infecciones del tracto reproductivo)
- Promover el respeto de las diversidades en el marco de los derechos (genero, intercultural, intergeneracional).
- Visibilizar la violencia en la interacción cotidiana
- La importancia de la denuncia en el caso de la violencia
- La adolescente embarazada tiene como opción el interrumpir el embarazo, la adopción o tenerlo

Las mujeres deciden interrumpir el embarazo por muchas razones. No pueden costear la crianza de un hijo(a). No quieren convertirse en madres en el momento que ocurre el embarazo. Desean terminar sus estudios. La relación de su pareja es difícil. No es estable. El embarazo es una amenaza para su edad porque han sido violadas.

En Bolivia el aborto es ilegal, con excepción de dos situaciones en caso de violación, cuando la vida de la madre está en peligro.

Dentro de una relación sexual, cada persona tiene derecho de protegerse y la responsabilidad de proteger a su pareja de los embarazos no deseados, de las ITS y el VIH.

La confidencialidad respeta la dignidad de las personas y permite asimilar psicológica y emocionalmente su realidad, para luego manejar con mucha responsabilidad sus acciones y tomar sus decisiones basadas en sus propias necesidades y no respondiendo a presiones sociales, estigmas o discriminación.

La empatía y tratar a la persona con VIH/SIDA como a cualquier otra persona, además de brindar información clara y real acerca del tema a quienes nos rodean, será muy importante para evitar la discriminación y estigmatización de quienes viven con esta infección.

Los centros de atención integral y diferenciada para el adolescente, son instancias que pueden informar, orientar o acompañar a los adolescentes y jóvenes en estas situaciones.

Las personas jóvenes que viven con VIH pueden tener vidas gratificantes, felices y saludables.

Observaciones: En esta actividad se pudo ver la cooperación de parte de los estudiantes ya que siempre están predispuestos a realizar la actividad propuesta. En esta ocasión se pudo evidenciar sobre todo el impacto que causó en los estudiantes el tener que involucrarse en una situación tan preocupante, aunque haya sido de una manera hipotética; ya que al momento de dar a cada grupo sus resultados de la recepción se dieron una mezcla de sentimientos en los adolescentes. Para ellos fue algo inesperado y sorprendentemente el decirles, por ejemplo, la posibilidad de tener VIH/SIDA. Ocurrió algo similar con los grupos de embarazo o violencia, donde las reacciones fueron variadas. Algunos reaccionaron de forma molesta, pues no les agradaba para nada pertenecer a esos grupos, y otros sin saber ni qué decir sólo se miraban y sonreían al no estar involucrados.

Muchos pensaron que eso no les iba pasar y otros, por el contrario, comentaron que si les llegaba a ocurrir buscarían alguna solución como ir al médico o confiar en la persona que más querían, o buscar ayuda. Por otro lado, otros tenían mucho miedo y tendrían que irse de sus casas ya que sus padres suelen ser muy autoritarios, dijeron que los botarían de sus casas, así también dijeron que lo que más les costaría aceptar sería la transmisión de VIH-SIDA ya que es incurable.

Para finalizar se explicó y reflexionó sobre la importancia y el cuidado de nuestro cuerpo, ya que se pueden evitar estas situaciones si nos informamos adecuadamente y sobre las diferentes temáticas, y que por ello debían de poner su atención a los temas, para entenderlos mejor

Sesión N° 21

Actividad: Construyendo la Salud Sexual y Salud Reproductiva

Objetivos:

- Reconocer y reflexionar sobre la salud sexual y salud reproductiva a través del autocuidado para la vivencia de la sexualidad.

Material: tarjetas de cartulina, papelógrafo, marcadores gruesos, masking tape.

Desarrollo: la facilitadora, pidió a los participantes que traigan consigo y no se desprendan de la sensación de bienestar de la actividad “es bueno ser joven”, que es la base fundamental del trabajo que se realizó.

Posteriormente se pidió a los participantes que recuerden los elementos que se revisaron en relación a sexualidad, pues la sexualidad es un eje fundamental en la vida de las personas. Se hizo una revisión general de lo más importante de esa etapa de trabajo.

En base a esto se conformó cuatro grupos, cada uno debía trabajar, a través de una lluvia de ideas sobre lo siguiente:

Grupos 1 y 3: Concepto de salud sexual

Grupos 2 y 4: Concepto de salud reproductiva

Una vez que se concluyó el trabajo en papelógrafos, cada grupo presentó el trabajo realizado. La facilitadora abrió un espacio para que todo el grupo pueda realizar preguntas, completar o dar sugerencias para enriquecer las definiciones.

Observaciones: en esta actividad se aclaró el concepto de Salud y explicó los conceptos de SS y SR especificando sus categorías diferenciadoras e inclusivas; relacionando la Salud Sexual con Derechos Sexuales, Salud Reproductiva y Derechos Reproductivos.

Se debió enfatizar en el ejercicio de sus derechos, en instancias como la escuela o el colegio, centros de salud, comunidad, familia y otros.

Los estudiantes se mostraron inquietos porque dijeron que era mucha la información y que a ellos nunca les explicaron eso; en algunos cursos algunos alumnos no querían participar al principio, alegando cansancio por escribir toda la tarde; luego se unieron a sus compañeros para participar.

Quinto Momento del Programa

Sesión N° 22

Actividad: ¿Quién soy yo?

Objetivos:

- Reflexionar sobre sí mismo y sus características individuales y realizar acciones para el auto conocimiento.

Material: papel tamaño oficio, bolígrafos, marcadores delgados.

Desarrollo: de manera introductoria, la practicante, mencionó que a partir de la presente actividad, se comenzarán a revisar, las herramientas esenciales para la vivencia, cuidado, mantenimiento de la sexualidad, la salud sexual y la salud reproductiva, realizando un resumen verbal de lo que se ha visto hasta el momento reforzando los mensajes necesarios, de acuerdo al diagnóstico y a las evaluaciones realizadas.

Se distribuyó una hoja tamaño oficio a cada participante. Posteriormente, se indicó cómo deben ser dobladas las hojas para obtener las seis casillas necesarias para la actividad, revelando que cada una de ellas debe responder a los siguientes:

Como soy como:

- Persona
- Pareja
- Hijo/a
- Hermano/a
- Amigo/a
- Estudiante

En la parte superior de cada casilla se colocó, el título (por ejemplo, persona, pareja, etc.) y se abrió un pequeño recuadro al lado de cada uno. Cuando los participantes realizaron esta acción, se indicó que todas las respuestas deben ser a través de dibujos, quedando totalmente prohibido escribir. La practicante ejemplificó en una hoja, diciendo y dibujando, por ejemplo, yo como amiga soy muy paciente y tolerante por eso dibujo una oreja, que me ayuda a escuchar.

Posteriormente se solicitó que estos dibujen en las casillas de acuerdo a lo que corresponda y una vez terminado esto, en cada recuadro colocó un valor, con un puntaje entre 1 y 100.

A la conclusión de los dibujos y de los valores, se conformaron cinco grupos. Cada participante de cada grupo compartió sus dibujos (mostrándolos y explicándolos) y los valores que puso (explicándole las razones para asignar ese valor).

Concluida esta parte, se solicitó voluntarios para compartir sus dibujos y valores con todo el curso.

Posteriormente se ingresó a la etapa de análisis:

- a) ¿Cómo se sienten?
- b) ¿Qué descubrieron en los dibujos y valores de los otros?
- c) ¿Qué descubrieron de ustedes sobre ustedes mismos?
- d) Haciendo un recorrido por la actividad ¿Qué hemos estado haciendo? ¿Qué hemos estado tratando de identificar?
- e) ¿Sus valores fueron iguales para todas sus casillas?
- f) ¿Cuál es la razón?
- g) Si hiciéramos este ejercicio de aquí a seis meses, se mantendría, ¿cambiaría?
- h) ¿Qué hemos estado trabajando?
- i) ¿Cuáles serán las características de la autoestima?
- j) ¿Cómo ayuda la autoestima para la vivencia de la sexualidad, para el cuidado de la salud sexual y de la salud reproductiva?

Al finalizar, se reforzaron los mensajes sobre la autoestima como la asignación de un valor a nosotros mismos en base a nuestras características físicas, habilidades, cualidades presentes y ausentes, la autoestima, como categoría variable que pueden fluctuar, en función del ambiente (pareja, estudiante), de las habilidades y cualidades, la importancia de evaluarlas periódicamente y de corregir los aspectos negativos y mejorar los positivos.

Es importante mencionar también que todos coincidieron en asegurar que aquello es modificable, y que pueden variar con el tiempo, por lo que es importante realizar una autoevaluación periódicamente de todas las áreas para mejorar y crecer como personas.

En cuanto a la revisión bibliográfica de la autoestima, se evidenció que los estudiantes tenían conocimiento sobre el tema, por lo que se enfatizó en las áreas de evaluación de la misma y en la importancia para poder corregir los aspectos negativos y mejorar los positivos.

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. Sus valores fueron iguales para todas las casillas, ¿Cuál es la razón?
5. Si hiciéramos este ejercicio de aquí a seis meses, ¿Se mantendría?, ¿Cambiaría?
6. ¿Qué hemos estado trabajando?
7. ¿Cuáles serán las características de la autoestima?
8. ¿Puedes definir tu autoestima? Reconoce cuáles son sus cualidades, habilidades y defectos personales
9. Ahora, analiza ¿Cómo estas cualidades y habilidades pueden influir en tus relaciones interpersonales?
10. ¿Cómo estos defectos pueden influir en tus relaciones interpersonales?
11. ¿Cómo ayuda la autoestima en la vivencia de la sexualidad, para el cuidado de la salud sexual y salud reproductiva?

Observaciones: la actividad transcurrió de manera divertida, al momento de las presentaciones hubo alumnos que se burlaban de los que hablaban otros temían hablar por vergüenza; al final todos trataron de expresarse y mostrar sus cualidades, que se sientan confortados y fortalezcan su autoestima.

Sesión N° 23

Actividad: Todo lo que me dicen

Objetivos:

- Reconocer y analizar las situaciones que afectan las situaciones que afecta la autoestima promoviendo acciones para autorregulación.

Preparación: fue una actividad muy sensible, por lo que se creó un clima de respeto, limitándose comentarios del grupo durante el trabajo. Fue importante que la facilitadora, maneje el proceso participando de la actividad y dando el ejemplo, para motivar la participación de todos.

Desarrollo: se distribuyó a cada estudiante una hoja tamaño oficio a cada participante, mostrándoles como la doblarían y cortarían en ocho pedazos.

Se les pidió que recuerden las palabras y objetivos 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 llenarlos todos, también se abrió la opción de tener más papeles para quien lo necesite. Quien facilitó comenzaría a escribir en sus propios pedazos de papel.

Concluida la primera actividad se distribuyó un trozo de masking a los participantes indicándoles que los papelitos deben pegarse en las partes del cuerpo que quieran, de manera que se puedan leer (la facilitadora comenzó con el proceso). Cuando todos tengan los papelitos pegados en el cuerpo se indicó que deben movilizarse por todo el salón leyendo los papelitos de los otros y dejando que también lean los propios. En el proceso la facilitadora estuvo atenta a las reacciones y comentarios, para recuperar elementos que se sirviesen en el análisis.

Preguntas guía:

1. ¿Cómo se sienten?
2. ¿Qué les ha hecho tener esos sentimientos?
3. ¿Que observaron en los y las demás?
4. ¿Cómo se sintieron al ver lo que les dijeron a otros/as?
5. ¿Varían los objetivos negativos asignados a mujeres y varones?
6. ¿Los adjetivos tendrán el mismo significado en las diferentes regiones o culturas?
7. ¿Los adjetivos vulneraran derechos de las personas? ¿De qué forma?
8. ¿Cómo se sienten ahora?

Se retroalimentó al grupo, en el sentido de que todos en algún momento de nuestras vidas, hemos sufrido ataques a nuestra autoestima, algunos más que otros/as y que lo importante es aprender a desprenderse de aquello que afecta a la autoestima.

Se pidió que todos se sienten, colocando un basurero al centro del salón para comenzar la actividad tomando sus papelitos, revisándolos uno por uno, diferenciando entre aquellos con los que se quedará y aquellos que echa a la basura, explicando las razones por las que lo hace. Por ejemplo, “vago”, me 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 mí, 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, se pidió voluntarios para hacerlo. Posteriormente se indicó a todos, sobre a todos los que no salieron como voluntarios, que mentalmente hagan el ejercicio y que se desprendan de aquello que les hace o hizo 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.

Se inició la etapa de análisis con las siguientes preguntas:

1. ¿Cómo se sienten? (Pudiendo iniciar con los voluntarios/as)
2. ¿Qué es lo que les hace sentir así?
3. ¿Qué aprendieron al realizar esta actividad?
4. ¿Qué pasos seguimos para realizar el ejercicio?
5. ¿Qué tienen que ver todos esos pasos con la autoestima?
6. ¿Cómo se puede mantener en buen estado la autoestima?
7. ¿Cuándo un hombre puede ser afectado en su autoestima?
8. ¿Cuándo una mujer puede ser afectada en su autoestima?
9. ¿Cómo influye la autoestima en el ejercicio de nuestros derechos?
10. ¿El valor que se da a una persona por su edad, género u otra característica en una cultura, influirá en el desarrollo de la autoestima?

Observaciones: en esta actividad los estudiantes se mostraron tímidos, reacios a participar, tenían miedo de que se burlen sus compañeros; la facilitadora logró se relajen y puedan participar, en algunos cursos varios alumnos se mantuvieron al margen al inicio de la actividad y luego de ver la actividad decidieron participar. Mediante la intervención de la facilitadora y algunas participaciones de los estudiantes se llegó a las siguientes conclusiones:

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

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

c) La posibilidad de desprendernos de elementos dañinos para la formación de nuestra autoestima, en base al trabajo sobre el mejoramiento de habilidades y análisis de nuestra situación actual.

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

e) Se explicó que la baja autoestima puede generar miedo y pasividad ante la vulneración de los derechos.

f) Los estudiantes reconocieron que las virtudes y defectos de una persona, debe prevalecer ante las opiniones de otras personas y servir para mejorar cada día.

g) Costó entender que el reconocimiento de nosotros como portadores de derechos, permitirá experiencias que desarrollen una autoestima positiva.

Sesión N° 24

Actividad: El círculo. (Actividad propuesta por la practicante)

Objetivos:

- Aprender a observar y valorar las cualidades positivas de otras personas. Aprender a dar y a recibir elogios.

Material: hojas y Lápices.

Desarrollo: se explicó a los alumnos, que deben centrarse únicamente en las características positivas que poseen sus compañeros: cualidades (por ejemplo, simpatía, alegría, optimismo, sentido del humor, sentido común, solidaridad, etc.), rasgos físicos que les agraden (por ejemplo, un cabello bonito, mirada agradable, una sonrisa dulce, etc.), capacidades, (capacidad para la lectura, para las matemáticas, para organizar fiestas, etc.),...

A continuación, los alumnos se colocaron en círculo, y cada uno escribió su nombre en la parte superior de una hoja y se lo dio al compañero de su derecha, así, la hoja fue dando vueltas hasta que lo recibió el propietario con todos los elogios que escribieron de él sus compañeros.

Observaciones: En algunos cursos hubo confusiones y escribieron aspectos negativos de sus compañeros, así que se explicó que lo negativo se puede dejar de lado; se contó la siguiente historia: “si yo (facilitadora) le doy un regalo a alguno de sus compañeros pero esa persona no acepta el regalo, ¿de quién es el regalo?” algunos estudiantes dijeron que el regalo es de su compañero porque la facilitadora se lo dio, otros decían que era de la facilitadora pero hubieron otros que no entendieron la historia; con esta historia se pretendía enseñar que de nosotros depende que aceptamos en nuestra vida.

Sesión n° 25

Actividad: Aprendiendo el A-B-C

Objetivos:

- Reflexionar y utilizar los componentes y características del modelo A-B-C incorporándolo en su vivencia para el cuidado de la Salud Sexual Reproductiva

Material: hoja de trabajo A-B-C individual, tarjetas de cartulina de tres colores diferentes, papel tamaño oficio, bolígrafos, marcadores delgados.

Desarrollo: se realizó una exposición breve de las características del modelo A, B, C y como puede ayudar a los jóvenes a conseguir más control de sus emociones y las situaciones que

deben afrontar en diferentes ámbitos (escuela, relación de pareja, relaciones familiares). La exposición, como mínimo debería hacer referencia a:

1. El hecho de que todos los comportamientos humanos se encuentran presentes, pensamientos, emociones y conductas, respecto a un hecho o situación específica (entorno) y que dependiendo de nuestros pensamientos, emociones y conductas se tendrán diferentes consecuencias que influyen en el entorno.

2. Elementos, caracterización y funcionamiento del modelo A-B-C

A=Experiencia, hecho o situación (entorno –ambiente)

B= Pensamientos (Qué pienso) sobre esa experiencia, hecho o situación

B1= Pensamientos basados en hechos, pensamientos racionales

B2= Pensamientos sobredimensionados, pensamientos irracionales

C= Consecuencias emocionales (Qué siento) y conductuales (Qué hago)

C1= Emociones y conductas adecuadas (que guardan relación con el hecho)

C2= Emociones y conductas, inadecuadas (sobredimensionadas o distorsionadas en relación al hecho)

3. Que la acción conjunta de pensamientos, emociones y conducta defina como actuaremos ante una situación determinada A-B-C se influyen mutuamente.
4. Planteamiento de un ejemplo del funcionamiento del modelo A-B-C en función de la referencia teórica de la guía.
5. La capacidad de identificar y visibilizar nuestros A-B-C, nos puede ayudar a tener mayor control de nuestras emociones e influencia sobre como afrontamos los problemas o situaciones difíciles.

Se conformaron cinco grupos, se les distribuyó papelógrafos, marcadores gruesos y tarjetas de cartulina.

Después de realizar la lluvia de ideas, clasificar los pensamientos, emociones y conductas, en el papelógrafo con el modelo A-B-C tomando en cuenta los pensamientos racionales, irracionales, adecuados e inadecuados.

Luego se solicitó dos grupos de voluntarios para que presenten su A-B-C. En el transcurso de la exposición, quien facilitó realizó las recomendaciones necesarias y enfatizó sobre la influencia que tienen los pensamientos y emociones sobre nuestras conductas.

Realizada la presentación, se distribuyó a cada participante una hoja de trabajo individual. Luego se planteó una experiencia, hecho o situación que servirá como reactivo para que los y las participantes, puedan identificar todos los elementos del sistema A-B-C y su funcionamiento. Posteriormente el o la facilitador/a solicitó voluntarios/as para que compartan el trabajo que hicieron y ejemplifiquen en el papelógrafo preparado para este fin. Concluidos ambos momentos se realizó un análisis breve.

Situaciones, hechos o acontecimientos sugeridos.

1. Acabas de recoger la libreta del 3er trimestre y te aplazaste en cinco materias, es muy posible que pierdas el año.
2. Después de 1 año de relación, tu pareja te dijo que no te quiere y que cree que no vales nada.
3. Un chico de otro colegio, te grita en la calle que eres “un estúpido”
4. Estás caminando por la calle y al pasar una persona te empuja, cayéndose algunos de tus cuadernos al agua.
5. Mi enamorado(a) me deja diciendo que no me ama y que no soy como él/ella quiere que sea.
6. Tengo información sobre cómo usar correctamente el condón, pero no lo utilizo.

Preguntas Guía

1. ¿En qué consiste el modelo A-B-C?
2. ¿Cuáles son los componentes y formas de funcionamiento del modelo A-B-C?
3. ¿En qué situaciones podrían utilizar el Modelo A-B-C?

4. ¿Cómo podrían utilizar el modelo A-B-C para la vivencia de la sexualidad y el cuidado de la salud sexual y salud reproductiva?
5. ¿Cómo podría controlar mis emociones?
6. ¿Qué tendría que trabajar si quiero cambiar mi conducta?
7. ¿Cuándo recibo información sobre sexualidad y derecho, qué parte del modelo A-B-C está afectando y cómo?

Observación: se comenzó con la explicación del esquema A-B-C los estudiantes prestaron la atención debida para poder realizar después su actividad de la mejor manera, pudieron identificar así las dos formas de pensamientos y sus consecuencias ante el hecho de vivir una situación negativa.

Luego de la explicación se conformaron los grupos de trabajo y se les dio también las situaciones para que pudieran a través de la lluvia de ideas ejemplificar el esquema A-B-C, se estuvo observando a cada grupo y motivando para que continuaran exponiendo sus ideas. Después de concluir en el papelógrafo se pidió a los grupos que dieran a conocer en el aula sus situaciones y las formas en que reaccionaron, se vio tanto efecto de pensar en forma negativa como el de pensar de forma positiva.

Se les preguntó por ello cuál era la mejor forma de pensar que nos ayuda a tener mejores consecuencias todos gritaron en coro el pensar en positivo nos dan consecuencias positivas; algunos comentaron y agradecieron el poder conocer este método ya que les ayudara en sus situaciones futuras a no exagerar ante los problemas si no que más bien a pensar en positivo.

En uno de los cursos en los que se expuso este método ocurrió ocasionalmente un accidente en el recreo al jugar una de las alumnas empujó a su compañera y como resultado de ello hizo caer el celular el dejó de funcionar, la afectada entró al curso un poco triste y angustiada al ver que su celular no prendía por lo cual entre todos la alivió y prometió pensar en positivo ya que fue lamentable accidente pero que todo tiene solución.

Ayudará en sus situaciones futuras a no exagerar ante los problemas sino que más bien o pensar en positivo.

Sesión N° 26

Actividad: Discurso Asertivo

Objetivos:

- Reconocer, aplicar y relacionar los elementos de la comunicación asertiva con los elementos del modelo A-B-C para la resolución de situaciones de conflicto en la vivencia en la sexualidad y el cuidado de la salud.

Material: papelógrafos, marcadores gruesos, masking tape.

Desarrollo: al inicio de la actividad, la facilitadora realizó una exposición breve de los conceptos básicos de la asertividad, 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 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.

Habiendo realizado la exposición, propuso que antes de ensayar respuestas asertivas, es necesario aprender elementos sencillos sobre la comunicación. Se conformó cinco grupos y se los ubico frente a frente.

Se indicó que cada grupo debía actuar físicamente y con tono de voz de acuerdo a la instrucción que le corresponde:

Grupo 1: Con Rabia y enojo

Grupo 2: Con mucho miedo

Grupo 3: Rogando, suplicando

Grupo 4: Con tristeza y llanto

Grupo 5: Con firmeza, concentrado en su objetivo

Se pedirá 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.

La facilitadora dio la instrucción a cada grupo, de acuerdo a lo asignado, deberían decir la siguiente frase: “*Queremos que nos traten bien y que se respeten nuestros derechos*”

Cada grupo dijo la frase de acuerdo a lo indicado y se realizó un análisis breve, en base a las siguientes preguntas:

1. ¿Qué observaron?
2. ¿Qué reacción provocará en otras personas las diferentes formas de expresión 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 de las expresiones habrá estado más cerca de la asertividad?
7. ¿Una buena comunicación puede ayudar a proteger el bienestar propio y el de la pareja?
8. ¿Las normas culturales afectan la forma en que las personas se comunican respecto a la sexualidad?
9. ¿Cómo ayuda la comunicación asertiva en el ejercicio de nuestros derechos?
10. ¿Cómo utilizarías la comunicación asertiva en el ejercicio de nuestros derechos?
11. ¿Cuál o cuáles son las nuevas formas o medios de comunicación que utilizan los jóvenes?
¿Cuáles son las ventajas y ventajas para la comunicación y las relaciones interpersonales?
12. ¿Identificas algunos riesgos en las nuevas formas de comunicación? ¿Cuáles? ¿Cómo evitarlos?

La facilitadora reforzó los siguientes mensajes:

- a. En el proceso de comunicación importa lo que se dice y cómo 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.
- d. La comunicación es una habilidad que puede mejorarse.
- e. El internet y la telefonía celular se han convertido en nuevos medios de comunicación e interacción. Estas tienen ventajas inimaginables y a la vez, riesgos que deben ser considerados.

Observaciones: en esta actividad los adolescentes se sentían incómodos al tratar de actuar pero se les recordó que estábamos en confianza, la facilitadora explicó que son reacciones diarias, a veces con nuestros padres, hermanos o amigos; los grupos se relajaron con esa explicación y hacían que sus compañeros participen y motiven a los otros grupos.

Sesión N° 27

Actividad: EL RELOJ: Conociéndonos Virtudes y defectos (propuesta por la practicante)

Objetivos:

- Aprender a escuchar y valorar a otras personas.

Material: hojas y lápices.

Desarrollo: los estudiantes tuvieron que dibujar un reloj a lo largo de toda una página bond, luego de eso se les indicó a los participantes que establezcan citas en su reloj, debiendo llenar todas las horas con citas (nombres de la persona con quien se van a reunir). Ya establecidas las citas, se les indicó, por ejemplo, “asistir a la cita de las cinco”, todos se reúnen, de acuerdo a la cita indicada en su reloj, a las cinco.

Ya reunidas las parejas se les pide que en cinco minutos dialoguen sobre los siguientes puntos:

Presentación: nombres, lugar de procedencia, lugar de nacimiento, la experiencia más feliz, experiencia más triste y virtud más importante.

A continuación, todos los participantes se ubicaron en círculo, por parejas expusieron la experiencia realizada, teniendo en cuenta que el uno presenta al otro, ejemplo: “Juan comenta que la experiencia más...”

La facilitadora anotó en la pizarra las participaciones dividiéndolas por columnas de acuerdo al tipo de experiencia.

La facilitadora preguntó al azar sobre los sentimientos experimentados durante la práctica del reloj y en base a los aportes la facilitadora presento el concepto de empatía.

Observaciones: en esta actividad todos se empezaron a divertir, fue emocionante tratar de cumplir la consigna en poco tiempo, los estudiantes se dieron cuenta que aunque comparten clases y son compañeros hace algún tiempo en realidad no se conocen como ellos creían; con la colaboración de la facilitadora se hizo conciencia sobre la amistad, la empatía, la unión fraterna que debería tener cada curso.

Sesión N° 28

Actividad: Salvando la vida.

Objetivos:

- Reconocer las características del proceso de toma de decisiones.
- Aplicar e integrar los conocimientos y destrezas sobre A, B, C y asertividad a la toma de decisiones y negociación.

Material: papel tamaño oficio, bolígrafos y marcadores, delgados.

Desarrollo: primeramente se dividió a los participantes en cuatro grupos. Asignándoles a cada uno las siguientes características:

Grupo 1: Guerreros.

Grupo 2: Cazadores.

Grupo 3: Sabios.

Grupo 4: Agricultores.

Una vez distribuidas las características, se contextualizo diciéndoles que viven en una isla, la cual ha quedado absolutamente desierta y no existen posibilidades de vida, por lo cual deben aventurarse en un viaje al mar para llegar a nuevas tierras. Pero para ello deben aliarse a alguna de las tribus para establecer la alianza. Primeramente y antes de la negociación, trabajaron en un papelógrafo sobre:

- a) Características de su tribu.

- b) Evaluar la situación, sobre 1) objetivo de su tribu, 2) Características de las tribus y oportunidades que les ofrecen para cumplir su objetivo, 3) Identificar la opción más favorable, 4) Identificar otras alternativas.
- c) Identificar elementos del modelo A-B-C y asertividad, cómo estos elementos les ayudarían a tomar la decisión de con quien aliarse y negociar la alianza.
- d) Nombrar un negociador.

Se otorgó un tiempo de 15 minutos para que realicen la actividad (*Que se flexibilizó de acuerdo al avance*), pero se les hizo sentir presión para el cumplimiento del tiempo. Concluido el mismo, se indicó que fueran a negociar, tomando en cuenta las reflexiones que hicieron en el trabajo previo, tuvieron 5 minutos para hacer las alianzas. Terminada esta etapa, se inició el análisis, realizando las siguientes preguntas guía:

1. ¿Lograron realizar las alianzas?, ¿A quiénes y con quienes se aliaron? (revisar grupo por grupo)
2. ¿Cómo tomaron la decisión de aliarse con ese grupo (revisar grupo por grupo)
3. ¿Qué observaron en cada uno de los grupos?
4. ¿Qué elementos tomaron para aliarse?
5. ¿Qué herramientas utilizaron para la negociación?

En dicho momento se hizo un corte para que cada grupo presentara su trabajo en el papelógrafo, se compararon con los aspectos referidos en el análisis inicial. Luego se prosiguió utilizando las siguientes preguntas:

- a) ¿Creen que tomaron la decisión adecuada?
- b) ¿Cuáles serán las consecuencias de su decisión?
- c) ¿Qué relación tiene la toma de decisiones, con la vivencia de la sexualidad y de la salud reproductiva?

Al finalizar la actividad se hizo una síntesis en base a todos los elementos sugeridos por el grupo, los mismos que fueron ligados a los contenidos relacionados a la toma de características de negociación y las habilidades personales. Además se los vinculó con la sexualidad, salud sexual, salud reproductiva y las herramientas vistas con anterioridad (asertividad, comunicación, etc.)

Observaciones: la actividad fue realizada satisfactoriamente, ya que los participantes mostraron bastante disposición para la ejecución de la técnica, la misma que generó en ellos sentimiento de alegría y entusiasmo durante su desarrollo.

Los grupos se conformaron por afinidad para evitar molestias por parte de los participantes, debido a que esta técnica requiere de la cohesión de los mismos.

En cuanto al desarrollo de la actividad se refiere, cabe mencionar que dentro de los grupos existieron contradicciones al momento de elegir a la mejor tribu para la alianza, pero una vez que comenzaron a utilizar la técnica del ABC, esto cambió considerablemente, pues gracias a la misma se pudo reconocer con facilidad la opción más favorable para cada uno.

La mayor parte de los grupos indicaron que sus decisiones fueron correctas, lo cual se pudo afirmar cuando hicieron la negociación, puesto que todos coincidieron para la realización de las alianzas, es decir los guerreros vieron óptimo aliarse con los agricultores y viceversa, los cazadores con los artesanos y estos habían tomado la misma disposición de alianza, entonces se puede indicar que las decisiones fueron recíprocas en todas las ocasiones.

Es importante mencionar que con esta actividad también se pudo trabajar el tema de liderazgo, relacionándolo con las personas que fueron elegidas para negociar las alianzas.

Sesión N° 29

Actividad: Oposición asertiva. (Actividad propuesta por la practicante)

Objetivos:

- Aprender a decir “no” de la mejor manera.

Material: tarjetas con diferentes situaciones y bolígrafos.

Desarrollo: La facilitadora introdujo la dinámica explicando que dentro de la asertividad resulta importante decir que “no” si no nos apetece hacer algo.

Se introdujo distintas situaciones del día a día en las que puede ocurrir que realmente no nos apetezca acudir. Por ejemplo: acompañar a un amigo a comprar los regalos de Navidad una tarde en la que el centro comercial estará lleno de gente.

De manera individual, los integrantes del grupo redactaron cómo actuarían en esa situación y qué le dirían a su interlocutor; así entre todos, bajo la supervisión de la facilitadora, elaboraron qué podrían decir en esas situaciones.

Observaciones: gracias a las actividades anteriores, esta actividad se desarrolló con fluidez, los estudiantes participaron animados, expresando que muchas veces se evita negarse a algún pedido por miedo a la reacción de la otra persona o porque sientes que debes un favor y para pagar eso, se evita decir no.

Se explicó la asertividad y la forma adecuada para negarnos a realizar algunas tareas o evitar algunas situaciones, también nos referimos al cumplimiento de los deberes y obligaciones que tenemos con nosotros mismos y el entorno que nos rodea.

Sesión N° 30

Actividad: Los Globos.

Objetivos:

- Analizar e integrar el valor y las formas de liderazgo para desarrollar habilidades para la vida.

Material: globos grandes de 2 colores diferentes.

Desarrollo: Se dividió a los participantes en dos grupos, los mismos que fueron ubicados en una esquina del salón. Se indicó que cada uno eligiera un representante por consenso entre todos los miembros. Una vez que eligieron a su representante, él o ella se situaron al frente del grupo.

Posteriormente se ubicaron en filas y se colocaron un globo inflado que lo separará del otro participante, de esta manera ambos grupos se tenían que atravesar todos los obstáculos presentados, como ser sillas, cuerdas, etc.

Cuando el globo se desinflaba o se caía todo el grupo tenía que empezar de nuevo.

- ¿Cómo se sienten quienes fueron elegidos como representante?
- ¿Qué sucedió en su grupo (revisión grupo por grupo)?
- ¿Qué les permitió cumplir el objetivo?
- ¿Cuáles fueron los roles que identificaron en cada grupo?
- ¿Qué aprendieron con esta actividad?
- ¿Qué es lo que caracteriza a un líder?
- ¿Qué implica ser un líder, que aspectos se debe tomar en cuenta?
- ¿Qué relación tiene el liderazgo con la vivencia de la sexualidad y la salud sexual y salud reproductiva?

Posteriormente, cada grupo elaboró un papelógrafo en el que respondieron las siguientes preguntas:

1. Cómo contribuye la autoestima al liderazgo.
2. Cómo contribuye el modelo A,B,C al liderazgo
3. Cómo contribuye la asertividad al liderazgo
- 4.Cuál es la relación entre la toma de decisión, negociación y liderazgo

Al concluir, cada grupo presentó el trabajo de sus papelógrafos.

Con todos los elementos de la discusión, se pudo realizar una síntesis del trabajo realizado, destacando el liderazgo como la capacidad de influir en los otros, diferenciando entre ser jefe y ser líder, la capacidad de escucha y de confianza que debe ser líder en diferentes circunstancias y espacios, en función de sus capacidades y cualidades, la importancia de ser líder de su propia vida y de su salud.

Observaciones: la actividad fue de total agrado para los estudiantes, la misma generó en ellos, sentimientos de alegría y felicidad, permitiendo desarrollar un espacio de dinámico que provoco la distensión de los mismos, además que ésta fue muy certera para abordar el contenido deseado.

En cuanto a la temática planteada, los participantes mencionaron que es importante desarrollar habilidades de liderazgo que les permitan desenvolverse en diferentes contextos y situaciones de la vida diaria.

Cabe mencionar que la dinámica permitió también hablar sobre el trabajo en equipo, y el valor del mismo dentro del aula.

Sesión N° 31

Actividad: Los 9 “regalos” (Actividad propuesta por la practicante)

Objetivos:

- Aprovechar oportuna y adecuadamente las diferentes circunstancias que se presenten como oportunidades de superación y desarrollo personal.

Material: 9 regalos, 3 dilemas.

Desarrollo: Se prepararon 9 “regalos” envueltos con papel de diferentes colores y de diferentes tamaños, de acuerdo a los siguientes criterios:

Tres amarillo pequeños. Tres rojos grandes. Tres verdes medianos.

El contenido de los regalos son dilemas, en este sentido se prepararon tres dilemas diferentes, se sacaron tres copias de cada dilema, de manera que en cada uno de los regalos amarillos se pondrá el dilema “A”, en los rojos los dilemas “B”, y así con los verde.

- Los participantes se organizaron en tres sub grupos (nombre del grupo, líder, secretario, como los integrantes del sub grupo decidan).

- A cada sub grupo se presentó los tres “regalos” u opciones, para que seleccionen solo uno.

- Cada grupo debía explicar por qué se han decidido por el “regalo” determinado

- Los dilemas fueron:

Dilema 1

Juan siempre ha tenido gusto por ejercer y defender el derecho propio y el de los demás, ahora que termina la secundaria, ha logrado una beca integral (incluye gastos) para estudiar Derecho en la Universidad Católica Boliviana. Sin embargo, se le ha presentado la oportunidad de trabajar ganando 4000 bolivianos al mes, esto implica ir a zonas muy alejadas sin acceso a carreteras, por tres años. La opción parece importante y necesaria, ya que tiene 3 hermanos menores que apoyar y la madre atraviesa por una situación de salud muy delicada, que requiere de costosas operaciones y medicinas.

¿Que debe de hacer Juan?

Dilema 2

Luis cuando tenía 18 años estaba metido en la droga y en compañía de otros dos jóvenes de su edad asaltaron la vivienda de una mujer viuda, madre de dos niños pequeños y le robaron 3500 bolivianos, que la señora tenía para pagar el colegio de sus tres hijos, alimentación del mes, y otros gastos, además se llevaron algunos objetos de valor y recuerdos familiares, valorados en 3000 bolivianos. La sentencia de la Audiencia judicial lo condenó en el 2005 a más de dos años de prisión, al año salió de la prisión. La sentencia fue apelada por la agraviada (la mujer viuda que asaltaron) y la corte judicial ratificó la condena 7 años después. Luis en este tiempo (2012) se ha casado, tiene un hijo de 5 años, es un padre ejemplar, trabaja en Camiri como peón en una empresa de construcción de carretera. Ahora tiene que cumplir el año de cárcel que le queda. Su abogado ha pedido el indulto para Luis, alegando que ya está reinsertado en la sociedad, y que tiene responsabilidades familiares.

¿Se le debe indultar?

Dilema 3

En la clase se ha roto el cristal de una ventana, como consecuencia de la mala conducta de un alumno. El profesor pregunta quién ha sido, diciendo que si el culpable no aparece toda la clase tendrá que pagar su reparación, además de sufrir otros castigos. Un grupo de alumnos saben quién es el responsable, pero deciden no decir nada, porque el alumno causante del problema es amigo de ellos, y no quieren ser acusados de "soplones" ni "traidores". Además, quieren evitarse los problemas y molestias que les causaría su confesión.

En consecuencia, toda la clase es castigada. ¿Ves correcta la conducta de esos alumnos? ¿Tú qué harías en un caso similar?

Observaciones: la actividad tuvo su dificultad por cuestión de tiempo e indecisión en cada grupo para resolver cada dilema al tener cada estudiante su punto de vista, para el dilema 1 algunos grupos decidieron trabajar para ayudar a su madre de Juan, otros grupos decidieron que debería estudiar y buscar un trabajo en otro lado para seguir colaborando a su familia; con respecto al dilema 2 unos grupos pensaron que debería cumplir su año y terminar su condena, otros grupos dijeron que se le debería perdonar porque ya está insertado en la sociedad y es bueno ahora; referente al dilema 3 la mayoría de los grupos estuvo de acuerdo que ellos aceptarían el castigo, porque eso demuestra la unidad del curso; así transcurrió la actividad.

Sesión N° 32

Actividad: El año 2024

Objetivos:

- Analizar y reflexionar sobre la importancia de tener y desarrollar un plan de vida.
- Desarrollar el proceso de elaboración de su Plan de Vida.
- Establecer las relaciones entre el plan de vida y las herramientas revisadas durante este momento de la práctica (autoestima, asertividad, etc.)

Material: hojas tamaño oficio y bolígrafos.

Desarrollo: se indicó a los participantes que se sentaran en la posición más cómoda posible, relajándose y cerrando los ojos. Posteriormente se menciona lo siguiente: “*vamos a hacer un viaje en el tiempo...un viaje hacia el futuro, comiencen a caminar hacia el año 2024, han pasado 5 años, están frente a un espejo y ven los cambios en su cara, en su cuerpo; ahora 5 años más, comiencen a ver cómo es su vida, trabajan, estudian, tienen pareja o no, tienen hijos o no, cómo es su relación, todavía viven con su papás, con sus hermanos, véanlos cómo se llevan con ellos. Veán cuál es el sueño que tienen para..., armen ese sueño. Ahora lo tiene, atésórenlo en sus manos, pues ese sueño es único, no ningún otro sueño como ese y tráiganlo*”

con ustedes. Comiencen a volver hasta este momento, el año..., en este salón. Ahora que volvieron, comenzaré a contar del 5 al 0 y entonces abrirán los ojos”.

A continuación se distribuyeron hojas en blanco, indicando que dibujaran en ellas la matriz, y la llenaran, brindando tiempo suficiente para que los participantes trabajen sobre la misma. Quien facilita, acompañó a los adolescentes en el proceso, aclarando dudas y orientando sobre el llenado, siendo flexible con la redacción, lo importante es que los adolescentes lograron visibilizar lo que quieren en la matriz.

MI PLAN DE VIDA

<i>Mis sueños para el 2019</i>				

Resultados u objetivos que quiero conseguir para llegar a mi sueño	Actividades por cada resultado	Plazo – hasta cuando cumpliré con las actividades que me propongo	Tipo de apoyo que necesitaré para las actividades.	Quiénes son los apoyos clave para mis actividades.
Resultado 1.	Actividad 1:			
	Actividad 2:			
	Actividad 3:			
Resultado 2	Actividad 1:			
	Actividad 2:			
	Actividad 3:			
Resultado 3	Actividad 1:			
	Actividad 2:			
	Actividad 3:			

Una vez concluido el tiempo para el trabajo en la matriz, se solicitó voluntarios para compartir su Plan de Vida con el resto del grupo. Posteriormente a las presentaciones, se solicitó voluntarios para compartir su Plan de Vida con el resto del grupo. Posteriormente a las

presentaciones, se inició el análisis. Durante el análisis se pudo visibilizar la relación que existe entre el sueño, los objetivos a mediano plazo, las actividades, los plazos y los apoyos necesarios para llevar adelante el Plan de Vida. La importancia de las relaciones con otras personas, que pueden apoyar el desarrollo de ese Plan de Vida y el compromiso individual necesario para llevarlo adelante, para lo cual realizaron las siguientes preguntas guía:

1. ¿Cómo se siente (primero a los voluntarios y luego abrir al resto del grupo)?
2. ¿Qué observaron o describieron al desarrollar esta actividad?
3. ¿Cuál es la utilidad de planificar?
4. ¿Fue fácil, fue difícil, qué fue lo fácil?
5. ¿Para qué sirve un plan de vida?
6. ¿Qué pasaría con estos planes si ocurriera un embarazo o una infección VIH?
7. ¿Qué aprendieron con esta actividad?
8. ¿Cómo ayudarían en llevar adelante un Plan de Vida, la autoestima, la asertividad, el A, B, C, la toma de decisiones el liderazgo?
9. ¿Cuál es la relación que tiene en plan de vida con la vivencia de la sexualidad y con la salud y la salud reproductiva?

En el cierre se sintetizaron todos los elementos de análisis y se los reforzaron con aspectos sugeridos en los contenidos, sobre todo para que se visibilice la importancia de planificar, su uso cotidiano, desde una fiesta hasta un plan de vida. La importancia de la planificación como una estrategia que permite tener el control sobre las situaciones, su vinculación con las otras herramientas revisadas y como un elemento para la vivencia de la sexualidad y el cuidado de la salud.

Observaciones: al principio la actividad generó incomodidad en algunos participantes, debido a que se sintieron avergonzados al cerrar los ojos, lo cual fue cambiando paulatinamente a medida que otros compañeros realizaban el ejercicio sin angustia.

En cuanto a la temática se refiere, los estudiantes indicaron que el planificar las cosas les permite tener mayor control de su entorno y gestionar los recursos disponibles para el cumplimiento de sus propósitos, por lo que concluyeron que es importante planificar y decidir sobre el futuro.

Sesión N° 33

Actividad: Construyamos al Súper Líder. (Propuesta por la practicante)

Objetivos:

- Reflexionar sobre las habilidades de un líder.

Material: hojas de colores, marcadores, masking tape.

Desarrollo: se conformaron 3 grupos de jóvenes para realizar la dinámica.

Cada grupo debía construir un súper líder, representado por un robot, que debía montar tomando un miembro como modelo sobre el cual colocaron “aquellas piezas” que lo convertirán en ese súper líder. Cada pieza representaba una característica o cualidad que se simbolizó a través de dibujos o palabras, de acuerdo a la creatividad de cada grupo.

Cada grupo tenía como máximo 5 minutos para su presentación.

Al finalizar se reflexionó sobre las similitudes y diferencias de cada súper líder y se reforzó con un punteo las características de liderazgo.

Observaciones: en esta actividad en algunos cursos los estudiantes dijeron que no hay líderes en el curso, todos buscan satisfacer sus necesidades, gracias a la actividad. Algunos alumnos reconocieron que ellos podrían ser líderes si tuvieran apoyo de sus pares y maestros, expresaron que se deberían realizar más actividades al respecto para concientizar y motivar a los estudiantes a encontrar el líder que llevan dentro.

Sesión N° 34

Actividad: Higiene y Cuidado Personal

Objetivos:

- Aprender sobre el cuidado personal.

Material: hojas y lápices.

Desarrollo: Se hizo una lluvia de ideas para saber que conocimientos tienen acerca del tema y tratar de preparar el área de trabajo.

Posteriormente, se formaron grupos para realizar sociodramas, de lo que se debe y no se debe hacer al respecto del tema, recibiendo previamente una leve explicación de lo que es higiene.

Observaciones: Esta actividad fue de relajamiento e interesante la demostración de los sociodramas, en estos se vio la imaginación y creatividad; algunos grupos mostraron que es necesario ser aseados, es decir ducharse por lo menos día por medio, otros que debemos cambiarnos la ropa interior todos los días y lavarla por separado de la ropa con jabón, así se pudo explicar que ser limpio y organizado es bueno.

Sesión N° 35

Actividad: La última mirada y aplicación del Pos Test

Objetivos:

- Indagar si se logró implantar el conocimiento necesario, y llenar las incógnitas que se tenían a un inicio del programa.

Material: resumen de trabajo de la etapa de diagnóstico de manera impresa y marcadores, Cuestionario de evaluación pos test.

Desarrollo: La facilitadora informo que se ha concluido la práctica, por lo cual se necesita revisar si se cumplió y en qué medida con lo identificado en el diagnóstico. Se pidió a los participantes que recuerden las actividades y los aspectos abordados en la etapa de diagnóstico de la práctica. Posteriormente se realizó un resumen de los principales resultados de la etapa.

A continuación se formaron cinco grupos entregando los ejemplares impresos del resumen de diagnóstico a cada uno, los mismos que trabajaron en base a las siguientes preguntas:

1. ¿Se logró cubrir las necesidades, demandas y prioridades establecidas en el diagnóstico?
2. ¿En qué porcentaje se logró cubrir las necesidades, demandas y prioridades?
3. ¿Qué fue lo positivo?

4. ¿Qué fue lo negativo?
5. ¿Qué sugerencias tenemos?

Al finalizar se destacaron los elementos más importantes de las presentaciones anteriores, haciendo que los estudiantes participen de manera aleatoria con la dinámica tingo, tingo tango.

Posteriormente se realizó la aplicación del cuestionario de evaluación (Pos-Test) para lo cual se distribuyeron los cuestionarios a todos los participantes y se presentó el instrumento de acuerdo con el siguiente detalle:

A: Objetivo de la aplicación del cuestionario

B: Segmento en los que se encuentra dividido el cuestionario

C: Forma de llenado de cada segmento

Al finalizar se realizó el cierre institucional del proceso, agradeciendo por la participación y abriendo los canales para el mantenimiento de contacto.

Observaciones: en cuanto a la última actividad se refiere, es importante mencionar que se cubrió algunas de las demandas encontradas en el diagnóstico; gran parte de los estudiantes mencionaron estar satisfechos con los conocimientos adquiridos, una minoría de estudiantes se mostraron insatisfechos y reacios a mencionar si aprendieron algo.

Cabe indicar que los estudiantes sugirieron que debería existir continuidad del trabajo, es decir que convendría trabajar los siguientes años en el mismo establecimiento sobre temática similares a las que se abordaron en el proceso.

Al iniciar la aplicación de los cuestionarios se mencionó que con ellos se culminaba la práctica, lo cual generó descontento en algunos participantes, los mismos expresaron que deseaban prolongarla por algún tiempo más, pero se les explicó que no era posible.

En cuanto a la aplicación del pos- test, se evidenció seguridad en su resolución, aunque existieron algunas dudas leves, todo sucedió mejor que la aplicación de pre-test.

6.3 Análisis comparativo de la evaluación inicial y final

En respuesta al tercer objetivo que es: “Evaluación del impacto de la aplicación del programa, en la Unidad Educativa “Lidia de Campos” de la ciudad de Tarija, gestión 2019”, se presenta los siguientes resultados:

Cuadro N° 6

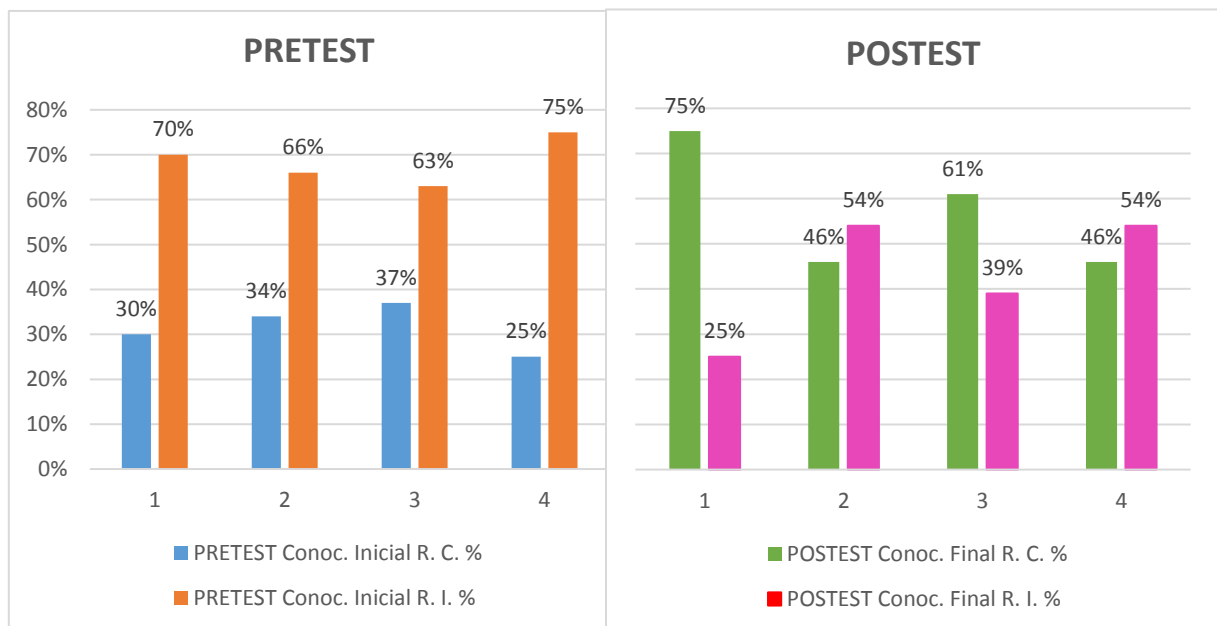
Área de Sexualidad y Derechos

PREGUNTAS	PRETEST Conoc. Inicial		POSTEST Conoc. Final		Total
	R. C.	R. I.	R. C.	R. I.	
	%	%	%	%	
	1. La sexualidad está formada por los pilares biofisiológico, psicológico y social	83 30%	193 70%	206 75%	
2. La identidad de género es la percepción que un individuo tiene sobre sí mismo en cuanto a sentirse hombre o mujer.	94 34%	182 66%	127 46%	149 54%	100%
15. La persona transformista es aquella que en ocasiones adopta los modos culturales y convencionales que asignan al sexo contrario.	103 37%	173 63%	167 61%	109 39%	100%
16. Un derecho sexual es el derecho a la integridad corporal y la autonomía en el control del cuerpo, la imagen y la identidad individual.	68 25%	108 75%	128 46%	148 54%	100%

Fuente: Pretest-Postest
Elaboración: propia (2019)

Gráfico N° 6

Área de Sexualidad y Derechos



Según el Cuadro N° 6 se puede observar el evidente aumento porcentual en lo que se refiere a la concepción de la sexualidad, pudiéndose notar que en el pre-test, el **70%** de los estudiantes respondieron incorrectamente lo cual cambia favorablemente a un **75%** de respuestas correctas en los resultados del pos-test. Estas cifras permiten estimar que gran parte de los jóvenes tienen el conocimiento adecuado con respecto a los pilares de la sexualidad, siendo éstos lo “biofisiológico, psicológico y social”, que son comprendidos por su articulación e interacción entre sí, lo que se considera la esencia del enfoque sistémico.

En lo que se refiere a la comprensión del término, Persona transformista, en el pre-test el **63%** de los estudiantes presentaron un bajo conocimiento; después de la capacitación un **61%** de los estudiantes logró comprender que persona transformista “es aquella que en ocasiones adopta los modos culturales y convencionales del sexo opuesto”.

Con respecto al segundo ítem y al 16, sigue existiendo un porcentual elevado de **54%** de estudiantes que siguen sin comprender dichos temas, se podría considerar que es debido a la inasistencia de algunos alumnos y también porque cuando se hacían las actividades chocaba con ensayos para sus danzas o con algún examen después de actividad, lo que provocaba que no presten atención al 100%.

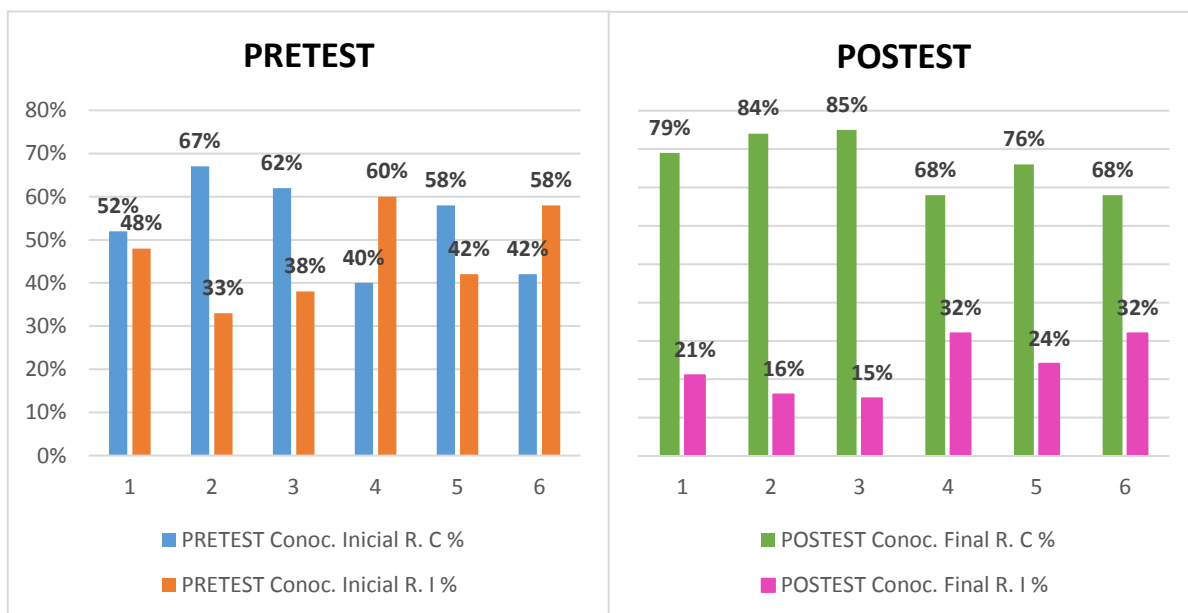
En conclusión se infiere decir que con respecto a la temática de sexualidad hubo un incremento de conocimientos favorables con respecto al entendimiento de los pilares de la sexualidad, identidad de género, comprensión de lo que es una persona transformista y los derechos sexuales.

Cuadro N° 7
Área de Salud Sexual y Salud Reproductiva

PREGUNTAS	PRETEST Conoc. Inicial		POSTEST Conoc. Final		Total
	R. C	R. I	R. C	R. I	
	%	%	%	%	%
3. La salud sexual es un estado General. de bienestar físico, mental y social.	143 52%	133 48%	217 79%	59 21%	100%
4. La salud reproductiva se caracteriza por la capacidad de disfrutar una vida reproductiva satisfactoria.	185 67%	91 33%	232 84%	44 16%	100%
5. Una forma segura de prevenir la transmisión de ITS y VIH es utilizando condón en todas las relaciones sexuales.	171 62%	105 38%	235 85%	41 15%	100%
6. Las ITR se refiere a las infecciones del tracto reproductivo.	111 40%	165 60%	189 68%	87 32%	100%
7. La violencia basada en género es cualquier acto de violencia que resulte o pueda resultar en daño o sufrimiento físico, sexual o psicológico para las mujeres y hombres.	159 58%	117 42%	210 76%	65 24%	100%
8. Algunas señales de violencia en el enamoramiento son los celos, presión para tener relaciones sexuales, control de sus contactos en internet.	116 42%	160 58%	187 68%	89 32%	100%

Fuente: Pre test Pos test
Elaboración propia (2019)

Gráfico N° 7
Área de Salud Sexual y Salud Reproductiva



Examinando el Cuadro N°7 se puede observar que en el tema referente a la salud sexual el **48%** respondieron de manera incorrecta en el pre-test, la cifra cambia favorablemente después de la aplicación del programa, dato que se refleja con **79%** de respuestas correctas en el pos-test, es decir que tienen un mayor conocimiento de lo que es salud sexual, “la cual se refiere a un estado general de bienestar físico, mental y social, en todos los aspectos relacionados a la sexualidad”.

De acuerdo al ítem 6, el **60%** respondió de manera incorrecta, con respecto a las ITR, siglas que hacen referencia a las “Infecciones del tracto reproductivo”, las cuales afectan los órganos reproductivos tanto de hombres como mujeres; esta cifra cambia de manera positiva en el pos-test con un porcentaje de **68%**, lo cual muestra una mejora en la comprensión de dicho tema.

Tomando en cuenta la concepción de violencia, se trató también las señales de violencia en el enamoramiento, las mismas son “los celos, presión para tener relaciones sexuales, control de sus contactos en internet”, habiéndose evidenciado en el pre-test un **58%** de estudiantes que desconocían el tema, pero en el pos-test un **68%** demostró sus conocimientos adquiridos, es decir que pudieron identificar con mayor facilidad si están viviendo en una relación de violencia.

A manera de síntesis, se puede manifestar que con respecto al área de salud sexual y reproductiva, en todos los ítems hubo un cambio favorable con respecto a los conocimientos adquiridos, reflejando de tal manera los beneficios de la implementación del programa y lo positivo de cada actividad, además que en esta área la practicante implementó otras actividades para obtener mejores resultados.

Cuadro N° 8

Área de Habilidades para la Vida

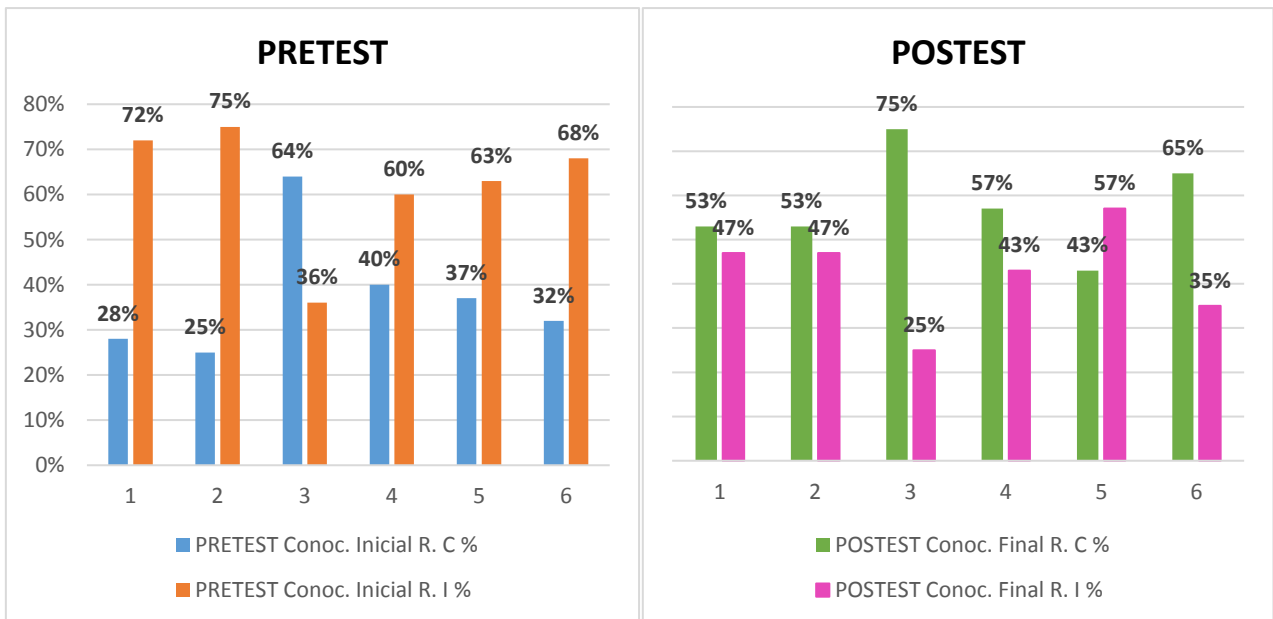
PREGUNTAS	PRETEST Conoc. Inicial		POSTEST Conoc. Final		Total %
	R. C	R. I	R. C	R. I	
	%	%	%	%	
9. El exceso de confianza sobre sí mismo que alcanza niveles de egoísmo, agresividad y soberbia se refiere a una autoestima alta.	76 28%	200 72%	146 53%	130 47%	100%
10. El proyecto de vida de una persona debe ser irrepentible, ya que responde a necesidades particulares.	71 25%	205 75%	147 53%	129 47%	100%
11. La asertividad es importante para nuestra sexualidad porque así sabrás cuando decir SI y cuando decir NO, y defender nuestros derechos.	176 64%	100 36%	206 75%	70 25%	100%
12. Un mito referido al bullying es que “los que sufren bullying son los que tienen sobrepeso, usan anteojos”.	109 40%	167 60%	157 57%	119 43%	100%
13. Una forma de mejorar la toma de decisiones es conocer los pasos y reconocer las emociones que acompañan a la decisión.	102 37%	174 63%	118 43%	158 57%	100%
14. El liderazgo es la capacidad de influir en otros/as, para conseguir un objetivo común.	88 32%	188 68%	179 65%	97 35%	100%

Fuente: Pretest Postest

Elaboración propia (2019)

Gráfico N° 8

Área de Habilidades para la Vida



De acuerdo al Cuadro N° 8, correspondiente al área de habilidades para la vida, el primer ítem refiere al tipo de autoestima alta, se observa un cambio favorable, inicialmente un **72%** desconocía que al tener autoestima alta también se puede ser egoísta, agresivo y soberbio; esto cambió a un **53%** de estudiantes que incrementaron conocimientos con respecto al autoestima, después de la aplicación de las diferentes actividades sobre liderazgo, comunicación asertiva, autoestima, enamoramiento; actividades que están dentro de las habilidades para la vida; momento 5 del programa.

Respecto a cómo debe ser el Proyecto de Vida de una persona es evidente la variación, observando en el pre-test el **75%** respondió de manera errónea y en el pos-test se identificó un **53%** de respuestas correctas, lo cual resalta que fueron entendiendo que un proyecto de vida de cada persona debe ser irreplicable, ya que responde a necesidades particulares de acuerdo al individuo.

En el ítem 12 el **60%** de estudiantes respondieron equivocadamente en el pre-test; hubo un cambio positivo en el pos-test, donde el **57%** con mejor nivel de conocimiento respecto al mito del bullying, del cual se piensa que sólo sufren aquellas personas que tienen sobrepeso y que usan anteojos y no así otras personas.

Al iniciar el desarrollo del programa en el ítem 13, el **63%** de estudiantes desconocía que la mejor forma de tomar una decisión conlleva conocer los pasos y reconocer las emociones que la acompañan, lo que cambia de manera leve al finalizar la práctica, con un **43%** de respuestas acertadas, manteniéndose aún una cantidad considerable de adolescentes con escasos conocimientos sobre el tema.

En lo que respecta a la concepción de liderazgo, en una evaluación inicial el **68%** exterioriza no tener un conocimiento adecuado del mismo, lo cual se ve modificado a un **65%**, esta cifra permiten divisar que un porcentaje considerable de jóvenes conocen que el liderazgo es “la capacidad de influir en otros, para conseguir un objetivo común”.

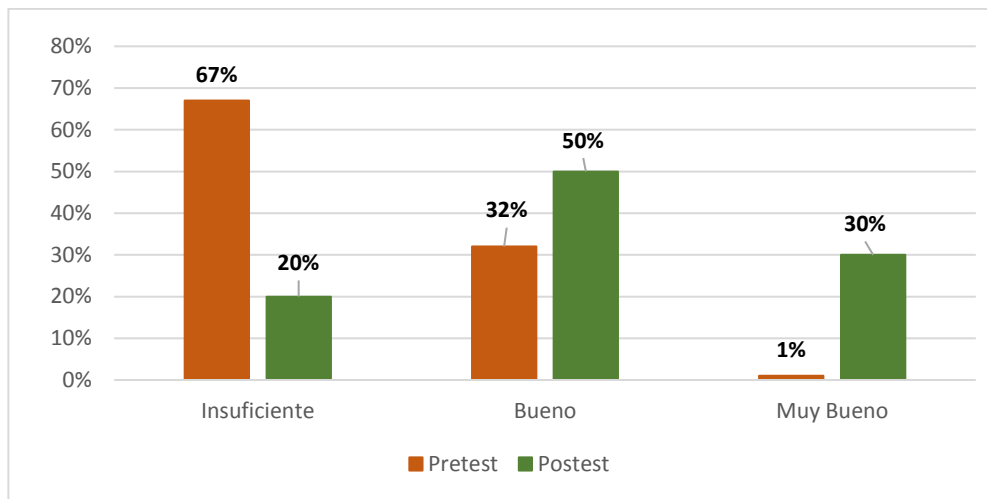
En síntesis, en el área habilidades para la vida se obtuvo un cambio favorable, con respecto a los conocimientos adquiridos, gracias a todas las actividades realizadas.

Cuadro N° 9
Conocimiento Inicial y Final sobre Sexualidad, Salud Sexual y Salud Reproductiva y
Habilidades para la vida

Nivel de conocimiento	PRETEST Conoc. Inicial		POSTEST Conoc. Final	
	%	Fr.	%	Fr.
Insuficiente	67%	184	20%	56
Bueno	32%	89	50%	139
Muy bueno	1%	3	30%	81
Total	100%	276	100%	276

Fuente: Pre test Pos test
 Elaboración propia (2019)

Gráfico N° 9
Conocimiento Inicial y Final sobre Sexualidad, Salud Sexual y Salud Reproductiva y
Habilidades para la vida



Examinando el Cuadro N° 9, se puede evidenciar que en la evaluación inicial, el **67%** de los estudiantes mostraban un conocimiento insuficiente en lo referente a las diferentes temáticas, situación que cambió después de la aplicación del programa, obteniendo un **50%** en conocimiento bueno y **30%** en conocimiento muy bueno, lo que nos lleva a deducir que los estudiantes tienen un conocimiento más claro en lo que respecta a sexualidad, derechos reproductivos y sexuales, salud reproductiva y habilidades para la vida.

Muchos de los especialistas en Educación Sexual en la infancia y adolescencia, recomiendan realizar intervenciones desde el grupo de iguales de manera coherente y constante en el tiempo y con una programación que permita acompañar a los niños y adolescentes en su camino hacia la madurez y la edad adulta, para evitar la persistencia de problemas, como: el embarazo (en adolescentes), las ITS, las conductas homófobas o de violencia “asociadas a la relación de pareja”, que preocupan a toda la sociedad y suceden frecuentemente en edades tempranas.³⁸

A manera de síntesis se puede evidenciar que la aplicación del programa ocasionó un impacto positivo en los adolescentes, ya que ahora se puede evidenciar que el nivel de conocimiento de los estudiantes está entre bueno y muy bueno.

Cuadro N° 10

Actitud Inicial y Final sobre Sexualidad, Salud Sexual y Salud Reproductiva

Habilidades para la vida

Actitud	Puntuación	PRETEST		POSTEST	
		Conoc. Inicial	Conoc. Final	Conoc. Inicial	Conoc. Final
		%	Fr.	%	Fr.
Muy negativa	-24 a -13	15%	41	3%	8
Negativa	-12 a -1	60%	165	38%	104
Positiva	+1 a +12	20%	57	52%	143
Muy positiva	+13 a +24	5%	13	7%	21
Total		100%	276	100%	276

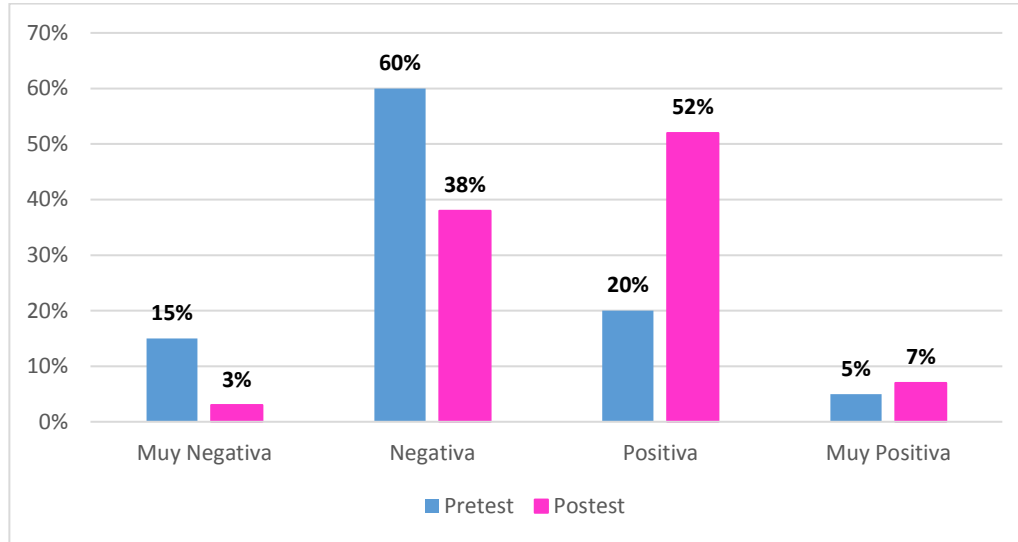
Fuentes: Pretest-Postest

Elaboración: propia (2019)

³⁸ Mitre, M. (27 de noviembre de 2015). *La Importancia de una Educación Sexual Integral*. Obtenido de Pediatría Integral: <https://www.pediatriaintegral.es/publicacion-2017-03/la-importancia-de-una-educacion-sexual-integral/>

Gráfico N° 10

**Actitud Inicial y Final sobre Sexualidad, Salud Sexual y Salud Reproductiva
Habilidades para la vida**



Haciendo referencia al Cuadro Nro.10, con el programa ya aplicado de sexualidad, salud sexual, salud reproductiva y habilidades para la vida se logró fomentar una actitud positiva en los estudiantes de la unidad educativa “Lidia de Campos”. El **52%** de los estudiantes tienen una actitud positiva después haber realizado la réplica, en contraste al principio donde se observaba que el **60%** de estudiantes mostraban una actitud negativa frente a las temáticas, que forman parte de sus vidas.

Existe un 38% de jóvenes que aún presentan una actitud negativa frente a las situaciones hipotéticas planteadas en los cuestionarios, cifra superada por actitud.

De manera general, se concluye que el desarrollo del programa condujo a resultados favorables de la población adolescente, pues, tuvieron un cambio significativo de actitud, si bien este no se refleja en porcentajes altos, nos muestra que debemos seguir trabajando para reforzar los conocimientos y actitudes en los adolescentes.

VII. Conclusiones y Recomendaciones

7.1 Conclusiones

A continuación, se presentan las conclusiones de la práctica institucional, de acuerdo a los objetivos planteados:

De acuerdo al objetivo general que es **fortalecer el conocimiento sobre sexualidad y liderazgo desarrollando destrezas y habilidades en los estudiantes de 1ro a 6to de secundaria**, se fortalecieron las áreas de liderazgo, sexualidad, salud sexual y reproductiva, habilidades para la vida, encaminadas a la vivencia sana y plena de la sexualidad de los estudiantes del nivel secundario.

Con respecto al primer objetivo: **Diagnosticar el nivel de conocimiento sobre liderazgo y sexualidad de los estudiantes de 1ro a 6to de secundaria que asisten a la Unidad Educativa “Lidia de Campos” de la ciudad de Tarija provincia Cercado, gestión 2019.**

Se puede indicar que en las diferentes áreas los estudiantes se encontraban en un nivel bajo, sobre todo en lo referente al concepto de sexualidad y sus componentes; es decir que los jóvenes tenían una idea errónea al respecto, ya que no lograban percibirla como un todo abstracto. Con respecto a la actitud de los estudiantes frente a las situaciones hipotéticas planteadas, reflejaban un dominio de la actitud negativa debido a los mitos, creencias y estereotipos existentes sobre la sexualidad que hacen ver las temáticas como negativas.

De acuerdo al segundo objetivo: **Implementar el “Programa de Capacitación en Liderazgo y Sexualidad”, a los estudiantes de 1° a 6° de secundaria de la Unidad Educativa “Lidia de Campos”, a través de una metodología activo-participativa, con el desarrollo de talleres referentes a: sexualidad y derechos, género, salud sexual y salud reproductiva, enamoramiento, infecciones de transmisión sexual, métodos anticonceptivos, y habilidades para la vida.**

Encaminado a la implementación de un Programa de Capacitación en Sexualidad dirigido a jóvenes, es importante mencionar que el mismo fue ejecutado mediante la metodología activo-

participativa, que fue de gran utilidad ya que permitió generar bastante interés y una participación constante por parte de los estudiantes.

Las actividades se caracterizaron por la apertura de espacios de análisis, reflexión y resolución de problemas sobre temáticas específicas. Los trabajos grupales fueron realizados en mayor medida para fomentar el trabajo en equipo y permitir la formación de nuevas y más cercanas relaciones, para compartir información personal y colectiva, así mismo fortalecer nuestros conocimientos en conjunto.

Finalmente, de acuerdo al tercer objetivo: **Evaluar el impacto de la aplicación del programa, en la Unidad Educativa “Lidia de Campos” de la ciudad de Tarija provincia cercado, gestión 2019.**

Se puede observar que en las diferentes áreas hubo un cambio positivo y una reestructuración de los conocimientos que los adolescentes ya tenían. Sin embargo, se siguen notando falencias que se deben mejorar.

Por último, mencionar que la actitud de los adolescentes también se ha visto modificada de manera positiva, ya que la mitad de los jóvenes tienen una actitud positiva frente a las situaciones hipotéticas planteadas, que permite señalar que son capaces de desarrollar conductas que propicien un mejor manejo de los conflictos en la vida de cada adolescente, así también vivir una sexualidad segura y plena.

7.2 RECOMENDACIONES

En base a las conclusiones obtenidas, se presenta las diferentes recomendaciones para cada agente participativo:

Al Centro de Investigación Educación y Servicios (CIES) Salud Sexual y Reproductiva.

- Llevar a cabo actividades en las que participen padres e hijos conjuntamente, para que de esta manera ambos sean agentes activos dentro de los procesos de sensibilización.
- Seguir capacitando y formando líderes dentro del programa “Tú decides”, ya que el mismo desarrolla los temas de salud sexual y reproductiva.
- Se sugiere mejorar el convenio con las diferentes unidades educativas para poder trabajar adecuadamente.
- Se sugiere cambiar o modificar las actividades que tiene una duración extensa como “La Recepción” por proyecciones de video u otras actividades más cortas, ya que el factor tiempo influye mucho en la realización de la práctica.

A la Carrera de Psicología

- Tomar en cuenta las necesidades y aquellas áreas donde se encuentre mayores dificultades para los estudiantes y garantizarles un conocimiento acorde a sus demandas, ya que por factor tiempo, muchas veces no se logra realizar la actividad como es debido.
- Crear un programa sobre liderazgo y sexualidad que pueda ser utilizado y aplicado por estudiantes de la carrera.
- Fortalecer los lazos de convenio y mejorar la comunicación con los mismos para apoyar y guiar mejor a los estudiantes en sus prácticas.

A la Unidad Educativa

- Abran las puertas de sus instituciones comprometidos en apoyar al practicante, no sean un obstáculo en el camino, porque el beneficio es para todos.
- Fomenten la participación de padres, maestros y alumnos en los diferentes talleres para lograr un mejor lazo y conocimiento.
- Los profesores deben motivar al alumno y guiarlo a obtener el conocimiento adecuado.

A futuros investigadores

- Las actividades deben ser divertidas y cortas para evitar sobrecargar al estudiante.
- Incorporar videos en sus actividades, para una mayor atención.
- Utilizar la empatía y tener mucha paciencia para poder obtener la confianza del alumno.
- Asegurar la población de trabajo y acuerdos entre instituciones para evitar conflictos y obstáculos antes o durante la práctica.
- Hacer aprobar las actividades planteadas para fortalecer el programa con docentes expertos en el área.