

ANEXO N° 3

CUESTIONARIO DE EVALUACION “PARA VIVIR NUESTRA SEXUALIDAD” (PRE – POST TEST) Proceso Educativo de Capacitación

Edad:

Sexo:

Fecha:

A continuación presentamos algunas afirmaciones sobre los temas que incluye el proceso educativo, respóndelas de acuerdo a tu opinión o conocimiento, marcando en círculo el inciso que consideres correcto.

1. La sexualidad:

- a) **Es un elemento central del desarrollo del ser humano y tiene que ver con los sentimientos, pensamientos y actos de las personas.**
- b) Es la manera de expresar los sentimientos de amor y cariño hacia la pareja.
- c) Constituye una forma de relacionarse y vivir la vida.

2. La salud sexual es:

- a) El estado de salud que se consigue a través de la consulta médica.
- b) **Un estado general de bienestar físico, mental y social, en todos los aspectos relacionados a la sexualidad.**
- c) Es el derecho a tener relaciones sexuales.

3. La autoestima es:

- a) La capacidad de dar afecto y cariño a otras personas.
- b) **La evaluación del conjunto de cualidades y características que una persona utiliza para describirse a sí misma.**
- c) Quererse y aceptarse como uno es, esperando que las cosas cambien.

4. Una forma de mejorar la autoestima es:
- a) Pedir a otras personas que nos alaben permanentemente y nos recuerden nuestras virtudes.
 - b) Darse gusto en todo lo que uno quiere y necesita.
 - c) **Evaluar y revisar periódicamente las cualidades y limitaciones (defectos) para poder mejorarlos.**
5. El plan de vida es una herramienta que ayuda a:
- a) **Tener más control y autonomía respecto al entorno.**
 - b) Gestionar recursos para el desarrollo de proyectos.
 - c) Sacar ventaja a los demás para el logro de éxito.
6. Sexo es:
- a) **La diferencia biológica que existe entre el hombre y la mujer.**
 - b) El acto sexual entre un hombre y una mujer.
 - c) Es un valor importante en la vida de todo individuo desde que nace hasta que muere.
7. Los valores son:
- a) **Ideales y cualidades deseables que orientan y guían la conducta humana.**
 - b) Las cualidades internas que guían la forma de actuar del individuo.
 - c) Parámetros que guían la conducta adecuada de toda persona en una sociedad.
8. Los valores humanos tienen la cualidad de:
- a) Ser únicos en cada persona de acuerdo a la educación recibida por parte de la familia.
 - b) **Modificarse en el transcurso de la vida de acuerdo a las motivaciones e influencia que ejerza la sociedad en el individuo.**

c) Permanecer intactos a lo largo de la vida de un individuo.

9. La autoestima:

a) Se construye en la niñez y se mantiene durante toda la vida del individuo.

b) Se construye en la niñez y está sujeta a cambios en la vida de cada persona de acuerdo a la manera de pensar y las experiencias vividas.

c) Forma parte inseparable de nuestra personalidad y perdura intacta durante toda la vida.

10. El plan de vida es:

a) La elección que realiza una persona para cambiar su vida.

b) El proceso en el que se establecen metas y prioridades para el futuro.

c) La acción que se realiza para saber conducirse en la vida futura.

11. Los valores que forman parte de la vida de cada persona se modifican de acuerdo a:

a) Las motivaciones, los conocimientos personales, la influencia de la sociedad y la cultura a la que pertenece.

b) Al grupo de amigos al cual se pertenece.

c) Las normas que rige la sociedad.

12. Tener una autoestima negativa de uno mismo conducirá a:

a) La aparición de sentimientos de inseguridad e incapacidad para afrontar los problemas de la vida.

b) Disminuir las resistencias que se posee y que colaboran a hacer frente a las adversidades de la vida.

c) La mediocridad y al conformismo.

13. Para planear la vida es importante:

- a) **Reflexionar y definir claramente lo que se quiere ser y hacer en la vida analizando las posibilidades y limitaciones individuales.**
- b) Tomar conciencia de las capacidades con las que se cuenta.
- c) Tener seguridad en uno mismo y saber tomar decisiones correctas para la vida.

14. La sexualidad se conforma por:

- a) Factores psicológicos y fisiológicos.
- b) Las experiencias vividas por cada persona.
- c) **Los elementos biológicos, psicológicos y sociales.**