

ANEXOS

ANEXO 1: CARTA DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO

Tarija, 21 de Abril de 2023

Lic. Verónica Gonzales Ibáñez

Presente. –

De mi consideración

Por la presente certifico haber revisado el cuestionario del proyecto de practica institucional “Programa de educación sexual y practica de valores en los estudiantes del nivel secundario de las Unidades Educativas Octavio Campero Echazú y Narciso Campero”, de la estudiante Angela Abigail Fernández y considero que el mismo cumple con los requisitos metodológicos correspondientes.

Sin otro particular saludo a usted.

Atte.



Lic. José Bismarck Gutiérrez Buceta

ANEXO 2: PRE Y POST TEST

EVALUACIÓN

Iniciales de nombre:

Curso:

Sexo:

Fecha:

Por favor lee detenidamente las preguntas y marca con una X o encierra la respuesta que creas correcta.

ÁREA EDUCACIÓN SEXUAL

1. El concepto de coito está dentro de la sexualidad
1) Si 2) No
2. El conjunto de caracteres funcionales y estructuras de acuerdo a los cuales un organismo es clasificado como "MUJER" o "HOMBRE", se denomina:
1) Género 2) Sexo 3) Identidad de género
3. Mantener relaciones sexuales con distintas personas sin protección...:
1) Aumenta el riesgo de tener embarazos no deseados, pero no de ITS.
2) Aumenta el riesgo de contagio de algunas ITS, pero de otras no.
3) Aumenta el riesgo de contagio de cualquier ITS y de embarazos no deseados.
4. ¿Existen órganos sexuales en hombres y mujeres que tienen el mismo nombre?
1) Si 2) No
5. La pubertad es el inicio de...
1) La adolescencia 2) La juventud 3) La infancia tardía
6. La adolescencia está marcada por...
1) Cambios físicos y psicológicos
2) Cambios de ambiente
3) La experimentación coital
7. Todas las infecciones de transmisión sexual son:
1) Muy peligrosas y dolorosas desde el primer momento
2) Curables, pero con secuelas por el resto de la vida
3) Ninguna de las anteriores
8. Una mujer puede quedarse embarazada:
a) En su primera relación coital.
b) Todas son correctas
c) Si tiene relaciones coitales durante la regla.
9. El embarazo durante la adolescencia...:
1) Es vivido como un drama, debido al rechazo de los padres y/o la indiferencia de los amigos
2) Pone en riesgo los resultados académicos y el desarrollo socioeconómico de la madre.
3) Todas las opciones son correctas
10. Una diferencia entre el preservativo masculino y el femenino sería que el femenino...
a) Puede ser colocado horas antes del coito

- b) Se puede emplear en más de una ocasión, no como el masculino que es de un solo uso.
- c) No protege con la misma eficacia que el masculino de posibles ITS.

11. Cuál es el método más seguro para prevenir ITS y embarazo

- 1) Condón
- 2) Abstinencia
- 3) La inyección

12. Calificas ahora tu información sobre sexualidad como:

- 1) Nula
- 2) Escasa
- 3) Suficiente
- 4) Completa

ÁREA VALORES

13. Los valores son:

- a) El costo de una cosa sobre otra
- b) Son las conductas o las actitudes que resultan dañinas y negativas para otros.
- c) Virtudes o cualidades que caracterizan a una persona o una acción, y que se consideran positivos

14. Como se transmiten los valores

- 1) De generación en generación
- 2) Mediante la televisión
- 3) Mediante los genes

15. Ser una persona asertiva quiere decir:

- a) No equivocarse nunca
- b) Comunicar mi sentir y pensar de manera adecuada
- c) Siempre ganar las discusiones con mis argumentos

16. Ser asertivo en una relación es:

- a) Atender a todas las necesidades de mi pareja cuando lo necesite.
- b) Ser siempre el que diga la última palabra
- c) Tener la capacidad de decirle algo que me molesta, pero sin herirle.

17. La responsabilidad como valor conlleva

- a) Preocuparse por las decisiones de los demás
- b) El hacer las cosas por otros para no fallar
- c) El hacerme cargo de las consecuencias de mis acciones

18. La responsabilidad afectiva en la pareja es

- a) Hacerle ghosting
- b) Evitar las peleas ignorando a mi pareja hasta que se le pase
- c) Hablar sobre mis sentimientos con mi pareja

19. Amar implica unas actitudes y comportamientos determinados como, por ejemplo...:

- a) Tener todos los amigos en común.
- b) La empatía.
- c) Compartir una misma visión de las cosas.

20. Si mi pareja me agrade, pero me pide disculpas yo:

- 1) Siento que me quiere 2) Siento que estoy a salvo 3) Siento que no me respeta

21. Demuestro mi empatía cuando:

- a) Veo que mi pareja se siente mal, pero paso de largo
- b) Me entero que un amigo perdió a su mascota y me río
- c) Mi pareja necesita alguien con quien hablar y la escucho

22. Cuándo un compañero quiere pelear conmigo ¿yo respondo de mala manera?

- 1) Nunca 2) Casi nunca 3) Siempre 4) Casi siempre

23. Cuándo mis amigos me piden que haga algo que no me parece bien, de todas maneras, ¿lo hago?

- 1) Nunca 2) Casi nunca 3) Siempre 4) Casi siempre

24. Cuando fijamos una hora de llegada con mis amistades yo ¿llego con puntualidad?

- 1) Nunca 2) Casi nunca 3) Siempre 4) Casi siempre

25. Si mi pareja me pediría que la escuche porque tuvo una discusión en casa ¿lo haría?

- 1) Nunca 2) Casi nunca 3) Siempre 4) Casi siempre

26. Si saldría con alguien, al primer mes ¿ya sería prudente decirle que lo amo?

- 1) Nunca 2) Casi nunca 3) Siempre 4) Casi siempre

27. Cuáles de estos valores prácticas más en tu diario vivir:

- 1) Empatía 2) Respeto 3) Responsabilidad 4) Amor 5) Asertividad

ÁREA RELACIÓN DE PAREJA

28. En relación al amor propio tu:

- 1) No te aceptas a ti mismo
- 2) En general no te aceptas, algunos aspectos sí
- 3) Te aceptas a ti mismo con insatisfacciones
- 4) Te aceptas y estás satisfecho de ti mismo, no en todo
- 5) Feliz de ser como eres

29. Es difícil amar a otro ser si uno mismo no ha experimentado, no sabe, no ha interiorizado el amor propio, es decir...:

- 1) Si yo no he tenido ninguna relación de pareja todavía, difícilmente puedo querer a otra persona.
- 2) Si yo no sé cómo se ama o qué es el amor, difícilmente puedo facilitárselo a otra persona.
- 3) Si yo no favorezco mi propio crecimiento, mi propio bienestar, difícilmente puedo facilitárselo a otra persona.

30. Cada cuanto te das a ti mismo palabras de aliento o de amor:

- 1) 1 o 2 veces por semana
- 2) Todos los días 2 veces al día
- 3) Nunca lo hago
- 4) 3 o más veces al día

31. Forjar un enamoramiento sano significa...

- 1) Renunciar a mejorar la relación.
- 2) Reconocer que la pareja, al igual que yo, es imperfecta.
- 3) Tener que resignarse y aguantar, incluso lo que no nos gusta

32. En una pareja de noviazgo está bien que:

- 1) El novio decida todo
- 2) La novia decida todo
- 3) Ambos consensuen

33. Tener una relación física con alguien puede hacerte sentir muy vulnerable, ya que supone compartir una parte muy personal. Para sentirte más segur@...

- 1) Es importante que sepas cuáles son tus límites: qué cosas te gusta hacer y qué no.
- 2) De lo que se trata es de que te sientas bien con tu decisión cada vez que participes en una actividad sexual.
- 3) Todas son correctas

34. ¿Cuál de los siguientes forma parte de las etapas del enamoramiento?

- 1) Pasión 2) Independencia 3) Aceptación

35. Si mi novio o novia se burla cuando expreso mis sentimientos me parece normal:

- 1) Sí 2) No 3) A veces

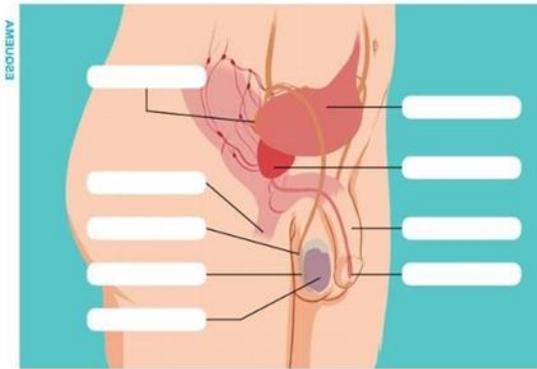
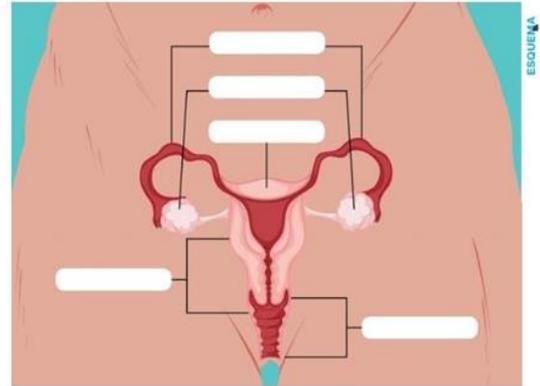
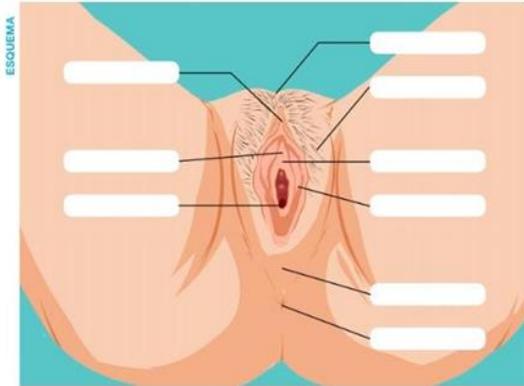
36. Cuando una pareja se enoja o discute es normal que:

- 1) Busquemos ayuda
- 2) Esperemos a que se bajen los humos
- 3) Nos quedamos a seguir peleando por cualquier cosa

37. ¿Crees que una causa de la dependencia emocional es la sobreprotección de los padres?

- 1) ¿Sí? 2) ¿No?

ANEXO 3: Hoja guía “Conozcámonos mejor”



VULVA:	Es el conjunto de órganos externos y está situada en la parte anterior del hueso púbico.
MONTE DE VENUS:	Vello púbico que cubre la parte superior de la vulva de la mujer.
LABIOS MAYORES:	Son dos pliegues gruesos de la piel que protegen a todas las demás estructuras de la vulva y se cubren de vello a partir de la pubertad.
LABIOS MENORES:	Pliegues más pequeños que, en su parte superior, cubren el clítoris.
CLÍTORIS:	Es un órgano sexual muy sensible, es un cuerpo carnoso y eréctil situado en la parte más alta de la vulva, y al ser estimulado aumenta de volumen y produce placer sexual debido a que tiene muchas terminaciones nerviosas.
MEATO URINARIO:	Es el pequeño agujero donde termina la uretra y por el que sale la orina. Se localiza entre el clítoris y el orificio vaginal. No es parte de los órganos sexuales y reproductivos.
ORIFICIO VAGINAL:	Es la puerta de entrada de la vagina.
PERINÉ:	Es la zona comprendida entre la vulva y el ano con tres propiedades físicas: sensibilidad, elasticidad y resistencia. No es parte de los órganos sexuales y reproductivos.
ANO:	Es un orificio que se halla en el extremo terminal (inferior) del tubo digestivo. No es parte de los órganos sexuales y reproductivos.

OVARIOS:	Dos órganos que tienen la forma y el tamaño de una almendra ubicados uno a cada lado del útero y contienen las células sexuales femeninas llamadas óvulos y producen hormonas femeninas responsables de los cambios del cuerpo durante la pubertad y ciclo menstrual.
TROMPAS DE FALOPIO:	Son conductos musculares que conectan los ovarios y el útero o matriz. Su función es transportar los óvulos de los ovarios al útero y a los espermatozoides del útero a cerca de los ovarios. Y en ellas se da la unión del espermatozoide y el óvulo (fecundación) para después implantarse en el útero.
ÚTERO O MATRIZ:	Órgano musculoso y fuerte, hueco por dentro; tiene forma de pera invertida y 7 a 8 centímetros de longitud. Cada mes se prepara para recibir al óvulo fecundado y anidarlo durante el embarazo. Recibe al óvulo fecundado para la fijación, evolución y desarrollo del nuevo ser. Cuando no hay fecundación, sus tejidos (endometrio) se desprenden y se produce la menstruación.
CUELLO UTERINO:	Parte inferior del útero, situada en el fondo de la vagina, flexible, delgada y de unos tres centímetros de longitud. Se puede dilatar 10 cm durante el parto para dejar que pase el bebé, y su tamaño puede variar según la edad, el número de partos y el momento del ciclo menstrual de la mujer.
VAGINA:	Es el canal elástico, que forma parte de los órganos genitales internos de la mujer, conecta el útero con el exterior del cuerpo (vulva) y su entrada (orificio vaginal) se encuentra entre la uretra y el ano. La vagina está formada por una recubierta de membranas mucosas que mantienen la humedad y la acidez y la protegen frente a posibles infecciones. A través de la vagina sale la menstruación, se producen las relaciones sexuales y el parto.
TESTÍCULOS:	Tienen dos funciones: fabrican las células sexuales llamadas espermatozoides y producen hormonas sexuales masculinas (testosterona).
EPIDÍDIMO:	Dos tubos enrollados, situados uno sobre cada, son colectores de los espermatozoides, donde se almacenan y nutren hasta el momento de la expulsión.
CONDUCTO DEFERENTE:	Son un par de tubos musculares rodeados de músculo liso, se contraen al expulsar el semen, cada uno de 30 cm aproximadamente, que transportan los espermatozoides desde el epidídimo (donde se almacenan) hasta la uretra, donde es expulsado al exterior.
VESÍCULAS SEMINALES:	Dos sacos contorneados ubicados a cada lado de la vejiga; produce parte de las secreciones que acompañan a los espermatozoides. Al mezclarse con el líquido que produce la próstata, la secreción adquiere un aspecto lechoso llamado semen o esperma.
PRÓSTATA:	Glándula situada debajo de la vejiga, que encierra la uretra, final de conductos deferentes y conductos eyaculatorios. Su función es producir una sustancia que le da el olor y color característico al semen. En esta glándula se encuentra una válvula que en el momento de la excitación sexual, cierra el paso de la orina.
VEJIGA:	Órgano hueco que recibe la orina de los uréteres, la almacena y la expulsa a través de la uretra. No es parte de los órganos sexuales y reproductivos.
URETRA:	Tubo delgado o conducto que nace de la vejiga, atraviesa la parte interna del pene. Conduce el semen y la orina a la parte exterior.
CUERPOS CAVERNOSOS Y ESPONJOSOS:	El cuerpo esponjoso es la más pequeña de las tres columnas de tejido eréctil que se encuentran en el interior del pene (las otras dos son los cuerpos cavernosos: un par de columnas de tejido eréctil situadas en la parte superior del pene, que se llenan de sangre durante la erección.). Está ubicado en la parte inferior del miembro viril. Su función es la de evitar que, durante la erección, se comprima la uretra (conducto por el cual son expulsados tanto el semen como la orina).
ANO:	Es un orificio que se halla en el extremo terminal (inferior) del tubo digestivo. No es parte de los órganos sexuales y reproductivos.

TARJETAS

TARJETAS

MONTE DE VENUS:	Vello púbico que cubre la parte superior del pene.
PENE:	Órgano muy sensible, de forma alargada y cilíndrica compuesto de tejido esponjoso. Externamente termina en un ensanchamiento llamado glande, permite la salida del semen durante la erección. En su estado de reposo, permite la salida de la orina.
PREPUCIO:	Es una capa de piel suave que rodea el pene con la intención de proteger y cubrir el glande. Se caracteriza por ser móvil, elástico y estar auto lubricado.
GLANDE:	(también conocido como cabeza del pene) es la última porción y la parte más ancha del cuerpo esponjoso; presenta una forma cónica y es muy sensible.
ESCROTO:	Saco suave de piel arrugada que cubre los testículos., proporcionándoles temperatura adecuada.
ORIFICIO DE LA URETRA O MEATO URINARIO:	Por ese orificio del pene sale la orina y el semen.

ANEXO 4: Hoja guía “Mitos cierto o falso”

Marque con una **F** si considera que es un **FALSO** y la **C** si considera que la afirmación es un **CIERTO**:

N.º	AFIRMACIÓN	F	C
1.	La maternidad disminuye el deseo sexual en la mujer.		
2.	La menstruación impide “tener relaciones sexo coitales”.		
3.	La mujer no necesita tener relaciones sexuales con la misma frecuencia que el hombre.		
4.	La Liberación femenina conduce a la promiscuidad		
5.	El hombre propone y la mujer dispone.		
6.	El hombre no debe manifestar sus sentimientos.		
7.	Es responsabilidad del hombre si ella no se excita.		
8.	El hombre siempre quiere tener sexo.		
9.	Sexo es lo mismo que coito o relación sexual.		
10.	La masturbación es dañina.		
11.	No se han determinado las causas de la homosexualidad.		
12.	La mujer necesita más tiempo que el hombre para alcanzar el orgasmo.		
13.	Para una mujer concebir no necesita orgasmos.		
14.	El hombre es atractivo por su fuerza física.		
15.	La mujer es atractiva por su apariencia física.		
16.	El hombre debe proteger y darle seguridad a su compañera.		
17.	La vasectomía no causa problemas mentales.		
18.	Es poco saludable para la mujer que se bañe o nade durante su período menstrual.		
19.	Con el primer coito una mujer puede embarazarse.		
20.	Las píldoras anticonceptivas engordan, dan manchas y provocan várices.		
21.	El alcohol y la marihuana son estimulantes sexuales.		
22.	Un hombre con un pene más grande es más potente sexualmente que uno con un pene pequeño.		
23.	Una vez que el hombre se ha excitado y tiene una erección debe continuar hasta eyacular porque puede ser dañino si no lo hace.		
24.	Una mujer puede quedar embarazada aún si el hombre no eyacula dentro de la vagina.		
25.	Si una persona que tiene pareja se masturba, significa que hay un problema con la pareja.		
26.	En este momento de sabiduría los mitos anteriores ya no tienen ninguna influencia.		

N.º	AFIRMACIÓN	F	C
1.	La maternidad disminuye el deseo sexual en la mujer: La maternidad no disminuye el deseo sexual. La mujer ahora tiene otros intereses con su hijo, pero el parto no influye en su deseo o capacidad de excitación.	X	
2.	La menstruación no impide tener relaciones sexo coitales pero puede ser incómodo para algunas personas: La menstruación ha sido asociada a una enfermedad "estoy enferma" dicen muchas mujeres para indicar que están en el período menstrual. Esta idea de enfermedad ha llevado al mito de que no pueden tener relaciones sexuales coitales, por cierto es que sí pueden, sólo que muchas parejas lo evitan por escrúpulos o por higiene de la mujer. Puede que ella no lo desee por malestar abdominal.	X	
3.	La mujer no necesita tener relaciones sexuales con la misma frecuencia que el hombre: Ambos sexos tiene igual capacidad de abstención. El mito surge para justificar la libertad que la cultura ha concedido al hombre para sus prácticas sexuales y a la mujer, no.	X	
4.	La liberación femenina conduce a la promiscuidad: La Liberación femenina nació como un movimiento político en procura de la dignificación de la mujer; nada tiene que ver con la promiscuidad.	X	
5.	El hombre propone y la mujer dispone: Las actitudes y el comportamiento sexual de hombres y mujeres están convergiendo actualmente. Las mujeres están asumiendo las relaciones con la misma libertad que, tradicionalmente, eran exclusivas de los hombres.	X	
6.	El hombre no debe manifestar sus sentimientos: Es uno de los patrones de conducta que la cultura machista ha impuesto como signo de la masculinidad. La sociedad machista no ven con buenos ojos que el hombre manifieste sus afectos y como hemos visto, es un gran daño para el hombre.	X	
7.	Es responsabilidad del hombre si ella no se excita: Los hombres tuvieron que aprender que el sexo era de su absoluta responsabilidad y que, además, ellos deberían iniciarlo. El mito dice que un verdadero hombre no necesita información de la mujer, pues se supone que dominan las técnicas, poseen todas las habilidades y destrezas y cuentan con cientos de experiencias sexo genital. Por su parte, las mujeres aprendieron que el sexo es responsabilidad de los hombres, que el sexo es algo que ellos les hacen a ellas. La verdad es que debemos aprender que no hay ninguna manera de saber de antemano, qué agrada a una pareja. La sexualidad en pareja es una aventura y es presuntuoso, de parte de uno de ellos, suponer que tiene que encargarse de todo lo que suceda.	X	
8.	El hombre siempre quiere tener "sexo": Según este mito el hombre puede tener relaciones sexuales coitales a cualquier hora, en todo lugar y con cualquier mujer. Los hombres aprendieron que un "verdadero hombre" nunca se echa, para atrás por adversa que sea la situación. Ellos como ellas, tienen momentos oportunos. Y ambos tienen deseos sexuales.	X	
9.	Sexo es lo mismo que coito o relación sexual: No es lo mismo, pero para muchos los dos términos son sinónimos. Hombres y mujeres aprendieron que lo principal en la sexualidad es el coito. Sin embargo las caricias, besos, abrazos constituyen un prelude para el coito. Y no necesariamente debe llegarse al coito, para disfrutar unos momentos.	X	
10.	La masturbación es dañina: Es muy común la creencia en los peligros de la masturbación: las enfermedades que pueden producir, la locura, la imbecilidad, el reblandecimiento de la médula espinal. Existe en hombre y mujeres, es una práctica sexual como otras.	X	
11.	No se han determinado las causas de la homosexualidad: Es cierto, no existe ningún estudio que demuestre, en forma clara y contundente, el origen de la homosexualidad. Pero sí se sabe que no es una enfermedad, no es contagiosa y le puede pasar a cualquier persona. Le ocurre y punto.		X
12.	La mujer necesita más tiempo que el hombre para alcanzar el orgasmo: Es mito en cuanto se refiere a "más tiempo". La excitación psicosexual del hombre es más visual y su búsqueda es, fundamentalmente, orgásmica; a las mujeres, en cambio, se les ha atribuido una motivación preferentemente afectiva por lo que busca más el contacto corporal difuso. No obstante, la variación individual (distintos grados de deseo, excitabilidad y orgasmicidad) es la más persistente realidad del funcionamiento sexual humano.	X	
13.	Para una mujer concebir no necesita orgasmos: La concepción es independiente del grado de excitación de la mujer.		X

N.º	AFIRMACIÓN	F	C
14.	El hombre es atractivo por su fuerza física: Se supone que el hombre es confiable por su fuerza física para ofrecer seguridad a su compañera. Muchas mujeres no saben qué es lo que deben buscar como prototipo de fuerza masculina y llegan a aceptar manifestaciones grotescas de masculinidad, tomándolas como cualidades. Por tanto, según el criterio de estas mujeres, los hombres que en forma premeditada las ignoran o las maltratan están exhibiendo un buen juicio y, por lo tanto, son obviamente fuertes y masculinos, es decir, constituyen los valores sociales o sexuales. Nada más falso.	X	
15.	La mujer es atractiva por su apariencia física: Cuando niña usaba un hermoso vestido, sonreía dulcemente y con ello obtenía toda la atención. Sin embargo, un niño no gana simpatía en la misma forma, él debe "hacer algo para probar su valía. Una apariencia física atractiva permite a las mujeres alcanzar cierto reconocimiento, mientras que la fuerza física y el éxito son los indicadores de atractivo en el hombre. Falso	X	
16.	El hombre debe proteger y darle seguridad a su compañera: Este mito confunde el comportamiento femenino, con debilidad en la mujer, algo de ignorancia y sentimiento de desprotección; en tanto, la masculinidad se caracteriza por la rudeza, la seguridad y la capacidad de resolver problemas. Es complementario y efecto del mito número 14.	X	
17.	La vasectomía no causa problemas mentales: La vasectomía es una operación quirúrgica en el hombre. Se cortan los conductos deferentes de cada lado y se ligan los extremos. De esta forma se evita que los espermatozoides se combinen con otros elementos de la eyaculación. Después de la vasectomía no hay cambios en el deseo o rendimiento sexual.		X
18.	Es poco saludable para la mujer que se bañe o nade durante su período menstrual: No hay razón para que la mujer deba restringir sus actividades durante la menstruación.	X	
19.	Con el primer coito una mujer puede embarazarse: Si, una mujer puede embarazarse con el primer coito o cada vez que los tenga, si esto ocurre en los días fértiles de ella, a menos que ella y su compañero utilicen un método anticonceptivo eficaz.		X
20.	Las píldoras anticonceptivas engordan, dan manchas y provocan varices: Las píldoras son uno de los métodos anticonceptivos más seguros y eficaces. Su uso debe tener regulación médica para evitar efectos colaterales. Algunas mujeres son alérgicas.	X	
21.	El alcohol y la marihuana son estimulantes sexuales: Tienen el efecto. Pueden aumentar deseo y reducir las inhibiciones, pero reducen el flujo de la sangre al área genital y pueden reducir el desempeño sexual, haciendo más difícil mantener una erección o experimentar un orgasmo.	X	
22.	Un hombre con un pene más grande es más potente sexualmente que uno con un pene pequeño: El tamaño del pene no tiene ninguna relación con la potencia sexual. A los hombres también se les ha hecho creer que las mujeres "se mueren" por un pene grande y siempre están comprobando que sus penes no son lo que el mito promulga. El modulo del "Superman" con sus erecciones gigantescas y sus ejecuciones carnavalescas no es real. El pene que llevamos es el único que vamos a poder llevar siempre con nosotros y cualesquiera sean sus características nos pueden deparar mucho placer y nada tiene que ver con la potencia sexual ni con la satisfacción de la mujer.	X	
23.	Una vez que el hombre se ha excitado y tiene una erección debe continuar hasta eyacular porque puede ser dañino si no lo hace: No hace daño el no eyacular cada vez que el hombre tiene una erección. A muchos hombres les parece extraña la idea de que las relaciones sexuales no terminan siempre con el coito o con una eyaculación. La calidez, la intimidad, la proximidad de los cuerpos, la verbalización, son todas experiencias de gran valor afectivo.	X	
24.	Una mujer puede quedar embarazada aún si el hombre no eyacula dentro de la vagina: Sí, cuando el compañero eyacula cerca de la vagina es posible que los espermatozoides hagan contacto con el moco cervical, cuya función es conducirlos a través de la vagina. Y ella se encuentra en los días fértiles.		X
25.	Si una persona que tiene pareja se masturba, significa que hay un problema con la pareja: Muchas persona se masturban de vez en cuando aunque sean casadas o en unión libre esto no significa, necesariamente, que haya un problema con la pareja.	X	
26.	En este momento de sabiduría los mitos anteriores ya no tienen ninguna influencia: Todos estos mitos aún persisten en nuestra cultura y tienen una considerable influencia en nuestra forma de vivir la sexualidad.	X	

ANEXO 5: Hoja guía “Cambio, crezco y aprendo”

CAMBIOS DESDE LA PUBERTAD		
	En las adolescentes	En los adolescentes
Piel	La piel se ha vuelto grasosa y algunas veces aparecen granitos o acné	La piel se ha vuelto grasosa y algunas veces aparecen granitos o acné
Cabello	Ha crecido el vello de las piernas, en las axilas y en el pubis	Ha crecido el vello de las piernas, del pecho y de la cara, en las axilas y en el pubis
Senos	Han crecido los senos, se hinchan y duelen un poquito	Ha crecido los senos, se hinchan y duelen un poquito
Tamaño y forma del cuerpo	Se ha ensanchado las caderas, se han agrandado los senos, aumentado el peso y la altura.	Se ha ensanchado los hombros y el pecho, y ha aumentado el peso y la altura
Transpiración (sudor)	Se transpira más y comienza a sentirse el olor corporal.	Se transpira más y comienza a sentirse el olor corporal.
Voz	La voz se ha hecho un poco más suave.	La voz se ha tornado más profunda
Órganos sexuales femeninos	Se tiene la regla o menstruación y el área vaginal se ha tornado más húmeda	
Órganos sexuales masculinos		Se tienen erecciones y eyaculaciones mientras duermen. Han crecido el pene y los testículos

Más de nuestros cambios

- A esta edad logramos más habilidades deportivas específicas. Después nos podremos especializar en deportes de alto rendimiento. Depende de nuestras aptitudes de adolescente y de nuestro propio interés.
- Debemos estar preparados para experimentar éxitos y fracasos. Los primeros años lo importante debe ser el deporte en sí.
- Aumentan las diferencias motrices en los adolescentes de diferente sexo. Chicos y chicas tenemos la misma capacidad para aprender.
- La agudeza visual, se consolida a los 10-12 años. A los 15-19 está completa.
- Respecto a nuestra audición, no está completamente madura hasta los 15-20 años.
- El cerebro termina su desarrollo cerca de los 25 años.
- Alcanzamos el 95% de nuestra estatura adulta al final de esta etapa.
- De igual forma, al final de esta etapa mejora nuestra forma de expresarse con frases más largas. Aumentan nuestro vocabulario. Usamos términos más abstractos.
- Usamos el lenguaje para expresar emociones y pensamientos. Así nos sentimos originales y únicos.
- Es importante recordar que la gran cantidad de tiempo que pasamos chateando en Internet o con nuestros móviles puede empobrecer nuestro lenguaje. Y con un lenguaje amplio, nos será más fácil resolver asuntos laborales y académicos cuando seamos adultos.
- En casa, en familia, podemos desarrollar más habilidades. Dedicar tiempo a conversar y discutir temas. Incentivar la lectura, tiene un papel fundamental.
- Creemos que todos están pendientes de nuestra conducta y apariencia. Nos sentimos únicos y especiales, reconocemos que otras personas son importantes. Buscamos nuestra identidad.
- Buscamos modelos en líderes musicales y/o sociales, con cualidades que nos gustan (prestigio, fama).
- Empezamos a preocuparnos por el futuro.

Cambios psicológicos en la ADOLESCENCIA

IDENTIDAD

La búsqueda de un nuevo yo. Los cambios en la apariencia no dejan frío a ningún adolescente. Estos hechos presentan implicaciones en procesos psicológicos unidos especialmente a la definición que hacemos de nosotros mismos, el grado de satisfacción con esta definición y la asunción de una identidad.

EQOCENTRISMO

El joven se centra en sí mismo. Se está descubriendo y esto hace que crea que sólo existe él en su mundo. El adolescente precisa tenerse en cuenta y compararse con los demás para decidir cómo quiere ser y cómo conseguirlo, así como qué es lo que no le gusta de sí mismo y quiere dejar atrás.

INCOMPRESIÓN

Los adolescentes piensan que nadie les entiende. Es una época de desajuste entre los jóvenes y su entorno, a menudo sujetos a unas exigencias que internamente no son capaces de responder. Los miedos se inician desde el momento en que el joven deja de ser niño y empieza a tomar sus propias decisiones.

SEXUALIDAD

Las hormonas juegan un papel vital en esta etapa. Pueden sentirse más preocupados por aspectos de personalidad que por los actos sexuales: hacer el ridículo, ponerse en evidencia, miedo a que se rían de uno. Este hecho muestra aspectos psicológicos de la sexualidad en los que van a progresar: seguridad, habilidades de relación, desinhibición. La masturbación es la principal manifestación sexual en la adolescencia.

ENAMORAMIENTO

Ayudan a desarrollar su personalidad, definirse, aceptar su cuerpo e identidad sexual, ser autónomos, conjugar la ternura y sensualidad, pero también predomina la ansiedad, insatisfacción, desilusión o el sufrimiento.

ANTE LOS CAMBIOS PSICOLÓGICOS LOS PADRES DEBEN...

- ✓ Escuchar
- ✓ Comunicarse y hablar sin tabúes
- ✓ Integrar los cambios
- ✓ Delegar responsabilidades en la adolescencia
- ✓ Dar afecto
- ✓ Poner límites de forma razonable
- ✓ Fomentar la autonomía

Los vínculos de **amistad** son increíblemente importantes durante la **adolescencia**, ya que estos ayudan a los jóvenes a tener un sentido de aceptación y pertenencia. Apoyan el desarrollo de la compasión, el cuidado y la empatía.

ANEXO 6: Hoja guía “Mitos y realidades”

1 Mito: el sexo oral evita las enfermedades de transmisión sexual, ITS.

¿Has escuchado que en la boca se acumulan bacterias? También allí se pueden alojar las Infecciones de Transmisión Sexual. Siempre será mejor que te protejas #PiensoluegoExcito.

2 Mito: el sexo oral evita las ITS

Según expertos de la Secretaría de Salud, puede que esta práctica minimice el riesgo, pero no evita que contraigas infecciones severas o enfermedades de transmisión sexual, #PiensoluegoExcito.

3 Mito: la píldora anticonceptiva protege de las infecciones

Una cosa es que no vayas a ser papá o mamá y otra muy diferente es que estés sano. ¡No te confundas! Infórmate y protégete siempre #PiensoluegoExcito.

4 Mito: doble condón, doble protección

No es necesario usar doble condón. Verifica que el que uses esté en buen estado #PiensoluegoExcito.

5 Mito: si se ve bien, no hay riesgo

¡Ojo! No te dejes llevar por las apariencias. Las Infecciones de Transmisión Sexual no se ven a simple vista #PiensoluegoExcito.

6 Mito: solo corro riesgo si tengo sexo con múltiples parejas

Por ti y por tu pareja, la mejor decisión es protegerte siempre que tengas relaciones sexuales #PiensoluegoExcito.

7 Mito: solo los gays adquieren infecciones de transmisión sexual

Hombre con mujer, mujer con mujer y hombre con mujer, todos siempre debemos protegernos en las relaciones sexuales. Nadie está exento de los riesgos de las ITS #PiensoluegoExcito

8**Mito: mi médico me dirá si necesito una prueba para ITS**

Ten en cuenta: no es necesaria una orden médica para hacerte los exámenes que determinan si tienes una ITS #Piensoluegoexcito.

9**Mito: si tengo más de 50 años no corro riesgo de contraer ITS**

¡Ten cuidado! En cualquier etapa de la vida puedes correr el riesgo de contraer una enfermedad de transmisión sexual. El 15 por ciento de los casos corresponden a adultos mayores #Piensoluegoexcito.

10**Mito: a mis 30 y pico ya me las sé todas sobre el sexo**

En todas las etapas de tu vida debes estar atento y atenta. Según las cifras, el 50 por ciento de las ITS se presentan en personas adultas #Piensoluegoexcito.

ANEXO 7: “Mensajes de la familia”

¿QUÉ PIENSA TU FAMILIA ACERCA DE CALIFICACIONES Y NOTAS EN LA ESCUELA?	¿QUÉ PIENSA TU FAMILIA ACERCA DE GANAR DINERO A TODA COSTA?	¿QUÉ PIENSA TU FAMILIA ACERCA DE NO CEDER EL ASIENTO A LOS ADULTOS MAYORES?
¿QUÉ PIENSA TU FAMILIA ACERCA DE TRABAJAR Y ESTUDIAR?	¿QUÉ PIENSA TU FAMILIA ACERCA DE SER MUJER U HOMBRE?	¿QUÉ PIENSA TU FAMILIA ACERCA DE TENER NOVIO A LOS 12 AÑOS?
¿QUÉ PIENSA TU FAMILIA ACERCA DE CASARSE?	¿QUÉ PIENSA TU FAMILIA ACERCA DE CONSEGUIR UN TRABAJO?	¿QUÉ PIENSA TU FAMILIA ACERCA DE TENER HIJOS SIN ESTAR CASADOS?
¿QUÉ PIENSA TU FAMILIA ACERCA DE TENER RELACIONES SEXUALES ANTES DE	¿QUÉ PIENSA TU FAMILIA ACERCA DE TENER “CHICO O CHICA”?	¿QUÉ PIENSA TU FAMILIA ACERCA DE CONSUMIR DROGAS?

CASARSE? (EN HOMBRE Y MUJER)		
¿Qué PIENSA TU FAMILIA ACERCA DE CONSUMIR DROGAS?	¿Qué PIENSA TU FAMILIA ACERCA DE TOMAR ALCOHOL?	¿Qué PIENSA TU FAMILIA ACERCA DE TERMINAR EL COLEGIO?
¿Qué PIENSA TU FAMILIA ACERCA DE NO TERMINAR EL COLEGIO?	¿Qué PIENSA TU FAMILIA ACERCA DE RESPETAR LAS CULTURAS Y TRADICIONES?	¿Qué PIENSA TU FAMILIA ACERCA DE SER PROFESIONAL?
¿Qué PIENSA TU FAMILIA ACERCA DE SER SOLTERO O SOLTERA CUANDO CREZCAS?	¿Qué PIENSA TU FAMILIA ACERCA DE SER SOLIDARIO?	¿Qué PIENSA TU FAMILIA ACERCA DE AMAR?

ANEXO 8: Hoja guía “Entrenamiento asertivo”

<p>Primera conversación:</p> <p>Carlos: Este viernes tenemos la fiesta del curso, ¿qué te parece si llevamos algo de trago para pasarla bien con las chicas y ver qué pasa?</p> <p>Luis: Estás loco, tú siempre pensando en macanas, eres incapaz de divertirte sin tomar, por eso eres un desastre en el colegio.</p> <p>Carlos: ¿Eso es lo que tú crees de mí? Pues yo creo que eres un maricón que no te atreves a llevar trago a la fiesta y aprovechar que las chicas estarán, por eso le caes mal a todo el mundo</p> <p>Luis. Si te caigo mal, entonces no te metas conmigo.</p> <p>Comentarios del grupo</p>
--

Segunda conversación:

Carlos: este viernes tenemos la fiesta de curso ¿Qué te parece si llevamos algo de trago para pasarla bien con las chicas y ver qué pasa?

Luis: Si tú quieres llevar, lo llevamos

Carlos: Sí así nos vamos a divertir, y qué tal si compramos los tragos y nos vemos en mi casa a las 6:00

Luis: Está bien

Comentarios del grupo

Tercera conversación

Carlos: Este viernes tenemos la fiesta del curso, ¿qué te parece si llevamos al de trago para pasarla bien con las chicas y ver qué pasa?

Luis: La verdad es que yo puedo pasarla bien sin alcohol y no tengo la necesidad de emborrachar a nadie, pero si tú quieres llevar trago la responsabilidad es tuya.

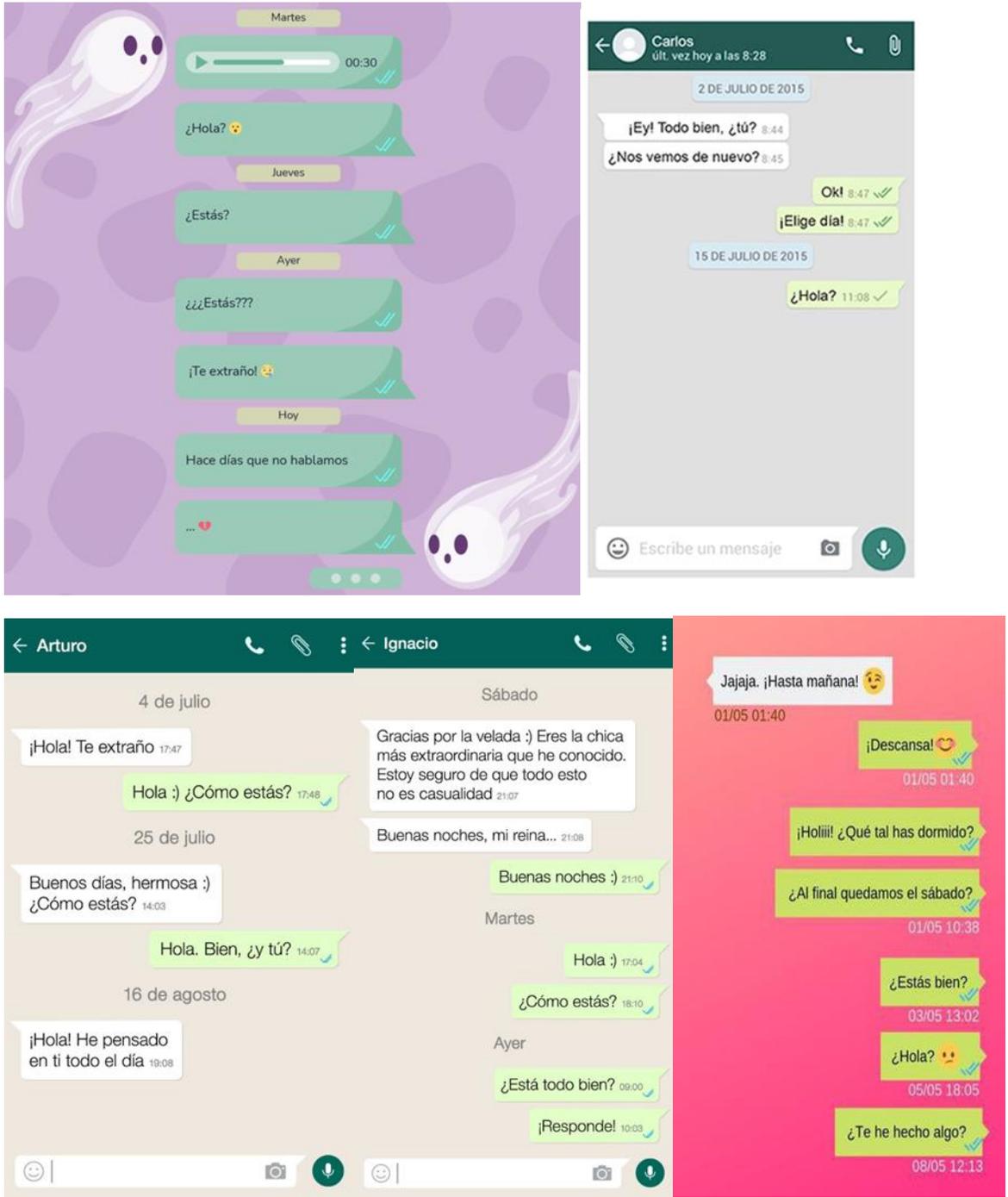
Carlos: Bueno, nos vemos en la fiesta

Reflexión final del grupo

ANEXO 9: “Si no hablo también me expreso”

ENOJADO	TIMIDO	NERVIOSO
ALEGRE	CANSAD O	MALHUMORAD O
ASUSTAD O	TRISTE	

ANEXO 11: "Ghosting"





si te han hecho ghosting...



ANEXO 12: Hoja guía “planificar con responsabilidad”

Hoja de trabajo

- ¿Cómo hemos tomado esta decisión?
- ¿Está en nuestro plan de vida tener un hijo en este momento de nuestra vida?
- ¿Cuántos años tenemos?
- ¿Qué necesitará la hija o hijo que hemos decidido tener?
- ¿Qué posibilidades tenemos de brindarle cariño y seguridad afectiva?
- ¿Qué posibilidad materiales tenemos para mantener al bebé que hemos decidido tener?
- ¿Cómo planificamos el embarazo y el parto?
- ¿Qué actividades realizamos durante el embarazo? ¿Podremos continuar nuestros estudios?
- ¿Saben que existe un Decreto Supremo que prohíbe a los colegios la expulsión a las jóvenes por estar embarazadas?
- Tendremos que cambiar nuestras actividades cuando nazca el bebé o podremos seguir haciendo lo que hacemos?
- ¿Cómo planificamos el primer año de vida del bebé?
- ¿Cómo planificamos su futuro?
- ¿Nos sentimos seguros de la decisión tomada?

ANEXO 13: Tarjetas “El amor como valor”

ATRACCION
CITA
ENAMORAMIENTO
INICIO DE LA RELACION
DECEPCION
SUPERACION DE LA CRISIS
AMOR REAL Y PLAN DE FUTURO

ANEXO 14: Hoja guía “Amor con barreras”

Historia

- Jorge y Ana son novios y ambos piensan que han encontrado a su pareja ideal. Jorge fue a buscar trabajo a la ciudad, sufrió un accidente y está en el hospital. Ana se ha enterado del accidente, está muy preocupada por el estado de salud de Jorge y desea verlo. Eduardo ha conseguido un auto y le ofrece llevarla a cambio de que ella tenga relaciones sexuales con él. Ana no sabe qué hacer, pues ya en varias ocasiones Eduardo le ha propuesto lo mismo. Entonces le pregunta a su amiga Ruth qué es lo que debe hacer. Ruth le dice: “haz lo que te parezca mejor” Ana decide aceptar la proposición de Eduardo. Cuando Ana ve a Jorge le cuenta lo sucedido; Jorge termina con ella y le dice que ya no confía en ella. Ana regresa muy triste a su escuela, se encuentra con su amigo Raúl y le cuenta lo ocurrido; él le dice que siempre estuvo enamorado de ella, que quiere ser su chico, que a pesar de su pasado y de que hubiese tomado una decisión equivocada, la quiere.

ANEXO 15: “Derechos y deberes como muestra de respeto”

LOS DERECHOS SEXUALES		DEBERES SEXUALES
<p>1</p>  <p>Derecho a decidir de forma libre, autónoma e informada sobre nuestro cuerpo y nuestra sexualidad</p>	<p>2</p>  <p>Derecho a ejercer y disfrutar plenamente nuestra sexualidad</p>	Deber de la libertad sexual
<p>3</p>  <p>Derecho a la identidad sexual</p>	<p>4</p>  <p>Derecho a vivir libre de toda forma de discriminación</p>	Deber de la autonomía, integridad y seguridad sexuales del cuerpo
<p>5</p>  <p>Derecho a la privacidad e intimidad y a que se resguarde confidencialmente la información personal</p>	<p>6</p>  <p>Derecho a la vida sexual y afectiva libre de cualquier tipo de violencia</p>	Deber de la privacidad sexual
<p>7</p>  <p>Derecho a la información actualizada, veraz, completa, científica y laica sobre sexualidad</p>	<p>8</p>  <p>Derecho a la Educación Integral de la Sexualidad (EIS)</p>	Deber de la equidad sexual
<p>9</p>  <p>Derecho a los servicios de salud sexual y salud reproductiva</p>	<p>10</p>  <p>Derecho a la participación en las políticas públicas sobre sexualidad y reproducción</p>	Deber del placer sexual
		Deber de la expresión sexual emocional
		Deber de la libre asociación sexual
		Deber de tomar decisiones reproductivas, libres y responsables
		Deber de buscar información científica
		Deber de educarse integralmente en sexualidad
		Deber del autocuidado y la procura de la salud sexual

ANEXO 16: “Un poema para mi”

CUANDO ME AMÉ DE VERDAD

comencé a percibir que es ofensivo tratar de forzar alguna situación, o persona,
sólo para realizar aquello que deseo, aun sabiendo que no es el momento,
o la persona no está preparada, inclusive yo mismo.
Hoy sé que el nombre de eso es... **Respeto**

Cuando me amé de verdad,
comencé a librarme de todo lo que no fuese saludable:
personas, situaciones y cualquier cosa
que me empujara hacia abajo.
De inicio mi razón llamó a esa actitud egoísmo.
Hoy se llama ... **Amor Propio**

Cuando me amé de verdad,
dejé de temer al tiempo libre
y desistí de hacer grandes planes,
abandoné los mega-proyectos de futuro.
Hoy hago lo que encuentro correcto, lo que me gusta,
cuando quiero, y a mi propio ritmo.
Hoy sé que eso es... **Simplicidad y Sencillez**

Cuando me amé de verdad,
desistí de querer tener siempre la razón,
y así erré menos veces.
Hoy descubrí que eso es... **Humildad**

Cuando me amé de verdad,
desistí de quedarme reviviendo el pasado,
y preocupándome por el futuro.
Ahora, me mantengo en el presente,
que es donde la vida acontece. Hoy vivo un día a la vez.
Y eso se llama... **Plenitud**

Cuando me amé de verdad,
percibí que mi mente puede atormentarme y decepcionarme.
Pero cuando la coloco al servicio de mi corazón,
ella tiene una gran y valioso aliado.
Todo eso es... **Saber Vivir**

No debemos tener miedo de cuestionarnos,
de hecho hasta los planetas chocan,
Y del caos suelen nacer la mayoría de las estrellas.

Charles Chaplin

ANEXO 17: Tarjetas “Línea del tiempo”



ANEXO 18: Casos “Dilemas de pareja”

Caso 1: Juan y Ana coinciden en una fiesta de clase. A Ana le gusta Juan, y tras cruzar unas cuantas miradas, Ana decide hablar con él. Tras ligar en la fiesta, Juan le propone ir a su casa y Ana acepta, donde mantienen relaciones sexuales con penetración. Tras varias semanas hablando, Ana se da cuenta de que Juan le gusta demasiado, y le propone empezar “algo más serio”. Juan dice que prefiere esperar, pues no quiere dejar de conocer a otras personas, aunque Ana le gusta.

Caso 2: Ivana y José llevan 2 años saliendo. Hasta ahora se han mantenido la fidelidad el uno al otro, pero Ivana le quiere proponer a José una relación abierta en la que puedan “salir” con otros. Ivana se lo comenta a su chico, pero José se enfada, afirmando que “si quieres una persona, debes guardarle la fidelidad, porque si no serían cuernos”. Ivana responde que está muy enamorada de él, pero que sería una forma de disfrutar en el plano sexual.

Caso 3: Sara y Luis llevan 6 meses saliendo. Sara se ha enterado de que Luis se enrolló con otra chica la tercera semana de estar quedando. Luis se explica diciendo que no iban en serio, y que fue en una fiesta, habiendo bebido más de la cuenta y que solo fueron unos besos. Sara no sabe si perdonarlo, pues ella cree que “si estaban conociéndose, no debería haber ligado con otra persona”.

ANEXO 19: “Sociodrama tipos de noviazgo”

EL MADRUGADOR	EL “NADA QUE VER”
EL DERRAMA MIEL	EL MASOQUISTA
EL SUPER HEROE	EL AMIGUERO
EL “PEOR ES NADA”	EL CARCELERO
EL “A TODO DAR”	

ANEXO 20: Tarjetas ¿Qué es y cuando estamos siendo dependientes?

Consecuencias	Tipos	Causas
Sentirse atado a la relación	En la pareja	Tener baja autoestima
No puedes vivir sin él o ella	En la familia	Miedo desproporcionado a la soledad
Te aterra estar solo o sola	En el entorno social	Bajo estado de animo
No te da alas ni espacio	Inconsciente	Nivel elevado de inseguridad
Idealizas a tu pareja, no tiene defectos	Consciente, pero sin reconocimiento de problema	Sobreprotección de los padres
Ansiedad ante la separación		Idealismo en el amor de pareja
Perder el sentido de la vida		

Prioridad de la pareja sobre cualquier cosa
Sumisión y subordinación

ANEXO 21: Relato “El rompimiento”

Relato de pareja asertiva:
 Juan y Alicia eran vecinos de cuadra, lo cual los llevo a entablar una relación de amistad desde pequeños, al llegar a la adolescencia se dieron cuenta de que gustaban uno del otro, por lo tanto, decidieron hacer oficial su noviazgo.
 Juan era muy detallista con Alicia y a pesar de la diferencia en la situación económica de ambos, ella trataba de corresponderle lo mejor que podía.
 Todos los veían como una pareja perfecta, sin embargo, como todas tenían sus altos y bajos y claramente sabían sobrellevarlos de la mejor manera poniendo delante sus sentimientos y hablando acerca de lo ocurrido así transcurrió casi un año.
 Un día Juan por salir con sus amigos no estudio para un examen, lo cual a partir de aquella vez se le fue haciendo costumbre, Alicia preocupada le pide que tome conciencia acerca de que puede perder el año, y el nada preocupado quiso jalar a Alicia hacia la vida que él estaba llevando.
 Alicia rápidamente se dio cuenta cuando se vio afectada con una tarea, por lo cual reflexiono acerca de la situación que estaba pasando y decidió ponerle un fin.
 La comunicación siempre habia sido buena hasta antes de las salidas, por lo tanto, ella decidió hablar con él:
 Alicia: Juan, te quiero mucho y me preocupa que hayas descuidado tanto las clases, la verdad que en todo este tiempo ya no me he sentido cómoda estando contigo.
 Juan: -cambio su rostro tranquilo a uno enojado- pero que dices si seguimos como antes
 Alicia: la verdad que no, y no quiero perjudicarte en lo que sea que estés haciendo, te quise ayudar, pero no me estas dejando y eso a llevado a que deje de sentir lo que sentia por ti
 Juan: -suspira y nuevamente tranquilo- entiendo que me he descuidado, perdón por haberte hecho sentir mal de la alguna forma con mis actos.
 Alicia: descuida, creo que de todos modos nos llevamos mejor como amigos
 Juan: ¿aun quieres ser mi amiga?
 Alicia: sin problema, básicamente nos criamos juntos y siempre me has ayudado cuando lo he necesitado
 Juan: solo una pregunta mas ¿en serio quieres terminar esto? ¡Casi cumplimos un año!
 Alicia: lo vivimos bien, la verdad esta decisión no fue fácil, pero siento que lo necesitamos
 Juan: si esa es tu ultima palabra, la respetare, no niego lo que siento por ti pero tampoco quiero que te sientas obligada...

Relato de pareja dependiente:

Camila y Braulio era una pareja de la universidad, ella tenía una familia un tanto complicada, de la cual se zafaba para estar con Braulio y sentirse acompañada, al pasar el tiempo Braulio conoció a una nueva vecina la cual le gustó mucho y poco a poco fue desatendiendo a Camila, ya no le respondía los mensajes rápido, dejaron de verse después de las clases siempre le decía que estaba ocupado y además ya no era detallista como antes, Camila se sintió muy decepcionada y tras preguntar a sus amigos descubrió que Braulio estaba ligando con su vecina, mas que sentirse mal, ella se propuso convencerlo nuevamente que ella es la que debería estar con él, comenzó a darle regalos, a buscarlo en su casa a perseguirlo a todas partes solo para que no tuviera oportunidad de encontrarse con su vecina.

Al pasar unos días, Braulio se dio cuenta de que su vecina no era tan interesante como parecía, pero tampoco quería estar con Camila por como lo atosigaba últimamente así que decidió cortar su relación con ella:

Braulio: ya no siento que seamos iguales que al comienzo creo que tenemos que terminar,

Camila: ¡no! ¿Pero si yo hice todo para que dejaras de frecuentar a tu vecina y ahora para que me digas esto?

Braulio: da igual, siento que no te gusta mi forma de vivir y mis amigos también me dijeron que lo mejor sería que terminemos, o nos demos un tiempo para conocer a otros

Camila: ¿un tiempo?

Braulio: no te pongas mal, tampoco nos dejaremos de ver

Camila: pero si tu eres todo lo que yo tengo, no puedes dejarme, yo hice todo por ti y para verte feliz

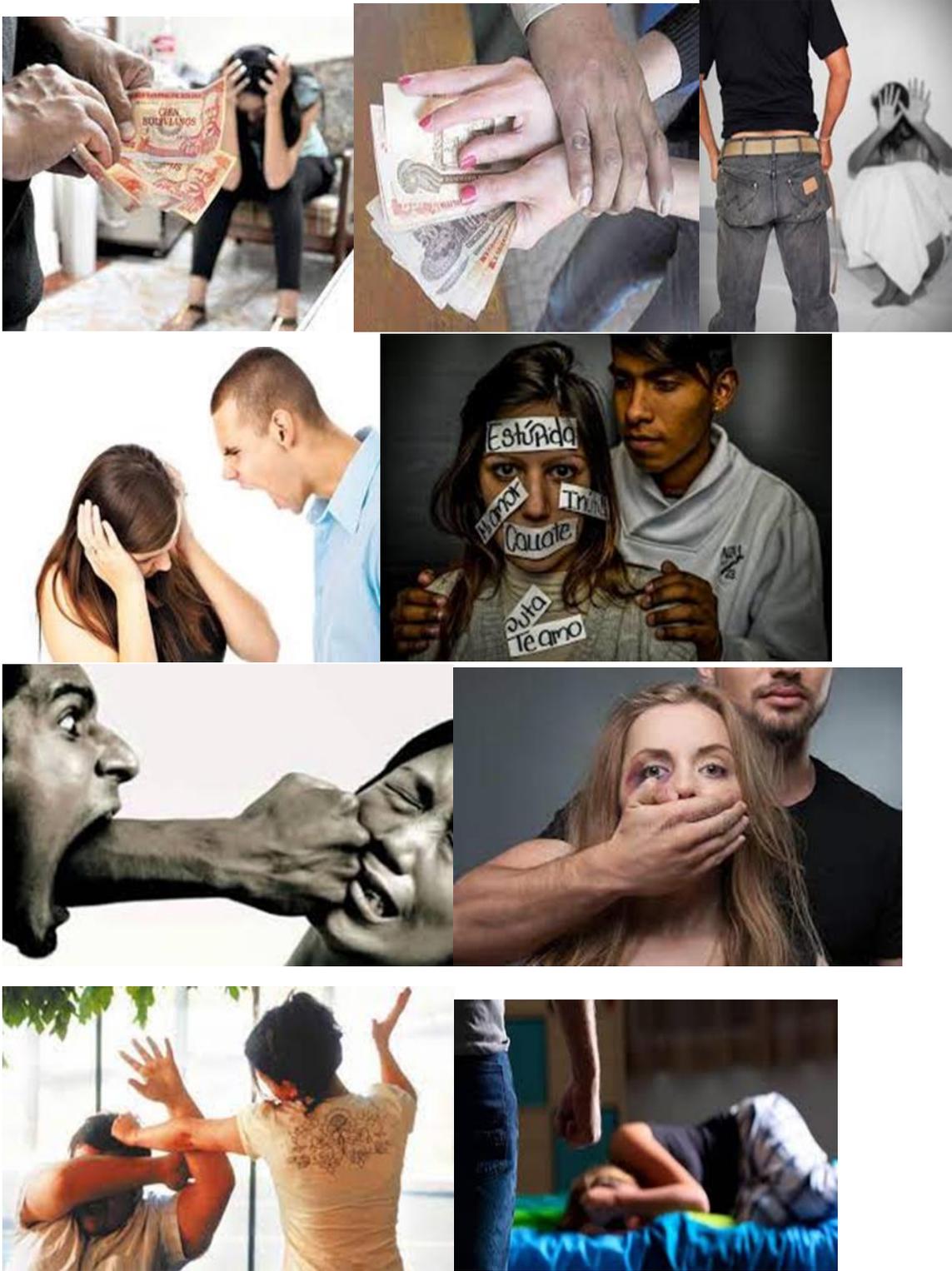
Braulio: y te lo agradezco, pero esto no va más, no entendiste lo que quería, te esmerabas cada vez en

ANEXO 22: Tarjetas “¿Es violencia?”

Acabas de empezar una relación y tu novia te pide que no le digas a nadie que andan porque le da vergüenza.	Haz estado pensando en terminar tu relación de pareja y tu novia te dice que si la dejas se va a matar
Estás muy contenta porque te ofrecieron un buen trabajo que te deja tiempo para seguir estudiando y tu novio te pide que no lo tomes porque tendrán menos tiempo para verse.	Tu novio te pide por favor que recibas un paquete en tu casa, te explica que no puede decirte que contiene pero que confíes en él y que, si de verdad lo quieres, se lo guardes por un tiempo hasta que te lo pida
Tu novio te dice que no le gusta que te pongas falda corta y que no debes hacerlo más.	Tu novia te dice que no puedes hablarle a tu exnovia porque a ella le cae muy mal.

<p>Tu novio te pide amablemente que no veas a tu mejor amigo porque él se siente celoso y no sabe de lo que es capaz si un día se siente peor.</p>	<p>La mejor amiga de tu novia se fue a vivir lejos, ella está triste por eso, tú tienes muchas ganas de salir y piensas que eso puede hacerla sentir mejor, la invitas al cine, pero ella te dice que se siente mal y no tiene ganas de salir, que mejor se queden en casa a ver una película, a ti no se te antoja mucho el plan</p>
--	---

ANEXO 23: “¿Qué es violencia en la pareja?”



ANEXO 24: CARTAS DE CONSTANCIA DE CUMPLIMIENTO DE CARGA HORARIA
DE PRÁCTICA INSTITUCIONAL

Tarija 24 de agosto de 2023

Señora:

Lic. María Isabel Morales
Docente tutor P.I. UAJMS

REF. constancia de cumplimiento de practica institucional de la universitaria:
ANGELA ABIGIAL FERNANDEZ ESTUDIANTE DE LA CARRERA DE
PSICOLOGIA

Por medio de la presente se hace constar la práctica institucional de la universitaria ANGELA ABIGAIL FERNANDEZ con CI. 10675321Tja., de la carrera de Psicología de la Universidad Autónoma Juan Misael Saracho quien prestó servicios en la Unidad Educativa OCTAVIO CAMPERO ECHAZÚ (turno mañana) llevando a cabo la aplicación del “PROGRAMA DE EDUCACION SEXUAL Y FORMACION DE VALORES” con los grados 3ro, 4to y 5to de Secundaria y cumpliendo así 264 horas académicas. Dichas horas computadas desde el 24 de mayo al 18 de agosto del año 2023.


Lic. Octavio Campero Echazú
DIRECTOR
Unidad Educativa Octavio Campero Echazú
Tarija - Bolivia
U.E. 81730013
S.E. 81730009

CARTA DE CONSTANCIA

Por medio de la presente se hace constar que la universitaria ANGELA ABIGAIL FERNANDEZ con CI. 10675321Tja., de la carrera de Psicología de la Universidad Autónoma Juan Misael Saracho prestó servicios en la Unidad Educativa NARCISO CAMPERO II Turno tarde llevando a cabo la aplicación del "PROGRAMA DE EDUCACION SEXUAL Y FORMACION DE VALORES" con los grados 3ro, 4to y 5to de Secundaria cumpliendo así las 280 horas académicas requeridas.



.....

U.E. NARCISO CAMPERO

Lic. Antonio Paço Agarachi
DIRECTOR U.E.



ANEXO 25: FOTOGRAFÍAS DE APLICACIÓN DEL PROGRAMA











