

CAPÍTULO I

PLANTEAMIENTO Y JUSTIFICACIÓN DE LA PRÁCTICA INSTITUCIONAL

1.1 PLANTEAMIENTO DE LA PRÁCTICA INSTITUCIONAL

En la etapa de la juventud la sexualidad adquiere una importancia central en el desarrollo biológico, psíquico y emocional, siendo determinantes las primeras prácticas sexuales en las conductas que se asumirán en las etapas posteriores de la vida.

La educación en la sexualidad va más allá de transmitir conocimiento e información de la misma, es brindar herramientas conceptuales, actitudinales, comunicativas y valorativas que permitan a los adolescentes tomar decisiones con respecto a su sexualidad, en relación a lo que quieren, sueñan y esperan de su realidad, ya que es una etapa definitoria, en la cual ocurren diferentes movimientos de cambio, en lo físico, mental, emocional, roles sociales, familiar, etc., que llevan a una determinación de lo que llegará a ser la persona, conforme aprende a madurar, y a ser un futuro líder en potencia, iniciando el liderazgo con su propio cuerpo, teniendo en manos el conocimiento y la responsabilidad para poder dirigir de manera efectiva su cuerpo mediante la toma de decisiones.

El embarazo adolescente y la maternidad temprana, configuran uno de los mayores desafíos sociales, políticos y económicos para los países de América Latina. Cuando una adolescente se convierte en madre, sus derechos sexuales, reproductivos y sus derechos a la salud, educación, entre otros, se ven vulnerados a corto, mediano y largo plazo.

América Latina y el Caribe registra la segunda tasa más alta de embarazos adolescentes del mundo. Además, se estima que casi el 18% de los nacimientos en la región corresponden a madres menores de 20 años de edad. Cada año, alrededor de un millón y medio de adolescentes de entre 15 y 19 años dan a luz. Esas cifras, de por sí alarmantes, se tornan más críticas al observar que muchos de estos embarazos son consecuencia de la falta de información, el limitado acceso a métodos anticonceptivos y la violencia sexual y de género.

Se trata no únicamente de un problema de salud pública, sino también de desarrollo, derechos humanos e inequidad. El 15% de todos los embarazos de la región se producen entre menores de 20 años, según el informe "Acelerar el progreso hacia la reducción del embarazo en la adolescencia en América Latina y el Caribe", de la Organización Panamericana de la

Salud/Organización Mundial de la Salud (OPS/OMS), Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF) y el Fondo de Población de las Naciones Unidas (UNFPA).¹

En la actualidad, Bolivia está entre los países con mayor incidencia de embarazo en adolescentes en la región. Según el reciente informe de Estado de Población Mundial del Fondo de Población de las Naciones Unidas, de cada 1.000 mujeres nacen 88 bebés de madres de entre 15 y 19 años, y el 18% de las adolescentes entre 15 y 19 años ya han sido madres o están embarazadas.

Una de las causas del incremento del embarazo en adolescentes es la **ausencia de educación integral sobre sexualidad en los centros educativos**. Pero también la falta de acceso informado a métodos anticonceptivos, falta de atención diferenciada para adolescentes, la falta de prevención de la violencia en el noviazgo y la violencia sexual.²

En los seis primeros meses del 2020 el departamento de Tarija registró 688 embarazos adolescentes, según el Sistema Nacional Informaciones en Salud (SNIS). Porcentualmente, los municipios con más gestantes en ese grupo etario, respecto a la totalidad de embarazadas, son Villa Montes, Uriondo y El Puente.

El Estudio Temático de la Juventud realizado por el Instituto Nacional de Estadística (INE) mostró en 2020 que el 54 % de las adolescentes tarijeñas estuvieron embarazadas alguna vez, de ese total no todas llegaron al parto, algunas tuvieron un aborto y de otras murieron sus bebés al nacer.

El detalle del SNIS muestra que 40 embarazos sucedieron en menores de 15 años y 648 en adolescentes embarazadas se encuentran en el rango de 15 y 19 años. Juntos hacen el 15,6 por ciento de las gestantes registradas en el departamento de Tarija.

Por municipios, el 30 por ciento de las gestantes de Villa Montes fueron adolescentes, el 25 por ciento en Uriondo y otro porcentaje similar en El Puente. Las demás jurisdicciones en menor porcentaje, pero en todos los municipios hay adolescentes embarazadas.

¹ <https://lac.unfpa.org/es/temas/embarazo-en-adolescentes>

² <https://www.alianzaporlasolidaridad.org/noticias/21-septiembre-dia-del-amor-y-juventud-en-bolivia-y-educacion-sexual>

*En el caso de Cercado, hubo 277 gestantes adolescentes, que significa el 12,4 % de todas las embarazadas en ese municipio, por debajo de la media departamental, que es 15,6 por ciento.*³

1.2 JUSTIFICACIÓN DE LA P.I.

Hablar de sexualidad todavía se considera un tabú, un tema del que no hay que conversar y que da vergüenza, en una sociedad donde predominan posturas conservadoras y con un bajo nivel de Educación Sexual en adolescentes de manera integral. Sin embargo, esto no evita que jóvenes y adolescentes exploren su sexualidad y se abran a experiencias sexuales, la mayor parte de las veces, sin la información adecuada y en condiciones de riesgo.

La Práctica Institucional se ejecutó porque existe la necesidad de brindar una Educación Integral en Sexualidad 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 este pueda ser líder de su vida a través de las herramientas proporcionadas.

De esta forma va direccionada y se le da importancia a la presente Práctica Institucional, que tiene un *aporte teórico* ya que nos permite verificar la realidad a través de datos estadísticos sobre la Educación Integral en Sexualidad en nuestra región, específicamente en la Unidad Educativa Nazaria Ignacia March.

También está el *aporte práctico* con la aplicación del programa; que es de importante beneficio para los estudiantes y para la Unidad Educativa, porque su fundamento es el trabajo en temáticas que demandan o requieren de atención en el medio, que permitan contribuir con conocimientos al desarrollo de habilidades, tratando de promover actitudes responsables, para que los jóvenes y adolescentes hagan frente a los desafíos que se presentan en su diario vivir. También prevenir de manera integral sobre la temática, ya que será necesario que los estudiantes estén familiarizados con conceptos como: Autoestima, Comunicación, Género, Equidad, Valores, Plan de Vida, Toma de Decisiones, Sexualidad, Conocer los Órganos Sexuales, Anticoncepción, ITS y VIH-SIDA, Violencia y Derechos Sexuales y Reproductivos; este aprendizaje ayudará al joven y al adolescente a tener mayor conciencia de sus acciones,

³ https://elpais.bo/reportajes/20201108_en-seis-meses-tarja-registro-688-embarazos-adolescentes.html

direccionando hacia comportamientos que le beneficien, así también contribuye a la Institución CIES aportando al cumplimiento de sus objetivos.

Por otro lado, posee un *aporte metodológico*, dentro del mismo están las actividades formuladas por parte de la practicante, las cuales fueron dos: “Reconociendo las Red Flags dentro de una relación de pareja”, los “Mitos del Amor Romántico”, también se elaboró una clase virtual en la plataforma Classroom, con contenidos exclusivos sobre prevención de violencia en el enamoramiento, con ocho secciones:

1. ¿Por dónde empezar? ¡Por mí!
2. Elementos Infaltables para Relaciones Bientratantes.
3. El Enamoramiento ¡Me siento enamorado/enamorada!
4. Seducción.
5. Cuando el Amor duele, no es Amor.
6. Violencia en el Enamoramiento.
7. Vinculaciones Afectivo Eróticas.
8. Consentimiento Sexual.

Esto con el motivo de fortalecer las temáticas del Área de Salud Sexual y Salud Reproductiva, ya que una gran parte de los estudiantes de la Unidad Educativa actualmente están dentro de una relación de pareja. A modo de que los estudiantes adquieran elementos que les permitan tomar conciencia de las diferentes formas de relación que pueden darse en el noviazgo, para que puedan identificar cuando hay violencia en ellas, y reconocer la importancia de la individualidad en la ruptura de estereotipos de género. Por último, la práctica institucional de 500 horas sobre la temática, permite a la universitaria adquirir destrezas y actitudes, para su futuro desempeño como profesional.

CAPÍTULO II

CARACTERÍSTICAS Y OBJETIVOS DE LA INSTITUCIÓN

2.1 CARACTERÍSTICAS DE LA INSTITUCIÓN

El centro de Investigación, Educación y Servicios (CIES), es una institución privada sin fines de lucro, especializada en la Salud Sexual y Salud Reproductiva, que trabaja en Bolivia hace 33 años, aporta en la mejora de la Salud y la educación de la población, brindando servicios médicos, servicios educativos, realización de investigaciones, acciones de derecho, ayudando a la inserción social y al ejercicio de los derechos humanos. La fundación CIES surge a raíz de la demanda de la población por informarse sobre la anticoncepción, esta demanda fue identificada por un grupo de mujeres que trabajaban en la Consultoría Boliviana de Reproducción Humana (COBREH), sobre esta conciencia surge CIES un 30 de julio de 1987, con el propósito inicial de atender las necesidades de las mujeres en consulta médica, pero también con fuerte componente educativo. En servicios médicos cuenta con un personal capacitado, cada uno en su área y constan de ginecólogos, médicos generales, obstetras, y otros especialistas. En servicios educativos cuentan con profesionales pedagogos, psicólogos, trabajadores sociales, comunicadores sociales, en conjunto con más de 550 líderes juveniles voluntarios. En la actualidad CIES es una de las principales instituciones especializadas en salud sexual y reproductiva de Bolivia, tiene como objetivo estratégico el posicionamiento institucional, la sostenibilidad financiera, el mejoramiento de la calidad de servicio, un modelo integral, la descentralización administrativa y operativa.

2.1.1 Programa de servicios educativos

Como principal objetivo en este programa se desea: llegar con Información, Educación a todos los usuarios que acuden a nuestro centro con actividades educativas enfocadas a los distintos miembros de la familia poniendo énfasis a la Salud Sexual y Reproductiva completamente gratuitas, además de brindar servicios educativos a los grupos organizados de la comunidad.

Entre las líneas prioritarias de acción contamos con:

- Servicio de Orientación permanente en cada uno de los centros CIES.
- Servicio de Información a clientes de los centros y a la comunidad
- Desarrollo del sistema educativo en Salud Sexual y Reproductiva

2.1.2 Programa de jóvenes

Las líneas principales del programa están destinadas a fortalecer, incrementar los conocimientos y la participación de los adolescentes y jóvenes en servicios de Salud Sexual y Reproductiva. De esta manera desarrollamos procesos de información, educación y comunicación con adolescentes de colegios y grupos de la comunidad, actividades educativas, informativas, recreativas y ocupación del tiempo libre de adolescentes en el “Rincón Juvenil”, capacitación y organización de una red de líderes juveniles voluntarios que brindan información, distribuyen insumos y refieren adolescentes para la atención médica en consultorios especializados de los centros CIES. Así mismo, el programa cuenta con la estrategia de sensibilización a maestros, padres de familia y la comunidad sobre la problemática del adolescente, fortalecimiento de la red de líderes juveniles en el ámbito regional y nacional.

2.1.3 Misión

Somos una organización de desarrollo social privada y sin fines de lucro que contribuye al ejercicio de los DSDR para mejorar la calidad de vida de la población boliviana urbana 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 tiene un abordaje integral e innovador, con enfoque de género, generacional e intercultural.

2.1.4 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 sostenible social, técnica y financieramente.⁴

⁴ <https://www.cies.org.bo/>

CAPÍTULO III

OBJETIVOS GENERALES Y ESPECÍFICOS DE LA PRÁCTICA INSTITUCIONAL

3. 1 OBJETIVO GENERAL:

- Fortalecer los conocimientos, habilidades, actitudes y valores que permitan generar una visión positiva de la sexualidad, en estudiantes de primero a sexto de secundaria de la Unidad Educativa ‘‘Nazaria Ignacia March’’ de la ciudad de Tarija, Gestión 2022.

3.1.1 OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Realizar una evaluación inicial del conocimiento previo que tienen los estudiantes referidos a temáticas de Sexualidad, a través de la aplicación del Pre Test.
- Ejecutar el ‘‘Programa de capacitación en Educación Integral en Sexualidad’’ a través del método **activo-participativo**, promoviendo una visión integral, plena y libre de violencia respecto a la Sexualidad.
- Realizar una evaluación para valorar el impacto final del Programa de Capacitación en los estudiantes a través de la aplicación del post test.

CAPÍTULO IV

MARCO TEÓRICO

4.1 EDUCACIÓN INTEGRAL EN SEXUALIDAD

*La Educación Integral en Sexualidad es un proceso de enseñanza y aprendizaje basado en un currículo, sobre los aspectos cognitivos, emocionales, físicos y sociales de la sexualidad. Aspira a proveer a la niñez y a las personas jóvenes con los conocimientos, habilidades, actitudes y valores que los empoderen para: hacer de su salud, bienestar y dignidad una realidad; desarrollar relaciones sociales y sexuales respetuosas; considerar cómo sus elecciones pueden afectar su propio bienestar y el de otras personas; y, comprender y asegurar la protección de sus derechos a lo largo de sus vidas.*⁵

4.2 HABILIDAD⁶

Es la destreza o cualidad que se tiene u obtiene para lograr cumplir ciertos objetivos trazados, es decir la capacidad de realizar de manera adecuada una acción en particular. Cabe destacar que la mayoría de los seres humanos pueden gozar de ciertas habilidades que los hacen resaltar entre los demás. Es tener el poder de hacer algo o realizar una determinada acción. Si no se tiene la capacidad de hacer algo, quiere decir que le falta el conocimiento, la fuerza o los recursos necesarios para realizar la tarea. Esta puede ser juzgada por lo mucho o poco que ha logrado una persona.

4.3 ACTITUD⁷

Gordon Allport define la actitud como un estado de disposición mental, organizado que ejerce una influencia directa en el comportamiento de una persona en su día a día. Entendemos pues, que es una característica que puede variar según el contexto y que, además, no se puede observar de manera directa.

Para poder valorar las cualidades de las actitudes debemos tener en cuenta dos ejes principales:

- Valencia o dirección: Carácter positivo o negativo que se atribuye al objeto actitudinal.
- Intensidad: Gradación de esa valencia.

⁵“Orientaciones técnicas internacionales sobre la educación integral en sexualidad. Un enfoque con base en la evidencia.” París: Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura. UNESCO; ONUSIDA; UNFPA; ONUMUJERES; UNICEF y OMS (2018). Disponible en: <http://unesdoc.unesco.org/images/0026/002653/265335s.pdf>

⁶ Pérez, Mariana. (Última edición:4 de agosto del 2021). Definición de Habilidad.

⁷ <https://www.psicologia-online.com/definicion-de-actitud-psicologia-social-1394.html>

Puede darse el caso de que la actitud sea neutra.

Suele representarse como un continuo, el "continuo actitudinal", que tiene en cuenta los aspectos de valencia e intensidad.

La actitud tiene 3 implicaciones principales:

1. La actitud apunta siempre "hacia algo". Según Eagly y Chaiken, cualquier cosa que se pueda convertir en objeto de pensamiento, también es susceptible de convertirse en objeto de actitud.
2. Por ser un estado interno, actúa como mediador entre las respuestas de la persona y su exposición a los estímulos del ambiente social.
3. La actitud es una variable latente: a ella subyacen procesos psicológicos (proceso de categorización) y fisiológicos. Según Eagly y Chaiken, la actitud no es ese proceso de categorización, sino su resultado. Una vez llevado a término el proceso de categorización, lo que subsiste es un estado interno evaluativo, es decir la actitud.

4.4 VALORES⁸

Rokeach (1962) define los valores, desde la perspectiva psicológica del valor, como creencias o principios que orientan la vida, resisten al cambio, que se encuentran localizados en el centro del sistema global de creencias de un individuo.

Son ideales abstractos, positivos o negativos, independientes de cualquier objeto o situación específica, que representan las creencias de una persona sobre los modos deseados de conducta y sobre los fines últimos a alcanzar. El sistema de creencias está conformado, además, por un número mayor de creencias consideradas periféricas, que son progresivamente más variables y específicas. Estas, junto con las creencias centrales o valores, se organizan en forma jerárquica, constituyendo un sistema funcionalmente interconectado.

Los valores se clasifican, según Rokeach (1962), en dos grandes grupos: valores terminales y valores instrumentales. Los primeros se refieren a las metas que una persona quiere lograr durante su vida, alcanzables a "largo plazo", de mayor estabilidad y permanencia; algunos de ellos son: amistad verdadera, amor maduro, dignidad, sabiduría, seguridad familiar. Los valores

⁸ <https://revistas.unal.edu.co/index.php/psicologia/article/view/23973/44911>

instrumentales se refieren a los modos de comportamiento o los medios pertinentes para el logro de los valores terminales; entre ellos encontramos: alegría, responsabilidad, perdón, valentía y cortesía.

4.5 CONOCIMIENTO⁹

La definición de conocimiento se refiere a la posesión de datos sobre algún tema en específico o en general, o, dicho de otra forma, es el conjunto de nociones que se tengan sobre algún tópico. Esto implica saber o conocer hechos específicos o información sobre el tema, mediante varios recursos: la experiencia, la data ya existente al respecto, la comprensión teórica y práctica, la educación, entre otros.

De acuerdo a las distintas ciencias, el término “conocimiento” tiene distintas acepciones, e, incluso, existen teorías al respecto, como, por ejemplo, la epistemología o la teoría del conocimiento.

Para decir qué es el conocimiento, se debe mencionar que es propio del ser humano, pues es el único ser dotado o capacitado para tener un amplio entendimiento; además, la veracidad del mismo no está sujeta a alguna circunstancia en particular, por lo que la ciencia tiene presencia; y hace evidente que existe en el ser humano un alma que razona y que se encuentra en la búsqueda de la verdad.

4.6 DESARROLLO EMOCIONAL EN LA ADOLESCENCIA.¹⁰

El desarrollo emocional en la adolescencia pasa por el desarrollo de distintas capacidades cognitivas y conductuales de los adolescentes. Principalmente, capacidades intelectuales y de manejo de comportamientos.

Estas capacidades, a su vez, ya se vienen desarrollando desde la infancia, y en la etapa de la adolescencia es importante que se desarrollen y fortalezcan aún más.

La capacidad de desarrollar un aspecto emocional-afectivo en los seres humanos se puede definir como una “competencia emocional”. Y esta consiste en un conjunto de habilidades,

⁹ Martínez, Aurora. (Última edición:8 de julio del 2021). Definición de Conocimiento.

¹⁰ <https://coachingmiradaconsciente.com/emociones/desarrollo-emocional-en-la-adolescencia/>

conocimientos y actitudes, que permiten comprender, expresar y regular de forma adecuada el aspecto emocional.

Durante el desarrollo emocional en la infancia se pueden identificar tres aspectos fundamentales del desarrollo emocional de los niños: la comprensión emocional, la regulación emocional y la empatía. Y durante el desarrollo emocional en la adolescencia esto continúa y se profundiza, y les permite a los adolescentes fortalecer su capacidad para actuar eficazmente en las distintas situaciones de su vida.

Por lo que, el desarrollo emocional de los adolescentes pasa, fundamentalmente, por la capacidad para ser conscientes de sus emociones, es decir, reconocerlas y comprenderlas. Además, desarrollar una regulación o gestión adecuada de sus emociones. Y, por último, pasa por el desarrollo de la empatía, el ser conscientes y comprender los estados emocionales de los demás.

4.7 DESARROLLO SOCIAL EN LA ADOLESCENCIA.¹¹

Lo más importante que le ocurre al adolescente, desde el punto de vista social, es la intensidad que adquiere la relación con su grupo de pares. Este grupo de pertenencia, que usa un lenguaje, vestimenta y adornos diferentes a los de los adultos es fundamental para afirmar su imagen y para adquirir la seguridad y destreza social, necesarias para el futuro.

Hay también una revisión crítica a los valores éticos y religiosos aprendidos en la familia o en la escuela. Esta es una revisión necesaria, para poder incorporar esos valores como propios y no impuestos por otros.

Los adolescentes poseen un gran sentido de la justicia, la defienden tanto en lo individual como en los hechos que afectan a la humanidad. Aceptan un castigo si consideran que fue merecido; pero si creen que ha sido algo injusto, se les provoca una rebeldía capaz de no detenerse hasta que sea corregido el error anterior. En un caso así, la imagen del adulto que ejerce autoridad va perdiendo respeto y credibilidad.

¹¹ <https://educacionsexual.uchile.cl/index.php/hablando-de-sexo/adolescencia/desarrollo-bio-psico-social-de-la-adolescencia>

El grupo familiar cae en el conflicto entre rechazo y dependencia. El adolescente quisiera ser más independiente, pero la ligazón familiar, especialmente en lo afectivo, es muy importante.

No debe caerse en el error de iniciar una competencia, entre la familia y el grupo de amigos. Tanto la familia como éstos últimos son fundamentales para el desarrollo adolescente. La familia para el apoyo afectivo incondicional durante toda la vida y los amigos, como ya se mencionará, para la adquisición de la destreza social que les permite incorporarse en forma adecuada al mundo externo, siendo la familia un sistema protector que no otorga los conocimientos suficientes en este ámbito.

Por último, cobra significativa importancia la discusión entre los derechos y los deberes. Al ir creciendo se van adquiriendo obligaciones y no se percibe la adquisición de nuevos derechos; esto hace que el crecer muchas veces se viva con poco entusiasmo. Se quejan de que los adultos son ambivalentes en su trato con ellos, ilustrándolo con la frase: "eres suficientemente grande para entender esto, pero todavía muy chico como para hacer esto otro".

4.8 HABILIDADES PARA LA VIDA

Son herramientas que permiten desarrollar actitudes en niñas, niños y adolescentes para disfrutar la vida y lograr un desarrollo físico y mental saludable. Además, estas habilidades tienen mucho que aportar en la promoción de la salud, la prevención de problemas y la comunicación con los demás.¹²

4.9 EDUCACIÓN RACIONAL EMOTIVA

En la Educación Racional Emotiva se propone que por razón de nuestras tendencias naturales y aprendidas nosotros/as mismos/as en mayor medida somos los que controlamos nuestro destino y sobre todo nuestra emocionalidad. Hacemos esto a través de nuestros valores y creencias básicas, según como pensamos interpretamos y/o valorizamos los acontecimientos que suceden en nuestra vida y las acciones que elegimos llevar a cabo.

¹² Secretaría de Salud, "Habilidades para la Vida Guía práctica y sencilla para el Promotor Nueva Vida", pág. 1

4.10 SEXUALIDAD

La sexualidad desde la sexología: *Es el modo de vivirse, verse y sentirse como persona sexuada (calidad); el modo o modos con que cada cual vive, asume, potencia y cultiva o puede cultivar el hecho de ser sexuado. Sería, así pues, una categoría subjetiva en la que la referencia son las “vivencias”, lo que cada cual siente.*¹³

*Por lo tanto, la sexualidad no es un instinto, sino un valor humano, una cualidad, una dimensión, porque todas las personas somos sexuadas. Importa destacar que cada cual se va haciendo sexual, se va sexualizando, es decir, notándose, viviéndose, descubriéndose, sintiéndose sexual, progresivamente, evolutivamente. Cada persona vivirá su sexualidad de manera distinta y su sexualidad estará en continua evolución; se vive en todas las etapas de la vida y se expresa de múltiples formas y presenta muchas finalidades (placer, ternura, comunicación, conocimiento, vitalidad, reproducción...), influenciada por la socialización particular con aspectos comunes a otras personas. Cuando hablamos de sexualidad nos referimos a los aspectos biológicos, psicológicos y sociales del sexo, de tal manera que la sexualidad remite a la fecundación, genética, hormonas, coito y reproducción; también al aspecto psicológico, es decir, las sensaciones, percepciones y sentimientos; y al aspecto sociológico.*¹⁴

4.11 SEXO

Se refiere al conjunto de características biológicas que definen al espectro de humanos como hembras y machos. Es decir, es la diferencia biológica que existe entre un hombre y una mujer, en este caso el hombre tiene pene y la mujer tiene vulva.

4.11.1 Modelo Sistemático de la Sexualidad

En su planteamiento del Modelo Sistémico de la Sexualidad, Eusebio Rubio parte de dos factores fundamentales para la comprensión de la sexualidad. El primero, que la sexualidad es un todo abstracto y el segundo, tiene que ver con el estudio científico de la sexualidad.

¹³ Infante, A., París, Á., Fernández, L. y Padrón, M. M. (2009). ¿Y tú qué sabes de “eso”? Manual de Educación Sexual para jóvenes. Málaga: Área de Juventud, Deportes y Formación de la Diputación de Málaga.

¹⁴ Amezáa, E. (1979). La sexología como ciencia: Esbozo de un enfoque coherente del hecho sexual humano. Revista de Sexología, 1, 17-28.

4.12 PILARES DE LA SEXUALIDAD¹⁵

Los tres pilares fundamentales de la sexualidad humana, son:

4.12.1 Pilar biofisiológico

Se encuentra relacionado con la estructura y funcionamiento del organismo humano, existiendo diferentes niveles:

CUADRO N° 1
PILAR BIOFISIOLÓGICO

	HOMBRE	MUJER
Cromosómico	XY	XX
Hormonal	Testosterona	Estrógeno
	Andrógeno	Progesterona
Gonadal	Testículos	Ovarios
	Espermatozoides	Óvulos
Estructura Sexual	Pene	Vagina

4.12.2 Pilar psicológico

Se encuentra vinculado a la estructura psíquica, procesos cognitivos y estructura afectiva de las personas, con base en los cuales construye una representación de la realidad, en su interacción con el entorno y consigo mismo, a través de un continuo aprendizaje. El pilar psicológico es el que permite dar un significado a la experiencia, es a través del cual se va construyendo toda la estructura afectiva del/la sujeto, sus sistemas de creencias, sus sistemas de valoración y de representación, no sólo del entorno y de la realidad, sino fundamentalmente de sí mismo/a.

4.12.3 Pilar Social

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

¹⁵ CIES, “Guía de capacitación en liderazgo y sexualidad para jóvenes”, La Paz-Bolivia, 2020, pág.99

se evidencian 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 sociocultural que determina las formas de interacción entre las personas.

4.13 HOLONES DE LA SEXUALIDAD¹⁶

4.13.1 Holón de 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.

4.13.2 Holón del 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.

4.13.3 Holón del erotismo

El holón del 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.

4.13.4 Holón de la vinculación afectiva interpersonal

*“La capacidad humana de desarrollar afectos intensos (resonancia afectiva) ante la presencia o ausencia, disponibilidad o indisponibilidad de otro ser humano en específico, así como las construcciones mentales. Individuales y sociales que de ellos se derivan”.*¹⁷

¹⁶ CIES, “Guía de capacitación en liderazgo y sexualidad para jóvenes”, La Paz-Bolivia, 2020, pág.99

4.14 GENERO¹⁸

Es una categoría de análisis que describe las desigualdades de poder, construidas culturalmente e históricamente y asociadas a un conjunto de características sociales atribuibles a mujeres y varones, que determina una jerarquía de poder en el funcionamiento social, sustentada en identidades, subjetividades y roles que diferencian lo femenino de lo masculino, de acuerdo a una cultura y en un momento determinado.

4.15 DERECHOS HUMANOS, DERECHOS SEXUALES Y DERECHOS REPRODUCTIVOS¹⁹

Los derechos humanos son normas básicas que deben ser exigidas y cumplidas por cualquier ser humano por el sólo hecho de serlo. Los derechos humanos tienen el carácter de ser:

Universales: Que se aplica (o debería aplicarse) a todas y todos los seres humanos sin distinción de ninguna índole.

Inalienables: Que son irrenunciables.

Indivisibles: Que no se pueden separar uno del otro, y uno no es más importante que otro, no hay una clasificación de qué derecho prima sobre otro.

Interdependientes: Que todos los derechos humanos están vinculados.

Progresivos: Que tienden a avanzar, es decir, que lo conquistado ya no puede retroceder, ni puede prescribirse, ni en su eficacia, ni en los procedimientos para conservarlo y cumplirlo.

Imprescriptibles: Que tienen permanencia en el tiempo, por lo que no pueden desaparecer o cesar en su reconocimiento.

4.15.1 Derechos sexuales

Los derechos sexuales son derechos de autodeterminación, que supone “un reconocimiento de autodeterminación en la integridad corporal para asumir el derecho de goce”.

¹⁸ CIES, “Guía de capacitación en liderazgo y sexualidad para jóvenes”, La Paz-Bolivia, 2020, pág.105

¹⁹ Documento de trabajo, Farit Rojas/católicas por el Derecho a Decidir, abril 2010, Bolivia

La Conferencia Internacional sobre la Mujer en Beijing, destacará la Salud Sexual y los Derechos Sexuales como Derechos Humanos. De forma que los Derechos Sexuales de las mujeres en particular y de las personas en general se referirán a:

1. El derecho al conocimiento del propio cuerpo, sus procesos y funciones sexuales y reproductivas.
2. El derecho a la no discriminación en función de la orientación sexual.
3. El derecho a disfrutar de una vida sexual libre de violencia y/o coerción sexual.
4. El derecho a la información y educación en sexualidad.
5. El derecho a servicios de Salud Sexual y Reproductiva accesibles, adecuados y de calidad.
6. El derecho a gozar una sexualidad placentera, libremente decidida y consentida, sin más límites que los derechos de otras personas.
7. El derecho a la integridad corporal y la autonomía en el control del cuerpo, la imagen y la identidad individual.
8. El derecho a la expresión de su sexualidad, su orientación sexual e identidad de género en el espacio social, el campo político y específicamente en la participación política en la formación, ejercicio y control de los Órganos de Poder.
9. El derecho a alcanzar el más alto nivel de goce y placer sexual.
10. El derecho a elegir sus parejas y prácticas sexuales sin más límite que los derechos de otras personas.
11. El derecho de todo ser humano a una vida sexual previniendo los riesgos del embarazo no deseado.
12. El derecho de alcanzar el más alto nivel de salud sexual.
13. El derecho a la confidencialidad en la atención de la sexualidad.
14. El derecho de acceder a una educación integral para la vida afectiva y sexual desde temprana edad, posibilitando el bienestar, el desarrollo de la persona y el ejercicio de la sexualidad en forma plena, libre e informada.

4.15.2 Derechos reproductivos

Los derechos reproductivos son derechos sociales y económicos, en los que existe la tutela del Estado, cuya condición de tutela debería contemplar sin restricciones, políticas de planificación familiar, de anticoncepción, políticas de interrupción voluntaria del embarazo, de salud reproductiva, etc.

A partir de Cairo, las políticas de población ya no priorizarán el control de la natalidad y planificación familiar, sino al desarrollo de políticas intersectoriales. Esto significa que la Salud Reproductiva será entendida en términos de derechos de las personas a:

1. Decidir sobre el número y espaciamiento de hijos/as en función de sus necesidades, deseos y expectativas.
2. Acceder a métodos anticonceptivos seguros y de calidad.
3. Acceder a servicios de Salud Reproductiva integrales y de calidad.
4. Acceder a información clara y precisa sobre su cuerpo, sus funciones y procesos reproductivos, que le permitan tomar decisiones, faciliten los procesos de autoconocimiento y autocuidado.
5. No ser discriminada por sus opciones reproductivas.
6. El derecho a la maternidad libremente decidida.
7. El derecho a recibir orientación, atención integral y tratamiento técnico profesional durante el embarazo, parto, puerperio y lactancia.
8. El derecho a la autonomía e integridad corporal. Incluye el derecho de la mujer a tomar sus decisiones libres relativas a su sexualidad y reproducción sin sufrir discriminación, criminalización, coacción y violencia. El derecho a la autonomía e integridad corporal de la mujer incluye el derecho a la interrupción voluntaria del embarazo.
9. El derecho de las mujeres a no ser discriminadas en el trabajo o el estudio por razón de embarazo, maternidad y/o interrupción del embarazo.
10. El derecho a acceder a la orientación, prevención y tratamiento de problemas de infertilidad, infecciones de transmisión sexual, cáncer cérvico uterino, mamario y prostático.

11. Acceso a nuevas tecnologías reproductivas.

4.16 ADOLESCENCIA Y JUVENTUD²⁰

La adolescencia y juventud, son etapas de desarrollo de grandes transformaciones, en el camino hacia la plena autonomía que recorren los seres humanos, estas transformaciones físicas y cognitivas, se encuentran mediadas social y culturalmente, lo que le otorga cierta particularidad y en base a la cual adolescentes y jóvenes dan un paso más en la configuración de su identidad. No debe desconocerse tampoco la influencia social en cuanto a consumos culturales que condicionan muchas veces los patrones de conducta y la existencia de subculturas conformadas a través de su identidad como estudiantes.

4.16.1 Exploración de genitales masculinos²¹

Es importante enseñar y concientizar a los hombres con las técnicas de autoexploración de genitales, sobre todo del pene y los testículos:

1. Se revisará con regularidad el glande, su coloración, si existe escozor o algún punto doloroso.
2. Al retraer el prepucio para liberar el glande se valorará alrededor del prepucio sobre todo en caso de los no circuncidados.
3. Se revisará el escroto, palpando y buscando de cada lado el testículo correspondiente, haciendo hincapié en que la consistencia y el tamaño de los testículos sean simétricos, así, poco a poco se entrenará para reconocer el estado normal del patológico.
4. Cuando se detecte un aumento de tamaño en la bolsa escrotal, por crecimiento testicular o aumento de la consistencia del testículo con la presencia o no de dolor a la palpación, habrá que acudir con el especialista en medicina para una valoración temprana e integral.

4.16.2 La autoexploración mamaria (mujer)

Consiste en observar y palpar las mamas, para detectar la aparición de alguna alteración en los pechos. Se recomienda que la exploración sea periódica, al menos una vez al mes, por lo que

²⁰ CIES, “Guía de capacitación en liderazgo y sexualidad para jóvenes”, La Paz-Bolivia, 2020, pág.113-119

²¹ CIES, “Guía de capacitación en liderazgo y sexualidad para jóvenes”, La Paz-Bolivia, 2020, pág.120

hay que programar el tiempo necesario para este momento, es mejor si se realiza 7 días después de haber terminado el periodo menstrual. Se necesita un espejo y un espacio de intimidad, puede ser antes o después del baño. En caso de notar alteraciones, inflamaciones, enrojecimientos, formación de bolitas internas o secreción del pezón, es importante que consulte de inmediato a su médico.

4.17 SALUD SEXUAL Y SALUD REPRODUCTIVA

4.17.1 Salud Sexual

La OPS refiere a la salud sexual como: la experiencia de un proceso continuo de bienestar físico, psicológico y sociocultural relacionado con la sexualidad. La salud sexual se evidencia en las expresiones libres y responsables de las capacidades sexuales que conducen a la armonía personal y al bienestar social, enriqueciendo la vida individual y social. No es simplemente la ausencia de disfunciones y/o enfermedad. Definida como un estado general de bienestar físico, mental y social, y no la mera ausencia de enfermedades o dolencias, en todos los aspectos relacionados a la sexualidad, así como la capacidad de disfrutar una vida sexual satisfactoria, sin más límite que los derechos del otro/a.²²

4.17.2 Salud Reproductiva

La salud reproductiva supone el estado de completo bienestar físico, mental y social en lo que respecta a todo lo relacionado con el sistema reproductivo, sus funciones y procesos y, no simplemente la ausencia de enfermedad o disfunción. Implica la capacidad de disfrutar de una vida sexual satisfactoria, sin riesgos y de procrear, la libertad para decidir hacerlo o no hacerlo, cuando y con qué frecuencia; así como el derecho a obtener información y acceso a métodos seguros, eficaces, asequibles y aceptables para la regulación de la fecundidad²³

²² CIES, “Guía de capacitación en liderazgo y sexualidad para jóvenes”, La Paz-Bolivia, 2020, pág.122

²³ CIES, “Guía de capacitación en liderazgo y sexualidad para jóvenes”, La Paz-Bolivia, 2020, pág.123

4.18 ITS, VIH-SIDA, ITR²⁴

4.18.1 Descripción de ITS

4.18.1.1 Gonorrea

Es una enfermedad infecto contagiosa, llamada también blenorragia o gota matinal, se transmite por vía sexual y se presenta frecuentemente en población adolescente. Produce una reacción inflamatoria en la mucosa uretral del hombre y en la mucosa uretral y vaginal de la mujer, estimulando la producción de un flujo o secreción purulenta

4.18.1.2 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.*

4.18.1.2 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.

4.19 ANTICONCEPCIÓN²⁵

4.19.1 Anticoncepción para jóvenes

En cualquier circunstancia y edad, la elección de un método anticonceptivo debe basarse en dos criterios fundamentales: el primero, es que no existe un método ideal y el segundo, que la elección implica una opción libre e individual. Por ello se hace necesario tener en cuenta las características individuales de los y las jóvenes y adecuar las estrategias de intervención de acuerdo a sus necesidades, expectativas y conductas sexuales.

4.19.2 Métodos anticonceptivos

Los métodos anticonceptivos temporales para jóvenes, consignados en la Norma Nacional, son los siguientes:

²⁴ CIES, “Guía de capacitación en liderazgo y sexualidad para jóvenes”, La Paz-Bolivia, 2020, pág.124-131

²⁵ CIES, “Guía de capacitación en liderazgo y sexualidad para jóvenes”, La Paz-Bolivia, 2020, pág.132-138

1. Abstinencia Sexual
2. Abstinencia Periódica
3. Ritmo
4. Píldora Anticonceptiva (La píldora)
5. Anticonceptivos hormonales inyectables (DEPOPROVERA)
6. Dispositivo Intrauterino (DIU) (T de cobre - TCU 380)
7. Condón masculino
8. Condón femenino
9. Anticoncepción de emergencia (Píldora Anticonceptiva de Emergencia - PAE)

4.20 PREVENCIÓN DE EMBARAZO NO DESEADO EN LA ADOLESCENCIA²⁶

En las relaciones sexuales de los y las jóvenes, la posibilidad de embarazo puede ser percibido, pero incluso así, muchas veces no se toman las medidas para evitarlos y los toma por sorpresa. La mayor parte de las veces los jóvenes no están conscientes de las responsabilidades e implicaciones que representa tener una relación sexual, tanto para el futuro de sus propias vidas como para la del niño/a producto del embarazo. Generalmente el embarazo durante la adolescencia y la juventud se da en condiciones adversas, tanto por razones culturales, familiares, generacionales, como económicas. La mayoría de las y los jóvenes no son autónomos económica ni emocionalmente, pocas veces cuentan con el apoyo familiar y lo común (aunque las cosas están cambiando) es que los hombres dejan de asumir la responsabilidad que les corresponde y la mujer joven embarazada se queda sola.

4.20.1 Prevención

Como parte de la prevención de embarazos no deseados, se pueden desarrollar las siguientes acciones:

- 1. Brindar información clara a los y las jóvenes sobre el funcionamiento de sus cuerpos, los cambios biofisiológicos que acompañan a la pubertad y la forma en que ocurre el embarazo.*
- 2. Brindar información a los y las jóvenes respecto a salud sexual y salud reproductiva, derechos sexuales y derechos reproductivos.*

²⁶ CIES, “Guía de capacitación en liderazgo y sexualidad para jóvenes”, La Paz-Bolivia, 2020, pág.139-140

3. *Identificar dentro del marco de las culturas juveniles, cuáles son los comportamientos sexuales dominantes y relacionarlo con la posibilidad de ocurrencia de un embarazo durante esta etapa de desarrollo.*

4. *Debatir las creencias falsas que tengan sobre el embarazo en esta etapa de la vida, tales como:*

- *No existe embarazo en la primera relación sexual.*

- *Como somos jóvenes no nos pasará nada.*

- *Penetrar y luego sacar el pene para eyacular previene el embarazo.*

- *Asearse la vagina inmediatamente termine la relación sexual.*

- *Ponerse el condón solo para eyacular.*

- *El condón quita placer*

5. *Analizar el tema de enamoramiento y su relación con el embarazo en la adolescencia. 6. Desarrollar actividades dentro del marco de las habilidades para la vida de los y las jóvenes para que puedan decidir de manera racional cuando iniciar su vida sexual activa e identificar las implicaciones del embarazo durante la adolescencia y juventud.*

7. *Entender que las relaciones sexuales no tienen como única finalidad la reproducción. Es un derecho practicarlas sólo por placer.*

8. *Informar sobre el acceso a anticonceptivos seguros, eficaces y económicos.*

9. *Informar sobre anticoncepción de emergencia.*

10. *Involucrar a los y las jóvenes en el diseño de estrategias e implementación de actividades para la prevención del embarazo durante esta etapa de desarrollo.*

11. *Reflexionar con el/la adolescente acerca de las alternativas disponibles ante un embarazo en la adolescencia.*

12. *Entender que el/la adolescente debe ser capaz de elegir sin que nadie lo coaccione y considerar detalladamente la cuestión de sí mismo.*

13. *El/la adolescente debe ser capaz de comprender las consecuencias de las diferentes líneas de conducta. Cómo lo afectarán, cuáles riesgos se presentan y cuáles son las implicaciones a corto y a largo plazo.*

4.21 VIOLENCIA BASADA EN GÉNERO²⁷

Existen diferentes formas de comprender la Violencia Basada en Género, la cual usualmente ha estado ligada a la violencia contra la mujer, sin embargo, es importante comprender que los hombres también son víctimas de la Violencia Basada en Género. Responde a los mandatos sociales que establece comportamientos y relaciones entre hombres y mujeres, donde ambos géneros asumen ciertos patrones de conducta (en muchos casos de riesgo), que no permiten la vivencia plena y desarrollo pleno en calidad de seres humanos.

4.21.1 Poder y violencia

En sus múltiples manifestaciones, la violencia siempre es una forma de ejercicio del poder, mediante el empleo de la fuerza ya sea física, psicológica, económica, política, e implica la existencia de jerarquías, reales o simbólicas, que adoptan en las relaciones interpersonales: padre hijo, hombre-mujer, maestro-alumno, patrón-empleado, joven-viejo, etc. En este contexto y en relación a las conductas violentas, el empleo de la fuerza se constituye en un método posible para la resolución de conflictos interpersonales, como un intento de doblegar la voluntad del otro, de anularlo.

4.21.2 Formas de la violencia Basada en Género

El medio social y cultural, que son resultado de la formación social patriarcal, es el sustento de la violencia basada en género, cuya naturalización se ve alimentada por la persistencia de mitos, generando que se atribuyan los hechos de violencia y los comportamientos violentos a causas erróneas.

- **Violencia física**
- **Violencia psicológica**
- **Violencia sexual**

²⁷ CIES, “Guía de capacitación en liderazgo y sexualidad para jóvenes”, La Paz-Bolivia, 2020, pág.142-143

4.22 AUTOESTIMA²⁸

Es la evaluación del autoconcepto, y procede de los sentimientos de la persona acerca de todo lo que es. El autoconcepto, es el conjunto de elementos que una persona utiliza para describirse a sí misma. La autoestima, está basada en la combinación de la información objetiva (habilidades, características y cualidades presentes y ausentes) y la evaluación subjetiva (el valor que una persona le otorga) de dicha información.

4.23 COMUNICACIÓN²⁹

Todas las personas establecemos numerosas relaciones a lo largo de nuestra vida, como las que se dan con nuestros padres, con nuestra pareja, con amistades o con compañeros y compañeras de trabajo y estudio. A través de ellas, intercambiamos formas de sentir y de ver la vida; también compartimos necesidades, intereses y afectos. Uno de los aspectos más importantes de las relaciones entre las personas es la comunicación.

La comunicación nos sirve para expresar lo que sentimos, lo que necesitamos y lo que pensamos de los demás, para entender el mundo que nos rodea y para ser escuchados; también, para conocer a las personas con las que nos relacionamos diariamente.

4.23.1 El Cibersexo

Es otra forma de interacción social dentro el campo del sexo virtual entre dos o más personas, regularmente anónimas, conectadas a una red informática que se envían mensajes explícitos que describen una experiencia sexual, para estimular los deseos y fantasías sexuales a través de la red. Estas conexiones se realizan por medio de computadoras, tablets y ahora hasta por celulares.³⁰

4. 24 COMUNICACIÓN ASERTIVA³¹

La Asertividad nos da la posibilidad de defender nuestros derechos. Implica, además, el respeto a los demás, expresar los sentimientos y dar las propias opiniones sin ofender o hacerle daño

²⁸ CIES, “Guía de capacitación en liderazgo y sexualidad para jóvenes”, La Paz-Bolivia, 2020, pág.145-146

²⁹ CIES, “Guía de capacitación en liderazgo y sexualidad para jóvenes”, La Paz-Bolivia, 2020, pág.147

³⁰ CIES, “Guía de capacitación en liderazgo y sexualidad para jóvenes”, La Paz-Bolivia, 2020, pág.148

³¹ CIES, “Guía de capacitación en liderazgo y sexualidad para jóvenes”, La Paz-Bolivia, 2020, pág.149-151

a quienes están alrededor. Si eres asertivo sabrás cuando decir SI y cuando decir NO, además rechazarás las peticiones que te hagan otras personas si es que no estás de acuerdo. Así mismo, puedes expresar con tranquilidad tus puntos de vista y aceptar que los demás no tienen que estar siempre de acuerdo con ellos.

4.24.1 Agresividad:

Es toda conducta hostil que se establece con la otra persona donde se busca causarle daño.

4.24.2 Pasividad:

Es una conducta de renuncia, donde se es incapaz de proponer y hacer notar una posición propia, así como expresar, lo que se siente, se piensa y se quiere. • Se muestra inseguridad y pocas veces se expresan sentimientos.

4.25 TOMA DE DECISIONES

Es el proceso durante el cual la persona debe escoger entre dos o más alternativas. Este proceso implica realizar una serie de sub procesos, que puedan ayudar a que la elección asumida sea la más apropiada posible, a este respecto es necesario considerar que una decisión, sea la que sea, nunca garantizará un cien por ciento de logro, pues se encuentra planteada en términos de alternativas, al decidir un camino dejamos otro, sus beneficios y sus consecuencias, implica más bien es asumir las consecuencias de la decisión, las positivas y las negativas.³²

4.26 LIDERAZGO JUVENIL

En la actualidad el liderazgo se ha convertido en un elemento cotidiano de aplicación en lo que respecta a la consecución de objetivos y al 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, así asume mayor relevancia en los ámbitos gerenciales y de conducción comparativamente a otros espacios que no implican esta posibilidad.³³

³² CIES, “Guía de capacitación en liderazgo y sexualidad para jóvenes”, La Paz-Bolivia, 2020, pág.152

³³ CIES, “Guía de capacitación en liderazgo y sexualidad para jóvenes”, La Paz-Bolivia, 2020, pág.154

4.27 PLAN DE VIDA

La planeación involucra todas aquellas acciones que determinan los objetivos para el futuro y los medios apropiados para conseguirlos. También considera los objetivos, las acciones, los recursos y la implantación, así como los pronósticos del futuro y el presupuesto.

4.27.1 Proyecto de vida o Plan de Vida en la adolescencia

El proyecto de vida puede entenderse como un bosquejo de nuestras metas, con los pasos que queremos dar en el presente para lograrlas en el futuro. Este esquema facilita el logro de las mismas, porque nos permite tener una visión más clara de las cosas que debemos hacer para alcanzar nuestros propósitos.

Frecuentemente, las y los adolescentes tienen en mente lo que desean llegar a ser; pero algunas veces, estos proyectos responden a anhelos de la infancia o a las expectativas de la familia. Por esta razón, es importante que los jóvenes tengan claro cuáles son sus intereses, sus capacidades y sus limitaciones, con el fin de que sean ellos mismos quienes elijan personalmente sus metas y estén convencidos de querer lograrlas.

4.28 ENAMORAMIENTO Y NOVIAZGO³⁴

La adolescencia es la etapa en la que hombres y mujeres se diferencian radicalmente, tanto desde el punto de vista físico como desde la experiencia sexual.

La formación de la primera pareja implica un cambio profundo en la vida de una persona, ingresando a un ámbito desconocido de la experiencia. Surge el enamoramiento, la persona amada es un fin y un medio. Un fin, porque se desea ardientemente; un medio, porque constituye el camino, la puerta a través de la cual se ingresa a una nueva vida.

4.29 DESEO SEXUAL

Junto con los cambios físicos y emocionales, el/la adolescente va descubriendo su sexualidad, siente deseos de contactos íntimos y va descubriendo sensaciones nuevas de forma muy intensa. El deseo sexual no está claramente definido al comienzo de esta etapa, por lo que el adolescente

³⁴ CIES, “Guía de capacitación en liderazgo y sexualidad para jóvenes”, La Paz-Bolivia, 2020, pág. 160-165

puede sentirse atraído por un amigo del mismo sexo. Esto, a diferencia de lo que él pueda pensar, forma parte del proceso natural del desarrollo sexual, por lo que una explicación a tiempo, evitará el malestar y la confusión que pueda estar sintiendo. Conforme pasa el tiempo va aclarando la atracción que siente ya sea por el sexo opuesto o el mismo sexo, el impulso sexual ya está claramente definido.

4.30 DIVERSIDADES SEXUALES³⁵

Implica tomar en cuenta todas las variables que existen en la sexualidad humana. Los diferentes intereses eróticos, afectivos, percepciones de sí mismos y mismas, expresiones de la feminidad en hombres y mujeres, y de la masculinidad de hombres y mujeres.

A continuación, conoceremos estas diferentes formas de vivir la sexualidad humana:

En cuanto a la orientación sexual (dirección hacia la cual se dirige la atracción o el interés erótico o afectivo) existen personas homosexuales, heterosexuales y bisexuales.

- *Las personas homosexuales se sienten atraídas, erótica y afectivamente, por las personas de su mismo sexo, tanto hombres con hombres (gay), como mujeres con mujeres (lesbiana).*
- *Las personas heterosexuales se sienten atraídas, erótica y afectivamente, por las personas del sexo contrario. Esta es la opción que la sociedad machista y patriarcal a catalogado como lo “normal”.*
- *Las personas bisexuales se pueden sentir atraídas, erótica y afectivamente, por personas de ambos sexos. Lo que no quiere decir que mantienen relaciones simultáneas con una mujer y con un hombre, sino, que la persona de deseo sexual puede variar a lo largo de la vida.*

4.31 BULLYING O ACOSO ESCOLAR

El bullying se refiere a todas las formas de actitudes agresivas, intencionadas y repetidas, que ocurren sin motivación evidente, adoptadas por uno o más estudiantes contra otro u otros. La

³⁵ CIES, “Guía de capacitación en liderazgo y sexualidad para jóvenes”, La Paz-Bolivia, 2020, pág. 172-173

persona que ejerce bullying lo hace para imponer su poder sobre el otro, a través de constantes amenazas, insultos, agresiones o vejaciones, y así tenerlo bajo su completo dominio a lo largo de meses e incluso años. La víctima sufre callada en la mayoría de los casos. El maltrato intimidatorio le hace sentir dolor, angustia y miedo, hasta tal punto que, en algunos casos, puede llevarle a consecuencias devastadoras como el suicidio.

4.32 PATERNIDAD ADOLESCENTE³⁶

El principal problema de los muchachos en cuanto a la paternidad es, muchas veces, la falta de apoyo económico y social para llevar adelante la responsabilidad de educar y cuidar de sus bebés, tarea insistentemente exigida socialmente, pero poco apoyada. Otro problema es, también, la idea de que el hombre no puede ejercer con competencia el cuidado infantil. Es importante, sin embargo, tener claro que no todo padre adolescente es renuente a aceptar esta situación y que no toda experiencia de paternidad es negativa para los jóvenes, como somos motivados a pensar y a esperar. Lo mismo se aplica a las madres adolescentes. Para esos padres y madres adolescentes, es de fundamental importancia fortalecer redes de apoyo en la comunidad.

4.33 CONSUMO DE DROGAS, SU RELACIÓN CON LA SALUD SEXUAL, SALUD REPRODUCTIVA³⁷

4.33.1 El consumo de drogas en Bolivia

Estudio de prevalencia del consumo de drogas en Bolivia En 2014, el Consejo Nacional de Lucha contra el Tráfico Ilícito de Drogas (CONALTID) realizó el “II Estudio nacional de prevalencia y características del consumo de drogas en hogares bolivianos de nueve ciudades capitales de departamento, más la ciudad de El Alto”.¹² Dicho estudio tuvo como objetivo conocer la magnitud y las características del consumo de drogas (legales e ilegales) en Bolivia.

Los principales resultados generales del estudio señalan que, en el caso de drogas lícitas, las sustancias más consumidas en el país son el alcohol y el tabaco, siendo sus prevalencias de vida de 69,38% y 45,31, respectivamente. Estos datos suponen que siete de cada diez bolivianos

³⁶ CIES, “Guía de capacitación en liderazgo y sexualidad para jóvenes”, La Paz-Bolivia, 2020, pág. 176

³⁷ CIES, “Guía de capacitación en liderazgo y sexualidad para jóvenes”, La Paz-Bolivia, 2020, pág. 184,188,189.

25 han consumido alcohol y cuatro han consumido tabaco alguna vez a lo largo de su vida. Con relación a las drogas ilícitas, las más consumidas son la marihuana, los inhalables y la cocaína, cuyos índices de prevalencia de vida alcanzan al 3,61%, 0,99 y 0,83%, respectivamente.

4.34 EFECTOS DE LAS DROGAS EN LA SALUD SEXUAL Y REPRODUCTIVA

El consumo de drogas tiene un impacto muy negativo sobre la salud sexual y reproductiva, provocando ciertos efectos, siendo las más frecuentes:

- *Reducción de la fertilidad, retraso en la concepción e infertilidad.*
- *Reducción del éxito de los tratamientos de reproducción asistida.*
- *Incremento del riesgo de padecer infarto agudo de miocardio entre las fumadoras que toman anticonceptivos orales, en especial entre quienes tienen 35 años o más.*
- *Adelanto de la menopausia (en dos años como promedio). Efectos del alcohol*
- *Aparición de ciclos menstruales irregulares.*
- *Ausencia de ovulación y/o menstruación*
- *Mayor riesgo de abortos. o Abortos espontáneos.*
- *Complicaciones durante el embarazo y el parto (complicaciones de la placenta, ruptura prematura de membranas, etc.).*
- *Embarazos ectópicos (implantación del embrión fuera de la cavidad endometrial).*
- *Prematuridad.*
- *Bajo peso al nacer (los hijos de madres fumadoras pesan, de media, 300 gramos menos al nacer). género y drogas.*
- *Que el feto sufra daños en el corazón.*
- *Exposición de los hijos a la diabetes tipo II y a la obesidad en la etapa adulta, cuando el consumo de tabaco es muy elevado.*
- *Que los hijos padezcan problemas respiratorios (mayor propensión a ser asmáticos, etc.).*
- *Mortalidad previa o inmediatamente posterior al nacimiento del feto*
- *Los recién nacidos sean más pequeños al nacer y crezcan menos y más despacio que otros/as niños/as.*

- *Presenten alteración de los rasgos faciales.*
- *Problemas y malformaciones de distintas partes del organismo, como el corazón, los riñones, el tubo digestivo, las extremidades, etc.*
- *Retraso mental en distintos grados.*
- *Hiperactividad.*
- *Problemas del lenguaje, de adaptación y coordinación.*
- *La alteración de las funciones cognitivas-mentales de los niños.*
- *A más largo plazo se detecta retraso en la habilidad y la memoria verbales.*
- *En las mujeres suele producir amenorrea y otras alteraciones menstruales. Muerte fetal intrauterina.*
- *Provoca impotencia sexual en los varones.*
- *Ausencia de orgasmos en mujeres y hombres. En las mujeres frigidez,*
- *Dolor en las relaciones y desinterés por el sexo.*
- *En varones adolescentes, el consumo de alcohol puede producir retraso en la maduración de los caracteres sexuales secundarios (el vello y la voz).*
- *En las mujeres adolescentes puede retrasar la maduración de la pubertad y la aparición de los caracteres sexuales femeninos (vello y mamas).*
- *Reducción de la secreción de testosterona en hombres.*
- *En hombres son frecuentes los trastornos de la erección y la eyaculación*

4.34.1 Conductas de riesgo vinculadas a la actividad sexual

El consumo de alcohol y otras drogas tiene un efecto inicial desinhibidor, causando la pérdida de control y el deterioro del juicio y la capacidad de tomar decisiones acertadas. Ello facilita encuentros sexuales y ciertos comportamientos de riesgo que, de estar en plenitud de condiciones, habrían sido evitados.

4.35 INTERSEXUALIDAD³⁸

Las personas intersex nacen con caracteres sexuales (como los genitales, las gónadas y los patrones cromosómicos) que no se corresponden con las típicas nociones binarias sobre los cuerpos masculinos o femeninos.

Intersex es un término que se utiliza para describir una amplia gama de variaciones naturales del cuerpo. En algunos casos, los rasgos intersex son visibles al nacer, mientras que en otros no se manifiestan hasta la pubertad. Algunas variaciones cromosómicas de las personas intersex pueden no ser físicamente visibles en absoluto.

³⁸ CIES, “Guía de capacitación en liderazgo y sexualidad para jóvenes”, La Paz-Bolivia, 2020, pág. 190.

CAPÍTULO V

METODOLOGÍA

5. METODOLOGÍA

La presente practica institucional se desarrolló dentro del área socioeducativa, porque en la educación integral en sexualidad se conjugan factores psicosociales como las emociones, ideas, actitudes personales, experiencias y la influencia del entorno social que de forma inevitable se transmite hacia la personalidad, a través de una imagen basada en la conducta y en las opiniones.

Así también se enmarca dentro la psicología educativa porque la misma se encarga de *estudiar las formas en que se lleva a cabo el aprendizaje humano, especialmente en el contexto de los centros educativos. Analiza los modos en que aprendemos y enseñamos y trata de aumentar la efectividad de las distintas intervenciones educativas a fin de optimizar el proceso*³⁹

Este trabajo se realizó dentro del ámbito escolar con estudiantes de primero a sexto de secundaria de la Unidad Educativa Nazaria Ignacia March.

5. 1. Características de la población beneficiaria

Para la ejecución del programa, se ha considerado una población de 349 estudiantes comprendidos entre hombres y mujeres de 11 a 19 años de edad, pertenecientes a la Unidad Educativa “Nazaria Ignacia March” de primero a sexto de secundaria; siendo el motivo principal la etapa evolutiva por la que atraviesan, donde desarrollan y afianzas sus capacidades individuales para afrontar problemas y generar cambios o influenciar en el contexto en el que se desarrollan.

La Unidad Educativa se encuentra ubicada en el barrio “Los Olivos” del Distrito ocho de la ciudad de Tarija; la misma fue captada por la institución como parte de los programas de capacitación en centros educativos.

La selección de esta Unidad Educativa fue determinada por profesionales de CIES, quienes vieron la necesidad de fortalecer ciertas habilidades en esta población adolescente; por otro lado, están establecidas mediante acuerdos firmados entre ambas instituciones.

³⁹ <https://psicologiaymente.com/desarrollo/psicologia-educativa>

5.2. Descripción sistematizada de la Práctica Institucional.

La Práctica Institucional fue realizada y apoyada por la Institución CIES (Centro de Investigación de Salud Sexual y Salud Reproductiva) a principios de la gestión 2022, la cual brinda servicios a toda la población tarijeña, especialmente a la más vulnerable (niños, adolescentes, mujeres y ancianos). Los servicios que ofrece son: en el **área médica;** (papa nicolau, medicina general, ecografía, detección voluntaria del VIH, etc.) y en el **área educativa;** (talleres de capacitación y orientación a líderes juveniles, maestros, estudiantes, biblioteca, etc.). La Práctica Institucional se enfoca en esta segunda área; está dirigida a desarrollar habilidades, conocimientos y actitudes para la resolución de problemas en el diario vivir, la gobernanza del cuerpo con responsabilidad (liderazgo) y lograr que la población beneficiaria viva la sexualidad en plenitud.

El curso de la Practica Institucional siguió las siguientes etapas durante su desarrollo.

1° Etapa: Contacto con la institución CIES:

En la presente etapa se realizó la primera entrevista con el Lic. Misael Gallardo actual gerente regional de CIES Tarija, quien dio curso a la solicitud para llevar a cabo la práctica institucional, posterior a ello se tuvo el contacto con el Lic. Amador Mendoza, responsable del área educativa de CIES, para la respectiva coordinación de la capacitación sobre la metodología de trabajo que sigue la guía.

2° Etapa: Revisión Teórica

Se realizó una revisión minuciosa y exhaustiva del material teórico, seleccionando lo más preciso y exacto a las demandas teóricas que exige la práctica. Esto fue realizado debido a que recientemente se introdujo la nueva guía 2020 con nuevos aportes y contenidos, respecto a la temática, por lo tanto, estos nuevos aportes debían ser introducidos en el Programa de Capacitación.

3° Etapa: Capacitación

Se impartieron dos capacitaciones; el primer proceso de aprendizaje se llevó a cabo en el mes de enero y estuvo dirigido solo a la practicante. El objetivo de la capacitación fue potencializar las habilidades de la misma, respecto a conocimientos, actitudes y aptitudes a través de

metodología, técnicas y dinámicas para la intervención de la práctica. El fin último de esta capacitación fue lograr que la practicante llevara a cabo con éxito la réplica del programa.

El segundo proceso de aprendizaje se realizó en febrero, conjuntamente los maestros de la Unidad Educativa participante del programa, en esta capacitación se presentó la guía; describiendo objetivos, momentos, actividades y dinámicas que se desarrollarían dentro del mismo.

4º Etapa: Contacto y coordinación con la Institución beneficiaria del proceso

La coordinación tuvo dos etapas: la primera fue en la segunda capacitación; se coordinó sólo con el director y los maestros que estuvieron involucrados dentro de la réplica, cediendo sus horas de clases.

La segunda coordinación fue en la Unidad Educativa, donde se fijaron los días y horarios para la realización del programa de capacitación. Simultáneamente se realizó la inducción y socialización del programa con los estudiantes de la Unidad Educativa.

5º Etapa: Aplicación del “Programa de Capacitación en Liderazgo y Sexualidad para Jóvenes”

En esta etapa prevalecen tres criterios; diagnóstico, intervención y evaluación. Se ejecutaron las 35 actividades dentro los 6 momentos del programa de capacitación:

Momento 1: Presentación institucional y del proceso de capacitación.

Se establecieron los contenidos del programa, las reglas y el objetivo del mismo.

Momento 2: Diagnóstico de necesidades.

Se identificaron las siguientes áreas: conocimientos, actitudes, necesidades, demandas y consensos a través de una revisión de la información recopilada en las tres sesiones.

Momento 3: Sexualidad y derechos.

Se identifican y relacionan las dimensiones y componentes de la sexualidad, reconociendo la importancia en su propia vivencia, para el ejercicio pleno de los derechos sexuales y derechos reproductivos.

Momento 4: Salud sexual y salud reproductiva.

Este momento es relevante por el cuidado de la salud sexual y salud reproductiva, desde la propia experiencia, con el fin de lograr el bienestar integral.

Momento 5: Habilidades para la vida.

Fortalece habilidades y destrezas para desarrollar una vida sana, plena e integral en cuanto a la salud sexual y salud reproductiva.

Momento 6: Cierre.

Se desarrolló el cierre del proceso educativo con un análisis cualitativo del proceso.

6° Etapa: Tabulación de datos

Una vez obtenida la información del pre y el post test, se la organiza en carácter numérico y porcentual.

7° Etapa: Análisis e interpretación de datos

Se realizó el análisis e interpretación de datos de todo lo tabulado y a partir de los puntajes más altos de la misma se procedió a comparar con criterio crítico la información que está en el marco teórico.

8° Etapa: Redacción y elaboración del informe final

Consiste en la organización de todo el informe, teniendo en cuenta las pautas que se requieren para obtener un documento final.

5.3 Métodos, técnicas, instrumentos y materiales implementados en la práctica institucional

5.3.1 Método

Durante el proceso educativo de la implementación del programa se optó por el método activo-participativo.

Esta metodología plantea que *todos los participantes sean agentes activos en la construcción de conocimientos, parte de la necesidad del grupo y de la concepción de que los participantes poseen una historia previa que se incorpora en el proceso de aprendizaje, reflexiona desde su propia historia y espacio.* ⁴⁰

Por otro lado, las actividades propuestas por la practicante poseen el método de las TIC y TAC.

TIC (Tecnología de la Información y la Comunicación), su función inicial es la de brindar información para que el usuario se pueda comunicar transformando las herramientas cotidianas y comúnmente usadas en el desarrollo diario de las actividades racionales humanas esperando relacionar a las personas y permitiéndoles acceder a la información y al conocimiento, por medio de estas, se puede interactuar fácilmente.

TAC significa Tecnologías del Aprendizaje y del Conocimiento, tiene como objetivo establecer una relación entre la tecnología y el conocimiento adquirido a través de la tecnología. El conocimiento, entonces, seguiría creciendo gracias al uso de las Tecnologías del Aprendizaje y del Conocimiento debido a que a través de estas se crea, se comparte, se difunde y se debate la información relacionada con el manejo del conocimiento tecnológico. Estas llevan el aprendizaje y las herramientas necesarias para la asimilación de información diferente a un nivel donde el cambio y la participación social se hacen evidentes.

Las TIC y TAC se relacionan directamente debido a que se pueden asociar como tecnologías interdependientes e independientes, específicamente porque se refieren tanto a la tecnología, como al conocimiento y al aprendizaje sin importar que cada una de ellas aporte conceptos diferentes.

5.3.2 Técnicas

5.3.2.1 Técnicas grupales

Este tipo de técnicas pretenden aumentar la eficacia del aprendizaje a través de la dinamización de los grupos. Permitiendo así viabilizar la construcción del conocimiento y el desarrollo de habilidades. ⁴¹

⁴⁰ Sampieri, R, Fernández, C, Baptista, P. 2014

⁴¹ Andueza, M,2007

5.3.2.2 Técnica expositiva.

Consiste principalmente en la presentación oral de un tema. Su propósito es "transmitir información de un tema, propiciando la comprensión del mismo"⁴²

5.3.2.3 Técnica vivencial

La persona es el principal protagonista en el proceso de aprendizaje, permite aproximarse a la experiencia individual y grupal, a través de la interacción de entre la persona misma y su entorno.⁴³

5.3.2.4 Técnicas audiovisuales

La integración e interrelación plena entre lo auditivo y lo visual ayudan a producir nuevas realidades sensoriales mediante mecanismos.⁴⁴

5.3.2.5 Técnicas de discusión guiada

Un grupo reducido (entre aproximadamente 5 a 20 personas) trata un tema en discusión informal, intercambiando ideas y opiniones, con la ayuda activa y estimulante de un conductor de grupo.⁴⁵

5.3.2.6 Técnica de análisis.

La finalidad de esta técnica es la de proveer elementos simbólicos, que permitan reflexionar sobre situaciones de la vida real como problemática de la sociedad, anécdotas, etc., que se logre utilizar para el análisis de cualquier temática.

5.3.2.7. Técnica de dramatización.

También conocida como socio-drama o simulación, esta técnica consiste en reproducir una situación o problema real. Los participantes deberán representar varios papeles siguiendo instrucciones precisas en un determinado tiempo. La interacción entre los diferentes actores tiene como objetivo encontrar, sobre la marcha, una solución aceptada por las diferentes partes.

⁴² Técnicas de Enseñanza- Aprendizaje, www.tecnicasparaelpocesodeenseñanzaje.pdf

⁴³ Acebedo, A, 2004

⁴⁴ Gonzales. J. 1994

⁴⁵ Gonzales, J, 1994

5.3.3 Instrumentos

Los instrumentos que se facilitó a la practicante para su posterior ejecución en el proceso educativo fueron:

5.3.3.1. Pre – Post test

Sección 1:

Consta de 16 preguntas, dichas preguntas hacen énfasis en la sexualidad, identidad de género, salud reproductiva y salud sexual, embarazos no planificados, ITS/ VIH-SIDA, enamoramiento, violencia basada en género, autoestima, asertividad, toma de decisiones, y plan de vida. Cada pregunta tiene 3 opciones de respuestas las cuales son: a, b, c.

La primera, segunda, decima quita y decima sexta pregunta pertenecen al área de sexualidad y derechos, permite identificar si el estudiante mantiene términos equivocados sobre el significado de sexualidad.

La tercera, cuarta, quinta, sexta, séptima, octava y decima séptima pregunta corresponden al área de Salud Sexual y Salud Reproductiva, se considera importante el conocimiento de los métodos anticonceptivos y planificación familiar, debido a la demanda que existe en nuestra sociedad con respecto a las ITS/VIH – SIDA y embarazos no planificados.

La novena, decima, decima primera, decima segunda, decima tercera y decima cuarta pregunta pertenecen al área de Habilidades para la Vida, ya que la toma de decisiones es fundamental en el momento de elegir una determinada acción, puesto que traen consecuencias negativas o positivas que llegan a afectar en lo personal y social.

Sección 2:

Conforman 16 afirmaciones que tratan de presentar las opiniones en relación al contenido ya citado, mediante la valoración de las siguientes opciones:

1. Significa muy de acuerdo
2. Significa de acuerdo
3. Significa en desacuerdo
4. Significa muy en desacuerdo

5.3.3.2. Programa de Capacitación en Liderazgo y Sexualidad

El programa de capacitación está estructurado descriptivamente con sustento teórico, metodológico, objetivos, contenido de respaldo y desarrollo del proceso de intervención educativa. Se grafica de la siguiente manera:

CUADRO N° 2

PROGRAMA DE CAPACITACIÓN

N°	AREA	OBJETIVO	TEMAS
Momento 3	Sexualidad y Derechos (Construcción de conocimientos)	Identifica y relaciona las dimensiones y componentes de la sexualidad reconociendo la importancia de su propia vivencia, para el ejercicio pleno de los Derechos Sexuales y Derechos Reproductivos.	Sexualidad, holones de la sexualidad, derechos sexuales y derechos reproductivos.
Momento 4	Salud Sexual y Salud Reproductiva (Construcción de conocimientos)	Construye conocimientos y reflexiona sobre el cuidado de la Salud Sexual y Salud Reproductiva, desde la propia experiencia con el fin de lograr el bienestar integral.	Adolescencia y juventud, enamoramiento, ITS y VIH-SIDA, embarazos y violencia de género.
Momento 5	Habilidades para la Vida (Desarrollo y entrenamiento de habilidades)	Fortalece habilidades y destrezas para desarrollar una vida sana, plena e integral de su salud sexual y salud reproductiva.	Autoestima, asertividad, comunicación, toma de decisiones, liderazgo y plan de vida.

5.3.3.3. Instrumentos de apoyo

- ✓ Rota folios
- ✓ Muestrarios de métodos anticonceptivos
- ✓ Trípticos,
- ✓ Data show,
- ✓ Cámara fotográfica

5.3.4 Materiales

Los siguientes materiales fueron utilizados durante el desarrollo del programa de capacitación en liderazgo y sexualidad, como apoyo a las temáticas abordadas.

- ✓ Guía de Capacitación en Liderazgo y Sexualidad.
- ✓ Hojas bond para cada actividad del programa.

- ✓ Pliegues de papel bond.
- ✓ Cuestionarios
- ✓ Marcadores
- ✓ Papelógrafos
- ✓ Papel crepé
- ✓ Tarjetas de cartulina de tres colores diferentes
- ✓ Masking tape
- ✓ Globos grandes de 4 colores diferentes
- ✓ Hojas de diferentes colores

5.4. Contraparte institucional

La institución de CIES colabora en la práctica institucional en los siguientes aspectos:

- Apoyo con material bibliográfico, material de apoyo práctico: rotafolios, trípticos e infografías.
- Capacitación para un manejo adecuado del programa de capacitación en educación integral en sexualidad.
- Retroalimentación de los temas y actividades a realizar dentro la ejecución del programa.
- Materiales para la ejecución del programa.
- Asesoramiento y supervisión durante el transcurso de la práctica institucional por el educador de CIES.

CUADRO N°3
ACTIVIDADES PROPUESTAS POR LA PRACTICANTE

N°	ÁREA	TEMA	ACTIVIDAD	JUSTIFICACIÓN
19	Salud Sexual y Salud Reproductiva	Creencias sobre el Amor	“Identificando las Red Flags”	Permite reflexionar acerca de algunas señales de violencia en el enamoramiento.
20	Salud Sexual y Salud Reproductiva	Creencias sobre el Amor	Mitos del Amor Romántico	Permite identificar los mitos del amor romántico que generalmente se usan para encubrir la violencia.

MOMENTO	JUSTIFICACIÓN	ACTIVIDADES
<p>Momento 4 SALUD SEXUAL Y SALUD REPRODUCTIVA</p>	<p>Fortalecer las temáticas del Área de Salud Sexual y Salud Reproductiva, ya que una gran parte de los estudiantes de la Unidad Educativa actualmente están dentro de una relación de pareja. A modo de que los estudiantes adquieran elementos que les permitan tomar conciencia de las diferentes formas de relación que pueden darse en el noviazgo, para que puedan identificar cuando hay violencia en ellas, y reconocer la importancia de la individualidad en la ruptura de estereotipos de género.</p>	<p>Se creó una clase virtual en la plataforma Classroom, con todos los contenidos exclusivos sobre prevención de violencia en el enamoramiento con ocho secciones:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ¿Por dónde empezar?; ¡Por mí! 2. Elementos Infaltables para Relaciones Bientratantes 3. El Enamoramiento ¡Me siento enamorado/enamorada! 4. Seducción 5. Cuando el Amor duele, no es Amor 6. Violencia en el Enamoramiento 7. Vinculaciones Afectivo Eroticas 8. Consentimiento Sexual <p>-Enlaces de videos en Youtube, a medida que avance el video aparecerán preguntas que él o la adolescente debe responder.</p>

Materiales para la actividad propuesta por la practicante:

Hardware: Computadora, celular u otro dispositivo móvil.

Aplicaciones: Classroom, Youtube.

5.5 Cronograma de actividades

**CUADRO N°4
GESTIÓN 2021**

ACTIVIDAD	Septiembre	Noviembre
Selección de la población	X	
Selección de los instrumentos		X

GESTIÓN 2022:

CUADRO N°5

ACTIVIDAD	FEBR		MARZO					ABRIL				MAYO				JUNIO				JULIO				AGOSTO				SEPTIEMBRE				
	Sem	Sem	Sem	Sem	Sem	Sem	Sem	Sem	Sem	Sem	Sem	Sem	Sem	Sem	Sem	Sem	Sem	Sem	Sem	Sem	Sem	Sem	Sem	Sem	Sem	Sem	Sem	Sem	Sem	Sem	Sem	
CONTACTO INICIAL CON LA INSTITUCION CIES PARA COORDINAR EL PROCESO EDUCATIVO																																
REVISIÓN DE LA GUÍA DE LIDERAZGO Y SEXUALIDAD Y BIBLIOGRAFÍA EXTRA																																
CAPACITACIÓN POR PARTE DE LA INSTITUCIÓN																																
COORDINACIÓN CON LA UNIDAD EDUCATIVA																																
ACERCAMIENTO INICIAL A LA POBLACIÓN BENEFICIARIA																																
EVALUACIÓN INICIAL																																
DESARROLLO DEL PROGRAMA EN EDUCACIÓN INTEGRAL EN SEXUALIDAD	MOMENTO 1																															
	MOMENTO 2																															
	MOMENTO 3																															
	MOMENTO 4																															
	MOMENTO 5																															
	MOMENTO 6																															
EVALUACIÓN FINAL																																
TABULACION DE RESULTADOS																																
PREPARACION DEL DOCUMENTO FINAL																																

FASE DE DIAGNÓSTICO: 

FASE DE INTERVENCIÓN: 

FASE DE EVALUACIÓN: 

CAPITULO VI
ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE DATOS

6.1 DIAGNÓSTICO DEL CONOCIMIENTO INICIAL.

- En respuesta al primer objetivo específico “ Realizar una evaluación inicial del conocimiento previo que tienen los estudiantes referidos a temáticas de Sexualidad, a través de la aplicación del Pre Test”, se presenta los siguientes datos obtenidos:

SECCIÓN N°1

CUADRO N° 6
ÁREA: SEXUALIDAD Y DERECHOS

N°	ÁREA: SEXUALIDAD Y DERECHOS	Respuestas Correctas		Respuestas Incorrectas		Total	
		F	%	F	%	F	%
1	La sexualidad está formada por los siguientes pilares: Biofisiológico, psicológico y social.	98	28%	251	72%	349	100%
2	La identidad de género es: La percepción que un individuo tiene sobre sí mismo en cuanto a sentirse hombre o mujer.	139	40%	210	60%	349	100%
15	La persona transformista es aquella que: En ocasiones adopta los modos culturales y convencionales que se asignan al sexo contrario.	85	24%	264	76%	349	100%
16	Cuál de los siguientes derechos es un derecho sexual: El derecho a la integridad corporal, la autonomía en el control del cuerpo, la imagen y la identidad individual.	101	29%	248	71%	349	100%

Fuente: Cuestionario de CIES

Elaboración propia

Al iniciar con el área de Sexualidad y Derechos se puede observar de manera general una falta de conocimientos sobre la temática ya que **el total** de las respuestas se ubica en escalas incorrectas.

Como primer ítem es notorio mencionar que el **72%** de los estudiantes desconocen sobre los pilares de la sexualidad, ya que el mismo consta de tres componentes: biofisiológico, psicológico y social, los cuales influyen e intervienen en todas las etapas de desarrollo del ser humano.

De acuerdo al segundo ítem, el mayor porcentaje de **60%** recae sobre respuestas incorrectas, es decir que los estudiantes no conocen lo que es la identidad de género, entendiéndose como *la percepción que un individuo tiene sobre sí mismo en cuanto a sentirse hombre o mujer*⁴⁶. Aunque los jóvenes no conocen el significado exacto del término, lo relacionan con los términos femenino y masculino.

Otro dato relevante es que **76%** de los estudiantes no tienen un conocimiento acertado de lo que es una persona transformista, aquella que, en ocasiones adopta los modos culturales y convencionales que asignan al sexo contrario⁴⁷. De acuerdo a estos resultados se puede inferir que los jóvenes confunden a una persona transformista con aquella que siente atracción por hombres y mujeres al mismo tiempo (bisexuales) o por aquellos que realizan cambios en su cuerpo a través de cirugías.

Como último ítem del área Sexualidad y Derechos, con referencia al reconocimiento de uno de los derechos sexuales, **71%** no respondieron correctamente; es decir, la población en cuestión, no identificó uno de los derechos sexuales, el cual hace referencia al derecho a la integridad corporal, la autonomía en el control del cuerpo, la imagen y la identidad individual. El solo hecho del desconocimiento de los derechos sexuales como reproductivos, no les permite ser conscientes del grado de importancia que tienen los mismos, ya que, si desconocen lo que por derecho les pertenece, no podrán exigir, defender ni disfrutar de su sexualidad en plenitud.

⁴⁶CIES, “Guía de capacitación en liderazgo y sexualidad para jóvenes”, La Paz-Bolivia, 2020, pág. 104.

⁴⁷ ⁴⁷CIES, “Guía de capacitación en liderazgo y sexualidad para jóvenes”, La Paz-Bolivia, 2020, pág.172

CUADRO N°7

ÁREA: SALUD SEXUAL Y SALUD REPRODUCTIVA

N°	ÁREA: SALUD SEXUAL Y SALUD REPRODUCTIVA	Respuestas Correctas		Respuestas Incorrectas		Total	
		F	%	F	%	F	%
3	La salud sexual es: Un estado general de bienestar físico, mental y social, en todos los aspectos relacionados a la sexualidad	242	69%	107	31%	349	100%
4	La salud reproductiva se caracteriza por: Ser la capacidad de disfrutar una vida reproductiva satisfactoria, con la libertad de decidir tener hijos(as) o no hacerlo, cuándo y con qué frecuencia.	241	69%	108	31%	349	100%
5	Una forma segura de prevenir la Transmisión de ITS y VIH es: Utilizar condón en todas las relaciones sexuales.	250	72%	99	28%	349	100%
6	Las ITR se refiere a: La Infecciones del tracto reproductivo.	128	37%	221	63%	349	100%
7	La Violencia Basada en Género es: Cualquier acto de violencia que resulte en daño físico, sexual y psicológico o sufrimiento para las mujeres y hombres	175	50%	174	50%	349	100%
8	Algunas señales de violencia en el enamoramiento son: Celos, presión para tener relaciones sexuales y control de los contactos en internet.	192	55%	157	45%	349	100%
17	Nombre un lugar en el que oferten servicios de salud sexual y salud reproductiva para adolescentes y jóvenes: CIES	155	44%	194	56%	349	100%

Fuente: Cuestionario de CIES

Elaboración Propia

En cuanto al área de Salud Sexual y Salud Reproductiva, los datos demuestran que existe un conocimiento favorable a cerca de las temáticas de esta sección, por lo mismo se puede evidenciar que el mayor porcentaje de respuestas recae en escalas correctas.

Iniciando con el ítem N°3 el mayor porcentaje recae en la sección de respuestas correctas con **69%**, es decir que la mayoría de los estudiantes respondieron *que salud sexual es un estado general de bienestar físico, mental y social, en todos los aspectos relacionados a la sexualidad,*⁴⁸ y no el estado de salud que se consigue a través de la consulta médica.

De igual manera respecto a Salud Reproductiva se puede observar que **69%** de los adolescente y jóvenes, tiene un conocimiento correcto de lo que significa la misma, ya que ésta se caracteriza por la capacidad de disfrutar una vida reproductiva satisfactoria, con la libertad de decidir si tener hijos(as) o no hacerlo, cuándo y con qué frecuencia. La salud reproductiva es un área muy importante para el ser humano, se enlaza con una de las etapas de la vida que es la reproducción. Si el ser humano es consciente de lo que es la salud reproductiva y la necesaria práctica de ello, podrá disfrutar esa etapa de su vida en plenitud y sin riesgos.

Otro dato relevante se encuentra en el ítem sobre la forma segura de prevenir la transmisión de ITS Y VIH, se puede observar que el mayor puntaje se encuentra en la casilla de respuestas correctas con un **72%**, es decir que el mayor porcentaje de estudiantes respondieron que el uso correcto del condón es una forma muy segura de prevenir las ITS y el VIH.

Es contradictorio el dato que lanzan estos resultados, porque si vemos las estadísticas de embarazos no planificados en la adolescencia, nos muestra un índice elevado. Esto nos da a entender que en los jóvenes y adolescentes existe una falta de consciencia y responsabilidad para poner en práctica lo que conocen, o este conocimiento, no es el adecuado. Muchos saben que con el condón se pueden proteger, pero ¿cuántos de ellos saben el “uso correcto” del mismo?

De acuerdo al ítem N°6 la proporción más significativa está enfocada en la casilla de respuestas incorrectas con **63%**, esto quiere decir, que los estudiantes afirmaron que las letras ITR se refieren a las Infecciones de Transmisión Sexual, lo cual es incorrecto, quizá confundieron las

⁴⁸ CIES, “Guía de capacitación en liderazgo y sexualidad para jóvenes”, La Paz-Bolivia, 2020, pág. 123

siglas de ITS. *La ITR se refieren a las Infecciones del Tracto Reproductivo, las cuales afectan específicamente a los órganos reproductivos.*⁴⁹

Respecto a la violencia basada en género, se puede observar una igualdad en los resultados, esto quiere decir que la mitad de los estudiantes tiene conocimiento correcto sobre el significado, entendiéndose como cualquier acto de violencia que resulte en daño físico, sexual y psicológico o sufrimiento para mujeres y hombres, la otra mitad la confunde con la diferencia de poder que existe entre hombres y mujeres. Se puede observar que los resultados son positivos, pero esto no certifica la profundidad del conocimiento que tienen los adolescentes sobre la violencia basada en género, ya que la misma pudo haberse aprendido solo superficialmente, mediante noticias o comentarios de amigos, la calle o familiares. Es importante que el individuo pueda informarse en profundidad sobre estos temas, para así poder prevenir la violencia o denunciar si se es víctima de la violencia.

El ítem N°8 refleja que **55%** de los estudiantes lograron responder correctamente, reconociendo que algunas señales de violencia en el enamoramiento son los celos, presión para tener relaciones sexuales y control de los contactos en internet. Estos datos reflejan que los estudiantes reconocen los signos de violencia en el enamoramiento. Pero es totalmente diferente conocerlos a pensar que están libres de ello; cuando se tiene ese último pensamiento, el o la adolescente está en posición de mayor riesgo, ya que cualquiera puede ser víctima de estos abusos, por eso es necesario estar alerta sobre las primeras señales de violencia en el enamoramiento, para no entrar en el ciclo de la violencia.

Considerando la última pregunta del cuestionario que se refiere a la oferta de servicios de salud sexual y salud reproductiva el **56%** de los estudiantes acertaron en la respuesta, ya que CIES es la única clínica en Tarija que oferta servicios de salud sexual y salud reproductiva, respetando la normativa AIDA (Atención Integral Diferenciada para Adolescentes)

⁴⁹CIES, “Guía de capacitación en liderazgo y sexualidad para jóvenes”, La Paz-Bolivia, 2020, pág.131

CUADRO N°8
ÁREA: HABILIDADES PARA LA VIDA

N°	ÁREA: HABILIDADES PARA LA VIDA	Respuestas Correctas		Respuestas Incorrectas		Total	
		F	%	F	%	F	%
9	El exceso de confianza sobre sí mismo que alcanza niveles de egoísmo, agresividad y soberbia se refiere al siguiente tipo de autoestima: Autoestima alta	162	46%	187	54%	349	100%
10	El proyecto de vida de una persona debe: Ser irrepetible, ya que responde a necesidades particulares	127	36%	222	64%	349	100%
11	La Asertividad es importante para nuestra sexualidad porque: Así sabrás cuando decir SI y cuando decir NO y defender nuestros derechos.	240	69%	109	31%	349	100%
12	Cuál de estas afirmaciones es un mito referido al bullying: Los que sufren bullying son los que tiene sobrepeso, usan anteojos.	146	42%	203	58%	349	100%
13	Una forma de mejorar la toma de decisiones es: Conocer los pasos para la toma de decisiones y reconocer las emociones que acompañan a la decisión.	128	37%	221	63%	349	100%
14	El liderazgo es: La capacidad de influir en otros/as, para conseguir un objetivo común	153	44%	196	56%	349	100%

Fuente: Cuestionario de CIES

Elaboración Propia

De manera general dentro del área de Habilidades para la Vida se puede observar un desconocimiento sobre la temática ya que la mayor proporción de respuestas se ubica en escalas incorrectas.

En el área de Habilidades para la Vida, en el ítem N°9, el **54%** de los adolescentes respondieron incorrectamente con respecto a la aceptación de *la autoestima alta como el exceso de confianza sobre sí mismo que alcanza niveles de egoísmo, agresividad y soberbia*⁵⁰. No está demás decir que la población en cuestión relacionó la autoestima alta como un estado positivo, ideal, que todos deberían apuntar para poder desenvolverse en la vida con éxito.

Por otro lado, un dato significativo que se encuentra en la casilla de respuestas incorrectas, con **64%**, es el relacionado a cómo debe ser el proyecto de vida. Los estudiantes tienen un conocimiento incorrecto porque la misma hace referencia a que sea irrepetible, ya que responde a necesidades particulares.

Es importante mencionar que en la sociedad aún sigue existiendo un gran porcentaje de jóvenes que tiene dependencia emocional, ya que los mismos acatan el visto bueno que pueden darles sus padres. Esta sobre protección por parte de los padres tiene consecuencias negativas como la inseguridad, miedo a enfrentar la vida, a los retos, a problemas, consecuencias en la toma de decisiones, etc. El adolescente que siga dependiendo emocionalmente de sus padres, no podrá alcanzar la realización de sus sueños, de lo que él desea, de su autorrealización, y por ende el plan de su vida estará acorde a los deseos de sus padres; es decir, de acuerdo a los sueños frustrados de ellos.

El **69%** de los estudiantes contestaron correctamente con respecto al porqué la asertividad es importante en la sexualidad, ya que así sabrán cuando decir SÍ y cuando decir NO y defender sus derechos.

El ser asertivo no sólo se enfoca en ser certero, sino en un comportamiento comunicacional maduro, en el que la persona ni agrede, ni se somete a la voluntad de otros, sino que expresa sus convicciones y defiende sus derechos.

En relación a la pregunta 12 referida al mito sobre el bullying, el **58%** de los adolescentes tiene una idea errónea, sobre el bullying, asumen que es un mito que el bullying se aprende considerando como respuesta correcta que es un mito que los que sufren bullying solo son los que usan anteojos y los que tienen sobrepeso. Lo que se sabe es que estas condiciones físicas y

⁵⁰ CIES, “Guía de capacitación en liderazgo y sexualidad para jóvenes”, La Paz-Bolivia, 2020, pág. 146

rasgos de dominación no son tan relevantes a la hora de entender el bullying, como la percepción de debilidad que se tenga sobre la víctima.

En el ítem N°13 la proporción más significativa recae en la casilla de respuestas incorrectas, con **63 %**, esto quiere decir que los estudiantes tiene un conocimiento equivocado de la forma de mejorar la toma de decisiones, ya que ellos respondieron con la alternativa: pedir consejo a las personas que hayan tenido experiencias similares o seguir los instintos pase lo que pase, pero la respuesta acertada es, conocer los pasos para la toma de decisiones y reconocer las emociones que acompañan a la decisión. Para tomar una decisión es imprescindible conocer los pasos que llevan a la misma, con el objetivo de analizar cada uno de ellos y seleccionar la mejor alternativa, teniendo en cuenta que cada decisión que se tome siempre trae consecuencias positivas o negativas.

Con relación al último ítem del cuadro el **56%** de los estudiantes respondieron de manera incorrecta; se tiene la idea que el liderazgo es usar el poder que se tiene para obtener beneficios, esta idea puede estar ligada al ejemplo que percibimos sobre las autoridades en nuestro país, pero un buen líder debe tener la capacidad de poder influir en las demás personas para conseguir un bien común.

SECCIÓN N°2

CUADRO N°9
ACTITUD ANTE LAS TEMÁTICAS DE SEXUALIDAD, SALUD SEXUAL
SALUD REPRODUCTIVA Y HABILIDADES PARA LA VIDA

ACTITUD	PUNTUACION	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Muy Negativa	-24 a -13	48	14%
Negativa	-12 a -1	152	43%
Positiva	+1 a +12	118	34%
Muy Positiva	+13 a +24	31	9%
TOTAL		349	100%

Fuente: Cuestionario de CIES

Elaboración Propia

De acuerdo a los resultados obtenidos en el presente cuadro, se observa que un **43%** de los estudiantes presentan una actitud negativa frente a la temática de Sexualidad, Salud Sexual,

Salud Reproductiva y Habilidades para la Vida. Esto demuestra dos situaciones: falencia o presencia.

1.- Existe cierta falencia en los jóvenes con respecto a la orientación en la educación integral en sexualidad, esto se debe posiblemente a que en casa no se habla sobre la misma, ya que los padres consideran un tabú dichos temas, y por consecuencia tratan de evadir o escapar mostrando conductas que impidan conversarlos.

2.- Existe presencia sobre orientación en la educación integral en sexualidad, pero es una orientación errónea, dada por la sociedad, amigos, vecinos, etc. La cual está caracterizada por ideas, creencias e informaciones distorsionadas o equivocadas. Por ejemplo, el creer que hablar sobre temas de sexualidad incentiva a tener relaciones sexuales o creer que hablar de sexualidad es un tema muy delicado por lo que no se debe hablar de algunos temas o pensar que el VIH es una infección que yo no la podría contraer; se podría continuar con diferentes actitudes negativas que simplemente ponen en riesgo la sexualidad, salud sexual y salud reproductiva del sujeto.

Hablar sobre el tema de actitud es muy importante, ya que esta se manifiesta a partir de un conjunto de creencias y de sentimientos que nos predispone a comportarnos de una determinada manera frente a una determinada situación u objeto, es a partir de ahí que se logra identificar que la actitud está compuesta por tres dimensiones: dimensión cognitiva, dimensión afectiva y dimensión conductual.

Por otro lado, solo el **34%** de la población estudiantil manifiesta una actitud positiva frente a situaciones manifestadas dentro del cuestionario de actitudes.

6.2 APLICACIÓN DEL PROGRAMA

➤ Responde al segundo objetivo de la práctica institucional, que se refiere a:

“Ejecutar el ‘Programa de capacitación en Educación Integral en Sexualidad’ a través del método **activo-participativo**, promoviendo una visión integral, plena y libre de violencia respecto a la Sexualidad”.

PROGRAMA EJECUTADO

PRIMER MOMENTO DEL PROGRAMA

TEMA: Inicio del proceso educativo

OBJETIVO: Establecer el rapport con los estudiantes del nivel secundario.

ACTIVIDAD N°1: Presentación institucional y del proceso de capacitación.

MATERIAL: Folletos, trípticos y papelógrafos, marcadores.

DESARROLLO:

Se inició con la presentación de la practicante, su nombre, la carrera que estudia y que viene en representación de la institución CIES.

Para la presentación protocolar, se tomaron en cuenta los siguientes **pasos:**

- Presentación institucional: Se hizo una breve descripción de la institución (área de trabajo, actividades, servicios y oportunidades para jóvenes, dirección, teléfonos y personas de contacto).
- Objetivos: Se presentaron los **objetivos** del proceso de capacitación, haciendo énfasis en la focalización sobre el desarrollo de habilidades (basado en la adquisición de conocimientos, reflexión y conductas para la resolución de problemas).
- Características generales: Se presentó el esquema general de la guía, mostrando los diferentes segmentos y haciendo un recorrido general por todos los temas propuestos, sugiriendo que estos podrán ser flexibles y ajustables, de acuerdo a las necesidades de los y las adolescentes y los objetivos institucionales.
- Metodología: Se presentó y describió la metodología interactivo-participativa, describiendo las características generales de las actividades y los momentos de trabajo (espacios de trabajo a través de técnicas, información, discusión, análisis, construcción y presentación de aprendizajes y evaluación). Estableciendo una relación de cooperación y aprendizaje conjuntos.
- Reglas y acuerdos: En un segundo momento se establecieron las reglas de trabajo con los y las participantes, en donde se pidió que ellos mismos planteen propuestas, para un

mejor desarrollo y desenvolvimiento del proceso, se procedió a anotar en un papelógrafo los acuerdos consensuados. Se cuidó que entre los acuerdos se encuentren:

- Respetar los horarios establecidos.
- Restringir uso de celulares.
- Respetar y escuchar la opinión de todos los/as participantes.
- No hay respuestas ni preguntas buenas o malas, sólo opiniones para la reflexión.

Observaciones.

En el momento de la presentación de la institución CIES, un buen porcentaje de estudiantes la conocían y la relacionaban con sexualidad, pero no sabían de los servicios que prestaba.

Mientras se presentaban dinámicamente los temas que se desarrollarían en el transcurso del programa, algunos participantes iban manifestando interés por algunos de ellos, mediante gestos, sonrisas y palabras.

TEMA: Pre test

OBJETIVO: Evaluación inicial del conocimiento previo que tienen los estudiantes referentes a los contenidos que están dentro del “Programa de Capacitación en Liderazgo y Sexualidad”.

ACTIVIDAD N°2: Aplicación del pre-test

MATERIAL: Cuestionario de evaluación (pre-test)

DESARROLLO:

Se procedió a la distribución de los cuestionarios de evaluación (pre-test) a todos los participantes, indicando que el instrumento constaba de los siguientes puntos:

- Objetivo de la aplicación del cuestionario.
- Segmentos en los que se encuentra dividido.
- Forma de llenado de cada segmento.

Luego se abrió un espacio para la aclaración de dudas, especificando que era un cuestionario que pretendía evaluar el antes y el después, respecto al desarrollo e implementación del proceso educativo, y va de carácter anónimo, al cual los participantes debían responder de acuerdo a lo que sabían y pensaban individualmente.

Observaciones.

Al momento de aplicar el pre test, los participantes se angustiaron, porque no querían ser evaluados, pero la practicante aclaró el objetivo del pre test e indicó que no valdría nota, lo cual logró tranquilizar de alguna forma a los participantes.

Los estudiantes tuvieron dudas al responder a algunas preguntas, algunas de ellas fueron: asertividad, autoestima, pilares de la sexualidad y la sigla ITR.

TEMA: Presentación.

OBJETIVO: Establecer el rapport con los participantes.

ACTIVIDAD N° 3: Presentación de los y las participantes.

MATERIAL: Tarjetas de cartulina, masking y marcadores gruesos.

DESARROLLO:

Se distribuyeron tarjetas a los participantes, juntamente con un trozo de masking. En el cual pusieron su nombre y lo pegaron en un lugar visible del cuerpo. En segundo momento se dio lugar a una dinámica; que consistía en que cada participante debía presentarse según esta consigna: ponerse de pie y decir su nombre, y un animal con la letra inicial de su nombre.

Observaciones

Cuando se realizó la dinámica de presentación, los participantes mostraron timidez, vergüenza, porque algunos hablaban bajito, también interrumpía en el tono de voz el uso del barbijo, otros miraban hacia abajo.

Mientras avanzaba la participación, empezaron a tomar confianza y a tener menos vergüenza.

Esta dinámica sirvió para romper el hielo entre ellos mismos, en especial entre la practicante y los participantes. Además, la utilidad del nombre sirvió específicamente para referencia de la practicante.

SEGUNDO MOMENTO DEL PROGRAMA

TEMA: Diagnóstico de necesidades.

OBJETIVO: Identificar los conocimientos de los y las jóvenes, en relación a sexualidad, métodos anticonceptivos, ITS / VIH SIDA, enamoramiento y violencia.

ACTIVIDAD N°4: Estableciendo conocimientos.

MATERIAL: Hojas bond, marcadores, masking tape y tarjetas de cartulina.

DESARROLLO:

Se inició con una introducción, mencionando que se trataba de partir de lo que los y las jóvenes conocen, y acordaron con ellos las prioridades del proceso, lo que implica reconocer el valor de la participación de estos y no la imposición de un trabajo específico.

A continuación, se conformaron cinco grupos, con un promedio de seis participantes.

A cada grupo se le entregó hojas bond, marcadores gruesos y tarjetas de cartulina. Antes de iniciar el trabajo, se advirtió a los y las participantes, que no existen respuestas correctas o equivocadas, que en las hojas coloquen todo lo que sepan y que también está permitido escribir que no se sabe sobre algún tema.

Se trabajó con la metodología “lluvia de ideas”, para ampliar al máximo la participación de los jóvenes, para esto se distribuyeron tarjetas de cartulina a los y las participantes en las que pudieron anotar libremente lo que sabían o lo que no sabían.

Cada grupo trabajó con las siguientes preguntas:

Grupo 1: a) ¿Qué es la sexualidad?, b) ¿Cuáles son las características de la sexualidad?

Grupo 2: a) ¿Qué son los métodos anticonceptivos? b) ¿Qué métodos anticonceptivos conozco y cuáles son sus características?

Grupo 3: a) ¿Qué son las Infecciones de Transmisión Sexual?, b) ¿Qué ITS conozco y cuáles son sus características?

Grupo 4: a) ¿Qué es el enamoramiento?, b) ¿Qué formas de amor existen?

Grupo 5: a) ¿Qué es la violencia?, b) ¿Qué tipos de violencia conoces?

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

Seguidamente cada grupo presentó el trabajo realizado, exponiendo todas las respuestas dadas a las preguntas. A la finalización de la presentación de cada grupo, se abrió un espacio breve para incluir algún aporte del resto del grupo.

Por último, la facilitadora realizó un recorrido por cada uno de los papelógrafos haciendo una síntesis de las respuestas y confirmando estas, con los y las adolescentes, verificando si la síntesis reflejaba lo que quisieron decir.

Observaciones.

El propósito de esta actividad fue identificar los conocimientos que tenían los estudiantes con relación a: sexualidad, métodos anticonceptivos, ITS / VIH SIDA, enamoramiento, y violencia. A lo cual los participantes respondieron con escasa o en algunos casos ninguna información, incluso con conceptos distorsionados.

La escasa información fue sobre los conceptos de: qué es sexualidad, qué métodos anticonceptivos conocen y cuáles son sus características, qué son las infecciones de transmisión sexual, asumían conocimientos distorsionados sobre lo que es sexo, sexualidad y VIH-SIDA

Se notó que aún existe morbo al hablar de sexo, sexualidad, métodos anticonceptivos, porque los participantes se reían y se molestaban entre ellos al hablar sobre estos temas.

Se pudo evidenciar que en nuestra sociedad la sexualidad aún sigue siendo vista o entendida de forma negativa, ya que se pudo percibir en los estudiantes una cierta incomodidad al expresar o exponer los temas, o simplemente no querían hacerlo.

El sentido de adquirir conocimientos sobre métodos anticonceptivos o los que ya sabían, fueron vistos de forma errónea, ya que para ellos el tener conocimiento sobre ciertos métodos anticonceptivos implicaba que hayan tenido experiencia en relaciones sexuales coitales.

Cierre: Al finalizar la facilitadora realizó un recorrido por cada uno de los papelógrafos haciendo una síntesis de las respuestas y confirmando estas con los adolescentes, verificando si la síntesis reflejaba lo que quisieron decir.

TEMA: Diagnóstico de necesidades

OBJETIVO: Conocer las actitudes de los y las jóvenes en relación a sexualidad, métodos anticonceptivos, ITS / VIH SIDA, enamoramiento y violencia.

ACTIVIDAD N°5: ¿Qué pienso, ¿qué siento, ¿qué hago?

MATERIAL: Hojas bond, marcadores, masking tape y tarjetas de cartulina.

DESARROLLO: Se mantuvieron los grupos conformados, también se trabajó con la metodología “lluvia de ideas”, para ampliar al máximo la participación de los y las jóvenes.

Cada grupo trabajó con las siguientes preguntas:

Grupo 1 - Sexualidad: a) ¿Qué cosas pienso sobre la sexualidad?, b) ¿Cómo me siento respecto a la sexualidad?, c) ¿Qué cosas hago o haría respecto a la sexualidad?

Grupo 2 Métodos anticonceptivos: a) ¿Qué cosas pienso sobre los métodos anticonceptivos?, b) ¿Cómo me siento respecto a los métodos anticonceptivos? c) ¿Qué cosas hago o haría con los métodos anticonceptivos?

Grupo 3 – ITS / VIH: a) ¿Qué cosas pienso sobre las ITS / VIH - SIDA?, b) ¿Cómo me siento respecto a las ITS / VIH – SIDA?, c) ¿Qué cosas hago o haría ante una ITS / VIH - SIDA?

Grupo 4 – Enamoramiento: a) ¿Qué cosas pienso sobre una relación de pareja?, b) ¿Cómo me siento respecto a una relación de pareja?, c) ¿Qué cosas hago o haría en una relación de pareja? d) ¿Qué tipos de amores existen?

Grupo 5 – Violencia: a) ¿Qué cosas pienso sobre la violencia?, b) ¿Cómo me siento en relación a una situación de violencia?, c) ¿Qué cosas hago o haría ante una situación de violencia?

La practicante acompañó el trabajo de los grupos, para alentar su participación, escuchar los comentarios y orientarles ante las dudas. Siendo precavida en no transmitir sus propios conocimientos o información.

Concluida la fase de respuestas a las preguntas planteadas, cada grupo presentó el trabajo realizado, exponiendo todas las respuestas. A la finalización de la presentación de cada grupo, se abrió un espacio breve para incluir algún aporte del resto del grupo.

Observaciones

Durante la actividad se pudo observar que los participantes se sentían incómodos, nerviosos al hablar sobre estos temas, ya que ellos aludían a que no les parecía común hablar sobre sexualidad, sólo se habla rara vez y por lo general en sentido de burla. Varios dijeron, esto no se habla en casa, se aprende en la calle (internet, televisión, amigos).

Los jóvenes se pusieron más intranquilos cuando se habló sobre los métodos anticonceptivos, en especial con la siguiente pregunta: ¿qué cosas hago o haría con los métodos anticonceptivos? Algunos se sonrojaron y otros, en sentido de burla expresaron: lo usaría.

Cierre: Al finalizar la facilitadora realizó un recorrido por cada uno de los papelógrafos haciendo una síntesis de las respuestas y confirmando estas con los adolescentes, verificando si la síntesis reflejaba lo que quisieron decir.

TEMA: Diagnóstico de necesidades.

OBJETIVO: Indagar sobre las necesidades y demandas de los y las jóvenes, respecto a sexualidad, métodos anticonceptivos, ITS / VIH SIDA, enamoramiento y violencia.

ACTIVIDAD N°6: Necesidades y demandas.

MATERIAL: Hojas bond, marcadores, masking tape y tarjetas de cartulina.

DESARROLLO: Se realizó una introducción a este momento de trabajo, mencionando que se trataba de conocer cuáles eran las necesidades y demandas de los y las jóvenes, respecto a los temas que se trabajarían, de manera que se pudiera construir una sexualidad más plena, qué cosas les ayudaría a vivir su sexualidad con mayor plenitud.

Cada grupo trabajó con las siguientes preguntas:

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

Grupo 2: a) ¿Qué necesito o quiero saber sobre métodos anticonceptivos?

Grupo 3: a) ¿Qué necesito o quiero saber sobre las ITS y el VIH – SIDA

Grupo 4: a) ¿Qué necesito o quiero saber sobre el enamoramiento?

Grupo 5: a) ¿Qué necesito o quiero saber sobre violencia?

Observaciones

Es importante mencionar la actitud que tomaron los participantes frente a lo que querían saber, ya que mostraron interés sobre diferentes temas que no conocían, manifestando sus dudas de forma dinámica y participativa.

Las preguntas que hicieron fueron interesantes, tales como: el uso excesivo de métodos anticonceptivos ¿qué consecuencias trae? ¿el te de cobre se toma? ¿Cómo sé que escogí a mi pareja correcta? ¿Cómo saber si en mi relación existe el amor verdadero? Pero también algunos preguntaron sobre los términos de las preguntas, ya que algunos no eran de su conocimiento.

Se notó que los participantes esperaban respuestas inmediatas a las preguntas realizadas, ya que decían “profe ¿Cuándo nos va a responder las preguntas?”. Frente a esto la practicante dijo que se les irá respondiendo durante el proceso del programa, ampliando y profundizando los temas que hubieran sido más preguntados.

Cierre: Al finalizar la facilitadora realizó un recorrido por cada uno de los papelógrafos haciendo una síntesis de las respuestas y confirmando estas con los adolescentes, verificando si la síntesis reflejaba lo que quisieron decir.

TEMA: Consensos

OBJETIVO: Realizar una revisión de la información recopilada en las tres sesiones previas.

ACTIVIDAD N°7: Consensos para emprender el camino.

MATERIAL: Marcadores, papelógrafo con los cinco temas de los que se hablaron.

DESARROLLO:

La practicante realizó una introducción a este momento de trabajo, mencionando que se trataba del cierre del proceso diagnóstico. Sugirió que era el momento de acordar cuáles serían las temáticas que requerirían mayor profundización o una revisión particular, en base a las necesidades más sentidas del grupo.

A cada grupo se le entregó una copia de las síntesis de las actividades 1 y 3, conocimientos y necesidades – demandas respectivamente.

La facilitadora presentó primero la síntesis realizada (en base a las síntesis efectuadas a la conclusión de las actividades 1 y 3). Entonces pidió a los grupos que primero revisen la síntesis y luego prioricen, de acuerdo a sus consideraciones, qué tema y qué aspectos eran más significativos, ordenándolos de acuerdo a la importancia que le asignaban. Concluida esa parte del trabajo, cada grupo presentó el orden de prioridades y el mismo se definió por mayoría simple.

Al finalizar, la practicante realizó un recorrido por el orden prioritario establecido y confirmó éste con los y las jóvenes, estableció que se asume un acuerdo de que se trabajará en función a la priorización de temas.

Observaciones

Esta actividad resulto bastante cansadora, se pudo notar en sus gestos y postura del cuerpo. Se hizo un juego dinámico para “animar a los adolescentes” y así poder continuar con la actividad.

Es importante mencionar que los participantes escogieron los temas de acuerdo a sus edades. Por ejemplo, los sextos y quintos eligieron el tema de métodos anticonceptivos y violencia. Los cuartos y terceros eligieron el tema de violencia y enamoramiento, los segundos y primeros escogieron los temas de sexualidad y enamoramiento.

Cabe destacar que aún se manifestaban algunas burlas al momento de escoger los temas en jerarquía de prioridades.

Cierre: Al finalizar la facilitadora realizó un recorrido por el orden prioritario establecido, confirmando este con los estudiantes y estableciendo que se asume un acuerdo de que se trabajará en función de la priorización realizada. Planteó también que el proceso educativo tiene una estructura y metodología y que en función de ello se recorrerán ciertos pasos necesarios para llegar a las áreas priorizadas por los estudiantes.

TERCER MOMENTO DEL PROGRAMA

TEMA: Sexualidad: El cuerpo, piedra fundamental de la vida y de la sexualidad.

OBJETIVOS

- Reconocer el cuerpo como la base fundamental de la construcción, desarrollo y vivencia de la sexualidad.
- Comprender la importancia del cuidado del cuerpo para la vivencia de la sexualidad.

ACTIVIDAD N°8: El cuerpo sin cuerpo.

MATERIAL: Papelógrafos, tijera, masking tape, marcadores gruesos.

DESARROLLO: Se conformaron cuatro grupos, se distribuyó un papelógrafo grande y un rollo de masking por cada grupo. Los grupos dibujaron la silueta del cuerpo de uno de sus compañeros/as, se pidió a los participantes que el cuerpo no tuviera ningún rasgo que lo identifique como hombre o mujer, posterior a ello se les pidió que recorten la silueta. Una vez armado el cuerpo humano, seleccionaron un o una representante por cada grupo para que la representante pueda tener el cuerpo de papel pegado en el cuerpo de carne y hueso.

Los representantes, se ubicaron al frente de todo el grupo. Se les indicó que de ahora en adelante su cuerpo sería el cuerpo humano de papel, que todo lo que se les indique debían hacer, lo harían a través del cuerpo armado con periódicos, aclarando que estaba prohibido utilizar el propio cuerpo (de carne y hueso) para desarrollar las tareas encomendadas.

Cada representante realizó las siguientes tareas:

Representante 1: a) Dar un beso en la mejilla a otro de los cuerpos de periódico, b) Tocar la ropa de alguna persona del grupo.

Representante 2: a) Abrazar a otro de los cuerpos de periódico, b) Dar un beso en la mano a alguien del grupo.

Representante 3: a) Pedir un beso en la mejilla a una persona del grupo, b) Soplar una hoja de papel colocada sobre uno de los bancos.

Representante 4: a) Dar la mano a otro de los cuerpos de periódico, b) Tocar la mejilla de alguien del grupo.

Una vez realizadas las tareas, la practicante dio inicio al análisis, preguntando primero a quienes se encontraban atados/as a los cuerpos de papelógrafo.

1. ¿Cómo se sintieron?
2. ¿Qué 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 abrió el análisis hacia todo el grupo del curso, preguntando:

1. ¿Qué observaron en los cuerpos de periódico?
2. ¿Qué pasó con los cuerpos de periódico 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. ¿Qué nos permiten hacer nuestros cuerpos y nuestros sentidos?
6. ¿Cuál es el valor del cuerpo, para cada uno/a y en relación a nuestra sexualidad?
7. ¿Cuál es la importancia del cuidado del cuerpo?

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

Observaciones

El mayor porcentaje de los estudiantes manifestaron una actitud positiva frente a esta actividad, ya que se notó el dinamismo y agilidad al realizar todo el proceso, desde el cortado del cuerpo hasta la participación de los muñecos.

Para la elaboración del cuerpo, varios de los participantes fueron modelos para el dibujo, porque pusieron el papelógrafo en el suelo y uno de ellos se acostaba sobre el mismo. Se notó cooperación y trabajo de grupo en todo momento, esta actitud se pudo observar en todos los cursos.

Con respecto a los muñequitos, al momento de cumplir con las órdenes que daba la practicante, fue notoria la soltura y naturalidad que demostraron al realizar los diferentes saludos con los cuerpos de papelógrafos.

A partir del análisis de las preguntas que se les hicieron a los muñecos como a todos los participantes, llegaron a concluir que el cuerpo es importante para el ser humano, es piedra fundamental y parte de la sexualidad, porque utilizamos el cuerpo para realizar cualquier actividad y sin el mismo no podríamos hacer las cosas que nos gusta como también nuestras obligaciones.

Cierre: En base a la participación de los estudiantes, la facilitadora remarcó los siguientes mensajes:

- a) El cuerpo como piedra fundamental para la vida y para la construcción de la sexualidad.
- b) La importancia del cuerpo y los sentidos para conectarnos con el entorno, con las cosas y con otras personas.
- c) La importancia del cuerpo para sentir placer, dolor, experimentar todo tipo de emociones y sensaciones.
- d) El valor del cuidado del cuerpo, para el cuidado de nuestras vidas. Cuidar el cuerpo, cuidar la vida, cuidar nuestra sexualidad.
- e) Aclaró que la actividad no va dirigida a “cubrir el cuerpo” o negar el cuerpo, más bien a reconocer su importancia para la relación con su medio.

TEMA: Sexualidad: Género, lo social, lo individual.

OBJETIVOS

- Reconocer el género como construcción social a partir de las diferencias de sexo.
- Reflexionar constantemente sobre las desigualdades genéricas de ser hombre y ser mujer a partir del predominio del sistema patriarcal.
- Comprender y respetar las diferentes vivencias de la sexualidad.

ACTIVIDAD N°9: Comienza la historia.

MATERIAL: Cuerpos de papelógrafos, papel seda, papel crepé, marcadores gruesos, marcadores delgados, masking tape, bolígrafo, pegamento.

DESARROLLO:

Se continuó el trabajo con los grupos de la anterior actividad. Se inició la actividad con una lluvia de ideas de los aspectos abordados a través de la actividad previa y se reforzaron los mensajes respectivos.

Inicialmente, cada grupo presentó el cuerpo de papelógrafo del cual eran responsables, brindándole al mismo una identidad.

Se pidió a cada grupo que haga lo siguiente:

Parte 1

- a) Definir si era hombre o mujer.
- b) Ponerle nombre.
- c) Edad.
- d) Contextura – Medidas.

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

Parte 2

Concluida esta etapa, cada grupo construyó (relató en modo de cuento) una historia sobre su cuerpo en base a la identidad que le asignaron, se enfatizó que la historia debía construirse tomando en cuenta permanentemente sus características de identidad, sobre todo su género, edad y contextura. La historia mínimamente contenía:

Niñez

Cómo era.... (Nombre que le asignaron)

- 1. En la casa.
- 2. En la escuela.
- 3. Cuando se divertía.

4. En su relación con otros niños.
5. En su relación con las niñas.

Adolescencia y juventud

Cómo es o era.... (Nombre que le asignaron)

1. En la casa.
2. En la escuela.
3. Cuando se divierte o divertía.
4. En su relación con otros niños.
5. En su relación con las niñas.

Adulthood

Cómo es.... (Nombre que le asignaron)

1. En la casa.
2. En la escuela.
3. Cuando se divierte.
4. En su relación con otros niños.
5. En su relación con las niñas.

Una vez escritas las historias de los cuerpos y sus identidades en papelógrafos, cada grupo presentó su cuerpo y su historia. Teniendo en cuenta las diferencias y similitudes establecidas entre hombres y mujeres, a partir de la asignación de una identidad, el proceso de construcción y desarrollo de esas identidades, los roles y funciones asignados a partir de la identidad, la forma como se construyen y desarrollan las experiencias.

Concluidas las presentaciones, comenzó el análisis con las siguientes preguntas:

Preguntas Guía

1. ¿Qué fue lo que más le llamó la atención de las historias?

2. ¿Qué diferencias y similitudes se encuentran entre las historias de hombres y mujeres?
3. ¿Cómo estas similitudes y diferencias influyen en el ejercicio de la sexualidad de hombres y mujeres heterosexuales, homosexuales, adolescentes y adultos?
4. ¿Qué cambios entre la niñez, adolescencia y adultez se perciben en las historias (Biopsicosocial)?
5. ¿Qué roles o funciones son asignados a hombres y mujeres? Analiza si se trata de ideas colectivas de tu contexto.
6. ¿En alguna o varias historias se identificaron en la relación de pareja atracción hacia alguien del mismo sexo?
7. ¿Todas las personas experimentarán atracción hacia el otro sexo?
8. ¿La sexualidad se vivirá de la misma manera en las diferentes culturas? ¿Conoces alguna cultura en la que se violenten los derechos a nombre de las costumbres o religión?
9. ¿Estas diferencias analizadas, de qué manera se relacionan con los límites en el campo de la sexualidad?
10. ¿Cuáles crees que son las consecuencias negativas en la salud sexual y salud reproductiva, si las diferencias de género se acentúan?
11. ¿Qué aspectos de estas historias tiene que ver con ustedes?

Recuperando las participaciones de los y las jóvenes, se pudo construir, reforzar y profundizar la identidad de género (ser hombre, ser mujer), como categoría construida socialmente, que determina roles, funciones, comportamientos, oportunidades y limitaciones para hombres y mujeres, como regulador de las relaciones entre hombres y mujeres, en el uso de sus cuerpos, sus afectos, emociones y comportamientos. Las desigualdades planteadas para hombres y mujeres, en función del sistema patriarcal, el género, como uno de los componentes de la sexualidad pudiéndose visibilizar la influencia de las características corporales y generacionales, en las historias de vida, siendo el género como uno de los holones de la sexualidad.

Observaciones

Se observó que hubo un buen desenvolvimiento al momento de crear las historias, porque cada integrante le daba vida a las figuras humanas, con respecto a su identidad, niñez, adolescencia, etc. lo hacía de acuerdo a cómo le vistieron, al color de piel, la ropa que le pusieron etc., en la actividad anterior.

Muchos de los que inventaron las historias, se proyectaron a sí mismos, dando a relucir la vivencia de su sexualidad, miedos, temores etc., ya que se les dio poco tiempo para que puedan inventarse la historia. Incluso algunos no la terminaron, porque la iban inventando mientras explicaban su historia.

Había historias catastróficas, otras de lesbianismo y otras de personas que mostraban aparentemente éxito en todo lo que hacía. Todos tuvieron en algún momento enamorado, de algunos se murieron y otros lograron casarse.

La similitud que se pudo evidenciar es que la mayoría de los grupos pusieron más énfasis en la niñez y adolescencia; es decir, el proceso de cambio de la niñez a la adolescencia. Por ejemplo, si el niño sufrió mucho en su infancia por lo cual era rebelde, en la adolescencia era el mejor individuo con metas y sueños en la vida; pero si había sido un niño bueno, mimado, en la adolescencia era rebelde iba a fiestas, tomaba y tenía varias novias.

Cierre: Recuperando las participaciones de los estudiantes, la facilitadora, construyó, reforzó y profundizó los siguientes mensajes:

- a) La identidad de género (ser hombre ser mujer) se refiere a como nos sentimos acerca de nuestro género y como lo manifestamos.
- b) El género como categoría construida socialmente, que determina roles, funciones, comportamientos, oportunidades y limitaciones para hombres y mujeres a partir de las diferencias fisiológicas y biológicas.
- c) La cultura como determinante de los roles de género y de lo que es masculino y femenino.
- d) Promover actitudes antidiscriminatorias de la diversidad de género, generacional, y cultural en el marco de los derechos, buscando relaciones equitativas.
- e) El género, como uno de los componentes de la sexualidad.

- f) Respetar los derechos de otras personas cuyas vidas y estilos de vida pueden ser distintos a los propios.

TEMA: Afectividad, erotismo y reproductividad

OBJETIVO

- Establecer relaciones entre las etapas de desarrollo humano y los componentes de la sexualidad.
- Valorar su importancia para la vivencia plena.

ACTIVIDAD N°10: La historia continúa.

MATERIAL: Papelógrafos, bolígrafos, marcadores y masking tape.

DESARROLLO:

Se continuó el trabajo con los grupos conformados. Iniciando con la construcción de otra faceta, de los cuerpos y sus identidades. Esta faceta de la historia debería relatar:

Niñez

Cómo es o era... (nombre que le asignaron)

1. ¿Se sentía respetado/a y aceptado/a?
2. ¿Se sentía valorado/a, ¿cuáles eran sus cualidades?
3. ¿Se sentía cuidado/a y protegido/a?
4. ¿Cuáles eran sus alegrías y problemas?
5. ¿Cómo era su relación con otros/as niños/as?

Adolescencia y juventud

Cómo es o era... (nombre que le asignaron)

1. ¿Cómo era su cuerpo, le gustaba, aceptaba su cuerpo?
2. ¿Se sentía atractivo/a, alguien le atraía?
3. ¿Cómo se lleva o llevaba con chicos y chicas?
4. ¿Quiere tener pareja, tiene o tenía pareja?

5. ¿Qué fantasías tenía en relación a los chicos o en relación a las chicas?
6. ¿Qué caricias le gusta dar y que caricias le gusta recibir?

Adultez

Cómo es o era... (nombre que le asignaron)

1. ¿Qué piensa sobre tener familia?
2. ¿Está casado, convive con alguien, ¿cómo es su relación con su pareja?
3. ¿Qué piensa sobre tener hijos/as?
4. ¿Tiene hijos/as, cuántos/as?
5. ¿Cómo se sintió, qué pensó cuando nacieron sus hijos/as?
6. ¿Qué quiere para sus hijos/as?

Una vez escritas las historias de los cuerpos y sus identidades en papelógrafos, cada grupo presentó a su cuerpo y su historia.

Concluidas las presentaciones, se comenzó el análisis.

Preguntas Guía

1. En las historias ¿cómo describen el cuerpo del adolescente?
2. ¿Habrá diferencia entre el cuerpo del adolescente, el niño y el adulto?
3. ¿Cuáles son las diferencias del cuerpo de un hombre con el de una mujer?
4. La sexualidad humana ¿solo se limita a la reproducción?
5. ¿Habrá diferencias de cuerpo entre hombres?
6. ¿Todas las personas pueden sentirse cómodas con su apariencia física?
7. ¿Habrá personas que puedan cambiar la apariencia física?
8. ¿Puede generar sensaciones agradables nuestro cuerpo?
9. ¿Es malo sentir sensaciones agradables a través de nuestro cuerpo?

Se recuperó la participación de los jóvenes, reforzando los 4 holones de la sexualidad, contenidos sobre el desarrollo humano, reproducción humana sin limitarse a la concepción,

desmitificando la percepción negativa del placer y deseo sexual, ya que todas las personas deberían poder disfrutar su sexualidad plenamente.

Observaciones

La actividad fue realizada con facilidad por los estudiantes, ya que continuaba a la actividad anterior, a diferencia de que esta actividad (la historia continúa) tenía más detalles y profundidad al relatar la historia.

A la culminación de la actividad se llegó a conclusiones con respecto a las historias; cada persona es diferente, expresa sus emociones y sentimientos de manera diferente, incluso las vivencias que tuvieron en casa son diferentes, las cuales por lo general influyen en la personalidad del ser humano.

También dijeron que cada ser humano es libre de escoger a quien amar, ya sean heterosexuales u homosexuales, teniendo en cuenta que nuestro cuerpo es el que genera sensaciones agradables las cuales no son malas, sino que se puede disfrutar de ellas en plenitud y con responsabilidad.

Cierre: Recuperando la participación de los estudiantes:

- a) Se reforzaron los 4 holones de la sexualidad transversalizando género, interculturalidad, enfoque intergeneracional y derechos.
- b) Se reforzaron contenidos sobre el desarrollo humano, se aclaró que las personas intersexuales nacen con caracteres sexuales (como los genitales, las gónadas y los patrones cromosómicos) que no se corresponden con las típicas nociones binarias sobre los cuerpos masculinos o femeninos.
- c) Se reforzaron contenidos sobre la reproducción humana sin limitarse a la concepción, asumiendo acciones como la reproducción de ideas, pensamientos, etc.
- d) Se desmitificó la percepción negativa del placer y deseo sexual.
- e) La sexualidad es un aspecto esencial de los seres humanos a lo largo de toda su vida, todas las personas deberían poder disfrutar su sexualidad, incluidos las y los jóvenes.
- f) Se enfatizó en que ser intersexual está relacionado con las características biológicas del sexo y no tiene que ver con la orientación sexual o la identidad de género de las personas. Una persona intersexual puede ser heterosexual, gay, lesbiana, bisexual o asexual, y puede identificarse como mujer, hombre, ambos o ninguna de las dos cosas.

TEMA: Diversidades y discriminación.

OBJETIVO: Comprender las diferencias como parte natural de la vida humana, rompiendo los estereotipos heterocéntricos para promover espacios más inclusivos.

ACTIVIDAD N°11: Diferentes formas de vivir la sexualidad.

MATERIAL: Papel de color con forma y masking tape.

DESARROLLO:

Se pidió a los participantes que cierren sus ojos mientras se pegaban las figuras en la frente de cada participante. Luego se les pidió que los abrieran y que se reunieran en grupo de acuerdo a la figura que tenían en la frente. Cuando se reunieron, se percataron que existían 3 personas sin grupo y con diferente figura.

Se inició el análisis de acuerdo a las siguientes preguntas guía.

¿Qué grupo está aquí?

¿Cómo se siente el grupo que representa a la persona gay?

¿Cómo se sintieron las minorías? (heterosexual, hombre fuerte, mujer bonita)

¿Qué actitudes negativas pudieron observar de los participantes hacia ustedes?

¿Qué actitudes positivas pudieron observar de los participantes hacia ustedes?

¿En qué se parece esta situación con la realidad?

¿Qué creen ustedes que pensarían y sentirían los grupos marginados?

¿Qué reacciones pudieron observar de sus compañeros que les haya llamado la atención?

¿Las diferencias serán un pretexto para discriminar?

Se realizó el cierre utilizando las aportaciones de los participantes, reforzando y profundizando, haciendo notar que todos somos personas y tenemos similitudes y diferencias en comparación con otras personas, conociendo que la diversidad sexual es la variación en los deseos, comportamientos o identidades sexuales hacia el otro sexo, así como todas las personas participan en la vida política, profesional y cívica, sin discriminación.

Observaciones

Es muy importante resaltar que hubo mucha polémica con el tema de la homosexualidad a diferencia de los otros temas que se abordaron en esta etapa.

Muchos de los participantes decían que sí aceptaban a las personas homosexuales, pero cuando se les confrontó con sus actitudes o se les puso ejemplos de circunstancias específicas, se dieron cuenta que aun las rechazaban o no aceptaban a estas personas. Había otros participantes que directamente no aceptaban a los homosexuales, vertían comentarios como estos: “hay que golpearlos a esos maricones, hay que mandarlos al cuartel”.

Se trabajó en un profundo análisis en este tema, resaltando que estas personas son humanos, con sueños y aspiraciones en la vida, que tienen los mismos derechos que nosotros etc., una de las preguntas que ayudó a llevar a la reflexión a los estudiantes fue: los que somos heterosexuales, por el hecho de serlo ¿tenemos derecho de maltratar a esas personas? ¿De golpearlas? ¿Humillarlas? a lo cual todos respondieron NO.

Fue interesante el debate que hubo, ya que se pudo notar que aún existe discriminación de diferentes tipos, es decir, a personas que no están bajo los parámetros de lo que exige la sociedad, la cultura tarijeña. La discriminación está inmersa en el grupo primario nuclear, la familia, en donde se aprende las buenas costumbres como también las malas; por ejemplo, utilizan palabras discriminatorias en tono de broma. (Malas costumbres) Cuando los padres están enojados vierten palabras como: eres terco como un colla, vos eres del norte, no llores- no seas maricón etc.

También es importante mencionar que la mamá de un estudiante de primero mostró su inconformidad con estos temas mencionando que ella es psicóloga y que no es bueno enseñarles sobre los “trastornos de la sexualidad” (como ella los considera) a los estudiantes ya que es un tema que no es apto para su edad y que solo los induce a la pornografía.

Cierre: La facilitadora reforzó los contenidos aclarando que:

- a) Todos somos personas y tenemos similitudes y diferencias en comparación con otras personas en nuestras familias, escuelas, trabajo y comunidades. Aspecto que también se ve reflejado en la vivencia y expresión de la sexualidad a través de una variedad de

comportamientos sexuales que por ser diferentes no son mejor o peor que otra, en tanto los miembros de la pareja se respeten mutuamente, ninguno resulte perjudicado y que ambos otorguen su consentimiento.

- b) La variación en los deseos, comportamientos o identidades sexuales de las personas se conoce como diversidad sexual. Las personas pueden experimentar sentimientos de amor, atracción y deseo sexual hacia el otro sexo, hacia el mismo sexo o hacia ambos, realidad de todas las sociedades sin importar si la acepta o no.
- c) El rechazo, estigma o discriminación hacia las personas que desean o se involucran en relaciones o expresiones de la sexualidad diferentes a las comúnmente aceptadas como reflejo de normas locales, va en contra a de la promoción y respeto de los derechos humanos.
- d) Todas las personas deben poder participar en la vida política, profesional y cívica sin discriminación. Las normas sexuales no deben presentar obstáculos para tal participación.
- e) Bolivia tiene la Ley 807 de Identidad de Género que tiene por objeto establecer el procedimiento para el cambio de nombre propio, dato de sexo e imagen de personas transexuales y transgénero en toda documentación pública y privada vinculada a su identidad, permitiéndoles ejercer de forma plena el derecho a la identidad de género.
- f) La Ley Contra el Racismo y toda Forma de Discriminación cuyo objetivo es eliminar conductas de racismo y toda forma de discriminación y consolidar políticas públicas de protección y prevención de delitos de racismo y toda forma de discriminación.

TEMA: Dimensión política, derechos y sexualidad.

OBJETIVO

- Reconocer la dimensión política de la sexualidad.
- Reconocer la vulneración de los derechos, como factor que limita la vivencia de la sexualidad.
- Comprender la importancia del ejercicio de los derechos, para la vivencia de la sexualidad.

ACTIVIDAD N°12: ¿Y los derechos dónde están?

MATERIAL: Hojas bond, marcadores gruesos y masking tape.

DESARROLLO:

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

Después cada grupo realizó su presentación. Durante las presentaciones y de manera progresiva en cada grupo, la practicante asumió una actitud agresiva en relación a las presentaciones, menospreciando el trabajo, apresurando a los expositores, no dándoles importancia y pidiendo a los demás grupos que se preparen para su propia presentación, para que éstas acaben lo antes posible, haciendo comentarios negativos sobre las presentaciones. Estuvo alerta hasta que comenzaron a presentarse reacciones en el resto de los y las componentes de los diferentes grupos, identificando quiénes eran los que reaccionaban y qué argumentos planteaban, expresión y movimiento corporal, de la misma manera se identificó quiénes no asumieron ninguna reacción. En el momento en que se identificó que existe un nivel elevado de activación emocional, se detuvo la técnica, mencionando al grupo que dicha actitud era parte del trabajo.

Concluida la actividad se dio lugar a la etapa de análisis.

1. ¿Cómo se sienten?
2. ¿Qué ha provocado o ha hecho que se sientan así?
3. ¿Qué ha sucedido con sus derechos ante esta situación?
4. ¿Cómo reaccionó el resto del grupo?
5. ¿Por qué razón reaccionaron así?
6. ¿Qué hubiera sucedido si dejáramos avanzar la técnica?
7. ¿Qué podríamos hacer para prevenir este tipo de actos?
8. ¿Qué podríamos hacer para motivar a la gente a que defiendan sus derechos sexuales?
9. ¿En qué otros ámbitos podríamos utilizar lo aprendido?
10. ¿Qué dimensión de la sexualidad habremos descubierto?

Al finalizar la técnica, el análisis se centró en la reconstrucción de la situación y de aquellos elementos que fueron presentándose, uno de ellos fue la agresión, fomentando relaciones horizontales de género, intergeneracionales e interculturales, así también reforzando conceptos y características de los derechos.

Observaciones

Fue interesante la actitud y postura que manifestaron los estudiantes, pues hubo diversidad de respuestas. En ambas Unidades se logró relativamente provocar la reacción esperada. Ya que la practicante fue muy expresiva en la agresión e intolerancia que mostraba frente a los participantes.

Algunos de los estudiantes manifestaron rabia, impotencia; estaban predispuestos a manifestar su malestar y conseguir justificación o repuestas frente a la mala actitud de la practicante. Pero otros se pusieron en actitud de sorpresa, al parecer no creían lo que estaba pasando, ya que ellos manifestaban que la practicante no solía tener esa actitud arrogante. Y en algunos casos hubo personas que se sintieron mal, incómodos y muy presionados, esto se notó en la posición de su rostro y manos. Ellos creyeron que algo estaban haciendo mal, no de acuerdo a lo que exigía la practicante.

Cierre: a) Al finalizar la técnica, el análisis se centró en la reconstrucción de la situación y de aquellos diferentes elementos agresivos que se fueron presentando (abuso de poder, la facilitadora representó las estructuras sociales, posiciones adultocentristas, mandatos sociales, prejuicios, etc., que limitan la vivencia de la sexualidad de los jóvenes y el respeto a los derechos sexuales).

b) Fomentar relaciones horizontales de género, intergeneracionales e interculturales.

c) Se reforzaron conceptos y características de los derechos y analizar los derechos humanos, derechos de niñas, niños y adolescentes y derechos sexuales y reproductivos.

d) Se reflexionó acerca del respeto a los derechos de personas cuyas vidas y estilos de vida son distintas a la propia.

TEMA: Feminismo.

OBJETIVO: Reconoce el feminismo como una corriente ideológica que busca la igualdad entre hombres y mujeres, reflexionando a partir del análisis de las relaciones de poder y la valoración superior del hombre hacia la mujer, desde la antigüedad hasta los últimos años, que le permita fortalecer su compromiso en la reivindicación y restitución de los derechos de las mujeres, con principal énfasis en niñas, adolescentes y mujeres jóvenes.

ACTIVIDAD N°13: Lo que ellos piensan.

MATERIAL: Bolígrafos, hojas con frases individuales, hojas de trabajo.

DESARROLLO: La actividad se realizó en tres partes, la primera de manera individual, la segunda grupal por sexo y/o identidad de género y la tercera en foro para analizar las respuestas.

1.- Se pidió a los y las participantes que puedan situarse con comodidad en un espacio que consideran adecuado para ellos y ellas. Posteriormente y de acuerdo al sexo y/o género de los y las participantes, se entregó una hoja de trabajo para “ellos” o para “ellas” en la cual había frases indicadas por personajes famosos en función a lo que significa ser hombre o mujer, desde la antigüedad hasta los últimos años. Cada frase estaba en una fila, la cual fue respondida por lo que genera la misma en función a sus pensamientos, sentimientos y lo que originó eso. La hoja se llenó en primera instancia de forma individual para lo que se dio el tiempo de 15 minutos tanto para “ellos” como para “ellas”.

Se realizó el acompañamiento a la actividad, quedando atenta siempre a cualquier consulta o situación que se presente al momento de realizar la actividad.

2.- Después de transcurrido el tiempo para el trabajo individual se pidió a los participantes que formaran 4 grupos, dos de hombres y dos de mujeres. En estos espacios formados, los participantes expresaron como se sintieron al llenar sus hojas de trabajo, lo que pensaron y qué originó el mismo; posteriormente a esto se pidió que puedan plasmar el mismo en un papelógrafo similar a su hoja de trabajo, incluyendo las frases indicadas y sistematizando, cuáles fueron sus coincidencias en cada columna planteada. Se brindó orientación a los grupos, cuidando que no se realice mucho debate en función a quien dijo la frase, sino más bien en la influencia que pueden tener estos personajes en sus seguidores/as.

3.- Después de 15 minutos se solicitó a los grupos puedan presentar sus papelógrafos, se pidió al resto de participantes puedan estar atentos a cuáles eran las coincidencias entre los grupos de mujeres y hombres y cuales las diferencias. La facilitadora estuvo atenta a cualquier situación o eventualidad que llegara a suceder durante la presentación de los papelógrafos y tomar nota de todas las coincidencias que se hayan encontrado en los pensamientos, sentimientos y origen de los mismos. Una vez concluida la actividad, se realizaron algunas preguntas que permitieron

generar análisis y reflexión en torno a los diferentes refranes. En primer lugar, se pidió solo a los grupos de “ellas” que puedan responder a las siguientes preguntas:

- ¿Cómo se sienten ahora? Después de haber escuchado todas las presentaciones (Tanto de “ellas” y “ellos”) y ¿Por qué se sienten así?
- ¿Qué originó que se sientan así?

En segundo lugar, se pidió a los grupos de “ellos” puedan responder a las siguientes preguntas.

- ¿Cómo se sienten ahora? Después de haber escuchado todas las presentaciones (Tanto de “ellas” y “ellos”) y ¿Por qué se sienten así?
- ¿Qué originó que se sientan así?
- ¿Cuáles fueron las coincidencias y cuales las diferencias que encontraron en las presentaciones de “ellas” versus las presentaciones de “ellos”?
- ¿Por qué creen que se den esas coincidencias o diferencias?
- ¿Repercuten esas frases en la calidad de vida de hombres y mujeres? ¿cómo?
- ¿Hemos escuchado frases así de nuestros entornos más cercanos? (se pidió ejemplos, mujer eres no vas a poder, es hombre y como hombre debe responder, etc.)
- ¿Cómo nos hicieron sentir esas frases de nuestros entornos?
- ¿Cuál es el origen de esas desigualdades entre hombres y mujeres?
- ¿Cómo podemos (desde nuestros espacios) transformar esa situación?
- ¿Qué entendemos por feminismo?
- ¿Quiénes pueden ser feministas? o ¿Existe un solo tipo de feminismo?
- ¿Puede ser el feminismo una vía para la búsqueda de la igualdad entre hombres y mujeres? Y ¿por qué?

Cierre: Una vez concluido el análisis y reflexión de las preguntas la facilitadora cerro la actividad, haciendo referencia a los aportes de las y los participantes, sin olvidar los siguientes mensajes clave.

- En los últimos tiempos, la palabra “feminismo” suena mucho, pareciera ser una moda, una tendencia, una manera de hacer y moverse en la vida. Pero es muy importante que comprendamos a fondo sus orígenes y comprendamos realmente que

implica y a que se refiere el feminismo. Nuria Valera cita que, el feminismo es algo que cuestiona el orden establecido dentro del sistema en el que vivimos.

- El inicio de las desigualdades entre hombres y mujeres tiene su fuente en la división sexual del trabajo, se refiere a cómo se han repartido las labores productivas y reproductivas según los sexos y el género (hombre-mujeres o masculino-femenino). La división sexual del trabajo, ha sido largamente reconocida como una de las formas de organización social y económica más básicas de nuestras sociedades y en la cual seguimos basando nuestra economía y nuestra cultura.
- Existen diferentes líneas feministas, siendo las más representativas:
 - Feminismo radical
 - Feminismo institucional
 - Ecofeminismo
 - Ciberfeminismo
 - Feminismo negro o black feminism
 - Teorías coloniales y postcoloniales
 - Feminismo indígena
 - Transfeminismo
 - Feminismo musulmán, también existen católicas feministas, protestantes feministas, judías feministas, hindúes feministas, etc.
 - En Bolivia, existen muchas corrientes feministas, existen feminismos institucionales, comunitarios-antipatriarcales, feminismos autónomos, lesbofeminismos, transfeminismos, feminismos de la diferencia, entre otros.... Existen tantos tipos de feminismos, como de luchas ante un sistema económico y social que oprime y vulnera a las mujeres y su derecho de ser libres y plenas.

El feminismo es una invitación a que cambiemos nuestras vidas en todos los ámbitos: desde lo más privado e íntimo, hasta lo más público.

TEMA: Evaluación del momento educativo

OBJETIVO: Relacionar los elementos conceptuales con sus aprendizajes y experiencias, proponiendo mejoras para el proceso educativo.

ACTIVIDAD N°14: Evaluación del momento educativo

MATERIAL: Hojas bond y marcadores.

DESARROLLO:

La facilitadora motivó la participación, expresando que es necesario revisar cómo está yendo el proceso en diferentes ámbitos, entre ellos: los aprendizajes, el funcionamiento del grupo, las técnicas, así como el dar sugerencias para mejorar el trabajo hacia adelante.

La facilitadora hizo un recorrido breve a través de las actividades de este momento educativo y detalles sobresalientes del trabajo.

Se conformaron cinco grupos a quienes se les distribuyó papelógrafos, para que trabajen de acuerdo al siguiente detalle:

- a) Grupo 1: ¿Cuáles son los aprendizajes de esta etapa de trabajo?
- b) Grupo 2: ¿Cuáles son los temas, contenidos, vacíos, interrogantes que faltan aclarar o trabajar?
- c) Grupo 3: ¿Qué les parecieron las técnicas, el ritmo de trabajo y qué sugerencias proponen para mejorar las próximas actividades?
- d) Grupo 4: ¿Cómo evalúan el trabajo de la facilitadora y qué sugerencias le dan para mejorar su trabajo?
- e) Grupo 5: ¿Cómo evalúan el trabajo y participación de los y las participantes y qué sugerencias dan para mejorar su trabajo?

Posteriormente cada grupo presentó sus respuestas y se abrió un pequeño espacio para complementaciones u opiniones. Al finalizar la actividad la practicante realizó una síntesis de lo presentado, recuperó las sugerencias y emitió también su punto de vista.

Observaciones

De manera general se observó que los estudiantes aprendieron los contenidos del tercer momento, manifestaron que no quedaron dudas al respecto.

Calificaron el rendimiento de la practicante como muy bueno, pero querían más juegos de animación

Cierre: La facilitadora realizó una síntesis de lo presentado, recuperó las sugerencias, emitió también su punto de vista. Aclaró y acordó qué medidas se asumirían para mejorar el trabajo, respondió las interrogantes y vacíos del grupo.

Se registraron los datos más importantes en la evaluación a realizarse en la guía pedagógica

CUARTO MOMENTO DEL PROGRAMA

TEMA: Adolescencia y juventud.

OBJETIVO: Analizar e integrar a su experiencia el valor de ser joven para la construcción de un estilo de vida saludable.

ACTIVIDAD N°15: Es bueno ser joven.

MATERIAL: Tarjetas de cartulina, hojas bond, marcadores y tijeras.

DESARROLLO:

Para iniciar la actividad, la facilitadora dijo que existe una oportunidad única para el grupo y que no se puede desperdiciar. Tendrán una reunión con el Presidente del Estado, para mostrarle todo lo bueno que tienen y son los y las jóvenes. El presidente ha estado dudando sobre la juventud, pues le han dicho que es la edad del burro, que los y las jóvenes son irresponsables, que no saben lo que quieren. El grupo tendrá la oportunidad de demostrar al presidente que es bueno ser joven. Para esta actividad se dividió a los y las participantes de acuerdo a las siguientes actividades:

Grupo 1: ¿Cómo son físicamente los y las jóvenes y qué es lo bueno de ser así?

Grupo 2: ¿Cómo piensan los y las jóvenes y qué es lo bueno de pensar así y tener sus propias ideas?

Grupo 3: ¿Qué actividades realizan los y las jóvenes y qué es lo bueno de su forma de llevar adelante esas actividades?

Grupo 4: ¿Cómo se divierten los y las jóvenes y qué es lo bueno de esa forma de divertirse?

Grupo 5: ¿Cómo apoyarían los y las jóvenes al desarrollo del país? Y ¿qué es lo bueno del apoyo que pueden dar?

Posteriormente cada grupo realizó su presentación. Se hizo una revisión de la adolescencia y/o juventud, como una etapa de plenitud física, de descubrimiento, de emociones intensas, de entrega, energía, plenitud, tratando de que los y las participantes conserven la visión y la sensación de bienestar. También se analizó cómo la sociedad ve al adolescente y la sexualidad del adolescente, trabajando los estereotipos.

Observaciones

En esta actividad se denotó energía, alegría y creatividad por parte de los participantes, ya que la actividad se realizó con dinamismo y predisposición a trabajar en equipo.

Manifestaron inquietud frente a la negativa forma de pensar por parte del presidente, buscaron alternativas en propuestas para que el presidente cambie su forma de ver a los jóvenes, demostrándole con hechos que es bueno ser joven.

Los jóvenes piensan que la gente mayor, incluyendo a sus padres, tienen un mal concepto de ellos en referencia a que son irresponsables, inestables emocionalmente y que están en la etapa del burro.

Cierre: La facilitadora recuperó todas las emociones, sentimientos, opiniones, expresiones positivas y las relacionó con la experiencia del bienestar, del sentirse bien, de los beneficios de ese bienestar y como este tiene mucho que ver con las características físicas, emocionales, formas de ver y pensar de los y las jóvenes y de cualquier persona en su generalidad. Sintetizando que ese bienestar, tiene que ver con la salud, estar y ser saludable es experimentar bienestar.

b) Se realizó también una revisión de la adolescencia y/o juventud, como una etapa de plenitud física, de descubrimiento, de emociones intensas, de entrega, energía, plenitud, tratando de que los y las participantes conserven la visión y la sensación de bienestar.

c) Propuso fomentar relaciones horizontales intergeneracionales e interculturales. Sin embargo, se entendió que esta conceptualización de “etapa” sugiere una perspectiva lógica, lineal y

creciente, cuando en realidad se trata de un término cíclico, discontinuo y singularizaste, ya que según la cultura y el momento histórico de la humanidad, tiene concepciones y practicas muy diferentes. También se analizó como la sociedad ve al adolescente y la sexualidad del adolescente, trabajando los estereotipos y reforzando con los enfoques de derechos, intergeneracional, intercultural y equidad de género.

TEMA: Adolescencia y enamoramiento.

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

ACTIVIDAD N°16: Mi pareja ideal.

MATERIAL: Hojas de carpeta y bolígrafos.

DESARROLLO:

La practicante invitó al grupo a reflexionar acerca del novio o la novia ideal, se les pidió que respondan a las siguientes preguntas en su hoja de manera individual:

- a) ¿Físicamente cómo sería tu novio o novia ideal?
- b) ¿Cómo sería su forma de ser?
- c) ¿Cómo te gustaría que te tratara?

Luego se invitó a los participantes a compartir sus respuestas de manera voluntaria con todo el curso.

Al finalizar, la facilitadora reflexionó juntamente con los jóvenes, sobre los estereotipos y roles de género asignados y la discrepancia en el modo en que los varones y las mujeres han sido educados para expresar el amor.

Observaciones

Durante la actividad se observó y escuchó varios suspiros entre el grupo, sobre todo de mujeres. Ambos grupos conversaban de forma activa e interesada sobre el tema, mostrando algunas miradas picarescas, sonrisas y haciendo comentarios.

Se pudo observar en el grupo estereotipos de belleza en relación al enamoramiento; para los hombres, por lo general, el ideal de su pareja era, mujer con amplia cadera, grandes senos y rubia. Para las mujeres, el hombre ideal se asemejaba a actores de novelas, resaltando tres características: deben ser altos, ojos claros y de buenos sentimientos.

En los hombres el trato que les gustaría recibir de su pareja es muy diferente a las mujeres; las discrepancias que existen, posiblemente se deben al modo en que los varones y las mujeres han sido educados para expresar el amor.

Cierre:

- a) En la vida real es difícil cumplir con los estereotipos y los roles de género asignados.
- b) Existe una gran discrepancia en el modo en que los varones y las mujeres han sido educados para expresar el amor.
- c) Muchos varones han aprendido a expresar su amor por medio del papel de proveedor, al pasar tiempo con su pareja, al tener relaciones sexuales, al ayudar y aconsejar cuando ella tiene problemas.
- d) Para las mujeres el amor tradicionalmente ha significado la entrega total y exclusiva de sí mismas al otro. La mujer que se ha entregado de esta manera, espera que su pareja se entregue del mismo modo, (Alberoni, 1992).
- e) En el terreno del amor y de las relaciones de noviazgo se recrean los roles y los estereotipos de género

TEMA: Enamoramiento y estereotipos.

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

ACTIVIDAD N°17: Relaciones de pareja.

MATERIAL: Bolígrafos, papelógrafos, marcadores gruesos y masking tape.

DESARROLLO:

Al iniciar la actividad, la practicante dividió a los participantes en 4 grupos, 2 de hombres y 2 de mujeres y se les pidió que respondan en grupo a las siguientes preguntas, en base a lo anteriormente conversado:

¿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.

¿Cómo estas creencias, estereotipos pueden afectar al ejercicio de los derechos sexuales y derechos reproductivos?

Las características ideales variarán de acuerdo a la cultura de cada persona. Analizar ejemplos.

¿Por qué consideran que es importante pensar desde ahora acerca de la clase de relaciones que desean tener?

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

Analiza que tan frecuentes son las situaciones de acoso en las relaciones interpersonales de ustedes como adolescentes y jóvenes, ¿Cuál debería ser nuestra actitud frente a estas situaciones?

Identifica las características de una relación saludable y una no saludable.

Al finalizar se reforzaron mensajes sobre la importancia de las relaciones interpersonales durante el enamoramiento para establecer relaciones saludables y el amor nutriente; así los estudiantes sean capaces de identificar conductas de riesgo en el enamoramiento.

Observaciones

Al principio, a los jóvenes les fue difícil entender algunas preguntas de la actividad, posiblemente se deba a la redacción y términos que contiene cada pregunta. Pero inmediatamente la practicante aclaró toda duda que se manifestaba en el momento.

Los estudiantes identificaron indicios de violencia en el enamoramiento, señalando como una relación no saludable, y la confianza, respeto y amor como una relación saludable; algunos del grupo lo relacionaron con sus vivencias y se molestaban entre ellos e incluso al final de la clase se acercó un estudiante con algunas inquietudes con respecto al tema avanzado.

Cierre:

- a) Se reforzó mensajes sobre la importancia de las relaciones interpersonales durante el enamoramiento para establecer relaciones saludables.
- b) Se reforzó el mensaje sobre el amor nutricional.
- c) Los participantes sean capaces de identificar conductas de riesgo en el enamoramiento.
- d) Se resaltó la importancia del “consentimiento mutuo” para lograr el respeto dentro de la relación y evitar casos de violencia, ya que nadie debería ser forzado a participar en una relación en contra de su voluntad.
- e) Si se desencadena el maltrato durante el noviazgo queda preparado el camino para un futuro matrimonio marcado por la violencia conyugal.
- f) De acuerdo a las culturas existirán creencias más o menos machistas que pueden afectar y/o beneficiar la integridad de las personas y el ejercicio de los derechos sexuales y derechos reproductivos.
- g) Las relaciones saludables se construyen sobre la base del respeto, la comunicación y el consentimiento mutuo.
- h) h. Nadie debería ser forzado a participar en una relación en contra de su voluntad.
- i) El acoso es muy común en las relaciones interpersonales de adolescentes y jóvenes y se subestima las consecuencias para las víctimas naturalizando estas situaciones. Es reprochable porque mella la dignidad de las personas y debe ser denunciada.
- j) Relación saludable: es libre, respetuosa, busca la realización personal de quienes están involucrados, es equitativa, es auténtica, recíproca, comprensiva y de mucha confianza. Relación no saludable: es presionado, violento, controlador, celoso, posesivo, dependiente, inequitativo, abusivo, desconfiado, impositivo y con sufrimiento.

TEMA: Creencias sobre el amor.

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

ACTIVIDAD N°18: ¿Enamorado o en peligro?

MATERIAL: Cartulinas en forma de bombas y corazones, marcadores gruesos, masking tape, música y equipo de música.

DESARROLLO: Se esparció en el piso figuras de cartón, con palabras que reflejaban amor y otras que no eran amor, pero fueron puestas de tal forma que no se veían las palabras, luego se explicó al grupo que, al poner la música, iniciaran el baile, una vez que se apagará la música, cada quien se pondría de pie en una figura de cartón y después la levantaría del piso. Esto se repitió hasta que se agotaron todos los corazones y bombas, así cada participante tuvo de dos a tres figuras. La practicante escribió en el pizarrón Amor es... y Amor no es..., luego pidió a los estudiantes que decidieran a cuál de los dos letreros correspondían las frases que tenían en la mano. Se les dijo que el grupo podría ayudarlo o guiarlo si alguien se equivocaba o no sabía. Algunas preguntas para guiar fueron: ¿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? Al finalizar se hizo una exposición de acuerdo con la sección de premisas y contenido.

Observaciones

Al hacer la actividad varios jóvenes disfrutaron de la dinámica, lo hacían dando palmas, bailando y respondiendo con prontitud al agarrar los corazones y bombas.

Al momento de terminar de explicar cada frase o palabra que contenían los corazones y bombas, algunos participantes manifestaban asombro, sorpresa y otros se reían. Posiblemente, se deba a que alguno de ellos, a través de la explicación, reconocían que eran víctimas de agresión en el enamoramiento y otros los agresores, ya que algunos se molestaban entre ellos o decían en voz alta el nombre de uno de los participantes.

Algunas de las señoritas confundían los celos con el amor, es decir ellas creían que si un hombre no cela a su pareja es porque no la ama. En esta sociedad muchos jóvenes tienen el mismo concepto sobre lo que es amor, piensan que amor es prohibir estar con amigos, saber todo sobre la pareja, controlar etc., pero realmente están capturados dentro del amor romántico, el cual puede encubrir actitudes y conductas violentas; así hombres y mujeres se vuelven dependientes de la relación de pareja para llenar sus necesidades de intimidad.

Cierre: Se cerró exponiendo (de acuerdo con la sección de Premisas y contenido):

- 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, los corazones del lado de Amor no son... son los más 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 agradan de la otra persona mellan 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 de la violencia en el enamoramiento aclarando cada uno de ellos.
- g) Hablar del ciclo de la violencia y analizar cuando y como romper con 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.

TEMA: Creencias sobre el amor.

OBJETIVO: Diferenciar el amor verdadero de un deslumbramiento y de un deseo sexual.

ACTIVIDAD N°19: Reconociendo las “Red Flags”

MATERIAL: Banderitas roja y banderitas verdes.

DESARROLLO:

La facilitadora inició con una pequeña introducción, con la siguiente pregunta... ¿Existe el verdadero amor? ¿Ustedes están seguros que sienten verdadero amor o solo un deslumbramiento o un deseo sexual? ¿Quisieran saber si sus parejas los aman de verdad? Bueno, entonces quiero que presten atención a lo que se les indicará, se les mencionó diferentes comportamientos y actitudes que son señales de violencia en el enamoramiento y se les pidió que levanten la banderita verde si es que es buena la situación que se les mencionó o si pueden ser negociables, o la roja si creen que lo mencionado es malo o innegociable.

Observaciones

Las banderitas resulto demasiado dinamizador ya que se relaciona con los famosos “red flags” y “green flags” que están de moda en redes sociales.

Los estudiantes se mostraron demasiado animados, algunos estudiantes tenían la idea de que por ejemplo tu pareja te revise el celular con el motivo de tenerte controlado/a era algo aceptable en una relación, la practicante junto a los estudiantes fue deconstruyendo dichas ideas erróneas que solamente son signos de violencia.

Cierre: Se reforzaron los contenidos en base a las señales de violencia en el noviazgo.

TEMA: Creencias sobre el amor.

OBJETIVO: Permite identificar los mitos del amor romántico que generalmente se usan para encubrir la violencia.

ACTIVIDAD N°20: Mitos del amor romántico.

MATERIAL: Hojas con diferentes frases de amor romántico

DESARROLLO: Se conformaron cuatro grupos de 7 estudiantes cada uno, se distribuyó una frase de amor romántico a cada grupo, se explicó que deben analizar a que se refiere el mito, si lo habían escuchado y si es correcto, para posteriormente exponer frente a todo el curso.

Cierre: Se reforzo los contenidos en base a los mitos del amor romántico y que lo correcto seria el amor nutriente, aquel que aporte cosas positivas a la relación.

TEMA: Deseo y Comportamiento Sexual.

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

ACTIVIDAD N°21: Conociendo más sobre el deseo.

MATERIAL: Hoja de trabajo sobre deseo sexual: ¿Cuál es la verdad?

DESARROLLO:

Se llevó un papelógrafo con todas las afirmaciones sobre el deseo sexual, se les indicó a los estudiantes que se les haría la lectura de cada una de las afirmaciones y que de manera conjunta ellos podían contestar si dicha afirmación era falsa o correcta.

Observaciones

Se pudo notar en los grupos, algunos prejuicios sobre las relaciones sexuales que tenían tanto hombres como mujeres, esto se manifestó en algunas preguntas que hicieron, una de ellas fue: “si eres hombre, entonces quieres tener relaciones sexuales todo el tiempo”.

Esto fue aclarado en el momento, con fundamento teórico, por la practicante y la participación de algunos adolescentes hombres del grupo. Pero también todo el grupo identificó información correcta sobre el deseo sexual.

Cierre:

- a) Todas las personas deben poder gozar de su sexualidad.
- b) Un aspecto muy importante de la experiencia sexual es que sea voluntaria y deseada por ambos miembros de la pareja.
- c) El consentimiento sexual implica decidir libre y voluntariamente si participar o no en una actividad sexual con otra persona.
- d) 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.

- e) Algunos niños son alentados para que retrasen su actividad sexual y ellos mismos pueden desearlo. Sin embargo, con frecuencia sienten fuertes presiones para “probar su hombría” a través de experiencias heterosexuales tempranas, repetidas y algunas veces incluso agresivas.

TEMA: ITS, VIH, embarazo y violencia.

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

ACTIVIDAD N°22: La recepción

MATERIAL: Tarjetas de cartulina, hojas bond, marcadores gruesos, masking tape, lana de colores de 10 cm., de acuerdo al número de participantes (6 colores diferentes).

DESARROLLO:

La facilitadora retomó la historia de presentación ante el Presidente del Estado. En este contexto dijo que el presidente había recibido un informe sobre las presentaciones, pero que todavía tenía algunas dudas; sin embargo, había decidido invitar a todo el grupo a una recepción. Para entrar a la recepción a todos se les asignó una lana de color diferente a la de su compañero/a más próximo/a. La facilitadora mencionó que no debían perder la lanita, porque el que no la tenga, no entrará a la recepción. Luego todos y todas se desplazaron por el salón. Entonces la facilitadora pidió que todos y todas oculten el pedazo de lana que tenían en algún lugar de su cuerpo, de manera que dejaran ver solamente un pequeño extremo. Todos y todas comenzaron a caminar por el salón buscando a quien tuviera el mismo color de lana, una vez que lo encontraron se pararon a su lado y se dieron la mano. Luego, de acuerdo al color, se les asignó un número del 1 al 6 (porque eran seis colores)

La facilitadora dijo que los peores temores del Presidente se habían visto confirmados, pues la noche de la recepción sucedieron cosas muy raras. Pidió que los y las participantes de los grupos

se pusieran de pie (de acuerdo al orden que determinó la facilitadora), para darles una noticia sobre lo que había pasado la noche de la recepción.

Grupos 1 y 6: Resultó que cada vez que se daban la mano, este contacto equivalía a una relación sexual, lo que quería decir que tuvieron relaciones sexuales entre todos y todas ustedes. Producto de esas relaciones sexuales, se habían transmitido VIH.

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

Grupos 3 y 4: Su pareja (los hombres) perdieron el control y las golpearon muy fuerte en la cara y en el cuerpo, las insultaron y les dijeron que no valían nada. Ahora todo su cuerpo estaba con marcas de la golpiza y tenían los ojos cerrados por los golpes (en el caso de las mujeres). En el caso de los hombres, se sentían muy culpables por la golpiza que les habían dado a sus parejas y estaban en la calle sin saber qué hacer.

Luego cada grupo trabajó en una hoja sobre las siguientes preguntas:

Grupos 1 y 6: a) ¿Qué saben sobre el VIH?, b) ¿Qué se puede hacer para prevenir el VIH?, c) ¿Qué pueden hacer si se han infectado con VIH?

Grupos 2 y 5: a) ¿Cómo se pueden 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) ¿Qué recuerdan sobre la violencia?, b) ¿Cómo se puede prevenir la violencia?, c) ¿Qué pueden hacer si son víctimas de violencia o agresores? d) ¿Qué conoces de la violencia sexual?, e) ¿Dónde puedo acudir en estos casos?

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

Fortalecer la información acerca el ITS, VIH-SIDA, métodos anticonceptivos y violencia, uso del condón como doble protección incluyendo la explicación de las ITR (Infecciones del Tracto Reproductivo) promoviendo el respeto de las diversidades en el marco de los derechos (Género, Intercultural, Intergeneracional).

La importancia de denunciar en caso de violencia.

En Bolivia el aborto es ilegal, con excepción de 2 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 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 la estigmatización de quienes viven con esta infección.

Observaciones

Una vez repartidos los papелitos de seis colores diferentes a los participantes, se inició la actividad, la cual era buscar por todo el curso y saludarse entre los mismos colores; esta dinámica les pareció muy divertida y entretenida, ya que los participantes manifestaban entusiasmo al hacerlo. Una vez formados los grupos, la practicante mencionó el objetivo de la dinámica, ante la cual los participantes reaccionaron con gran asombro y risas, porque se enteraron que cada saludo equivalía a una relación sexual coital y en consecuencia algunas resultaron embarazadas o embarazaron a su pareja otros fueron transmitidos con el VIH y otros resultaron ser violentos o violentadas por su pareja.

Sobre el VIH algunos estudiantes manifestaron que si ya estaban contagiados lo que les quedaba era comer sano para alargar sus vidas y esperar la muerte. En referencia al embarazo, en ambos sexos manifestaban temor a aquello, ya que implicaba dejar los estudios, ponerse a trabajar y retardar los sueños, en el caso de las mujeres la vergüenza y decepción que les provocarían a sus padres, una de las estudiantes manifestó lo siguiente: “si me embarazo me muero” otra “mi padre me mata”; obviamente esta expresión es metafórica, pero denota mucho temor, ansiedad y preocupación al pensar en ello. También mencionaron que la violencia se puede prevenir mediante la comunicación entre la pareja, y si la mujer es violentada debe denunciar y no quedarse callada, aunque muchas callan y es porque seguimos viviendo en una sociedad machista, eso debería eliminarse, “con los talleres que usted nos da podemos prevenir la violencia” manifestaron varias/os estudiantes.

Cierre: En el cierre y basado en la recuperación de las emociones, la facilitadora ayudó a visibilizar la influencia del VIH - ITS, violencia y embarazo no planificado sobre la SS y SR y sobre los planes de vida. Recuperó e introdujo en el análisis los elementos relacionados al holón del erotismo de la sexualidad, los comportamientos sexuales de los jóvenes y las conductas de autocuidado. Introdujo también elementos vinculados a la relación de pareja, de acuerdo al movimiento y lectura de grupo.

Destacó la importancia de desarrollar conductas, comportamientos y acciones preventivas. Al concluir la actividad, la facilitadora reforzó los mensajes de:

- a) Fortaleció la información acerca el ITS, VIH-Sida, Métodos anticonceptivos, violencia y doble protección del condón.
- b) Incluyó la explicación de las ITR (infecciones del tracto reproductivo).
- c) Promovió el respeto de las diversidades en el marco de los derechos (Genero, Intercultural, Intergeneracional).
- d) Visibilizó la Violencia en la interacción cotidiana y la importancia de la denuncia.
- e) La adolescente embarazada tiene como opción el interrumpir el embarazo, la adopción o tenerlo.
- f) Las mujeres deciden interrumpir el embarazo por muchas razones: No pueden costear o manejar 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 salud. Porque han sido violadas.
- g) En Bolivia el código penal penaliza la interrupción del embarazo y lo autoriza en circunstancias excepcionales: embarazos producto de violación, rapto no seguido de matrimonio, estupro, incesto y cuando la vida de la madre esté en riesgo. Se ha eliminado la orden judicial como requisito, pero si se debe denunciar el hecho delictivo ante las oficinas en las fiscalías. El 2017 se está revisando y analizando el código penal para ampliar las causales.
- h) Dentro de una relación sexual, cada persona tiene derecho de protegerse y la responsabilidad de proteger a su pareja.

- i) La confidencialidad respeta la dignidad de las personas y permite asimilar psicológica y emocionalmente su realidad para luego tomar sus decisiones basadas en sus propias necesidades y no respondiendo a presiones sociales, estigmas o discriminación.
- j) Tratar a la persona con Vih/Sida como a cualquier otra persona además de informar acerca del tema a quienes nos rodean, esto será importante para evitar la discriminación y estigmatización.
- k) Aclarar que pueden recabar mayor información sobre estos temas en las unidades educativas, en los centros de salud de su zona, en CIES.
- l) Los centros de Atención Integral y Diferenciada para el Adolescente, son instancias que pueden informar, orientar o acompañar a los adolescentes y jóvenes.
- m) Las personas jóvenes que viven con Vih pueden tener vidas gratificantes, felices y saludables.
- n) Las adolescentes y jóvenes están respaldadas por la Ley de 348, Ley integral para garantizar a las mujeres una vida libre de violencia que garantizan a todas las personas, en particular a las mujeres, el derecho a no sufrir violencia física, sexual y/o psicológica tanto en la familia como en la sociedad.
- o) Indicó que el consumo de las drogas tiene un impacto muy negativo sobre la salud sexual y reproductiva, provocando; La reducción de la fertilidad, Alteraciones del embarazo, con daños para el feto y el recién nacido, Disfunciones sexuales y conductas de riesgo, La transmisión de enfermedades infecciosas, retraso en la concepción e infertilidad, Adelanto de la menopausia (en dos años como promedio), Aparición de ciclos menstruales irregulares, etc.
- p) Enfatizó que los mecanismos de influencia del alcohol sobre la violencia basada en género se relacionan con sus efectos farmacológicos, que actúan reduciendo la capacidad de autocontrol, desinhibiendo los mecanismos que inhiben las conductas violentas y disminuyendo la capacidad de juicio y la percepción del riesgo asociado a ciertas conductas violentas

TEMA: Temas que les preocupa a los hombres.

OBJETIVO: Reflexionar sobre algunos temas de interés de los hombres que generalmente no son tratados en su entorno, de manera que se visibilicen necesidades específicas.

ACTIVIDAD N°23: Temas que les preocupa a los hombres.

MATERIAL: Hojas bond, marcadores, fotocopias de Anexo 5.

DESARROLLO: Se leyó uno de los temas de la sección “Temas que preocupan a los hombres, pero que son silenciados”. Se realizaron grupos de no más de cuatro personas sobre las experiencias en torno al tema, a las mujeres se les pidió que hablen sobre experiencias con los hombres, mientras que a los hombres se les solicitó que hablen sobre sus experiencias personales, a ambos grupos se les sugirió platicar sobre experiencias que no resulten molestas, sino que busquen experiencias que puedan compartir. En este momento fue importante explorar las experiencias, dudas y certezas de los jóvenes.

Posterior a ello se realizaron las siguientes preguntas:

1. ¿Por qué no se hablan de estos temas comúnmente? 2. ¿Qué tiene que ver este silencio con los roles de género? 3. ¿Qué tiene que ver este silencio con el tema cultural? 4. ¿Qué puede ocasionar el no hablar de estos temas? 5. ¿Cómo afectaría a la vivencia de la sexualidad del hombre?

Observación:

Se pudo observar un comportamiento y actitud favorable por parte de los estudiantes, ya que pudieron expresar con demasiada confianza temas que ellos reconocieron que no se hablan.

La facilitadora concluyó con que hay temas que preocupan a los hombres pero que no son de ámbito público, hay que reflexionar por qué los hombres no hablan sobre estos temas, los temas que los hombres silencian están relacionados con situaciones de vulnerabilidad, y el silencio es parte de una estructura social masculina que quiere evitar que los hombres se vean como débiles y vulnerables. El silenciar estos temas pone en riesgo al hombre desde diferentes ámbitos.

Cierre: a) Hay temas que preocupan a los hombres pero que no son de ámbito público. Se reflexionó el por qué los hombres no hablan sobre estos temas.

b) Los temas que los hombres silencian están relacionados con situaciones de vulnerabilidad, y el silencio es parte de una estructura social masculina que quiere evitar que los hombres se vean como débiles y vulnerables.

c) El silenciar estos temas pone en riesgo al hombre desde diferentes ámbitos.

TEMA: La Paternidad Adolescente.

OBJETIVO: Reconocer la importancia de la paternidad y los efectos en la vida de cada persona, para asumir una paternidad responsable.

ACTIVIDAD N°24: La paternidad Adolescente.

MATERIAL: Marcadores y tarjetas de colores

DESARROLLO: Se les pidió a los estudiantes que puedan reflexionar acerca de cómo ven a sus papás y la opinión que tienen acerca de ellos.

Observaciones:

Dentro de las opiniones de los estudiantes se pudo escuchar lo siguiente: Los hombres frecuentemente ejercen muchos actos de paternidad, pero no la consideran con valor. Esto es, porque le brindan más valor a otras actividades como el trabajo, existe una paternidad vista con un ejercicio autoritario del poder que daña a los hijos e hijas, y que no toma en cuenta sus gustos y opiniones, existe una paternidad ausente donde los hombres no asumen ninguna responsabilidad sobre los hijos/as y los maltratan a través del abandono, hay padres que expresan sus sentimientos y afectos a los hijos e hijas, y que están al tanto de ellos y ellas. A veces todos los hombres jugamos todos estos roles, pero algunos se centran más en un tipo de paternidad que en otra. Frecuentemente es doloroso hablar de la figura del padre, pero es importante pues ellos son los principales formadores de la masculinidad que vivimos. Cambiar la paternidad es modificar de forma muy profunda la construcción de la masculinidad.

Cierre: a) Los hombres frecuentemente ejercen muchos actos de paternidad, pero no la consideran con valor. Esto se debe a que le brindan más valor a otras actividades como el trabajo.

b) Existe una paternidad vista con un ejercicio autoritario del poder que daña a los hijos e hijas, y que no toma en cuenta sus gustos y opiniones.

c) Existe una paternidad ausente donde los hombres no asumen ninguna responsabilidad sobre los hijos/as y los maltratan a través del abandono.

d) Hay padres que expresan sus sentimientos y afectos a los hijos e hijas, y que están al tanto de ellos y ellas.

e) A veces todos los hombres jugamos todos estos roles, pero algunos se centran más en un tipo de paternidad que en otra.

f) Frecuentemente es doloroso hablar de la figura del padre, pero es importante pues ellos son los principales formadores de la masculinidad que vivimos. Cambiar la paternidad es modificar de forma muy profunda la construcción de la masculinidad.

g) Se reforzó la importancia de la paternidad.

TEMA: Salud Sexual y Salud Reproductiva.

OBJETIVO: Analizar, reconocer y reflexionar sobre la salud sexual y salud reproductiva a través del autocuidado para la vivencia de la sexualidad.

ACTIVIDAD N°25: Construyendo la Salud Sexual y la Salud Reproductiva.

MATERIAL: Tarjetas de cartulina, papelógrafo, marcadores gruesos, masking tape.

DESARROLLO: La facilitadora pidió a los y las 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 realizaría.

Posteriormente se pidió a los y las participantes que recuerden los elementos que se revisaron en relación a la 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 conformaron cuatro grupos, cada uno trabajó, con una lluvia de ideas sobre lo siguiente:

Grupos 1 y 3: Concepto de salud sexual

Grupos 2 y 4: Concepto de salud reproductiva

Concluido el trabajo en papelógrafos, cada grupo presentó el trabajo realizado. La facilitadora abrió un espacio para que todo el grupo pudiera realizar preguntas, completar o dar sugerencias para enriquecer las definiciones.

Al finalizar, se aclaró el concepto de Salud, explicando los conceptos de SS (salud sexual) y SR (salud reproductiva) especificando sus categorías diferenciadoras e inclusivas, a la vez relacionando la Salud Sexual con Derechos Sexuales, Salud Reproductiva y Derechos Reproductivos. Se enfatizó en el ejercicio de sus derechos, en instancias como la escuela o el colegio, centros de salud, comunidad, familia y otros.

Observaciones

Es importante mencionar que los estudiantes no sabían el significado real de salud sexual y salud reproductiva, se les animó a la participación, en consecuencia, algunos contestaron erróneamente y otros se aproximaron a ello vagamente. El hecho de hablarles sobre los derechos sexuales y derechos reproductivos fue novedoso para ellos ya que desconocían de su existencia. Se realizó una dinámica en la cual aprendieron y se divirtieron al seleccionar y diferenciar los derechos sexuales de los derechos reproductivos.

Cierre: En el cierre la facilitadora reforzó: el concepto de Salud. explicó los conceptos de SS y SR especificando sus categorías diferenciadoras e inclusivas, relacionó la Salud Sexual con Derechos Sexuales, Salud Reproductiva y Derechos Reproductivos, enfatizó en el ejercicio de sus derechos, en instancias como la escuela o el colegio, centros de salud, comunidad, familia y otros, aclaró que según la edad se podía ejercer los derechos sexuales y/o los derechos reproductivos, ejemplificando.

TEMA: Evaluación del momento educativo.

OBJETIVO: Relacionar los elementos conceptuales con sus aprendizajes y experiencia, proponiendo mejoras para el proceso educativo.

ACTIVIDAD N°26: Evaluación del momento educativo.

MATERIAL: Hojas bond, marcadores.

DESARROLLO: La facilitadora motivó a la participación, expresando que era necesario revisar cómo estaba yendo el proceso, en diferentes ámbitos, entre ellos los aprendizajes, el funcionamiento del grupo, las técnicas, así como dar sugerencias para mejorar el trabajo hacia adelante.

Se conformaron cinco grupos y se distribuyeron hojas bond y marcadores. Los y las participantes utilizaron las hojas para escribir sus respuestas, luego analizarlas en grupo.

Los grupos trabajaron de acuerdo al siguiente detalle:

1. Grupo 1: ¿Cuáles son los aprendizajes de esta etapa de trabajo?
2. Grupo 2: ¿Cuáles son los temas, contenidos, vacíos, interrogantes que faltan aclarar o trabajar?
3. Grupo 3: ¿Qué les parecieron las técnicas, el ritmo de trabajo y qué sugerencias proponen para mejorar las próximas actividades?
4. Grupo 4: ¿Cómo evalúan el trabajo del o la facilitadora y qué sugerencias le dan para mejorar su trabajo?
5. Grupo 5: ¿Cómo evalúan el trabajo y participación de los y las participantes y qué sugerencias dan para mejorar su trabajo?

Al finalizar, la facilitadora realizó una síntesis de lo presentado, recuperó las sugerencias y emitió también su punto de vista.

Observaciones

Los participantes mencionaron haber aprendido sobre la sexualidad y lo importante del cuidado del cuerpo, además sobre el cuidado que deben tener al escoger su pareja y estar alertas a posibles violencias en el enamoramiento. También que es muy importante protegerse al tener relaciones sexuales coitales para prevenir las terribles ITS y el VIH, como el embarazo, sabiendo que el método más efectivo es la abstinencia y el uso correcto del condón.

Los estudiantes mencionaron que la practicante explicaba bien y se hizo entender, además que les gustaron las dinámicas y actividades de esta etapa.

Algunos estudiantes hablaron a sus compañeros haciéndoles reflexionar sobre su comportamiento, ya que algunos no se comportaban bien, hacían demasiada bulla, que habían estudiantes que si querían aprender y se distraían rápido. Resaltaron la importancia que tiene el programa y que deberían participar más ya que va en beneficio de ellos.

Cierre: La facilitadora realizó una síntesis de lo presentado, recuperó las sugerencias, emitió también su punto de vista. Aclaró y acordó qué medidas se asumirán para mejorar el trabajo, respondió las interrogantes y vacíos del grupo. Registró los datos más importantes en la evaluación a realizarse en la guía pedagógica

QUINTO MOMENTO DEL PROGRAMA

TEMA: Autoestima.

OBJETIVO: Reconocer y reflexionar sobre las características individuales (autoconocimiento) desarrollando acciones completas para el fortalecimiento de la autoestima.

ACTIVIDAD N°27: ¿Quién soy yo?

MATERIAL: Hojas de carpeta, bolígrafos.

DESARROLLO:

Al iniciar, la facilitadora pidió a los estudiantes sacar una hoja de carpeta y doblar la hoja en cuatro partes iguales.

Luego, dando el ejemplo, dobló la hoja por la mitad varias veces, hasta llegar a tener 4 casillas. Entonces les pidió que en cada casilla respondieran a las siguientes preguntas:

Cómo soy yo como...

1. ¿Persona?
2. ¿Hijo o hija?
3. ¿Amigo o amiga?
4. ¿Estudiante?

En la parte superior de cada casilla, se colocó el título (por ejemplo, persona, hijo, etc.) y se abrió un pequeño recuadro al lado de cada título. Cuando los y las participantes realizaron esta acción, se indicó que todas las respuestas debían ser a través de dibujos.

Una vez que terminaron sus dibujos, en cada recuadro pusieron un valor, un puntaje entre 1 y 10, es decir, si creo que como persona soy totalmente bueno o buena, pondré un 10 o el valor que considere correcto o justo.

A la conclusión de los dibujos y de los valores, cada participante, compartió sus dibujos (mostrando y explicando) y los valores que puso (explicando las razones para asignar ese valor).

Posteriormente se entró en una etapa de análisis con las siguientes preguntas:

¿Cómo se sienten?, ¿Qué descubrieron en los dibujos y valores de los otros/as?, ¿Qué descubrieron sobre ustedes mismos/as?, Sus valores fueron iguales para todas las casillas ¿Cuál es la razón?, Si hiciéramos este ejercicio de aquí a seis meses ¿Se mantendrían?, ¿Cambiarían?, ¿Qué hemos estado trabajando? ¿Cuáles serán las características de la autoestima?, ¿Puedes definir tu autoestima? Reconoce cuáles son tus cualidades, habilidades y defectos personales. Ahora, analiza ¿Cómo estas cualidades y habilidades pueden influir en tus relaciones interpersonales?, ¿Cómo ayuda la autoestima en la vivencia de la sexualidad, para el cuidado de la salud sexual y salud reproductiva?

Observaciones

Esta actividad fue de autoanálisis y autoconocimiento, ya que varios de los estudiantes no se conocían a sí mismos lo suficiente como para describirse mediante un dibujo, muchos se quedaban pensativos y otros pedían ayuda a la practicante, quien mencionó que deberían analizar su conducta, hacer un autoanálisis y ser sinceros de acuerdo al área en cuestión.

Al momento de expresar cómo son como, amigos, personas etc. Fueron sinceros, esto se notó mediante la expresión del rostro y movimientos de manos, además que varios aceptaron que no son buenos en ciertas áreas de sus vidas y que quisieran mejorar, varios jóvenes aceptaron sus defectos y sus virtudes y esto fue más notorio cuando colocaron puntajes en cada área que se les pidió que lo hicieran. Se notó un gran agrado por parte de los estudiantes al realizar esta actividad.

Cierre: En el cierre, se reforzaron los siguientes mensajes, en base a la discusión y al respaldo teórico de las referencias conceptuales de la Guía:

- a) La autoestima como la asignación de un valor a nosotros mismos/as, en base a nuestras características físicas, habilidades, cualidades presentes y ausentes.
- b) La importancia de evaluar periódicamente los ámbitos, las habilidades, las cualidades presentes y ausentes.

- c) La importancia de corregir los aspectos negativos y mejorar los positivos.
- d) Es importante conocer el tipo de autoestima de cada uno de nosotros para fortalecerla o equilibrarla.
- e) Tener una buena autoestima permitirá tomar decisiones más seguras, coherentes, responsables y saludables.
- f) Nuestras cualidades y habilidades pueden afectar positivamente a nuestras relaciones generando un aprendizaje y crecimiento mutuo. Aquellos defectos deben ser analizados porque pueden mostrar que somos indefensos ante situaciones de violencia o vulneración de nuestros derechos, y pueden llevarnos a reacciones pasivas que perpetúen situaciones negativas para nuestras vidas.

TEMA: Autoestima.

OBJETIVO: Reconoce y analiza las situaciones que afectan la autoestima promoviendo acciones para su autorregulación.

ACTIVIDAD N°28: Todo lo que me dicen.

MATERIAL: Hoja de carpeta, bolígrafos.

DESARROLLO: Se distribuyó una hoja tamaño oficio a cada participante. Mostrando como hacerlo, la facilitadora dobló la hoja en ocho pedazos. Una vez que todos los participantes tuvieron listas sus hojas, pidió que recuerden las palabras y adjetivos negativos, palabras feas que alguna vez les dijeron y que afectaron su autoestima y que luego escriban esas palabras en los pedazos de papel, una en cada papelito, advirtiéndole que no era necesario llenarlos todos y también abriendo la opción a alguien que necesite más papeles. Una vez concluida la actividad distribuyó un trozo de masking a los y las participantes indicando que los papelitos debían pegarse en las partes del cuerpo que quieran, de manera que se puedan leer, indicó que deben movilizarse por todo el salón leyendo los papelitos de los otros/as y dejando que también lean los propios.

Cierre: Durante el cierre, la facilitadora retomó los elementos de análisis de la anterior actividad y de la presente, para reforzar el concepto de autoestima como el valor que nos otorgamos nosotros mismos/as, en función a nuestras características físicas, habilidades, cualidades presentes y ausentes. Además ayudó a visibilizar: La importancia del

autoconocimiento y de la autoevaluación, como procesos para identificar el nivel de nuestra autoestima, la influencia que tiene el entorno y otras personas, en nuestra autoestima, la posibilidad de desprendernos de elementos dañinos para la autoestima, en base al trabajo sobre el mejoramiento de habilidades y análisis de nuestra situación actual, destacó la relación de la autoestima con la vivencia de la sexualidad y el cuidado de la salud sexual y salud reproductiva, la baja autoestima puede generar miedo y pasividad ante la vulneración de los derechos, el reconocimiento de las virtudes y defectos de una persona, debe prevalecer ante las opiniones de otras personas y servir para mejorar cada día, entender que el reconocimiento de nosotros como portadores de derechos, permitirá experiencias que desarrollen una autoestima positiva

TEMA: Modelo A – B - C

OBJETIVO: Reconocer, reflexionar y utilizar los componentes y características del modelo A-B-C incorporándolo en su vivencia para el cuidado de la salud sexual y salud reproductiva.

ACTIVIDAD N°29: Aprendiendo el A – B - C

MATERIAL: Hoja de trabajo A-B-C individual, tarjetas de cartulina, papel tamaño oficio, Bolígrafos, Marcadores delgados, Masking tape.

DESARROLLO:

Inicialmente, la facilitadora realizó una exposición breve de las características del modelo A, B, C y cómo puede ayudar a los y las 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 debía hacer referencia a:

1. El hecho de que en 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 tendrían diferentes consecuencias que influirían 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 define cómo 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 los A-B-C, nos puede ayudar a tener mayor control de nuestras emociones e influencia sobre cómo afrontamos los problemas o situaciones difíciles.

Finalmente, la practicante ejemplificó el modelo A-B-C mediante situaciones como:

1. Acabas de recoger la libreta del 3er trimestre y te aplazaste en 5 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 para nada.

3. Un chico de otro colegio, te grita en la calle que eres “un estúpido”.

Luego hizo participar a los estudiantes para ejemplificar el modelo A-B-C mediante la técnica de lluvia de ideas, para que los y las participantes, puedan identificar todos los elementos del sistema A-B-C, y su funcionamiento.

Observaciones

Este modelo sirve y es de ayuda en todos los aspectos del ser humano, para el control de emociones y situaciones que ocurren en el diario vivir. Una de las situaciones que manifestó la facilitadora a los estudiantes es la de quedarse de año (¿qué pasaría si repruebas el año? como le dirías a tus padres). Frente a esa situación, se pudo percibir en una gran mayoría el miedo o temor a quedarse de año o el solo hecho de decir a sus padres, ya que muchos reaccionaron con expresiones como: “uh, si se entera mi mamá me vota de mi casa”, o “me va a pegar”. Al principio, la resolución de problemas de alguno de ellos fue el de escaparse de la casa, otros de mentir; pero la facilitadora juntó todas esas resoluciones y llevó a los jóvenes a una reflexión utilizando el modelo ABC, el cual dio un buen resultado, ya que conjuntamente con los estudiantes se logró optar por buenas resoluciones para afrontar la situación emergente.

La vida está llena de situaciones y conflictos adversos, es innegable no aceptarlo ya que es parte de la realidad del ser humano; quien logra aprender de ellos y opta por buenas resoluciones de conflicto o quedarse estancado reaccionando abruptamente con todo lo que se manifieste en su paso; esto resalta la importancia del modelo como ayuda al crecimiento en todas las etapas del ser humano y disfrute de su sexualidad.

TEMA: Comunicación asertiva.

OBJETIVO: 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 de la sexualidad y el cuidado de la salud.

ACTIVIDAD N°30: Discurso asertivo.

MATERIAL: Hojas bond y marcadores

DESARROLLO:

Al inicio de la actividad, la practicante 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 de la pasividad.

c. Su relación con los pensamientos, emociones y conductas, que orientan la asertividad como herramienta de comunicación para la mantención de nuestro bienestar.

Habiendo realizado la exposición, propuso que antes de ensayar respuestas asertivas, es necesario aprender elementos sencillos sobre la comunicación. Conformó cuatro grupos e hizo que se ubicaran frente a frente. Indicó que cada grupo deberá actuar físicamente y con el tono de voz acorde a la instrucción que se dé:

Grupo 1: Con rabia y enojo

Grupo 2: Con mucho miedo

Grupo 3: Rogando, suplicando

Grupo 4 Con firmeza, concentrado en su objetivo

Se pidió a los grupos que muestren cómo 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 instruyó que cada grupo, de acuerdo a lo asignado, debería 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 preguntas guía.

Al finalizar, la facilitadora reforzó los mensajes y conceptos de asertividad, visibilizó y remarcó la importancia de la congruencia entre lo que se dice, el cuerpo y el tono de voz, reforzó la asertividad como una herramienta para la vivencia de la sexualidad y el cuidado de la salud sexual y salud reproductiva, incluyendo la defensa de los derechos individuales, la asertividad permitirá decir SÍ o NO ante situaciones de riesgo y la asertividad da la posibilidad de defender los derechos sin ofender ni hacer daño a nadie.

Observaciones

Durante la actividad lo más notorio fue, cuando la facilitadora dio la orden de que expresaran una frase con tono de voz y postura de cuerpo de acuerdo a lo asignado, los adolescentes no pudieron hacer la actividad efectivamente, ya que muchos al momento de realizarla se reían, tenían vergüenza e incluso no se sentían identificados con cierta postura del cuerpo y tono de voz, querían optar por otra. Pero la practicante dio el ejemplo de cada una de las consignas, para que los jóvenes se animaran a hacerlo con mejor entrega en el papel que les correspondían. Lo

importante es que se logró el objetivo, ya que en cada situación que manifestaban los estudiantes, la facilitadora les llevaba a relacionarla con el modelo ABC, y les hacía reconocer cuales son las mejores opciones de resolver conflictos, tratando de ser siempre asertivos en la comunicación, defendiendo sus derechos sin ofender a la persona en cuestión y saber cuándo decir No y cuándo decir SI.

Cierre: En el cierre, se reforzó:

- a) Los mensajes y conceptos de asertividad.
- b) Se visibilizó y remarcó la importancia de la congruencia entre lo que se dice, el cuerpo y el tono de voz.
- c) Visibilizó como estar consciente de que los pensamientos, emociones y conductas, coadyuvan en la emisión de una conducta asertiva.
- d) Se reforzó la asertividad como una herramienta para la vivencia de la sexualidad y el cuidado de la salud sexual y salud reproductiva, incluyendo la defensa de los derechos individuales.
- e) La asertividad nos permitirá decir SI o NO ante situaciones de riesgo.
- f) Las personas sexualmente asertivas son capaces de expresar sus deseos, sus necesidades y sus derechos de manera firme y directa,
- g) La asertividad nos da la posibilidad de defender nuestros derechos sin ofender ni hacer daño a nadie

TEMA: Toma de decisiones.

OBJETIVO: Reconocer, relacionar y aplicar las destrezas sobre el modelo A-B-C y asertividad en la toma de decisiones y negociación para la vivencia de la sexualidad y el cuidado de la salud.

ACTIVIDAD N°31: Salvando la vida.

MATERIAL: Papel tamaño oficio, marcadores delgados y bolígrafos.

DESARROLLO:

Se dividió a los y las participantes en cuatro grupos, asignándoles a cada grupo una de las siguientes características, contextualizando el nombre de los grupos según las regiones:

Grupo 1: Guerreros

Grupo 2: Cazadores

Grupo 3: Sabios

Grupo 4: Agricultores

Una vez distribuidas las características, la facilitadora contextualizó diciendo 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 por mar para llegar a nuevas tierras, pero para ello deben unirse a alguna de las otras tribus para establecer una alianza. Primero y antes de la negociación en un papelógrafo plasmaron los siguientes aspectos:

a. Definir características de su tribu.

b. Establecer los siguientes aspectos:

- Objetivo de su tribu

- Características de las otras tribus y oportunidades que les ofrecen para cumplir su objetivo

- Identificar la opción más favorable,

- Identificar otras alternativas.

c. Identificar elementos del modelo A-B-C y el asertividad, para tomar la decisión de con quién aliarse y negociar la alianza.

d. Nombrar un/a negociador/a.

Se otorgó un tiempo aproximadamente de 15 minutos para que realicen la actividad (que se podría flexibilizar de acuerdo al avance), pero había que hacerles sentir presión para el cumplimiento del tiempo. Concluido el mismo, se les indicó que fueran a negociar, tomando en cuenta las reflexiones que hicieron en el trabajo previo. Tendrían 5 minutos para hacer las alianzas. Terminada esta etapa, se inició el análisis de acuerdo a las preguntas de la guía.

Observaciones

En esta actividad se notó mucho dinamismo y creatividad por parte de los estudiantes, ya que tenían que tomar decisiones para salvar a su tribu, y para ello era necesario aliarse con otro grupo con ciertas características que ellos necesitaban para poder salir de la isla y sobrevivir. Se pudo advertir que al momento de realizar el convenio con otro grupo hubo varias trabas como

ser: indecisión, fricción y desunión del grupo; a la vez se observaron las distintas consecuencias de acuerdo a las alianzas y no alianzas que hubieron. Los estudiantes se dieron cuenta que cuando una tribu hacía alianza con otra, esto traía consecuencias positivas como el salvarse y salir de la situación que atentaba contra sus vidas, como también vieron las consecuencias negativas que conllevaba el no lograr tal unión.

La practicante resaltó la importancia de la toma de decisiones, ya que se realizan todo el tiempo, en todo momento, e incluso realizamos varias decisiones en el día, el solo hecho de decidir cómo ir vestida (o) al colegio, presentar o no un trabajo práctico, estudiar o no para el examen, etc., nos trae consecuencias negativas o positivas, y eso depende de la persona, ya que su futuro está en el hoy no mañana, porque el logro de cierta estabilidad para el futuro depende de las buenas decisiones que tome en el presente. A la vez la dinámica de la toma de decisiones se relacionó con la Sexualidad, ya que esta abarca todas las etapas del ser humano, por lo cual es imprescindible tener en cuenta el momento de ser o no ser responsable con la práctica de la sexualidad.

Cierre:

- a) Al cierre de la actividad se realizó una síntesis en base a todos los elementos sugeridos por el grupo y se ligó a los contenidos relacionados a la toma de decisiones, la influencia de las emociones en el proceso de toma de decisiones, las características de negociación y las habilidades personales. Además, se vinculó con los resultados de diagnóstico y ayudarlo a visibilizar las conexiones con sexualidad, salud sexual, salud reproductiva, derechos y las herramientas vistas con anterioridad (A-B-C, asertividad, etc).
- b) Se fortaleció el análisis de cada uno de los pasos de la toma de decisiones. La toma de decisiones no se limita a decidir tener o no una pareja, hijos(as). Es un proceso que practicamos todos los días y en cada momento. La toma de decisiones tiene como base lo que pienso y siento, pero como algunas veces puedo pensar de acuerdo a mala información puedo tomar decisiones desacertadas.
- c) La comunicación asertiva permite poder hacer frente a la presión de padres, madres, amigos y profesores al momento de elegir o poner en práctica la decisión. Las habilidades de comunicación, la autoestima, el conocimiento de nuestros derechos y

nuestro liderazgo permiten que cada uno(a) de nosotros(as) tomemos las mejores decisiones de forma autónoma.

- d) Cualquier decisión que se toma implica un nivel de responsabilidad con uno mismo(a) y con otra persona.
- e) Cuando uno toma decisiones puede cometer errores, sin embargo, los errores forman parte del proceso de aprendizaje. Nos acercamos cada vez más a la actuación adecuada conforme vamos aprendiendo de nuestros errores, pues nos van aportando la información necesaria para seguir la dirección correcta. Cada error te dice lo que necesitas corregir. Los errores son también señales de advertencia que, si los tienes en cuenta, pueden servirte para evitar errores mayores.

TEMA: Liderazgo

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

ACTIVIDAD N°32: Los globos

MATERIAL: Globos grandes de 4 colores diferentes, tijeras, un rollo de cordel grueso, 4 tiras de 10 cm de lana gruesa.

DESARROLLO:

Se organizó a los y las participantes en cuatro grupos. Cada uno se ubicó en una esquina del salón. Se les indicó que debían elegir un representante, por consenso y estar seguros de que era el mejor representante. Una vez que cada grupo eligió a su representante, él o ella se puso al frente del grupo, era el primero. Luego todos los componentes de cada grupo se ataron con el cordel, de los tobillos y de las muñecas, de manera que quedaran lo más juntos/as posible. La facilitadora verificó que estuvieran bien atados y juntos. La practicante ubicó un globo desinflado de color, en el extremo opuesto de cada grupo (asignó a cada grupo qué color de globo debe recuperar) y los cuatro trozos de lana al centro del salón. Luego se indicó que el representante elegido es responsable de la vida de todos/as. Cada grupo agarró el globo, lo infló lo amarró con uno de los trozos de lana y se lo entregó a la practicante. El grupo que llegue primero, habrá salvado a todos sus integrantes, el segundo, había perdido a dos, el tercero había perdido a cuatro y en el cuarto habían muerto todos. Iniciada la actividad, la facilitadora

monitoreó el desarrollo de la actividad, estando alerta a la forma en que se organizaron, quiénes tomaron el control y cómo desarrollaron las tareas. Al concluirla se determinó el orden de llegada y después de que todos se desataron, se inició el análisis.

Con todos los elementos de la discusión, la practicante realizó una síntesis del trabajo realizado, destacando:

- a. El liderazgo, como la capacidad de influir en otros/as.
- b. Fortalecer el mensaje de que un líder tiene que desarrollar sus propias habilidades, capacidades, actitudes, conocimientos para poder influir en los otros.
- c. La capacidad de escucha y de confianza que debe tener el líder o lideresa en las otras personas con quienes trabaja.
- d. La importancia de ser líder de su propia vida y de su salud.
- e. Fortalecer el mensaje que un líder debe promover relaciones horizontales intergeneracionales, de género e interculturales.
- f. El líder transformador primero debe transformarse a sí mismo.

Observaciones

Al hacer esta actividad, se notó la falencia de líderes en cada curso, es decir existían pocos líderes nominados, ya que los compañeros guiados por la practicante, nombraban a ciertos líderes de acuerdo a sus características personales. Esto puede deberse al miedo que tienen de ocupar un cargo o el deseo de librarse de responsabilidades, como también a temas de inseguridad, baja autoestima, etc. ya que la practicante observó que hay grandes líderes en potencia, solo que ellos prefieren estar en el anonimato por las diferentes causas presentadas líneas arriba.

Se observó que al inicio de la actividad los participantes se divirtieron y demostraron entusiasmo al realizar la dinámica. Pero la practicante los llevó al análisis con diferentes preguntas de toda la dinámica realizada, los estudiantes reflexionaron sobre si mismos y se dieron cuenta de que no todos escogieron bien a sus líderes, ya que no lograron guiarles de forma adecuada y oportunamente, además vieron la importancia del apoyo del equipo al líder para lograr el

objetivo común que se tiene como equipo, entendieron que no existe líder estrella, sino el líder que inspira al cambio, al desarrollo, no solo del equipo; sino de cada integrante del mismo. A la vez comprendieron que ellos mismos tienen capacidades y habilidades para lograr ser líderes en cualquier situación que se les presente. Reconocieron que son líderes a priori de su cuerpo, de sus decisiones, de su sexualidad, en sí, de su vida.

Cierre: Con todos los elementos de la discusión, la facilitadora realizó una síntesis del trabajo realizado, destacando:

- a) El liderazgo, como la capacidad de influir en otros/as.
- b) Se diferenció entre ser jefe y ser líder o lideresa.
- c) Se fortaleció el mensaje de que un líder tiene que desarrollar sus propias habilidades, capacidades, actitudes, conocimientos para poder influir en los otros.
- d) La capacidad de escucha y de confianza que debe tener el líder o lideresa en las otras personas con quien trabaja.
- e) La posibilidad que tiene cada uno/a de ser líder en diferentes circunstancias y espacios, en función de sus capacidades y cualidades.
- f) La importancia de ser líder de su propia vida y de su salud.
- g) La relación y la importancia entre A-B-C, asertividad y autoestima toma de decisiones y negociación.
- h) Se fortalecieron mensajes como que un líder debe promover relaciones horizontales intergeneracionales, de género e interculturales.
- i) El líder transformador primero debe transformarse a sí mismo.
- j) El líder transformador tiene las siguientes características: - Comparte el poder - Forma a otros líderes y lideresas - Explora nuevas formas de hacer las cosas - Trabaja en equipo y articula a sus seguidores - Busca el bien común. - Sus acciones buscan transformar su entorno.

TEMA: Plan de vida.

OBJETIVO: Integrar las herramientas aplicadas durante el proceso de formación, en la construcción de su plan de vida para su realización personal.

ACTIVIDAD N°33: El año 2027

MATERIAL: Hojas tamaño oficio y bolígrafos.

DESARROLLO: Se indicó a los y las participantes que se sienten en la posición más cómoda posible, que se relajen y cierren los ojos. La facilitadora dijo lo siguiente: “Vamos a hacer un viaje en el tiempo, un viaje hacia el futuro. Comiencen a caminar hacia el futuro, hasta el año 2027, han pasado cinco años, están frente a un espejo y ven los cambios en su cara en su cuerpo, ahora tienen 5 años más, comiencen a ver cómo es su vida, ¿Trabajan?, ¿Estudian?, ¿Tienen pareja o no?, ¿Tienen hijos/as? ¿Cómo es su relación?, ¿Todavía viven con sus papás?, ¿Con sus hermanos/as?, véanlos, ¿Cómo se llevan con ellos? Vean ¿cuál es el sueño que tienen para el 2027?, armen ese sueño.

Ahora que lo tienen, atésórenlo en sus manos, pues ese sueño es único, no hay ningún otro sueño como ese y tráiganlo con ustedes, comiencen a volver hasta este momento, al año 2022, a esta aula. Ahora que volvieron, comenzaré a contar del 5 al 0 y entonces abrirán los ojos. La practicante distribuyó a los y las participantes hojas en blanco, donde deberían dibujar la siguiente matriz y llenarla.

**CUADRO N°10
MI SUEÑO PARA EL 2027**

RESULTADOS	Actividades por cada resultado	Plazo hasta cuando cumpliré con las actividades que me propongo	Tipos 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:			

Se les dio tiempo suficiente para que los y las participantes trabajen sobre la matriz, aunque no era un objetivo por sí mismo que la llenaran, sino más bien que entren en su habilidad para planificar. La facilitadora acompañó a los y las jóvenes en el proceso, aclarando dudas y

orientando sobre el llenado, una vez concluido el tiempo, solicitó voluntarios/as para compartir con el resto del grupo su plan de vida. Posteriormente a las presentaciones, se inició el análisis.

Observaciones

Cuando la practicante terminó de leer “un viaje en el futuro” para que los jóvenes proyectaran su vida hasta el año 2027, a varios de los estudiantes les costó imaginar su vida más allá del presente, incluso algunos no lograron verse en el futuro. Esto posiblemente se deba a que a los jóvenes sólo les interesan vivir el hoy, el presente y les parece pérdida de tiempo planificar su futuro.

Fue interesante realizar la actividad Plan 2027, ya que se observó, por lo menos a la mitad de los estudiantes, realizar la dinámica con mucho esmero. Al momento en que la practicante dió la consigna del llenado, varios tuvieron curiosidad e interés al realizarlo, ya que hicieron a la facilitadora varias preguntas, mientras que otros participantes no tenían ni la menor idea de cómo hacerlo ni interés en el mismo, es más mostraron síntomas de aburrimiento.

La practicante resaltó la importancia del tener sueños y objetivos en la vida y que estos debían estar de acuerdo a lo que ellos deseaban, soñaban y querían, no de acuerdo a lo que disponga el padre o a los deseos de la madre.

Cierre: La facilitadora sintetizó la importancia de la planificación como una estrategia que permite tener control sobre las situaciones. Su vinculación con las otras herramientas revisadas y con un elemento importante para la vivencia de la sexualidad, el cuidado de la salud y el ejercicio de los derechos, se reflexionó acerca de las limitaciones para cumplir con el plan de vida, de manera que no se convirtiera en sentimiento de frustración, sino como una herramienta flexible y susceptible a ser modificada de acuerdo a la historia que le tocaría vivir a cada persona, cada plan de vida es único y especial, al igual como cada individuo lo es, el proyecto de vida no es estático, puede ser evaluado y ajustado de acuerdo a las situaciones que se presentan, debe ser construido en base a sus intereses, capacidades limitaciones, sin dejarse guiar por presión de otras personas o expectativas familiares.

TEMA Evaluación del momento educativo.

OBJETIVO: Relacionar los elementos conceptuales con sus aprendizajes y experiencia, proponiendo mejoras para el proceso educativo.

ACTIVIDAD N°34: Evaluación del momento educativo.

MATERIAL: Tarjetas de cartulina y marcadores.

DESARROLLO:

La facilitadora motivó la participación, expresando que es necesario revisar cómo está yendo el proceso, en diferentes ámbitos, entre ellos los aprendizajes, el funcionamiento del grupo y las técnicas. La facilitadora hizo un recorrido breve a través de las actividades más importantes del momento educativo y detalles sobresalientes del trabajo.

Se conformaron cinco grupos y se distribuyeron tarjetas de cartulina y marcadores. Los y las participantes utilizaron las tarjetas para escribir sus respuestas y luego poder analizarlas en grupo. Los grupos trabajaron de acuerdo al siguiente detalle:

- a. Grupo 1: ¿Cuáles son los aprendizajes de esta etapa de trabajo?
- b. Grupo 2: ¿Cuáles son los temas, contenidos, vacíos, interrogantes que falta aclarar o trabajar?
- c. Grupo 3: ¿Qué les parecieron las técnicas, el ritmo de trabajo y qué sugerencias proponen para mejorar las próximas actividades?
- d. Grupo 4: ¿Cómo evalúan el trabajo de la facilitadora y qué sugerencias le dan para mejorar su trabajo?
- e. Grupo 5: ¿Cómo evalúan el trabajo y participación de los y las participantes?

Las preguntas se respondieron con todo el grupo utilizando una lluvia de ideas.

En el cierre la facilitadora realizó una síntesis de lo presentado, recuperó las sugerencias y emitió también su punto de vista.

Observaciones

La practicante mencionó que el programa había culminado, frente a esto varios estudiantes se pusieron tristes y dijeron que el tiempo pasó rápido y querían que la facilitadora siga yendo a dar su actividad. Fue un tiempo muy emotivo, ya que la practicante sintió el cariño y aprecio de los estudiantes, y esto fue recíproco, los mismos agasajaron a la facilitadora y le mencionaron palabras de agradecimiento por toda la paciencia, los consejos y las enseñanzas impartidas, ya que entendieron que son temas que merecen importancia y por lo tanto fue necesario conocerlos, a la vez, pidieron disculpas por los compañeros que no mostraron un buen comportamiento durante ciertos momentos dentro del programa de actividades. Realmente fue gratificante observar todo lo trabajado por los estudiantes.

Cierre: La facilitadora realizó una síntesis de lo presentado, recuperó las sugerencias, emitió también su punto de vista. Respondió a las interrogantes y vacíos del grupo, registró los datos más importantes en la evaluación.

SEXTO MOMENTO DEL PROGRAMA

TEMA: Cierre del proceso educativo.

OBJETIVO: Evaluar el nivel de conocimiento obtenido del programa.

ACTIVIDAD N°35: Aplicación del cuestionario Post test.

MATERIAL: Cuestionario Post test.

DESARROLLO:

La practicante distribuyó los cuestionarios post test a la totalidad de los y las participantes de los grupos, recordó el objetivo de la aplicación del instrumento, los segmentos en los que estaban divididas las preguntas, y por último se les pidió que los llenasen individualmente y en base a los conocimientos adquiridos durante todo el programa.

Observaciones

Durante la aplicación del post test hubo un relativo orden. La comprensión sobre las preguntas del post test fue excelente ya que eran temas de los cuales habíamos hablado y trabajado. Fueron pocos estudiantes los que pidieron aclaraciones.

Cierre: La facilitadora realizó una síntesis de lo presentado, recuperó las sugerencias, emitió también su punto de vista. Respondió a las interrogantes y vacíos del grupo, registró los datos más importantes en la evaluación, se despidió de los estudiantes agradeciendo por su colaboración y las ganas que le pusieron a cada actividad.

Se aplicó la evaluación del Post test.

6.3 ANÁLISIS COMPARATIVO DE LA EVALUACIÓN INICIAL Y FINAL

En respuesta al tercer objetivo específico que indica realizar una evaluación para valorar el impacto final del programa de capacitación en los estudiantes a través de la aplicación del Post-Test se obtuvieron los siguientes resultados en cada una de las áreas, de forma comparativa entre ambas pruebas.

SECCIÓN N°1

CUADRO N°11
ÁREA: SEXUALIDAD Y DERECHOS

N°	ÁREA: SEXUALIDAD Y DERECHOS	Pre-Test Conocimiento Inicial		Post-Test Conocimiento Final		Total	
		R.C.	R.I.	R.C	R. I	Frec.	%
		%	%	%	%		
1	La sexualidad está formada por los siguientes pilares: Biofisiológico, psicológico y social.	28%	72%	62%	38%	349	100%
2	La identidad de género es: La percepción que un individuo tiene sobre sí mismo en cuanto a sentirse hombre o mujer.	40%	60%	78%	22%	349	100%
15	La persona transformista es aquella que: En ocasiones adopta los modos culturales y convencionales que se asignan al sexo contrario.	24%	76%	58%	42%	349	100%
16	Cuál de los siguientes derechos es un derecho sexual: El derecho a la integridad corporal, la autonomía en el control del cuerpo, la imagen y la identidad individual.	29%	71%	58%	42%	349	100%

Fuente: Cuestionario de CIES

Elaboración propia

Comenzando con el área de Sexualidad y Derechos, en el primer ítem se puede observar un incremento muy favorable en el nivel de conocimiento sobre la conformación de los pilares de

la sexualidad, ya que anteriormente se contaba con **72%** de respuestas incorrectas, destacando el cambio a **62%** de respuestas correctas en el post test.

Se puede asumir que la mayoría de los estudiantes conocen los tres pilares de la sexualidad, que son: biofisiológico, psicológico y social, como constructores de todas las etapas de la vida del ser humano, ya que influyen e intervienen en la forma del disfrute de la sexualidad en su plenitud.

Es importante comprender que el pilar biofisiológico, se encuentra relacionado con la estructura y funcionamiento del organismo humano; el pilar psicológico con 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, sus sistemas de valoración y de representación, no sólo del entorno y de la realidad, sino fundamentalmente de sí mismo/a*⁵¹, el pilar social se encuentra relacionado con *el comportamiento y características de los/las individuos en cuanto seres sociales, en sus diferentes esferas (pareja, familia, entorno), donde se evidencian patrones y pautas de comportamiento, creencias, normas, moral y valores que son compartidos por las y los miembros de un grupo social en específico.*⁵²

Por otra parte, en el segundo ítem se identifica que, previo a la aplicación del programa, en el pre test, se obtuvo un porcentaje de **60%** de respuestas incorrectas, en la evaluación final se observa un cambio en los porcentajes con **78%** de respuestas correctas. Esto quiere decir que los estudiantes lograron conocer, entender y comprender con claridad la identidad de género, como la percepción que un individuo tiene sobre sí mismo en cuanto a sentirse hombre o mujer. “Es la convicción íntima, el sentimiento básico internalizado de una persona, la experiencia psicológica interna de sentirse a sí mismo como mujer u hombre. Este sentimiento íntimo se define a los 3 años de vida y generalmente corresponde al sexo asignado”.⁵³

Con respecto al conocimiento que tienen los estudiantes sobre la persona transformista, respaldado en los porcentajes más altos; **76%** de los jóvenes respondieron incorrectamente en el pre test, en cambio en la respuesta posterior se observa un aumento en el nivel de

⁵¹ CIES, “Guía de capacitación en liderazgo y sexualidad para jóvenes”, La Paz,2020, pág. 99

⁵² CIES, “Guía de capacitación en liderazgo y sexualidad para jóvenes”, La Paz,2020, pág. 100

⁵³ CIES, “Guía de capacitación en liderazgo y sexualidad para jóvenes”, La Paz,2020, pág. 106

conocimiento con **58%** de respuestas correctas en el post test; esto da a entender que los estudiantes lograron conocer y asimilar lo que es ser una persona transformista, ya que la misma, en ocasiones, adopta los modos culturales y convencionales que se asignan al sexo contrario.

En el ítem N°16, con respecto a la identificación de uno de los derechos sexuales, se observa que al inicio se obtuvo **71%** de respuestas incorrectas, haciendo contraste como respuesta final de **58%** de respuestas correctas. Estos resultados denotan en la población, el logro del aprendizaje e identificación de los derechos sexuales, aludiendo a uno de ellos: el derecho a la integridad corporal y a la autonomía en el control del cuerpo, la imagen y la identidad individual.

CUADRO N° 12

ÁREA: SALUD SEXUAL Y SALUD REPRODUCTIVA

N°	ÁREA: SALUD SEXUAL, SALUD REPRODUCTIVA	Pre-Test Conocimiento Inicial		Post-Test Conocimiento Final		Total	
		R.C.	R.I.	R.C	R.I	Frec.	%
		%	%	%	%		
3	La salud sexual es: Un estado general de bienestar físico, mental y social, en todos los aspectos relacionados a la sexualidad	69%	31%	84%	16%	349	100%
4	La salud reproductiva se caracteriza por: Ser la capacidad de disfrutar una vida reproductiva satisfactoria, con la libertad de decidir tener hijos(as) o no hacerlo, cuándo y con qué frecuencia.	69%	31%	85%	15%	349	100%
5	Una forma segura de prevenir la Transmisión de ITS y VIH es: Utilizar condón en todas las relaciones sexuales.	72%	28%	87%	13%	349	100%
6	Las ITR se refiere a: La Infecciones del tracto reproductivo.	37%	63%	68%	32%	349	100%
7	La Violencia Basada en Género es: Cualquier acto de violencia que resulte en daño físico, sexual y psicológico o sufrimiento para las mujeres y hombres	50%	50%	70%	30%	349	100%
8	Algunas señales de violencia en el enamoramiento son: Celos, presión para tener relaciones sexuales y control de los contactos en internet.	55%	45%	79%	21%	349	100%
17	Nombre un lugar en el que oferten servicios de salud sexual y salud reproductiva para adolescentes y jóvenes: CIES	44%	56%	72%	28%	349	100%

Fuente: Cuestionario de CIES

Elaboración Propia

Iniciando con el área de salud sexual y salud reproductiva, en el ítem N°3 se evidencia un incremento en el nivel de conocimiento, esto es verificado por los siguientes datos: en el pre test se tiene **69%** de respuestas correctas, incrementando el porcentaje en el post test a **84%**. Esto refleja que los estudiantes comprendieron el significado de salud sexual, entendiéndose la misma como un estado general de bienestar físico, mental y social, en todos los aspectos relacionados a la sexualidad y no la mera ausencia de enfermedad, es decir, es la capacidad de disfrutar una vida sexual satisfactoria. *Un desarrollo sexual saludable depende de la satisfacción de las necesidades básicas humanas como son el deseo de contacto, la intimidad, la expresión emocional, el placer, la ternura y el amor. Una conducta sexual saludable implica una madurez psicológica y cognitiva que permite a la persona tomar decisiones que no coloquen en riesgo su salud.*⁵⁴

Con respecto a la salud reproductiva, basándose en las proporciones más significativas, se puede evidenciar un aumento en el nivel de conocimiento en los estudiantes. Como dato inicial, **69%** de respuestas correctas en el pre test, se incrementó el porcentaje en el post test a **85%**. De acuerdo a los resultados se puede demostrar que los jóvenes conocieron y asimilaron que la salud reproductiva es tener la capacidad de disfrutar una vida reproductiva satisfactoria, con la libertad de decidir tener hijos(as) o no hacerlo, cuándo y con qué frecuencia.

Otro dato significativo del cuadro se refleja en el ítem N°5, que previo a la aplicación del programa se obtuvo un porcentaje de **72%** de respuestas correctas en el pre test y posteriormente en el post test se observa un aumento de porcentaje al **87%**, esto permite inferir que los estudiantes conocen que una forma segura de prevenir la transmisión de ITS y VIH-SIDA, es utilizar condón en todas las relaciones sexuales. Es decir, los estudiantes no sólo conocen que el condón puede prevenir embarazos no planificados, sino también entienden el funcionamiento del mismo, las ventajas que trae y el proceso o pasos que deben seguir para que el uso del condón sea efectivo.

⁵⁴ CIES, “Guía de capacitación en liderazgo y sexualidad para jóvenes”, La Paz, 2020, pág. 122

De acuerdo a los resultados obtenidos, en el ítem N°6, antes de ejecutar el programa, en el pre test se tenía un porcentaje de **63%** de conocimiento incorrecto, pero al finalizar el programa, en el post test se logró una mejora con un porcentaje de **68%** de respuestas correctas; haciendo notar el aumento del nivel de conocimiento que tienen los estudiantes sobre las ITR, osea las Infecciones del Tracto Reproductivo. Los estudiantes lograron aprender las causas principales de las ITR, cuáles son las infecciones más comunes y cómo se logra prevenirlas.

Por otra parte, en el ítem N°7, de acuerdo a los resultados del pre test se tenía una igualdad de **50%** tanto en respuestas correctas como en respuestas incorrectas, con la aplicación del post test se obtuvo un aumento de porcentaje en respuestas correctas con un **70%**, es decir que los estudiantes conocen e identifican la violencia basada en género, porque la misma señala cualquier acto que resulte en daño físico, sexual y psicológico o sufrimiento tanto para las mujeres como para los hombres. Existen diferentes formas de comprender la Violencia Basada en Género, la cual constantemente ha estado ligada a la violencia contra la mujer; sin embargo, es importante comprender que los hombres también son víctimas de Violencia Basada en Género.

En el ítem N°8 se observa como resultado que **55%** de los adolescentes respondieron correctamente en el pre test, una vez ejecutado el programa, se aumentó el nivel de porcentaje a **79%** de adolescentes que respondieron correctamente al post test, de acuerdo a los resultados se pudo deducir que los estudiantes lograron conocer e identificar las señales de violencia en el enamoramiento, algunas de ellas son los celos, presión para tener relaciones sexuales y control de los contactos en internet. El problema de la violencia en las relaciones no se limita a las parejas casadas con hijos e hijas. Puede ocurrir durante la primera cita o después de tres años de salir juntos, involucra los mismos aspectos de poder y control que la violencia conyugal. La o el joven que sufre violencia en el enamoramiento, por lo general no se da cuenta, porque la misma se caracteriza por su sutileza, por ejemplo, el simple hecho que él o la joven piensa que el amor es sufrido, le puede hacer víctima del agresor.

Como resultado el último ítem que refiere nombrar un lugar en el que oferten servicios de salud sexual y salud reproductiva para adolescentes y jóvenes un **56%** de los estudiantes respondieron de manera incorrecta, posterior a la aplicación del programa se puede observar un gran cambio en los porcentajes con un **72%** de respuestas correctas en el post test, lo que quiere decir que

los adolescentes tienen la información de que CIES es el único lugar donde ofertan servicios de salud sexual y salud reproductiva para adolescentes y jóvenes ya que también cumple con la normativa de un centro AIDA (Atención Integral Diferenciada para Adolescentes)

CUADRO N°13
ÁREA: HABILIDADES PARA LA VIDA

N°	ÁREA: HABILIDADES PARA LA VIDA	Pre-Test Conocimiento Inicial		Post-Test Conocimiento Final		Total	
		R.C.	R.I.	R.C	R.I.	Frec.	%
		%	%	%	%		
9	El exceso de confianza sobre sí mismo que alcanza niveles de egoísmo, agresividad y soberbia se refiere al siguiente tipo de autoestima: Autoestima alta	46%	54%	67%	33%	349	100%
10	El proyecto de vida de una persona debe: Ser irrepetible, ya que responde a necesidades particulares	36%	64%	62%	38%	349	100%
11	La Asertividad es importante para nuestra sexualidad porque: Así sabrás cuando decir SI y cuando decir NO y defender nuestros derechos.	69%	31%	87%	13%	349	100%
12	Cuál de estas afirmaciones es un mito referido al bullying: Los que sufren bullying son los que tiene sobrepeso, usan anteojos.	42%	58%	69%	31%	349	100%
13	Una forma de mejorar la toma de decisiones es: Conocer los pasos para la toma de decisiones y reconocer las emociones que acompañan a la decisión.	37%	63%	64%	36%	349	100%
14	El liderazgo es: La capacidad de influir en otros/as, para conseguir un objetivo común	44%	56%	64%	36%	349	100%

Fuente: Cuestionario de CIES

Elaboración Propia

Iniciando el área Habilidades para la vida, se puede observar en el ítem N°9 un aumento masivo de respuestas correctas, con respecto al significado de autoestima. En el pre test se contaba con

54% de respuestas correctas, destacando a **67%** en el post test como respuestas correctas; demostrando que los jóvenes lograron identificar los tipos de autoestima: alta, baja y positiva; en este caso, el tipo de autoestima alta es el exceso de confianza sobre sí mismo que alcanza niveles de egoísmo, agresividad y soberbia.

Con respecto al proyecto de vida de una persona, se logra identificar un cambio muy favorable, porque en el pre test se tiene como respuesta inicial un porcentaje de **64%** de respuestas erróneas, en el post test se obtuvo un porcentaje de **62%** de respuestas correctas; se pudo percibir el nivel de conocimiento que tienen los jóvenes sobre el proyecto de vida de una persona, ya que éste debe ser irreplicable, porque responde a necesidades particulares. Cabe resaltar que los resultados obtenidos se deben a que aún sigue fortalecida la influencia que tienen los padres sobre los hijos, el hecho que los jóvenes piensen que el plan de vida debe ser acorde a lo que dicen los padres, da a entender que aún existe una dependencia emocional hacia ellos, y obviamente este sometimiento traerá consecuencias negativas y, por ende, la persona nunca alcanzará sus propios sueños y metas.

Por otra parte, en el ítem N°11 se puede verificar que **69%** de los participantes respondieron correctamente en el pre test, acerca de la importancia de la asertividad en la sexualidad, en el post test se logró un aumento con un porcentaje de **87%** de respuestas correctas. Esto quiere decir que para los jóvenes la asertividad es importante en la sexualidad ya que así sabrán cuando decir SI y cuando decir NO y defender sus derechos. También implica, el respeto a los demás, expresar los sentimientos y dar opiniones propias sin ofender o hacerle daño a quienes están alrededor; no es necesario gritar, se puede expresar con tranquilidad los puntos de vista y aceptar que los demás no tienen que estar siempre de acuerdo con ellos.

El ítem N°12 denota que en el pre test **58%** de participantes desconocían las afirmaciones de un mito referido al bullying, pero se logró mejorar el nivel de conocimiento con un aumento del **69%** de estudiantes que respondieron correctamente en el post test. De acuerdo a estos resultados se puede percibir que los jóvenes lograron conocer e identificar una de las afirmaciones que es un mito referido al bullying, el cual se refiere a los que sufren bullying son los que tiene sobrepeso, usan anteojos. Esta afirmación es un mito, porque todos estamos expuestos a sufrir diferentes maltratos, en este caso el bullying y no solamente personas con ciertos rasgos específicos.

Respecto a la forma de mejorar la toma de decisiones, se puede verificar un cambio muy positivo en los estudiantes, porque en el pre test **63%** de los adolescentes respondieron de forma incorrecta, en cambio en el post test un **64%** fueron respuestas acertadas. Estos resultados muestran la cantidad de adolescentes que disminuyeron el conocimiento erróneo sobre la forma de mejorar la toma de decisiones, identificando ahora que una de las formas para mejorar la misma es conocer los pasos para la toma de decisiones y reconocer las emociones que acompañan a la decisión.

En el último ítem de esta área, se observa que **56%** de estudiantes respondieron incorrectamente, evidenciando un cambio positivo a **64%** de estudiantes que respondieron asertivamente a la pregunta del post test; en el cual se puede inferir que los jóvenes conocen e identifican el liderazgo, como la capacidad de influir en otros/as, para conseguir un objetivo común. Es importante mencionar que el liderazgo tiene que ver, no sólo con “hacer”, sino con “ser”. Los líderes eficaces tienen un alto nivel de autoconciencia, empatía, paciencia; es aquel que no solo se preocupa por alcanzar los objetivos del equipo, sino también por cada uno de los integrantes del mismo, porque para el líder todos son importantes y fundamentales para mantener la unidad del equipo y alcanzar el éxito.

SECCIÓN N°2

CUADRO N°14

ACTITUD ANTE LAS TEMÁTICAS DE SEXUALIDAD, SALUD SEXUAL SALUD REPRODUCTIVA Y HABILIDADES PARA LA VIDA

ACTITUD	PUNTUACION	Pre Test	Post-Test
		Actitud Inicial	Actitud Final
		%	%
Muy Negativa	-24 a -13	14%	6%
Negativa	-12 a -1	43%	24%
Positiva	+1 a +12	34%	52%
Muy Positiva	+13 a +24	9%	18%
TOTAL		100%	100%

Fuente: Cuestionario de CIES

Elaboración Propia

Examinando los resultados obtenidos, se puede apreciar en el cuadro N°13 un crecimiento porcentual revelador, porque se logró incrementar el nivel de actitud positiva. Es decir que en el pre test se obtuvo **34%** de actitud positiva, aumentando significativamente a un porcentaje de **52%** en el post test. Otro dato importante es que en el pre test se obtuvo un porcentaje de **43%** de actitud negativa, reduciéndose considerablemente a un porcentaje de **24%** en el post test. De acuerdo a estos resultados se puede afirmar que los estudiantes tienen una buena actitud frente a las temáticas de sexualidad, salud sexual, salud reproductiva y habilidades para la vida. En referencia a los componentes de la actitud, se puede argumentar que el tener un conocimiento acertado, motivado hacia un análisis sobre la misma, se puede lograr en la persona una actitud positiva, reflexiva y responsable frente a los diferentes problemas que se presenten en el diario vivir, ejecutando habilidades o capacidades para resolverlos; en consecuencia se tendrá un ser humano que viva su sexualidad de forma libre con responsabilidad y saludable, permitiendo garantizar la expresión de su sexualidad en plenitud.

CAPÍTULO VII
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

7.1. CONCLUSIONES

Es inevitable mencionar la importancia que tiene el realizar una Práctica Institucional ya que promueve, capacita, desarrolla actitudes, aptitudes y habilidades en la practicante como en el estudiante, beneficiando a ambos con un mayor conocimiento y promoviendo herramientas para la autorrealización personal.

La Práctica Institucional realizada en la Unidad Educativa “Nazaria Ignacia March” con el apoyo de CIES; comprende las temáticas de Sexualidad, fundamental en toda la vida del ser humano, engloba todo lo que la persona siente, piensa y hace, esto se manifiesta desde el nacimiento hasta la muerte.

Con la finalidad de ser parte del desarrollo de un programa de prevención, la practicante recibió capacitación en liderazgo, sexualidad y habilidades para la vida; áreas con diferentes objetivos, orientadas hacia un mismo fin: el desarrollo integral de cada persona, en este caso el de los jóvenes y adolescentes, intentando promover en ellos un adecuado conocimiento, una actitud analítica-reflexiva, el autocuidado, fortalecimiento del autoestima, sanas relaciones interpersonales, la importancia de la afectividad, lo espiritual, social y psicológico para el desarrollo de una sexualidad plena y responsable.

Estos son conocimientos, habilidades y actitudes que se trabajaron la mencionada Unidad Educativa, con la suma total de 349 estudiantes de ambos sexos, comprendidos entre los cursos de 1ro a 6to de secundaria.

- Como respuesta al primer objetivo, orientado a realizar una evaluación inicial del conocimiento previo que tienen los estudiantes referidos a temáticas de Sexualidad.

Se puede concluir, de manera general, que los mismos mostraron un conocimiento escaso en las áreas de Sexualidad, Derechos y Habilidades Para la Vida, pero manifestaron un conocimiento bueno en el área de Salud Sexual y Salud Reproductiva.

De acuerdo a los datos porcentuales significativos, se demuestra mayor falencia e ineptitud en el área de Sexualidad y Derechos, específicamente en definir a la persona transformista y en el área de Habilidades para la Vida primordialmente, en las características que debe poseer el Proyecto de Vida, simultáneamente los estudiantes tienen mayor solvencia en el Área de Salud

Sexual y Salud Reproductiva, concretamente en; cual es la forma segura de prevenir la Transmisión de ITS y VIH es el correcto uso del condón en todas las relaciones sexuales. En cuanto al nivel de actitud ante las temáticas de Sexualidad, Salud Sexual, Salud Reproductiva y Habilidades para la Vida, se puede inferir que los estudiantes tenían como respuesta inicial una actitud negativa hacia cualquier situación que se les presente, es decir no contaban con herramientas para enfrentar ciertas dificultades que se presentan en el diario vivir, relacionadas a las temáticas propuestas.

- En relación al segundo objetivo específico concerniente a “Ejecutar el Programa de Capacitación en Educación Integral en Sexualidad, a partir del **método activo-participativo**, promoviendo una visión integral, plena y libre de violencia respecto a la Sexualidad”

De manera global, los talleres de capacitación se desarrollaron positivamente, logrando cumplir el objetivo planteado, orientado al fortalecimiento de conocimientos, motivando a que los estudiantes participen, trabajen y reflexionen sobre todas las actividades ejecutadas en el programa.

Cada actividad se llevó a cabo con el fin de fortalecer conocimientos y actitudes positivamente; para esto se trabajó con los estudiantes de forma individual como grupal, promoviendo un ambiente armónico, empático y en confianza, para que los mismos puedan expresarse libremente, logrando la reflexión y el debate en cada actividad desarrollada. Las dinámicas, materiales, metodologías e instrumentos que fueron utilizados tuvieron como objetivo que los estudiantes participen, conozcan, reflexionen, comprendan y pusieran en práctica lo aprendido durante cada temática abordada.

Al inicio se pudo observar que los estudiantes poseían prejuicios, concepciones erróneas y morbo en relación a lo que implicaba la Sexualidad. Ya que algunos lo manifestaban con expresiones verbales como no verbales lo incómodo y vergonzoso que les parecía abordar los temas de sexualidad e incluso otros lo tomaban en forma burlesca.

A medida que se fueron desarrollando los talleres, paulatinamente se observó un cambio positivo en los jóvenes y adolescentes, demostrando actitudes de confianza y mayor libertad de expresión sobre los temas que se ejecutaban.

En cuanto a la participación de los estudiantes en el proceso de enseñanza-aprendizaje hubo componentes positivos ya que la gran mayoría mostraba interés, predisposición y atención a cada actividad, sin embargo, también existieron algunos estudiantes que causaban desorden, mostrando mal comportamiento en algunas situaciones y en consecuencia distraían a los demás compañeros.

- Finalizando, en respuesta al tercer objetivo, “Realizar una evaluación para valorar el impacto final del Programa de Capacitación en los estudiantes”.

Es importante mencionar el incremento de conocimientos correctos y adecuados que se logró en los estudiantes, se pudo sustituir una información impregnada de prejuicios, morbo y desprovista de fundamento por una acertada, veraz, complementaria y beneficiosa para los mismos en todos los aspectos que conciernen a ser jóvenes, como: el Enamoramiento y Señales de Violencia en el mismo, la libertad de expresar la Sexualidad sin más límites que los Derechos del otro, los cuidados que se debe tener frente a las ITS-VIH, y embarazo no planificado en la adolescencia.

Los datos más representativos resaltan el logro del incremento del conocimiento en los participantes, entre las áreas más destacadas están en reconocer la identidad de género como la percepción que un individuo tiene sobre sí mismo en cuanto a sentirse hombre o mujer, La Salud Sexual definiendo que es un estado general de bienestar físico, mental y social, en todos los aspectos relacionados a la Sexualidad, Asertividad, los estudiantes comprendieron que es muy importante que la misma forme parte de la Sexualidad; también a expresar su Sexualidad con responsabilidad; lograron conocer y manejar el termino Sexo, eliminando toda concepción errónea. En todas las actividades se promovió la sensibilización y el análisis reflexivo para promover en los estudiantes nuevas destrezas que permitan el desarrollo integral y disfrute de la sexualidad en plenitud.

Es notorio el cambio de actitud que tuvieron los jóvenes ante las temáticas de Sexualidad, Salud Sexual, Salud Reproductiva y Habilidades para la vida. De una actitud negativa y fría, se logró pasar hacia una actitud positiva y proactiva, porque se contó con una información y guía clara, concisa, precisa y en el momento adecuado, sobre las temáticas propuestas en la Práctica Institucional a través del Programa de Liderazgo y Sexualidad.

Por último, se puede evidenciar el impacto final positivo del Programa de Capacitación, con los estudiantes, ya que se logró promover actitudes positivas en los mismos, el mejoramiento del manejo teórico, análisis crítico y práctico. Se inició con el fortalecimiento del conocimiento previo, con respecto a la expresión de la Sexualidad, el cuidado y responsabilidad de la Salud Sexual, Salud Reproductiva y el Desarrollo de Habilidades para la Vida.

Una buena información es muy importante, ya que orienta hacia ciertas actitudes, y aún más las necesita un adolescente, quien está en una etapa de vulnerabilidad de sus propias emociones, por lo cual es importante que tenga una guía y las herramientas necesarias para lograr un desarrollo integral.

7.2. RECOMENDACIONES

Tomando en cuenta las conclusiones de la presente Práctica Institucional, se proponen las siguientes recomendaciones:

Para la Institución del CIES:

- Se invita a la Institución a tomar en cuenta a los padres de familia dentro de este proceso de enseñanza aprendizaje, teniendo reuniones con ellos por lo menos una vez al mes, capacitándolos para que sean buenos guías con sus hijos más pequeños y para mantenerlos al tanto de las actividades que se realiza con sus hijos.
- Por otro lado, se recomienda realizar un reajuste en la Guía de Liderazgo y Sexualidad con actividades que estén de acuerdo al contexto de nuestra época actual, para lograr trascender los conocimientos adquiridos del discurso a la práctica. Haciendo énfasis en el cambio de actitud para que sean interiorizados de manera permanente por quienes reciben la información.

Para la Unidad Educativa:

- Se recomienda realizar una actividad de exposición al final del programa, para que los estudiantes fortalezcan los conocimientos aprendidos en el mismo, haciendo partícipes a todo el estudiantado y maestros de la Unidad Educativa.
- Mayor conciencia sobre la importancia que tienen los talleres de sexualidad y habilidades para la vida dentro del desarrollo del estudiante, y así proporcionar el tiempo requerido para cada actividad.
- Los maestros con quienes se trabajó, que retomen y profundicen aquellas áreas que consideren más conveniente, porque es necesaria la continuación de los contenidos de sexualidad durante la gestión.

A los futuros practicantes de la Carrera de Psicología:

- Poseer destrezas en facilidad de palabra y manejo de grupo.
- Mantener siempre una actitud positiva y serena frente a cualquier dificultad.
- Cuando impartan cada tema, actividad y dinámica siempre realizar con la mentalidad de guiar, facilitar y ser parte del grupo, motivándolos en todo momento, no con el querer imponer o cambiar al estudiante. Esta recomendación ayudará a que el proceso de enseñanza- aprendizaje sea más efectivo y no contraproducente.
- Leer anticipadamente todos los contenidos de la guía de capacitación en liderazgo y sexualidad para jóvenes, para así lograr en lo posible saldar toda duda que se tenga antes de aplicar el programa.

A las autoridades y docentes de la Carrera de Psicología:

- Se les recomienda motivar a los universitarios a realizar Práctica Institucional, ya que provee de conocimientos, herramientas y ante todo experiencia, las cuales ayudan al desarrollo del futuro profesional, ya que confronta al universitario con la realidad, entrenándolo a las posibles problemáticas que enfrentará en el ámbito laboral.