

# **ANEXOS**

## ANEXO 1: PROGRAMA DE CAPACITACIÓN EN EDUCACIÓN INTEGRAL EN SEXUALIDAD

Google Drive:

[https://drive.google.com/file/d/1L2kaHbuFBWpgFO7c\\_uSSqNOaD05TVx8T/view?usp=drivesdk](https://drive.google.com/file/d/1L2kaHbuFBWpgFO7c_uSSqNOaD05TVx8T/view?usp=drivesdk)

## ANEXO 2: CUESTIONARIO DE EVALUACION PRE - POSTEST

### “LIDERAZGO Y SEXUALIDAD”

#### DATOS GENERALES

Unidad Educativa: \_\_\_\_\_

Curso: \_\_\_\_\_

Edad: \_\_\_\_\_

Sexo: \_\_\_\_\_

Fecha: \_\_\_\_\_

#### SECCION 1

A continuación, presentamos algunas afirmaciones sobre los temas que incluye el proceso educativo, respóndelas de acuerdo a tu opinión o conocimiento, marcando con una X en la casilla que corresponda.

#### 1. La sexualidad está formada por los siguientes pilares:

- a) La personalidad, autonomía, asertividad y género.
- b) La afectividad, reproductividad, erotismo y género.
- c) Biofisiológico, psicológico y social.

#### 2. La identidad de género es:

- a) La construcción social a partir de la cual se asignan roles y funciones a hombres y mujeres.
- b) La causa de la Violencia Basada en Género
- c) Percepción que un individuo tiene sobre sí mismo en cuanto a sentirse hombre o mujer.

#### 3. La salud sexual es:

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

#### 4. La salud reproductiva se caracteriza por:

- a) La capacidad de disfrutar una vida reproductiva satisfactoria, con la libertad de decidir tener hijos(as) o no hacerlo, cuándo y con qué frecuencia.
- b) El ejercicio responsable de la sexualidad
- c) Ser un estado general de bienestar físico.

#### 5. Una forma segura de prevenir la transmisión de ITS y Vih es:

- a) Utilizar la píldora anticonceptiva
- b) Tener una sola relación sexual con cada pareja.

c) Utilizar condón en todas las relaciones sexuales.

**6. Las ITR se refieren a:**

- a) Las Infecciones del tracto reproductivo
- b) Al uso de la píldora y la T de cobre
- c) Las infecciones de transmisión sexual.

**7. La Violencia Basada en Género es:**

- a) La diferencia de poder entre hombres y mujeres
- b) Cualquier acto de violencia que resulte o pueda resultar en daño o sufrimiento físico, sexual o psicológico de los hombres hacia las mujeres.
- c) El uso de la fuerza para reivindicar los derechos.

**8. Algunas señales de violencia naturalizada en el enamoramiento son:**

- a) Violencia sexual, física y psicológica
- b) Celos, presión para tener relaciones sexuales, control de sus contactos en internet
- c) Exagerada atención, consumo de alcohol, hacer que la pareja pague todas las cuentas.

**9. El exceso de confianza sobre sí mismo que alcanza niveles de egoísmo, agresividad y soberbia se refiere al siguiente tipo de autoestima:**

- a) Autoestima positiva
- b) Autoestima baja
- c) Autoestima alta

**10. El proyecto de vida de una persona debe:**

- a) Ser irrepentible, ya que responde a necesidades particulares
- b) Ser estática, ya que una vez que se plantea no debe cambiarse.
- c) Ser de acuerdo a lo que los padres y madres creen que es lo mejor.

**11. La Asertividad es importante para nuestra sexualidad porque:**

- a) Así podemos imponer nuestros puntos de vista propios sin importar lo que me digan.
- b) Así sabrás cuando decir SI y cuando decir NO y defender nuestros derechos.
- c) Así podremos ignorar los problemas para estar tranquila(o).

**12.Cuál de estas afirmaciones es un mito referido al bullying:**

- a) El bullying se aprende.
- b) Los rumores malintencionados sobre alguna persona también es bullying
- c) Los que sufren bullying son los que tienen sobrepeso, usan anteojos.

**13. Una forma de mejorar la toma de decisiones es:**

- a) Conocer los pasos para la toma de decisiones y reconocer las emociones que acompañan a la decisión.
- b) Pedir consejo a las personas que hayan tenido experiencias similares
- c) Seguir los instintos pase lo que pase

**14. El liderazgo es:**

- a) Imponer los puntos de vista propios, para conseguir objetivos comunes.
- b) Usar el poder que se tiene para obtener beneficios
- c) La capacidad de influir en otros/as, para conseguir un objetivo común.

**15. La persona transformista es aquella que:**

- a) En ocasiones adopta los modos culturales y convencionales que asignan al sexo contrario.
- b) Sienten atracción por hombres y mujeres al mismo tiempo.
- c) Se realiza cambios en su cuerpo a través de cirugías.

**16.Cuál de los siguientes derechos es un derecho sexual:**

- a) 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.
- b) El derecho a la integridad corporal y la autonomía en el control del cuerpo, la imagen y la identidad individual.
- c) El derecho a la maternidad libremente decidida.

**17. ¿Nombre un lugar en el que oferten servicios de salud sexual y salud reproductiva para adolescentes y jóvenes??**

**R.-**

## SECCIÓN 2

De las afirmaciones que se presentan a continuación, marca la que mejor refleje sus opiniones, de acuerdo a los siguientes valores:

- 1 Significa Muy de Acuerdo
- 2 Significa De Acuerdo
- 3 Significa En Desacuerdo

AFIRMACIONES	1	2	3	4
1. Considero que sobre todo los hombres, deben ocupar los espacios de poder y liderazgo del país.				
2. Considero que una esposa no debería rehusarse a tener relaciones sexuales con su marido.				
3. Pienso que los adultos tienen más control que los y las adolescentes sobre sus vidas.				
4. Creo que las adolescentes embarazadas debían continuar sus estudios en aulas y horarios especiales.				
5. Creo que hablar de sexualidad es un tema muy delicado por lo que no se debe hablar de algunos temas.				
6. Considero que conocer sobre sexualidad incentiva a los y las jóvenes a tener relaciones sexuales.				
7. Creo que los celos son una reacción natural que sienten las personas a las que les importa su pareja.				
8. Pienso que sería muy bueno que la homosexualidad pueda ser curada.				
9. Creo que la mujer debe consultar con su pareja el uso de anticonceptivos, para tener una vida sexual más plena.				
10. Pienso que el VIH es una infección que no la podría contraer.				
11. Creo que los aspectos reproductivos son temas que conciernen a mujeres y los temas relacionados con sexualidad a los hombres.				
12. Creo que los y las jóvenes debieran hacer lo que los padres dicen a la hora de decidir y planificar su vida, ya que buscan lo mejor para ellos.				

13. Creo que las diferentes formas de vivir la sexualidad no deben ir en contra de nuestras costumbres.				
14. Creo que todos y todas, niños(as), adolescentes, adultos, ancianos, tenemos derecho a vivir nuestra sexualidad lo más placentera posible.				
15. Creo que es importante que yo me haga una prueba de vih/sida.				
16. Considero que pensar en mis objetivos futuros y las actividades que podría hacer para conseguirlos, es una pérdida de tiempo, hay que vivir el presente.				

4 Significa Muy en Desacuerdo

## CALIFICACIÓN

### SECCION 1

PREGUNTA	RESPUESTA
1	C
2	C
3	B
4	A
5	C
6	A
7	B
8	B
9	C
10	A
11	B
12	C
13	A
14	C
15	A
16	B
17	CIES

Cada pregunta correcta vale un punto, se clasificará bajo los siguientes rangos y categorías:

Rango de puntuación	CATEGORIA
0 a 7 puntos	Conocimiento insuficiente
8 a 12 puntos	Conocimiento bueno
13 a 17 puntos	Conocimiento muy bueno

### SECCIÓN 2

VALORES	PUNTUACIÓN
Muy de acuerdo	-2
De acuerdo	-1
En desacuerdo	+1
Muy en desacuerdo	+2

<b>Rango de puntuación</b>	<b>CATEGORIA</b>
-24 a -13	Actitud muy negativa
-12 a -1	Actitud negativa
+1 a +12	Actitud positiva
+13 a +24	Actitud muy positiva

A mayor puntuación positiva, mayor presencia de actitudes positivas.

### **ANEXO 3: RESPUESTAS HOJA DE TRABAJO SOBRE DESEO SEXUAL: ¿CUAL ES LA VERDAD?**

1. (Falso) La mayoría de las mujeres sí desean tener relaciones sexuales. Sin embargo, si una mujer no obtiene placer de la relación sexual ella puede perder el interés.
2. (Falso) El deseo sexual no tiene que conducir a la actividad sexual. De hecho, las personas pueden gozar por el hecho de sentirse “excitadas” sin desear tener relaciones sexuales.
3. (Verdadero) El deseo sexual sí se ve afectado por las expectativas sociales. Si una mujer piensa que no debe desear tener relaciones sexuales, ella puede suprimir o negar su deseo.
4. (Falso) Las erecciones y lubricación pueden ocurrir sin razón alguna o por razones no relacionadas con el deseo. Por ejemplo, la mayoría de los hombres se despiertan con una erección en la mañana debido a que sus vejigas están llenas. Los niños y adolescentes con frecuencia tienen erecciones espontáneas que no están relacionadas con el deseo sexual o la excitación.
5. (Verdadero) Las fantasías son usualmente solamente eso: fantasías. Una persona puede no desear experimentar la fantasía.
6. (Verdadero) Los estados emocionales, como el temor, pueden afectar el deseo sexual de una persona.
7. (Verdadero) Los niveles “normales” de deseo sexual varían ampliamente y cambian. El deseo sexual se ve afectado por factores físicos, emocionales y sociales. Si el nivel de deseo de una persona le causa un problema, la persona puede hablar con un profesional de la salud sexual.
8. (Falso) Los hombres no siempre desean tener relaciones sexuales. Ellos experimentan variaciones en sus niveles de deseo, como todas las personas.
9. (Verdadero) El deseo sexual puede disminuir con la edad. Si una sociedad ve con reserva o desagrado la sexualidad de la gente mayor, su nivel de deseo puede verse afectado por el estigma. Mucha gente experimenta deseo sexual durante toda su vida.
10. (Falso) Un hombre puede no tener una erección en una situación sexual por muchas razones, incluidas las condiciones médicas (por ejemplo, diabetes o enfermedad cardíaca), el uso de ciertos medicamentos y algunos factores emocionales (como la ansiedad acerca del desempeño sexual, enojo hacia la otra persona o por algo más, o porque esté preocupado).
11. (Verdadero) Una disminución en el deseo sexual es un efecto secundario de algunos medicamentos. Algunos medicamentos como el Viagra aumentan la función eréctil y se toman para ese propósito específico. Los médicos usualmente no abordan con sus pacientes los efectos sexuales de los medicamentos. Si los efectos secundarios son una preocupación, consulte a su médico o farmacéutico.
12. (Verdadero) Muchas veces las personas confunden deseo sexual y amor. Usted puede amar a alguien y no desear tener relaciones sexuales con esa persona; y, por otra parte, puede desear tener relaciones sexuales con alguien a quien no ama.
13. (Verdadero) Nadie, ya sea hombre o mujer, desea tener relaciones sexuales todo el tiempo.

14. (Falso) A algunas veces las personas sí desean tener relaciones sexuales, pero no se excitan sexualmente. Esta situación sucede a la mayoría de las personas en algún momento. Es algo por lo que no hay que preocuparse.

#### ANEXO 4: HOJA DE TRABAJO PARA “ELLAS”

Lo que ellos piensan	¿Qué pienso sobre eso?	¿Cómo me siento?	¿Qué me hace sentir así?	¿Quién lo dijo?
“No tengo días malos porque no soy una mujer. No quiero ofender a nadie”				Vladimir Putin
“Castígala, dale un latigazo. Ella se está buscando el fuetazo (golpe violento). Castígala”				Daddy Yankee (Latigazo)
“En cualquier tipo de animal, siempre la hembra es de carácter más débil, más maliciosa, menos simple, más impulsiva y más atenta a ayudar a las crías”				Aristóteles
“Por más que busqué no encontré; entre mil se puede encontrar un hombre cabal, pero mujer cabal, ni una entre todas.”				Eclesiastés, 7:28.
“Si Hillary no puede satisfacer a su esposo, ¿cómo pretende satisfacer a Estados Unidos?”				Donald Trump

#### Hoja de trabajo para “ellos”

Lo que ellos piensan	¿Qué pienso sobre eso?	¿Cómo me siento?	¿Qué me hace sentir así?	¿Quién lo dijo?
“El hombre nace libre, responsable y sin excusas”				Sean Paul Sartre
“Con dinero y sin dinero, Yo hago siempre lo que quiero Y mi palabra es la ley No tengo trono ni reina, Ni nadie que me comprenda, Pero sigo siendo el rey”				Letra canción El Rey – Vicente Fernandez
“Lo más grande del hombre es que es un puente y no un fin.”				Friedrich Nietzsche

<p>(Hombres ser) debemos ser cual          veloz torrente (Hombres ser) y con          la fuerza de un gran tifón...          Cumpliendo muy misteriosos la          misión</p>				<p>Letra canción          Hombres de          Acción Película          Mulán</p>
<p>“Y dijo Dios: Hagamos al hombre          a nuestra imagen, conforme a          nuestra semejanza; y ejerza          dominio sobre los peces del mar,          sobre las aves del cielo, sobre los          ganados, sobre toda la tierra, y          sobre todo reptil que se arrastra          sobre la tierra”</p>				<p>Génesis 1:26</p>

## **ANEXO 5: TEMAS SILENCIADOS POR LOS HOMBRES**

### **Los espacios de esparcimiento y distracción masculina**

Frecuentemente los hombres adultos no tienen espacios propios de distracción y relajación con otros varones donde se permitan reflexionar sobre una vida espiritual o emocional. Comúnmente sus lugares de esparcimiento están relacionados con amigos en actividades deportivas o de competencia donde el cigarro, la bebida y los tratos rudos son frecuentes. Estas actividades hacen daño si son los únicos espacios donde los hombres se distraen fuera del trabajo y la familia. Por ello, sería adecuado que los hombres los complementarían con otras actividades como talleres, pláticas, cursos, etc. donde reflexionen sobre la importancia del manejo emocional de las relaciones humanas. Con ello podrían tanto enriquecer su vida personal como las relaciones con los demás.

### **El trabajo y el dinero**

Una preocupación constante de los hombres es el dinero. De hecho, muchos varones trabajan desde la infancia y tienen a largo plazo acceso al dinero. Hay varones que trabajan mucho, pero tienen poco dinero, y hay varones que tienen muchas dificultades para trabajar y tienen más dificultades para acceder al dinero. Por la importancia del dinero, muchos hombres ven la vida exclusivamente como trabajo, y se olvidan de otras actividades de esparcimiento y/o de autocuidado. Así mismo, muchos varones cuestionan frecuentemente a las mujeres en el trabajo y no valoran los esfuerzos de estas.

### **Su vida sexual y erótica**

Frecuentemente los hombres preguntan mucho sobre sexualidad y comentan su falta de información sobre este tema. ¿Qué dicen los hombres cuando hablan de su sexualidad? En general, muchos hombres señalan ejercicios de infidelidad fuera de la relación de pareja, sin una reflexión del daño a la relación de pareja. También reducen la relación sexual a la genitalidad (pene-vagina), y muchos no se ven como personas que pueden erotizarse y erotizar a otras personas. Pero si lo ven lo vinculan con relaciones extramaritales. También es frecuente escuchar los temores de los hombres sobre la falta de erección y el tamaño del pene, y comúnmente tienen poca información y prácticas de autocuidado con relación a las infecciones de transmisión sexual (sífilis, sida, gonorrea, etc.). De esta manera, observamos en general que los hombres se informan poco sobre la sexualidad, y se preparan menos para ejercitarla de forma más placentera y responsable. A veces esto ocurre porque la sexualidad se ve como un acto de riesgo y poder donde hay que demostrar ser hombre, pero también porque frecuentemente los hombres no son educados para reconocer en sus cuerpos afectos, sentimientos y una vida erótica más placentera. Así, muchos hombres hablan del deseo de sentir y desear a sus parejas, pero pocos se preparan para ello.

### **La paternidad**

Hay hombres que se entregan a la paternidad, y sienten gran cariño y afecto por sus hijos/as. Desean estar con ellos o ellas, los cuidan, los pasean, los apoyan con sus tareas, y están al tanto de ellos/as. Estos hombres buscan tener diálogo con ellos/as y negociaciones cuando crecen y demandan nuevos tipos de apoyo. Pero hay padres que maltratan de forma sistemática a sus hijos/as: los regañan, les pegan, los insultan y tienen actitudes de fuerte demanda hacia ellos/as.

Son padres que delegan a las parejas –u otras figuras femeninas– el cuidado de sus hijos/as. Estos padres a veces son buenos proveedores, y en otras ocasiones no. De hecho, podemos decir que todos los padres a veces son afectivos y solidarios con sus hijos/as, pero cuando llegan a tener conflictos con ellos/as realizan actos de maltrato. Así, es importante que cada hombre revise qué tanto afecto, atención y tiempo da a sus hijos/as. Pero sobre todo que reflexione sobre sus miedos a ser padre y sus limitaciones, pues algunos hombres desean ejercer su paternidad, pero no saben cómo. Sugerimos que hay una vasta literatura a la cual se puede acudir para aprender a cuidar a los hijos/as y podemos preguntarle a la pareja. Si bien es frecuente que muchos hombres hayamos vivido –como hijos– una paternidad que a veces nos maltrataba, no tenemos por qué repetir esa historia. Pero de hecho el vínculo con el padre es difícil de abordar entre hombres. Comúnmente se pasa del enojo por cosas que éste hizo (o dejó de hacer) y que terminaron dañando a los varones, a momentos de aceptación y afecto. Sin embargo, comúnmente los hombres cuestionan poco al padre. De hecho, hay hombres que ya adultos tienen mucho miedo a las figuras paternas, y las opiniones del padre, y los dictados de éstos no son cuestionados o criticados a pesar de que el varón “hijo” ya es adulto. Así con relación al padre, los hombres desean su aceptación, pero comúnmente éstos realizan juicios muy fuertes que terminan por alejar a los hijos adultos. Esto lleva a silencios que llegan a durar años

### **La vida emocional de los hombres**

Para la mayoría de los hombres adultos la expresión pública de los sentimientos es difícil. En general, no expresan lo que sienten, que hablen de sus miedos, temores, de sus experiencias de dolor y es aún más difícil que los varones lloren frente a los hijos/as o la pareja, o que pidan ayuda cuando sienten que son sobrepasados por alguna situación. En general, los momentos de miedo e impotencia son silenciados. Ello tiene consecuencias para los varones: sufren depresiones, hay infartos al corazón por “aguantar” situaciones que no les agradan, racionalizan las relaciones con los demás, etc. Por esto, sería conveniente que los hombres hablarán más desde el corazón cuando les da temor algo, y con ello podrían tener mejor salud emocional.

## **ANEXO 6: CLASE DE CLASSROOM**

<https://classroom.google.com/c/NDg5NzAxMjIxNjM0?cjc=4yd6mcb>

**Código de la Clase:** 4yd6mcb