

INTRODUCCIÓN

La adolescencia es una importante etapa de la vida la cual con los años nos permite hacernos adultos. Pero esencialmente es una etapa con valor y riqueza en sí misma, que brinda infinitas posibilidades para el aprendizaje y el desarrollo de fortalezas. Es una etapa desafiante, de muchos cambios e interrogantes, comienzan a dar pasos para alcanzar la tan ansiada y paradigmática autonomía, pero como en muchos casos no saben cómo hacerlo, buscan respuestas donde sólo encontrarán más dudas y vacíos, por ello resulta fundamental la intervención de personas que no sólo estén dentro de casa, si no que puedan influenciar positivamente en situaciones que se dan fuera de esta, que faciliten y den criterios de vida sólidos para que los adolescentes puedan hacerle frente a los desafíos que tienen por delante y así sean inspirados.

El liderazgo es una cualidad que busca y atrae a muchos, esta disciplina tiene distintas acepciones, una de estas y muy importante es la de hacer lo correcto, no hacer las cosas bien, eso corresponde a la autogestión que también es vital, en esta etapa de la vida la educación sexual debe ser cosa de familia, se pensaba antes, sin embargo, por muchas décadas se ha estado impartiendo en las escuelas, aunque de forma discreta. Hoy en día los docentes han tenido que asumir la tarea de abordar esta dimensión y por ende se ven en la obligación de asumir este rol de forma profesional. Desde que se tiene memoria social la educación en general y la sexual en particular, ha estado en manos de los padres, profesores, orientadores juveniles, etc. Hay algunos expertos que consideran que ha llegado el momento de darles la oportunidad a los mismos jóvenes para influir de manera positiva sobre sus coetáneos.

La sexualidad es una dimensión que acompaña al ser humano desde que es concebido, se desarrolla con éste y se mantiene hasta el momento de la muerte, lo cual implica un largo proceso en las diferentes etapas evolutivas de la persona. Sin embargo, es también una de las conductas más complejas de formar y educar. Es por ello que se deben tener conocimientos claros y precisos para poder orientarla de manera segura y con toda la naturalidad posible.

La educación ha ido cambiando, la tecnología ha influido en estos cambios, los niños y jóvenes actuales pertenecen a una era tecnológica, la escuela ha tenido que compartir su ardua labor con las TIC. Los alumnos de hoy tienen la facilidad de navegar en las redes sociales y que casi todo lo que quieren saber lo buscan en Internet incluyendo los temas de sexualidad.

Es en el mismo internet es donde reciben todo tipo de influencia de sus coetáneos, por lo cual, para bien o para mal, es preciso tomar en cuenta esa dimensión, ya sea para reforzarla o para prevenir perjuicios.

Es así que se aborda la educación sexual desde una óptica particular, pues coloca como eje articulador de todo el proceso educativo sexual a líderes transformacionales adolescentes, los cuales, al estar investidos del atractivo de ser jóvenes como los mismos adolescentes objeto de la educación sexual, gozan de ciertas particularidades que pueden ser favorables para encarar con éxito el proceso educativo y prevenir consecuencias nocivas, como los embarazos adolescentes indeseados. La presente investigación propositiva que se desarrolla en este documento parte de la identificación del problema y por todo lo anteriormente citado que pretende mitigar los efectos perjudiciales de dicha problemática a través de una serie de acciones, que se traducen o concretizan en la elaboración de un programa de liderazgo transformacional y educación sexual.

Para una mejor comprensión del trabajo se presenta la estructura del mismo, de acuerdo al siguiente detalle:

Introducción: Se presenta un panorama general de todo lo que abarca la investigación.

Primer Capítulo: Planteamiento y Justificación de la investigación Propositiva se describe y destacan la relevancia de las variables de liderazgo transformacional y educación sexual.

Segundo Capítulo: Objetivos de la Investigación, se presenta el objetivo general y los específicos.

Tercer Capítulo: Marco teórico, donde se presenta detalladamente todo el sustento conceptual de la investigación. En este apartado están consideradas las diferentes áreas del programa, tanto de Liderazgo y Educación sexual.

Cuarto Capítulo: Metodología, Se plantea los métodos, técnicas e instrumentos que se usan dentro del programa.

Quinto Capítulo: Se presenta la propuesta del programa.

Bibliografía y Webgrafía: Se encuentran los libros y las páginas web consultadas para la realización de este documento.

CAPÍTULO I
PLANTEAMIENTO Y JUSTIFICACIÓN

1. PLANTEAMIENTO Y JUSTIFICACIÓN DEL PROBLEMA

1.1.Contextualización

La Organización Mundial de la Salud (OMS), define la adolescencia como la etapa que transcurre entre los 10 y 19 años. Normalmente la dividen en dos fases; adolescencia temprana de 12 a 14 años y adolescencia tardía de 15 a 19 años. En cada una de estas etapas se presentan cambios fisiológicos (estimulación y funcionamiento de los órganos por hormonas, femeninas y masculinas), estructurales (anatómicos), psicológicos (integración de la personalidad e identidad) y la adaptación a los cambios culturales y/o sociales. (Salud, Adolescencia, 2015). Culminando así con su incorporación plena a la sociedad cuando la persona alcanza la madurez, en la cual surge el tema del liderazgo. Por otra parte, se fortalece el autoconocimiento el desarrollo e identidad. Es importante fortalecer el tema de la educación sexual debido a que en la familia, los niños, niñas y adolescentes no tienen la información suficiente sobre su propio desarrollo por tanto, no podrán estar preparados para prevenir los embarazos no deseados. Además, como efecto colateral, en la relación de pareja no existe equidad de género y las familias son vulnerables a la violencia de género. (Alvarado, 2013).

A través de la historia se ha demostrado que la educación sexual ha sido prohibida, mala o indebida. Hablar de sexo es todavía para muchas personas, despertar en los jóvenes adolescentes ideas y pensamientos mal sanos y creen que, al callar y no mencionar temas sexuales, dejan de existir los problemas relativos a ellos.

En la actualidad hay suficientes datos sobre miles de mujeres adolescentes embarazadas en la región, que en su gran mayoría provienen de los sectores pobres de la sociedad, y que continuarán perpetuando los círculos de pobreza, ya que se ha encontrado una alta correlación entre embarazo adolescente y deserción escolar. Esta situación se agrava aún más cuando es resultado del incesto o la violación. El embarazo de adolescentes se ha utilizado como un argumento para justificar la importancia de brindar educación sexual, sin embargo, en casi todos los países, al no haber sido instrumentada, al menos con el alcance necesario, el problema sigue en constante crecimiento. (CLADEM, 2010)

En la Encuesta Nacional de Adolescencia y Juventud realizada en 17 ciudades capitales e intermedias, nos revela también datos muy importantes en relación a este tema. Aunque el conocimiento sobre métodos anticonceptivos entre adolescentes hombres y mujeres es relativamente alto (4 de cada 5 adolescentes y jóvenes conocen algún método anticonceptivo), su uso es relativamente bajo. El 37% de mujeres entre 15-19 años usa un método anticonceptivo. Además, es importante resaltar que aunque el 92% de adolescentes entre 15-19 años conoce el condón, sólo el 29% lo utilizó durante su primera relación sexual. No solo son embarazos no planificados el problema, también lo es la incidencia del contagio de las enfermedades de transmisión sexual. (UNFPA V. d., 2009)

Según el Programa Nacional ITS/VIH/SIDA y Hepatitis virales, se tiene que 78% de los casos diagnosticados con VIH/SIDA en Bolivia 1984-junio 2018 se encuentran entre las edades de 15 a 24 años. (IDH, 2018)

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

Y en 2016 nuestro departamento fue catalogado como una de las zonas más vulnerables a nivel nacional en materia de educación sexual. Según la Encuesta de Demografía y Salud 2016, Tarija es el tercer departamento con mayor porcentaje de adolescentes que ya son madres en las edades comprendidas entre 15 a 19 años. El departamento ocupa este lugar con un índice de 16,7%. En primer lugar, está Pando con 22,8% y en segundo lugar, Beni con 19,4%. Por otro lado, el indicador del total de las adolescentes que estuvo alguna vez embarazada, en Tarija es del 18,4%, el tercer más elevado de todo el país. Primero está Pando con 32,4 % y luego Beni con 23.9%. (Salud E. d., 2016). Conforme a los datos del Programa de Atención Integrada al Continuo del Curso de la Vida, entre el 2010 y 2011 se registraron 2.737 embarazadas entre los 15 y 18 años de edad, lo que equivale a un 14 por ciento del total de los embarazos. Entonces, de cada 100 gestantes en Tarija, 14 eran menores de edad.

Los municipios con mayor porcentaje de embarazadas adolescentes fueron San Lorenzo con el 50%, Villa Montes con 24% y Cercado con el 18%.

De acuerdo a las estadísticas del Servicio Nacional de Información en Salud (SNIS), en siete meses del año 2015, en promedio se registraron seis embarazos por día en mujeres de edad escolar. El dato general que arroja esta institución es que en ese periodo se registraron 1.412 embarazos. De ese total, 102 son menores de 15 años, y el resto se encuentra entre los 15 y 19 años. Estas menores todavía están consideradas dentro de la edad escolar”. (El País, 10/17/2017).

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

Y es que la falta de conocimiento sobre sexualidad genera una gran problemática social debido a la escasa preparación que tienen los jóvenes para enfrentar su vida sexual con responsabilidad, sumado al hecho de que su poca madurez, no les permite visualizar la magnitud de los problemas que se presentan en esta edad. Esto impide que ejerzan un liderazgo adecuado, lleno de conocimientos para una acertada toma de decisiones.

En España a base de una investigación de embarazos no deseados, desconocimiento o mala práctica de anticonceptivos, sexo en adolescentes precoz e intenso, aumento en las estadísticas de interrupción voluntaria embarazo, existencia de mitos sexuales, desconocimiento de los recursos socio sanitarios existentes, etc. seguidamente se puso en práctica un programa de fortalecimiento del liderazgo adolescente para influir sobre el estudiantado a través de sus propios compañeros. Este cambio de estrategia dio curso al comprobar que la educación sexual impartida sólo mediante los profesores (adultos) tiene sus limitaciones y no incide de manera sustantiva en la disminución de los embarazos no deseados en adolescentes, por lo cual se optó por hacer partícipes a los líderes juveniles de los propios establecimientos educativos. (Lopez, 2016)

En Ecuador en una tesis de Maestría en la Universidad Católica del Ecuador, se desarrolló un programa de formación de líderes juveniles vinculado a la educación, particularmente la

referida a la sexualidad, dicho programa desde una perspectiva religiosa intento formar líderes con el fin de orientar a sus compañeros en el tema de sexualidad y buscar una mejor adaptación a la sociedad desde una perspectiva religiosa, fomentando la solidaridad y el trabajo en equipo. La estrategia frankental es valerse de líderes juveniles natos, para actuar a través de ellos (liderazgo transformacional). Los adultos no aparecen como tales en este proceso, tan sólo a título de apoyo. Se parte de la idea que para captar jóvenes en este programa de liderazgo deben ser convocados por otros jóvenes, los cuales, a través de su testimonio particular, transformarán la conducta de sus coetáneos. Los resultados de dicho programa, según la autora son halagadores y se recomienda replicar dicha iniciativa. (Iza, 2018).

Importante resaltar que en la adolescencia se da el desarrollo de las aptitudes de liderazgo. En un mundo competitivo como el presente la formación en liderazgo es de vital importancia para el triunfo en la vida. Por eso, independientemente de si una persona posee o no un don natural para liderar, resulta clave desarrollar y potenciar las habilidades que puedan llegar a convertirle en un verdadero líder. (Alvarado, 2013).

El tipo de liderazgo de tipo autoritario ejercitado en gran parte del sistema educativo actual ha demostrado su ineficacia en la prevención del embarazo adolescente, en el control de las enfermedades de transmisión sexual y en las conductas de riesgo asociadas al ejercicio de la sexualidad con falta de consciencia y responsabilidad. Particularmente en los países latinoamericanos es alarmante el incremento de las enfermedades de transmisión sexual. El porcentaje de adolescentes que se embaraza por lo menos una vez antes de cumplir los 20 años ha subido al 27% y el índice de abortos para el mismo rango etáreo es del 58%. Es preciso cambiar de paradigma en la forma de ejercitar el liderazgo adolescente como meta de prevenir los embarazos no deseados, pues son numerosas las experiencias que ponen en evidencia los resultados positivos del liderazgo transformacional. (Iza Conterón, 2018).

El liderazgo es un proceso altamente interactivo y compartido, en éste los miembros de todos los equipos desarrollan habilidades en un mismo proceso; implica establecer una dirección, visión y estrategias para llegar a una meta, alineando a las personas y al mismo tiempo motivándolas. (Gomez, 2002).

En el liderazgo de tipo Transformacional los líderes transformadores emplean niveles altos de comunicación para conseguir los objetivos y aportan una visión de cambio que consiguen

transmitir a los miembros del grupo. Apuestan por generar una visión compartida y transversal acerca de lo que debe ser el grupo, este es uno de los tipos de liderazgo que aportan mayor flexibilidad al funcionamiento del grupo. De esta manera, los líderes que trabajan a partir de esta filosofía motivan y aumentan la productividad y la eficiencia del grupo. Poseen una visión muy amplia del trabajo a realizar, gracias a la cual lideran el cambio dentro de la organización y son capaces de cambiar las expectativas, percepciones y motivaciones del equipo. (García-Allen, 2015).

Es en este sentido la investigación propositiva que se plantea en este documento aborda el tema de la sexualidad y liderazgo de tipo transformacional con el fin de optimizar estas habilidades en los adolescentes de la ciudad de Tarija.

En nuestro País se tienen diversas experiencias por numerosas instituciones que han hecho suyo el problema de la educación sexual y la formación de líderes. Sin embargo, se ha abordado estos dos temas por separado y no se ha encontrado ninguna experiencia sistemática en la cual se haya incorporado el liderazgo juvenil como un medio para lograr una adecuada educación sexual. Se puede citar, a modo de ejemplo, la experiencia desarrollada por las Naciones Unidas como apoyo al Ministerio de Educación de Bolivia con el fin de promover una educación sexual integral a estudiantes de nivel secundario. (Unidas Naciones)

En el plano regional se ha encontrado dos instituciones que tienen que ver con la educación sexual de manera permanente y transversal a todas las demás líneas educativas, las cuales son CIES (Centro de educación y servicios) y SEDES (Servicio Departamental de Salud)

El Servicio Departamental de Salud (Sedes), viene apoyando la incorporación de la Educación Sexual como una materia transversal en el sistema educativo, la estrategia que ha adoptaron es trabajar con las materias de biología y ciencias de la naturaleza con las que deben capacitar al adolescente en temas relacionados al conocimiento sobre este tópico. Paralelamente se encargan del tema de métodos anticonceptivos con personal de salud como por profesionales. El jefe del programa Educación Sexual Reproductiva del Sedes, Wilber Leytón, indica que la meta del programa de educación sexual en todo el Departamento de Tarija es disminuir los índices de embarazos en adolescentes. (SEDES, 2018)

Otra de las experiencias más difundidas a nivel Tarija en materia de educación sexual y formación de líderes es la promovida por CIES (Centro de educación y servicios). CIES trabaja en coordinación con otras instituciones, particularmente con el servicio

Departamental de Educación fomentando la formación de líderes juveniles, particularmente incidiendo en el tema de la educación sexual, en los diferentes colegios del Departamento de Tarija.

Después de haber revisado la bibliografía disponible sobre el tema de educación sexual mediatizada por el liderazgo transformacional y de haberse evidenciado que en el medio tarijeño no se ha abordado la solución del problema (educación sexual) a través de esta estrategia novedosa, se plantea la realización de una investigación propositiva:

“Elaboración de un programa virtual de liderazgo transformacional como medio de promover la educación sexual en adolescentes de la ciudad de Tarija”.

1.2. Justificación de la Investigación propositiva

En el mundo en todas las sociedades desde tiempos muy remotos se ha tratado el tema del liderazgo y de la educación sexual en el ámbito de la educación. De manera más reciente se ha dado una importancia crucial a estos dos tópicos.

Elaborar una estrategia con el fin de promover el liderazgo adolescente y favorecer la educación sexual es un tema de relevancia social debido a los altos índices de embarazos no deseados y a la falta de nuevos líderes que asuman la responsabilidad que estuvo en manos de personas que ya tuvieron la oportunidad de hacerse cargo de esta delicada labor, pero que según lo reflejan los resultados, esta es insuficiente.

El liderazgo transformacional, en lugar de analizar y controlar transacciones específicas utilizando reglas, instrucciones e incentivos, se concentra en cualidades intangibles, como la visión, los valores compartidos y las ideas, con el propósito de crear relaciones, de dotar de mayor significado a las actividades independientes y de ofrecer una visión compartida que permita funcionar conjuntamente con los seguidores en el proceso de cambio.

Es por ello que se postula al Liderazgo de tipo transformacional a partir de sus variables como el liderazgo óptimo a fortalecer en los adolescentes de nuestra ciudad. En la presente investigación propositiva se recopila información relacionada con el liderazgo adolescente y la educación sexual en el mismo periodo. Toda esa información se la interpretara, reordenara y se la articulara en un todo coherente que se traduce en un Programa de liderazgo transformacional con la meta de optimizar la educación sexual en los adolescentes del medio tarijeño.

El despliegue del comportamiento sexual es cada vez más precoz, pero la madurez psicológica de los adolescentes no sigue el mismo ritmo por lo cual este desfase deja consecuencias indeseables, como los embarazos adolescentes y las enfermedades de transmisión sexual.

La meta de esta investigación es aportar soluciones al problema concreto y latente, como es la insuficiente educación sexual dada a través de las instituciones clásicas (familia, colegio) a los adolescentes tarijeños. Con la formación de líderes juveniles se optimizará la estrategia y meta de mitigar los efectos negativos directos e indirectos que tienen en las adolescentes y en sus familias, el problema del embarazo, el aborto, la educación de niños por madres

solteras, la transmisión de enfermedades venéreas y otros problemas sociales. Esta investigación aborda todos esos tópicos y plantea un instrumento (programa) que contribuirá a la solución de dichos efectos negativos de una educación sexual deficiente.

La presente investigación propositiva tiene como **aporte metodológico** la elaboración de un programa de liderazgo transformacional en adolescentes como medio de promover la educación sexual en este periodo. Dicho programa está construido en base a investigaciones precedentes que aportaron con información y procedimientos para cumplir con el objetivo del presente trabajo.

También se prevé que a razón de la implementación del programa de la investigación propositiva llegue a tener un **aporte práctico** en el diario vivir de los adolescentes que al capacitarse en dicho programa adquieran nuevas destrezas, se vean fortalecidos y generen nuevos conocimientos los cuales permitan generar una postura acertada frente a esta temática.

CAPÍTULO II

DISEÑO TEÓRICO

2. OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN

2.1. Objetivo general

Elaborar un programa integral virtual de liderazgo transformacional como medio de promover la educación sexual en adolescentes de la ciudad de Tarija.

2.2. Objetivos específicos

1. Evaluar el nivel de conocimiento sobre liderazgo transformacional y educación sexual de los adolescentes de la ciudad de Tarija, mediante un cuestionario pre test.
2. Desarrollar en los líderes adolescentes **Carisma o influencia idealizada**.
3. Fomentar en los líderes adolescentes destrezas de **Motivación inspiracional**.
4. Capacitar a los líderes adolescentes en la destreza de **Estimulación intelectual**.
5. Acrecentar en los líderes adolescentes la habilidad: **Consideración individualizada**.
6. Ampliar en los líderes adolescentes **conocimientos sobre educación sexual**, relativo a: derechos de los niños/as adolescentes; anatomía y fisiología de la sexualidad; embarazo adolescente e infecciones de transmisión sexual.
7. Evaluar el impacto del programa virtual a través de un post - test.

CAPÍTULO III

MARCO TEORICO

3. MARCO TEÓRICO

En el presente capítulo se incluye toda la información relativa a la teoría relacionada con la formación en liderazgo juvenil transformacional y educación sexual. Se definirán los conceptos sobre estas variables, se analizará la historia de estos procedimientos, así mismo se indagará sobre los diferentes programas empleados para llevar adelante la formación de líderes juveniles y los recursos necesarios para implementar la educación sexual.

3.1. Adolescencia.

La investigación teórica que se plantea realizar tiene como actores sociales a los adolescentes, por tanto, es necesario hacer algunas consideraciones sobre este periodo crítico del desarrollo.

La adolescencia es un momento de transición entre la niñez y la etapa juvenil. La Organización Mundial de la Salud la sitúa entre los 10 y los 19 años, edad en que se desarrollan los caracteres sexuales secundarios hasta lograr su plena madurez. Paralelamente se desencadenan interesantes procesos psicológicos en el individuo y las búsquedas de identidad e independencia lo cual suele ser fuente de conflictos con los padres, educadores y quienes representen, de alguna manera, lo establecido.

La construcción de su identidad suele llevar al joven sujeto a la separación o distanciamiento de su familia de origen, generando actitudes de rebeldía hacia sus progenitores. En el proceso de distanciamiento entre el joven y sus padres adquiere importancia el grupo de pares, este le confiere identidad, sentido de pertenencia, en cierto sentido apoyo emocional ante la sensación de soledad en que se encuentra; la pertenencia se debe manifestar visiblemente a través de la vestimenta, el lenguaje, los accesorios de uso personal, los gustos musicales, entre otros. Tales elementos contribuyen a afirmar su autoimagen y le confieren seguridad y destrezas sociales necesarias para entrar en el mundo juvenil. El inicio de la adolescencia marca también el comienzo de la maduración sexual. La sexualidad se compone de cuatro características: erotismo, vinculación afectiva, reproductividad y sexo genético (genotipo) y físico (fenotípico). (Alvarado, 2013).

3.2. Autoimagen

Vernieri (2006) define que la autoimagen es la aceptación positiva, de lo que se refleja a otros, que está basada en la apariencia personal y el cuidado que se tiene de sí mismo, el adolescente tiene que estar firme en su autoimagen amarse, quererse. Para poder enfrentarse a todo comentario de los pares, pero también tiene que tener claro que el individuo es único, por lo tanto debe conocer sus habilidades, capacidades como sus limitaciones, con un ambiente favorable, los medios adecuados se forma su imagen, porque es una conducta aprendida, todo ello contribuye a buen desempeño en medio ambiente.

El adolescente tiene que tener una perspectiva clara objetiva de su imagen, para determinarse a sí mismo, como la representa ante las demás personas, la autoimagen está formada por sus cualidades internas como externas, debe de tener un equilibrio para fortalecer su imagen propia de adolescente. Beauregard, Bouffard y Duclos (2005) explican que la autoimagen es tener la representación del valor personal que se reconoce, como un conjunto de actitudes o creencias, para enfrentarse a la vida, la autoimagen se representa de una forma afectiva que se hace uno mismo, son pensamientos positivos, de sus cualidades habilidades, la capacidad para enfrentarse a los desafíos y poder superar las dificultades, con optimismo con la certeza que el adolescente va a transmitir su autoimagen a las demás personas retribuyéndole la confianza seguridad en sus actos, sentimientos, al igual que sus capacidades físicas, intelectuales, sociales, actitudes. (Cifuentes, 2016).

3.3. Autoestima

La "autoestima" es un estado mental, satisfacción e insatisfacción consigo mismo, además es el sentimiento o concepto valorativo (positivo- negativo) de nuestro ser, es la imagen o idea, es un constructo cognitivo que la persona tiene de sí mismo, del cómo nos sentimos y de cuánto queremos nuestra apariencia, habilidades, capacidades, formas de ser, o conductas, cómo integramos las experiencias del pasado y cómo nos sentimos valorados por los demás. (Rollano, 2016)

3.3.1. Asertividad

Asertividad es la capacidad de autoafirmar los propios derechos, sin dejarse manipular y sin manipular a los demás y tener sus propias necesidades y que éstas sean tan importantes como las de los demás. (Castanyer, 2010)

3.3.2. Autoimagen y su relación con la autoestima

Lelord (2009) establece que la autoimagen es una serie de formas que se representan como algo externo de sí mismo, el valor de apreciarse, en esto se basa la autoimagen verse al espejo, enfrentarse a las críticas negativas o positivas, para formar su propia autoimagen, esta parte es aprendida de los modelos que estén en su ambiente. La diferencia con la autoestima, que es uno de los aspectos más importantes de la personalidad de los adolescentes, en la medida que ellos se aprecian, en esa misma medida se incrementa la confianza, seguridad y responsabilidad en los jóvenes, miran con más claridad la forma interna como va ligada con las demás partes de la autoestima, se forma en cada pensamiento o sentimiento que tiene el adolescente para decirle a todos sus pares o su ambiente que es dueño de expresar y verse bien sin miedo a críticas o regaños que le pueda ocasionar situaciones incómodas. La autoimagen es la proyección de sí mismo, por tal razón le dan mucha importancia a la opinión ajena, como los ven los demás, si se tiene una buena autoimagen no hay ningún problema, la imagen de sí mismos y la autoestima van unidas o entrelazadas porque una depende de la otra, si en una no hay equilibrio, las dos tienen que estar balanceadas, estables para que el adolescente tenga la confianza de decidir cómo desea manejar la imagen con la autoestima. La autoestima tiene tres elementos importantes los cuales son: La confianza, la visión y el amor a sí mismo, estos tres componentes, son indispensables para obtener una autoestima armoniosa, son los aspectos que el adolescente debe tomar en cuenta para estar bien interna como externamente o poder valorarse sin ningún inconveniente para la vida. (Cifuentes, 2016).

3.4. Liderazgo adolescente.

Existen casi tantas definiciones del liderazgo como personas que han tratado de definir el concepto. Una de las más aceptadas dice:

“Liderazgo es el proceso de influir en las actividades de una persona o un grupo para esforzarse hacia el logro de un objetivo en situaciones dadas”. (Urbáez, 2013).

Cada definición lo hace desde un ángulo y óptica distinta. A continuación, se citan de forma resumida algunos puntos de vista que aglutinan estas definiciones:

3.4.1 Teorías de Rasgos.

La teoría de los rasgos trata de identificar las características que hacen los líderes exitosos. A través de los años se han identificado diferentes características como físicas, sociales, personalidad, nivel de inteligencia, dominio, flexibilidad etc. que eran parte de las características de los líderes exitosos. Sin embargo, las teorías de rasgos no han sido demostradas científicamente, sólo se ha identificado algunas características que incrementan la probabilidad de triunfar como líder, pero el poseer alguna de estas características no garantiza el éxito en el desempeño de la función del líder. Los resultados de estas investigaciones hicieron que la consideración de estas características para explicar el comportamiento del líder fuera relegada o no considerada por mucho tiempo. Actualmente se están valorando nuevas teorías que consideran otras características como, por ejemplo, la inteligencia emocional. (Urbáez, 2013).

3.4.2. Teorías Conductuales y de Comportamiento.

Dado que en ese momento las teorías del liderazgo de rasgos no permitieron explicar el comportamiento de los líderes, surgen un nuevo grupo de teorías con una perspectiva diferente, estas son las teorías del Comportamiento. Las teorías del Comportamiento proponen que existen conductas específicas que diferencian a los líderes de los que no lo son. En los años 30 se identificaron dos estilos básicos: uno el autocrático donde el líder toma decisiones, informa los empleados los que deben hacer y los supervisa muy de cerca y el otro el democrático el cuál alienta la participación en las decisiones, trabaja con los empleados para determinar lo que hay que hacer y no los supervisa estrechamente. (Urbáez, 2013).

3.4.3. Teorías de Contingencia.

Dado que las identificaciones de las dimensiones conductuales no podían explicar variaciones del estilo de liderazgo necesarias ante diferentes escenarios para predecir el éxito de los líderes, surgen los modelos de teorías de Contingencias cuyo objetivo es tratar de aislar e identificar las variables situacionales que influyen en esta relación. Surgieron varios modelos de las teorías de Contingencia. El primer modelo fue el desarrollado por Fred Fiedler. El modelo de Contingencia de Fiedler propone que el desempeño eficaz del grupo depende del ajuste adecuado entre el estilo de interacción del líder con sus colaboradores y la medida en la cual la situación le da control e influencia al líder. Fiedler identificó tres criterios situacionales: la relación líder miembro, la estructura de la tarea y la posición de poder, las cuáles el considera pueden ser manipuladas para crear el ajuste adecuado con la orientación del comportamiento del líder. Las relaciones líderes miembro pueden ser buenas o malas, la estructura de la tarea puede ser alta o baja y la posición de poder puede ser fuerte o débil. (Urbáez, 2013).

3.5 Tipos de Liderazgo

3.5.1 Liderazgo laissez-faire

El tipo de liderazgo laissez-faire, también conocido como liderazgo delegativo, es un estilo de no intervención y falta de feedback regular. El nombre hace referencia a la palabra francesa “dejar pasar” o “dejarlo ser”. El líder laissez-faire interviene solo cuando es necesario y con la menor cantidad de control posible. Es un estilo no autoritario que se basa en la teoría de que los individuos con mucha experiencia, entrenamiento y motivación, necesitan menos supervisión para ser productivos. Ya que estos individuos son expertos y poseen las competencias para rendir de manera independiente, son capaces de cumplir con las tareas con muy poca vigilancia. (Covas, 2015)

3.5.2. Liderazgo autocrático

El liderazgo autocrático permite que los líderes tomen decisiones y fijen las directrices sin la participación del grupo. El líder concentra todo el poder y nadie desafía sus decisiones. Es un ejercicio de liderazgo unidireccional, lo único que tienen que hacer los subordinados es

obedecer las directrices que marca el líder. Puede ser efectivo en ambientes de trabajo en los que las decisiones necesitan tomarse rápidamente. También parece ser altamente efectivo con empleados que requieren una vigilancia estrecha sobre las actividades, ya que al eliminar la tendencia de los individuos a relajarse, puede aumentar la productividad y velocidad en las tareas. Las desventajas del líder autocrático son evidentes. No tiene en cuenta la opinión de los individuos y los miembros del grupo son simplemente personas que deben acatar órdenes. Algunos integrantes pueden sentirse infravalorados y suelen mostrar poco compromiso afectivo hacia el grupo, pudiendo llegar a abandonar el grupo o rendir menos.

3.5.3. Liderazgo democrático

Habitualmente llamado liderazgo participativo, este tipo de liderazgo se caracteriza por crear entusiasmo entre los miembros del grupo al priorizar la participación de todo el grupo. El líder promueve el diálogo entre sus seguidores para tener en cuenta las opiniones del grupo, pero la decisión final la toma el superior. Este tipo de líder se gana al equipo porque los miembros del grupo contribuyen en el proceso de decisión. Por tanto, los miembros del grupo suelen sentirse como parte del proyecto y de los cambios que puedan producirse dicho grupo. Pese a que existe cierto consenso a la hora de afirmar que este tipo de liderazgo tiene muchas ventajas, algunos investigadores piensan que también tiene sus desventajas. Por ejemplo, muchas veces no se pueden superar los desacuerdos entre dos o más partes del grupo o el camino se hace más lento a la hora de alcanzar una meta, en comparación con otros estilos de liderazgo. Además, este tipo de liderazgo requiere que el líder posea gran habilidad para mantener la motivación y la colaboración de quienes le siguen, así como plena confianza en sí mismo. De lo contrario, el equilibrio de un conjunto de individuos se podría quebrar. (Covas, 2015)

3.5.4. Liderazgo transaccional

El liderazgo transaccional se basa en transacciones, es decir, en procesos de intercambio entre los líderes y sus seguidores. Los seguidores reciben premios por su desempeño laboral y el líder se beneficia porque ellos cumplen con las tareas. Es un tipo de liderazgo orientado a los objetivos y, por tanto, los seguidores son motivados con recompensas por los resultados

conseguidos. El líder transaccional crea estructuras claras, donde queda bien definido lo que requiere de sus subordinados y las recompensas que van a percibir. Por eso, este tipo de liderazgo se centra en aspectos objetivos y en unidades de análisis fácilmente reconocibles, con las que es relativamente sencillo operar.

El perfil de seguidor del líder transaccional es un individuo racional, motivado por las metas y otros beneficios o recompensas, cuyo comportamiento es bastante predecible. Los líderes transaccionales se centran en el presente y son muy buenos para conseguir que el grupo funcione sin problemas y con eficiencia. Sin embargo, aunque el liderazgo transaccional implica seguir ciertas reglas y funciona muy bien en momentos de estabilidad, en el mundo cambiante que nos encontramos hoy en día, donde el éxito de las agrupaciones muchas veces depende de los cambios continuos, existen estilos de liderazgo más efectivos. (Covas, 2015)

3.5.5. Liderazgo transformacional

Los líderes transformadores emplean niveles altos de comunicación para conseguir los objetivos y aportan una visión de cambio que consiguen transmitir a los miembros del grupo. Apuestan por generar una visión compartida y transversal acerca de lo que debe ser el grupo. Este es uno de los tipos de liderazgo que aportan mayor flexibilidad al funcionamiento del grupo. De esta manera, los líderes que trabajan a partir de esta filosofía motivan y aumentan la productividad y la eficiencia del grupo. Poseen una visión muy amplia del trabajo a realizar, gracias a la cual lideran el cambio dentro de la organización y son capaces de cambiar las expectativas, percepciones y motivaciones del equipo.

Cuando estos líderes y sus seguidores trabajan juntos, llegan a un nivel superior de moral y motivación. La clave está en el impacto que tienen sobre los seguidores, ya que dichos líderes se ganan la confianza, respeto y admiración de los mismos.

El liderazgo transformacional, en lugar de analizar y controlar transacciones específicas utilizando reglas, instrucciones e incentivos, se concentra en cualidades intangibles, como la visión, los valores compartidos y las ideas, con el propósito de crear relaciones, de dotar de mayor significado a las actividades independientes y de ofrecer una visión compartida que permita funcionar conjuntamente con los seguidores en el proceso de cambio. Este énfasis en el clima laboral puede llegar a ser contraproducente en situaciones de crisis en las que hay

que reaccionar rápidamente a una crisis que puede hacer colapsar a la organización a corto plazo, en cuestión de semanas. (Covas, 2015)

3.6. Liderazgo transformacional

Al ser el liderazgo transformacional el elemento central sobre el cual se estructura la propuesta de programa propuesto en este documento, se hace hincapié en sus componentes. Las dinámicas motivacionales implicadas en el Liderazgo Transformacional, se realizan a través de cuatro procesos de influencia o atributos claves, más conocidos como las “Cuatro I’s”. Estas son Carisma, Estimulación Intelectual, Consideración Individualizada y Motivación Inspiracional. A través de éstas, el líder transformacional propende cambios por vías indirectas o directas, tanto a nivel macro como a nivel micro-organizacional. La forma directa de cambios, es a través de influir sobre los seguidores, en tanto que indirectamente lo logran cambiando la cultura organizacional. (Bass y Avolio, 2000).

A continuación, explicaremos cada uno de estos procesos:

3.6.1. Carisma o influencia idealizada

El Carisma o Influencia Idealizada, como parte importante del constructo más abarcativo de Liderazgo Transformacional, hace referencia al despliegue, por el líder, de comportamientos que resultan ser modelos de rol para sus seguidores, pudiendo demostrar consideración por las necesidades de los otros, incluso sobre sus propias necesidades, compartiendo riesgos con los seguidores, siendo consistente y mostrando altos estándares de conducta ética y moral. El líder es respetado, admirado y tiene la confianza de quienes le siguen, siendo modelos de identificación e imitación. (Bass y Avolio, 2000). En cuanto a las características de los líderes carismáticos transformacionales, Bass menciona las siguientes:

- Tienen alta autoestima, despliegan completa confianza en sus capacidades y convicciones, y hacen de esto un claro aspecto de su imagen pública, proyectando una presencia poderosa, confiable y dinámica.
- En cuanto a la expresión verbal, hacen uso de verbos que indican acción, mensajes simples, pausas cortas entre frases y reiteración en sus discursos. Su tono de voz es comprometido y cautivante, mantienen contacto visual directo, se muestran relajados

y utilizan expresión emocional no verbal, a través de contacto físico y expresiones faciales animadas.

- Tienen un fuerte sentido del deber y de la responsabilidad, siendo capaces de dirigirse internamente.
- Conocen y entienden las necesidades, valores y esperanzas de sus seguidores, y son hábiles para – a través de palabras y acciones dramáticas y persuasivas - articular metas compartidas sobre la base de este conocimiento.
- Entregan estructura a los problemas para que sean más fácilmente comprendidos. (Shamir, Zakay, Breinin y Popper, 1998).

3.6.2. Estimulación intelectual

La Estimulación Intelectual puede verse cuando los líderes transformacionales estimulan a sus seguidores para ser innovadores y creativos, mediante el cuestionamiento de suposiciones y el re encuadre de problemas, solicitándoles nuevas ideas y soluciones, sin enjuiciar sus aportes por ser distintos a los del líder, ni criticar sus errores en público.

La Estimulación Intelectual del líder transformacional es vista en el discreto salto en la conceptualización, comprensión y discernimiento de los seguidores de la naturaleza y los problemas que enfrentan y sus soluciones, contribuyendo a su independencia y autonomía. Lo que se diferencia de la mera posesión de competencia en la tarea, el conocimiento, la habilidad y la destreza de un líder. Los líderes transformacionales estimuladores intelectualmente persuaden a sus seguidores a través de la ruta central de procesamiento de información. Esto ocurre cuando los individuos están motivados, preparados y tienen la habilidad para pensar en lo que el líder o el grupo ha propuesto. Es un tipo de procesamiento profundo, sistemático y controlado, que produce efectos duraderos en los seguidores. Contrariamente el procesamiento vía ruta periférica – que ocurre cuando la gente carece de motivación o habilidad - es superficial, automático y heurístico, y sus efectos son duraderos sólo si ésta es complementada por argumentos cognitivos de apoyo. (Petty y Cacioppo, 1980, en Bass y Avolio, 2000).

3.6.3. Consideración individualizada

Por Consideración Individualizada, se entiende, que el líder trata a cada subordinado diferencialmente, de acuerdo con sus necesidades y capacidades. El líder transformacional individualmente considerado actúa como entrenador o mentor de los seguidores, prestando atención especial a cada una de sus necesidades para su logro y desarrollo; haciendo que cada individuo sienta una valoración única. Entre las conductas que caracterizan al líder individualmente considerado se encuentran:

- a) Hace uso de la comunicación informal personalizada: El líder ve al individuo como persona más bien que como empleado. Recuerda las conversaciones anteriores y está consciente de las preocupaciones de cada uno de sus subordinados. Utiliza principalmente una comunicación de dos vías, por lo general cara a cara³³, en la cual líder y seguidor comparten sus preocupaciones y expectativas respecto del trabajo propio, del otro, y a su relación.
- b) Mantiene Informados a los Subordinados: El líder individualmente considerado se preocupa de que cada subordinado esté completamente informado de lo que está sucediendo en la organización. Con esto ellos llegan a sentirse parte del desarrollo organizacional, principalmente si al mismo tiempo se les permite aclarar dudas, haciendo posible también a los líderes el acceso a las reacciones y preocupaciones inmediatas de los seguidores sobre la materia.
- c) Trata Diferencialmente a los Subordinados: Los líderes individualmente considerados reconocen las necesidades, motivaciones y deseos de cada seguidor y saben cómo utilizarlas efectivamente.
- d) Aconseja a los Seguidores: Los líderes individualmente considerados tienen la habilidad de ayudar a sus seguidores con sus problemas personales y laborales utilizando una escucha activa efectiva, que se caracteriza por compartir experiencias personales con sus subordinados, dar consejo, sugerir otras alternativas y permitir a través de preguntas llegar a generar alternativas propias. (Bass y Avolio, 2000).

3.6.4. Motivación inspiracional

Bass define a la motivación Inspiracional en términos de la entrega de significados y desafíos a los seguidores, por el líder transformacional, despertando el espíritu de equipo, entusiasmo

y optimismo, creando y comunicando expectativas, lo que motiva e inspira a quienes les rodean, obteniendo seguidores involucrados y comprometidos con una visión compartida. (Bass y Avolio, 2000). Se menciona entre los componentes de la conducta de líderes inspiracionales, los siguientes:

a) Dirección de Significado:

El líder inspiracional entrega significado y definición al contexto, otorgando un patrón específico a lo que puede ser complejo o ambiguo; a través del lenguaje, rituales y otros discursos simbólicos da a conocer a sus subordinados el significado de la organización, su lugar en el ambiente y su propósito colectivo. También, un nuevo significado puede venir de la creación de nuevas interpretaciones a partir de las viejas, o de la comparación de su grupo con otros referentes, tales como competidores, ideales, metas, el pasado, rasgos y los pilares fundadores de la organización; con el fin de crear y articular significado y visión conjunta con el grupo de seguidores.

b) Uso de Símbolos:

Los líderes inspiracionales hacen mucho uso de símbolos. Éstos además de ser objetivaciones de significado, actúan como estrategias que dan sentido a la organización y al ambiente; transformando en un todo coherente ideas confusas o muy complejas, y simplificando mensajes que pueden tener un significado inspiracional para los seguidores. Es así como los líderes utilizan historias, ceremonias, formalidades, insignias, conferencias, slogans y accesorios, para justificar su existencia como tales y las acciones que llevan a cabo. Los símbolos también pueden representar soluciones inspiraciones a los problemas, y su reemplazo ayuda a evocar nuevas ideas y creencias con nuevos valores emocionales.

c) Manejo de Impresión:

Los líderes inspiracionales realizan acciones tendientes a crear y a mantener impresiones deseadas de ellos, en los otros. Esas impresiones pueden afectar cuánto son estimados por los demás y, por lo tanto, cuánto éxito pueden tener influenciándolos. La mejor imagen de los líderes, es un requerimiento esencial para construir confianza de los seguidores en ellos, lo que es el elemento esencial del Liderazgo Inspiracional, que además ayuda a mejorar el desempeño y aumentar la satisfacción laboral (Wayne y Ferris, 1988, en Bass y Avolio, 2000).

d) Modelamiento de las Expectativas de los Seguidores:

Los líderes inspiracionales crean altas expectativas en cuanto al desempeño esperado de los seguidores, y son capaces de redirigir sus organizaciones utilizando mensajes claros de lo que es necesario hacer para alcanzar los objetivos propuestos, creando metas razonables y siendo modelos de rol para sus subordinados; definiendo y manteniendo el sentido de propósito entre todos los miembros del sistema.

e) Envisionar o Crear una Visión Compartida:

El Liderazgo Transformacional es un proceso de influencia en el cual la focalización de la acción cambia la cultura organizacional. En este proceso es fundamental el “envisionar”, que transformaría a los seguidores en líderes. El “envisionar” requiere traducir intenciones en realidades a través de comunicar la visión a los otros, con el fin de obtener su apoyo. Los líderes inspiracionales ayudan a crear una visión compartida con sus seguidores de un estado organizacional que se desea en el futuro, mostrándoles cómo alcanzarlo. La visión permite simplificar materias organizacionales complejas en unos cuantos puntos centrales, y entrega una guía para el desarrollo de estrategias, la toma de decisiones y la conducta al interior de la organización y de ésta con el ambiente. La visión parece ser el principal componente catalizador del éxito de los líderes transformacionales. (Bass y Avolio, 2000).

3.7 factores del liderazgo adolescente

El liderazgo como tal aparece cuando el grupo entra a formar parte de la vida del individuo. Esto se da aproximadamente alrededor de los 10 años. Todas las teorías de psicología social coinciden que la interacción social es vital e ineludible en la vida del individuo. Esta necesidad de organizarse pone de manifiesto dos dimensiones de la sociabilidad de la persona.

a) La indigencia de cada uno en solitario, con la consiguiente necesidad de otros para subsistir.

b) La capacidad de desarrollo y perfección cuando acertamos a sumar la voluntad de muchos.

El liderazgo juvenil tiene diferentes influencias y vertientes. Entre las principales se puede mencionar: a la familia, la escuela y otros factores sociales.

a) La familia. La familia se sitúa la primera en el orden natural de la formación para el liderazgo. Es en ella, a través del cuidado de los padres, donde se inicia todo este proceso de maduración. Aunque la educación es una tarea cooperativa, donde los cónyuges son educadores unos de otros, así como los hermanos entre sí y con sus padres. La principal fuente de educación durante muchos años es la que realizan, de común acuerdo, los cónyuges con sus hijos. Efectivamente, se advierte la estrecha relación que existe entre el liderazgo y los hábitos de carácter. Las familias que generan hijos líderes son aquellas que se denomina familias con fuerte personalidad. El rasgo más característico de este tipo de familias es su unidad. En estas familias se hace patente el cariño de unos hacia otros y es palpable cómo disfrutan todos en mutua compañía. Existe una férrea, interesante y atractiva atmósfera familiar, concretada en una preocupación activa por los demás en un ambiente de amistad, lealtad y solidaridad.

b) La Escuela. Si bien la escuela no es una organización natural, es una organización cultural hecha por el hombre para ayudar a los padres en la educación y promoción cultural de sus hijos, no se puede soslayar que ejerce tanta o, incluso más influencia que los propios padres en la formación del liderazgo y otros aspectos de su personalidad.

La educación que reciben los hijos en la escuela no queda reducida, en modo alguno, a aspectos intelectuales. Es en la escuela donde el niño aprende a relacionarse con el otro y, más exactamente, con el grupo. Toda la influencia familiar se pone en práctica cuando el niño debe lidiar con intereses y puntos de vista de los demás niños.

Las instituciones educativas van a jugar un papel importante en el ámbito del desarrollo de la inteligencia y en la formación moral. En la escuela se da procedimientos tan importantes como el autoconocimiento, el desarrollo de las virtudes, la educación de las emociones, la competencia, la retroalimentación social, etc.

c) Otros agentes educadores. No sólo la familia y la escuela influyen en la formación de líderes juveniles, sino que también participan activamente los amigos y personas importantes, como profesores, políticos, científicos, artistas, etc.

Entonces, en el papel de educadores del niño y del joven aparecen en primer lugar, los padres; ayudados de los hermanos y resto de familiares cercanos, donde hay que hacer una mención especial a la figura de los abuelos. En segundo lugar, la escuela; que debería reforzar esta labor de los padres, y en la que no sólo educan los profesores sino también

los compañeros. ¿Quiénes más van a ejercitar algún tipo de influencia en la educación de los hijos? También se ha hablado de esos otros amigos, que no son compañeros del colegio, sino quizás hijos de conocidos de los padres, con los que han podido entablar amistad durante los fines de semana, en vacaciones... En una primera etapa no ejercen especial influencia sobre los hijos, pues hasta la adolescencia son padres, hermanos, profesores... las principales referencias. Pero a partir de ahí la importancia de los amigos aumenta rápidamente, llegando a ser verdaderos competidores de todos los anteriores. Además, hay que ser conscientes de que la etapa de la adolescencia se inicia cada vez más temprano. Eso significa que la feliz infancia va quedando prontamente atrás. Como durante la adolescencia el grado de influencia de los padres se ve reducido, significa que su principal protagonismo se está limitando a apenas los primeros diez años de vida de los hijos, del resto se hace cargo los amigos y figuras emblemáticas de la sociedad, particularmente de los medios masivos de comunicación, como la televisión, las redes sociales y el internet en general. (Urbáez, 2013).

3.7.1. Trato personal

Una persona que se dirige hacia una meta clara y fija, se aplicará con mayor determinación porque sabe lo que se espera de él. Por eso, se vuelve imprescindible que un líder le trasmita a sus equipos cuál es la misión, la visión y la estrategia. Puedes empezar estableciendo una meta ambiciosa a largo plazo y, poco a poco, segmentando tareas más pequeñas con resultados más inmediatos que motivarán a tu equipo y harán que no desvíen la mirada del objetivo. La escucha activa implica observar y preguntar, flexibilidad y confianza, apertura y firmeza. Ya no se trata solo de saber qué necesidades tienen los equipos, sino también de escucharlos activamente, es decir, reunir todas sus ideas y aportaciones y llevarlas a la práctica. Cuando hay una escucha activa en el equipo, los integrantes entienden y comprenden mejor la razón de su trabajo. Amplían su visión y dirección acorde a sus estrategias y metas.

3.7.2. Imagen de mentor

La mentoría es una relación de desarrollo personal en la cual una persona más experimentada o con mayor conocimiento ayuda a otra menos experimentada o con menor conocimiento. La persona que recibe la mentoría ha sido llamada tradicionalmente como protegido, discípulo o aprendiz (Valderrama, 2009). No obstante, el aspecto central es que la mentoría involucra la comunicación y está basada en una relación. En un ambiente organizacional, la mentoría puede tomar varias formas. Bozeman y Feeney (2007) definieron la mentoría como "un proceso para la transmisión informal del conocimiento, el capital social y el apoyo psico-social, percibidos por el recipiente como relevante para el trabajo, la carrera o el desarrollo profesional; la mentoría envuelve la comunicación informal, usualmente cara a cara y durante un período de tiempo sostenible entre una persona que se percibe poseedor de más conocimiento relevante, sabiduría o experiencia (el mentor) y una persona que se percibe con menos (el protegido). Para desarrollar la técnica de la mentoría se trabajan cuatro componentes pilares; conocerse uno mismo, desarrollarse uno mismo, conocer a los demás y desarrollar a los demás. Estas fases aseguran una formación exitosa del mentorado y una relación óptima entre líderes y seguidores. (Agudelo, 2014)

3.8. Liderazgo y educación sexual

El liderazgo y la educación sexual son dos conceptos que se cruzan al momento de planificar una adecuada educación sexual. Solo si se promueven líderes juveniles se puede garantizar que se produzca un cambio en los paradigmas tradicionales y obsoletos de la educación sexual. Un cambio real en la perspectiva de género se dará cuando los jóvenes asuman el control de esta nueva visión. Es en este sentido que no se puede desarrollar u un aspecto, sin fortalecer el otro. Acorde con este razonamiento, un estudio publicado por el Ministerio de Educación de Colombia, dirigido por Diego Palacios Jaramillo, menciona cuatro llaves que vinculan el liderazgo adolescente con la educación sexual y que son la clave para lograr una educación sexual transformadora y con justicia para todos, promovidas por el Fondo de las Naciones Unidas:

“El Fondo de Población de las Naciones Unidas, en su misión de promover el desarrollo de adolescentes, jóvenes, mujeres y hombres, a través de la promoción de sus derechos sexuales

y reproductivos, y la igualdad de género, ha desarrollado un marco de acción, compuesto por 4 "llaves" para guiar y fortalecer el trabajo en pro del bienestar de los y las adolescentes.

Primera llave:

La implementación de políticas públicas focalizadas hacia adolescentes y jóvenes, adaptando planes y programas de desarrollo y de reducción de la pobreza, que entiendan y asuman las diferencias y la heterogeneidad de este grupo de población.

Segunda llave:

El fortalecimiento de una educación basada en habilidades para la vida, que favorezca desde la niñez las potencialidades de hombres y mujeres para poner en práctica conocimientos, valores y actitudes, fundamentalmente relacionados con el ejercicio de su sexualidad y sus derechos. El desarrollo de habilidades incluye: las sociales (para las relaciones interpersonales, la comunicación, la empatía, la cooperación y el trabajo en equipo); de pensamiento (autocuidado, toma de decisiones, pensamiento crítico y creativo, elaboración de planes y metas) y de negociación (manejo y socialización de emociones y sentimientos, asertividad en la construcción de consensos, manejo de la presión de grupo).

Un tratamiento igualitario y equitativo de niños y niñas es fundamental para la construcción de sexualidades sanas y enriquecedoras, que favorezcan relaciones positivas y constructivas entre los géneros. Es vital que la educación impulse herramientas pedagógicas para el empoderamiento de las niñas en el reconocimiento y ejercicio de sus derechos, así como la construcción de masculinidades en los niños, que estén basadas en el respeto a los derechos y la igualdad de hombres y mujeres.

Tercera llave:

La promoción de un paquete esencial de servicios de salud sexual y reproductiva y de insumos que incluyan, por lo menos, la disponibilidad y el acceso universal a la anticoncepción, a la prevención del VIH y a los servicios de salud materna, acompañados con procesos de asesoría y consejería adecuados a las necesidades y expectativas de adolescentes.

El compromiso por hacer de los servicios en salud espacios amigables para adolescentes y jóvenes, debe ser impulsado por las instituciones del Estado, como garante de los derechos

sexuales y reproductivos, y por adolescentes como sujetos de estos derechos, sus familias y la sociedad en su conjunto.

Cuarta llave:

La participación y el liderazgo de adolescentes y jóvenes. Hay que identificar mecanismos institucionales para incluirlos en los procesos políticos y de programación, desde la planeación, implementación, seguimiento y evaluación de acciones y programas gubernamentales orientados a ellos y ellas. Esto necesita una inversión fuerte en creación de capacidad y habilidades de liderazgo para hacerlos defensores de sus propios derechos y desarrollo”. (Palacios, 2008: S/P)

3.9. Educación sexual

La sexualidad humana de acuerdo con la Organización Mundial de la Salud define como: “Un aspecto central del ser humano, presente a lo largo de su vida. Abarca al sexo, las identidades y los papeles de género, el erotismo, el placer, la intimidad, la reproducción y la orientación sexual. Se vive y se expresa a través de pensamientos, fantasías, deseos, creencias, actitudes, valores, conductas, prácticas, papeles y relaciones interpersonales. La sexualidad puede incluir todas estas dimensiones, no obstante, no todas ellas se vivencian o se expresan siempre. La sexualidad está influida por la interacción de factores biológicos, psicológicos, sociales, económicos, políticos, culturales, ético, legales, históricos, religiosos y espirituales”. (Alvarado, 2015). La sexualidad es entendida como una dimensión fundamental del ser humano, que incluye la interacción de factores biológicos, psicológicos, socioeconómicos, culturales, éticos y religiosos o espirituales. Involucra al género, las identidades de cada sexo, la orientación sexual, el erotismo, la vinculación afectiva, el amor, y la reproducción. Y en donde se genera una amplia variedad de cómo ésta es expresada, ya sea por medio de los pensamientos, fantasías, deseos, creencias, actitudes, valores, actividades prácticas y roles.

3.9.1. Construcción social de la sexualidad.

Las prácticas sexuales y sus significados varían según las diversas dimensiones sociales, tales como las generaciones, el sexo, los imaginarios sociales que se construyen en torno a ellos. En definitiva, la sexualidad no se reduce sólo a la dimensión biológica en los seres humanos, sino considera también la construcción social y cultural que la involucra. En todo contexto sociocultural existe una compleja urdiembre de significaciones imaginarias, que empapan, dirigen y orientan toda la vida de dicha sociedad y de los individuos que la constituyen. El conjunto de significaciones compartidas que configuran el imaginario social instituidos o efectivos, definen y estipulan lo que para dicha sociedad será lo valorado y lo rechazado, lo normal y lo patológico. En la era moderna, las construcciones sociales sobre la sexualidad han experimentado cambios significativos en relación con lo que fueron en el pasado. Los vínculos subjetivos, afectivos y morales, cumplen un importante papel en la cohesión social. Es así, como las relaciones de pareja adquieren una nueva importancia en el repertorio de los vínculos sociales; la relación afectiva y erótica entre hombre y mujer se concibe como un vínculo con sentido por sí mismo, independientemente de su función familiar, reproductiva o económica. (Alvarado, 2015).

3.9.2. Derechos sexuales.

Todo individuo tiene derechos sexuales, los cuales son:

1. El derecho a la libertad sexual.
2. El derecho a la autonomía, integridad y seguridad sexuales del cuerpo.
3. El derecho a la privacidad sexual.
4. El derecho a la equidad sexual.
5. El derecho al placer sexual.
6. El derecho a la expresión sexual emocional.
7. El derecho a la libre asociación sexual.
8. El derecho a la toma de decisiones reproductivas, libres y responsables. (Alvarado, 2015).

3.9.3. Modelos de educación sexual.

Como en toda acción humana existen diferentes procedimientos de ejecutarla; en este sentido hay que diferenciar diferentes modelos de impartir la educación sexual. Los principales son:

- **Modelo moral.** Este modelo también se conoce como educación sexual para la abstinencia y abarca educación para el respeto, educación del carácter, educación del amor y educación para el matrimonio. Este modelo adopta una postura prohibitiva y ésta postura ha sido constante a lo largo de la historia, en ésta la educación sexual es entendida, como un medio para evitar los riesgos, y es concebida como una educación para el matrimonio y la expresión del amor entre los esposos, lo que significaría que solo se aceptan las relaciones heterosexuales hombre/ mujer, y que ésta lleven fines de reproducción y de formación de grupo familiar.

Este modelo ha sido y aún sigue siendo defendido por casi todas las religiones, aunque muchos creyentes no asumen este modelo y recurren a prácticas consideradas inmorales en numerosas iglesias, como son el uso de anticonceptivos, píldora y el dispositivo intrauterino. Los principales objetivos de este modelo son el de fomentar la abstinencia, el cual consideran como el único método seguro para evitar los problemas derivados de las actividades sexuales, tomar medidas prematrimoniales, en el mismo se destacan los contenidos sobre reproducción, formación de la familia, crianza de los hijos e hijas y a muchos valores con tendencia a la castidad.

La responsabilidad de dar informaciones y criterios morales sobre sexualidad, recae sobre los padres a quienes se consideran aptos para ejercer tal labor e inclusive tiene la potestad de decidir si sus hijos recibirán educación sexual o no.

El tipo de metodología en este modelo se muestra mucho recelo hacia los profesionales educativos, puesto que deben tener una formación religiosa o en su defecto fuertes convicciones religiosas y poseer actitudes muy conservadoras, es por ellos que desde antaño la educación sexual estaba asociada a las asignaturas de formación integral y ética. (Méndez, 2017).

- **Modelo de riesgo.** El modelo de riesgo también llamado modelo médico o preventivo, florece como una medida preventiva, después de la primera guerra mundial, a consecuencias de las enfermedades por las prácticas sexuales de riesgo, que favorecían las enfermedades de transmisión sexual (ETS), embarazos no deseados), otro factor que influyó en este modelo, fueron los cambios provocados por la industrialización, en el siglo XX (traslado de la población a grandes ciudades donde podían llevar una vida en el

anonimato, el negocio de del comercio sexual, había menos control de la iglesia y del cambio de las prácticas sexuales).

Conceptualmente desde esta visión se concibe el hecho de evitar la enfermedad, detectarlas y curarlas, separándola de la educación y buscando solo el mejoramiento de la calidad de vida de los individuos. Es un enfoque negativo de la sexualidad. Con referencia a los contenidos preferentes contienen informaciones técnico profesionales sobre los riesgos y sus consecuencias personales y sociales, trata de las dimensiones sociales del problema, descripción de las prácticas sexuales de riesgo, con la mira de ser evitadas y que dichas prácticas sean más seguras. Estos contenidos suelen presentarse de forma técnica y prescriptiva, teniendo entre los contenidos mayor relevancia el preservativo, la píldora del día después y la anticoncepción en general.

Dentro de este modelo este tipo de educación usa una metodología la publicidad. En este modelo se puede percibir que se intenta producir un miedo en los individuos hacia las actividades sexuales, de manera que se echa a un lado la belleza de este tipo de las relación. Se oye una y otra vez que los programas que educan a los jóvenes en la abstinencia sexual no consiguen prevenir embarazos imprevistos e infecciones de transmisión sexual. Se arguye que la única opción realista y eficaz sería el mensaje sexo seguro acompañado de la promoción del preservativo. (Méndez, 2017).

- **Modelo Revolucionario.** A este modelo se le llama también modelo emancipador y sociopolítico, el mismo nació en la izquierda freudiana como resultado de una síntesis del pensamiento de Marx y Freud y apareció por primera vez asociado a este pensamiento Freud-marxista y al movimiento juvenil SEX-POL (sexualidad y política) de inspiración comunista el cual tenía como líder ideológico a Reich en el año 1932 y quien llegó a plantear la necesidad de la educación sexual en la escuela, que los jóvenes tuvieran acceso libre a los anticonceptivos, el derecho al aborto, la creación de lugares donde ellos pudieran tener relaciones sexuales dignas.

El principal objetivo de este modelo es ambicioso, ya que pretende contribuir a aumentar la conciencia crítica sobre el sentido de la explotación social y represión sexual en los y las adolescentes e implicarles en última instancia en la transformación revolucionaria de la sociedad. Asimismo, promueve la actividad sexual y la masturbación y más concretamente el orgasmo, como condición necesaria para la salud, independientemente

de las condiciones sexuales y el estado civil. En cuanto a la metodología, en este modelo se considera que este tipo de educación debe llevarse a cabo en las escuelas, en todas las edades, y debe estar dentro del currículum escolar explícito de forma sistematizada y programada. En el mismo debe ser tomados en cuenta los aspectos necesarios del currículum oculto, como son los valores y contravalores que de una manera tácita son notorias en la práctica educativa. Acerca de este modelo se hace una valoración crítica por poseer unas ideas liberadoras, las cuales son muy aceptadas por la mayoría de la población, pero desconfía de los padres y madres como agentes educativos, ya que la familia tiende a reproducir el orden social existente y la moral sexual represiva y considera que los profesionales de la educación sexual deben ser los educadores y las educadoras, así como los profesionales sanitarios y sociales, aunque considera que los educadores deben ser militantes y luchadores sociales y que exista una cierta complicidad entre estos y los educandos de manera que traten temas que a los padres no les parezcan adecuados. (Méndez, 2017).

- **Modelo biográfico y profesional.** Este modelo tiene su origen en Suecia en los años 50, ostenta por una postura relativista y plural, basada en el conocimiento científico y en el derecho a la diversidad de biografías sexuales, con una tendencia más democrática, diversa y abierta de la sexualidad y de la educación sexual, la cual se fundamenta en ese conocimiento científico. Este modelo trata de incorporar a los tres modelos anteriores tomando en cuenta los aspectos positivos como la profesionalidad en los conocimientos del modelo preventivo, la importancia del rol de los padres y de la ética del modelo moral, y el derecho a la sexualidad del modelo revolucionario.

El objetivo principal de este modelo es ayudar al individuo a conseguir su bienestar personal y una calidad de vida desde la identidad y la biografía sexual que cada uno desee tener. Esto es adquiriendo conocimientos científicos que le ayuden a desmitificar las falsas creencias sobre la sexualidad y la actividad sexual, adquirir habilidades sociales de comunicación y de toma de decisiones, adquirir actitudes erotofílicas y tolerante hacia la diversidad, y fomentar una ética básica en las relaciones sexuales.

Los contenidos en este modelo se sustentan básicamente en la identidad corporal y de género, la autoestima, las habilidades sociales, las emociones y sentimientos, las

relaciones socio-afectivas, la actividad y conducta sexual y los principales métodos de prevención de las ITS. (Méndez, 2017).

3.10. La educación sexual en Latinoamérica.

El país que tiene mejor estructurada la educación sexual en Sudamérica es Chile; en este sentido se vio por conveniente hacer una somera revisión de cómo se da dicha educación en este país. En Chile en el año 1960 se promulgó la “Ley de Planificación Familiar” y se adoptaron medidas de prevención del embarazo a través del sistema público de salud. Se acompañó esta campaña con educación a las mujeres en los temas de embarazo y planificación familiar. Arreciaron las críticas de sectores conservadores. Durante el gobierno del presidente Salvador Allende, se continuó con esta política. Se fortalecieron los sistemas de salud materna y perinatal, se aumentó el número de partos atendidos por profesionales, se mejoró las condiciones nutricionales de las mujeres embarazadas y se pusieron al alcance de la mano los métodos anticonceptivos. Se cambió esta política durante el período de la dictadura militar, pues el gobierno del General Pinochet se propuso como objetivo aumentar la población del país, aludiendo motivos de seguridad nacional. Esto significó el término de las políticas de planificación familiar y también de la distribución de información y medios para el control de la natalidad. Un programa pionero fue el Programa de Educación Sexual Integral desarrollado en el Centro de Medicina y Desarrollo Integral de la Adolescencia de la Facultad de Medicina de la Universidad de Chile (CEMERA), ejecutado entre 1980 y 1989. En los años siguientes, durante los gobiernos democráticos, se reanudaron los esfuerzos por instalar la educación sexual en el sistema educativo. Así, en 1990 se puso en marcha el proyecto JOCAS (Jornadas Comunitarias de Conversación sobre Afectividad y Sexualidad). Entre 1996 y 1997 se realizaron 249 Jornadas. Sin embargo, el programa debió suspenderse por las fuertes críticas de la Iglesia Católica y los medios de comunicación conservadores. Transcurrieron varios años sin desarrollar otras iniciativas, pese al aumento de los embarazos adolescentes. A partir del año 2010, el Ministerio de Educación ha puesto a disposición de los colegios siete programas que reflejan las diferentes posturas ante el tema de la educación sexual escolar. Son ofrecidos por diferentes instituciones y tienen distintos costos para los colegios. (Alvarado, 2013).

3.11. Anatomía y El cuerpo

La adolescencia está considerada como un período de desarrollo crítico, dado que es la etapa comprendida entre el final de la niñez y el comienzo de la edad adulta. Representa una fase de tensiones particulares en nuestra sociedad, ya que los cambios físicos, con la adaptación que ello implica, traen aparejados numerosas demandas: de independencia, de comportamiento sexual, de integración social, de elección vocacional, y una identidad que canalice una filosofía propia de vida. Comienza entre los 10 y los 14 años, y se caracteriza por cambios hormonales importantes. Comienza con el aumento de la actividad del hipotálamo, que envía impulsos a la hipófisis; como resultado, ésta lanza a la circulación hormonas destinadas a provocar el desarrollo de las glándulas correspondientes y, como consecuencia, aparecen los caracteres sexuales secundarios. sociales y culturales. El adolescente experimenta transformaciones en tres aspectos:

- En el aspecto físico, cambia bruscamente el esquema corporal, lo que lo obliga constantemente a adaptarse a estos cambios;
- En el aspecto fisiológico se produce una transformación hormonal importante, que se manifiesta por cambios de conducta;
- En el aspecto psicológico, hay una desubicación en relación con lo que fue y lo que es. Comienza un cambio emocional al tomar conciencia de su mundo interior. (Barone, 2000)

3.11.1. El cuerpo

a) Órgano reproductor femenino

Labios mayores: Son repliegues de la piel que protegen las otras partes de la vulva.

Labios menores: Son pliegues de color rojizo que recubren la salida de la vagina.

Clítoris: Es una estructura pequeña ubicada en la unión anterior de los labios menores, cuya función es exclusivamente de gozo.

Vulva: parte exterior del aparato reproductor, con unos pliegues llamados labios.

Vagina: Tubo que comunica el exterior con el útero.

Útero: órgano musculoso destinado a alojar al nuevo ser.

Ovarios: órganos productores de las células femeninas, los óvulos.

Trompas de falopio: tubos que comunican los ovarios con el útero y lugar donde se produce la fecundación. (Barone, 2000)

b) Organo reproductor masculino

El aparato reproductor masculino está formado por:

El pene: órgano musculoso con un conducto interior llamado uretra por el que sale al exterior el semen.

Los testículos: órganos encargados de producir los espermatozoides. Están alojados en una bolsa llamada escroto.

Conductos deferentes: tubos por los que se comunican los testículos con la uretra.

Próstata y las vesículas seminales: órganos que producen el semen o líquido en el que nadan y se transportan los espermatozoides. (Barone, 2000)

3.11.1. Masturbación

Es toda forma de autoplacer sexual obtenido mediante cualquier tipo de estimulación física directa. Por lo general se lleva a cabo frotando, sobando, acariciando u oprimiendo los genitales, pero también mediante la estimulación por uno mismo de otras partes del cuerpo, como los pechos, la parte interna de los muslos o el ano. La masturbación suele iniciarse ya en la primera infancia y se da en los dos sexos a lo largo de todo el ciclo vital. (Masters, 1996)

3.11.2. Ciclo menstrual

El ciclo menstrual o ciclo sexual femenino es el proceso que prepara al útero de la mujer para el embarazo todos los meses, mediante el desarrollo de los gametos femeninos y una serie de cambios fisiológicos. Se considera un ciclo contando desde el primer día de un periodo o menstruación hasta el primer día del periodo siguiente. La primera menstruación, también conocida como menarquia, es el día en el que se produce el primer sangrado vaginal con origen menstrual en una mujer, y supone la señal de que su cuerpo ya es fértil y está capacitado para que los óvulos sean fecundados para dar lugar a un cigoto que posteriormente se convertirá en el feto. Esta primera hemorragia menstrual de la mujer se produce durante la pubertad, y está considerada como el evento central de este periodo. A partir de la menarquia lo natural sería que se sucedan los ciclos menstruales con regularidad, aunque es habitual que durante los primeros meses o de sangrado haya irregularidades en cuanto a la frecuencia y en cuanto a la cantidad del periodo.

Fases del ciclo menstrual femenino:

Menstruación

La menstruación o periodo es el sangrado mensual de una mujer. Durante la menstruación, el cuerpo femenino está liberándose de las células de recubrimiento del útero. La sangre menstrual fluye de este a través de una abertura en el cuello uterino, y abandona el cuerpo a través de la vagina. La cantidad de sangre que se pierde está en torno a los 35 ml, pero es normal que vaya de entre 10 hasta 80 ml. Lo más común es que los periodos menstruales duren de tres a cinco días, aunque al igual que el ciclo menstrual completo y el volumen de sangre, también esta cifra puede variar ligeramente dependiendo de cada mujer, y puede oscilar entre dos y siete días.

Preovulación

La preovulación es la fase que se produce tras la menstruación y, como indica su nombre, antes de la ovulación. En ella, el ovario produce unas hormonas llamadas estrógenos, que se encargan de hacer que uno de los óvulos que se encuentran en su interior madure. Normalmente se da entre los días 6 y 13 del ciclo, aunque pueden variar incluso en la misma mujer, debido a una gran variedad de factores que van desde la pérdida de peso al estrés emocional, a enfermedades, al exceso de ejercicio o incluso la dieta.

Ovulación

Durante esta fase, el óvulo completa el proceso de maduración y es trasladado desde el ovario en el que estaba alojado hasta el útero, a través de una de las trompas de Falopio. Los niveles hormonales aumentan y ayudan a preparar el recubrimiento del útero para el embarazo; por este motivo la mayor probabilidad de embarazo de una mujer es durante los tres días antes de la ovulación o en el mismo día de la ovulación.

Postovulación

En caso de que la fecundación del óvulo no se haya producido, dicho óvulo acaba involucionando y es expulsado en la próxima menstruación. Tras la postovulación empieza un nuevo ciclo menstrual.

Duración del ciclo menstrual

El ciclo menstrual promedio tiene una duración de 28 días, aunque puede ser algo más corto o algo más largo, llegando a variar de 21 a 45 días, dependiendo de cada persona y de su

cuerpo. El periodo en el que la mujer es más fértil y, por tanto, la probabilidad de que sus óvulos sean fecundados y se quede embarazada, es mayor durante varios días previos a la ovulación, este día, y uno o dos días después. En ciclos normales, estos días fértiles suelen corresponderse con la segunda semana y el comienzo de la tercera. Uno de los motivos por los que se produce esta ausencia del periodo son ciertos métodos anticonceptivos, aquellos que están basados en hormonas, que pueden afectar hasta al 50 por ciento de los ciclos. También la lactancia materna, sobre todo cuando se da el pecho con frecuencia; es la llamada amenorrea lactacional. Es habitual que la menstruación afecte a otros sistemas del organismo de la mujer. Por ejemplo, en el caso de aquellas mujeres que padecen alguna enfermedad neurológica, esta puede empeorar durante el ciclo menstrual. También hay estudios que han demostrado que puede interferir en la epilepsia y la función de las hormonas tiroideas. (Masters, 1996)

3.11.3. Fecundación del embarazo

Es cuando un óvulo se encuentra con un espermatozoide en las trompas de Falopio se produce la fecundación, a continuación, la célula resultante se empieza a dividir y baja hasta el útero donde se aloja. Se llama embarazo al desarrollo del nuevo ser desde la fecundación hasta el parto. Dura nueve meses. Durante los tres primeros meses al nuevo ser se le llama embrión. A partir del tercer mes se le llama feto. El feto ya tiene sus órganos formados a los 4 meses. A los 9 meses mide unos 50 cm. y pesa unos 3 Kg. Entonces se produce el parto. (Masters, 1996)

3.12. Metodología Anticonceptiva

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

Son los métodos o procedimientos que previenen un embarazo en mujeres sexualmente activas, ya sean ellas o sus parejas quienes los usen. Pueden ser hormonales o no hormonales, transitorios o definitivos, basados en tecnología o en conductas. Los métodos anticonceptivos (MAC) disponibles actualmente son:

3.12.1. Métodos hormonales

- Métodos combinados que contienen estrógeno y progestágeno y que se pueden administrar como píldoras, inyecciones, anillo vaginal o parche transdérmico.
- Métodos que contienen solo progestágeno y que se pueden administrar como píldoras, inyecciones, implantes, anillo vaginal o dispositivo intrauterino.
- Anticoncepción hormonal de emergencia que puede consistir en píldoras de levonorgestrel solo o en píldoras combinadas (Método de Yuzpe). (Masters, 1996)

3.12.2. Métodos no hormonales reversibles:

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

3.12.3. Métodos no hormonales permanentes:

- Anticoncepción quirúrgica voluntaria (esterilización) femenina.
- Anticoncepción quirúrgica voluntaria (esterilización) masculina. (Masters, 1996)

3.13. Infecciones de transmisión sexual

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

Sintomatología

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

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

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

3.13.2. 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.

Sintomatología

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

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

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

Sintomatología

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

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

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

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

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

Sintomatología:

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

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

3.13.5. Condiloma acuminado

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

Sintomatología

En la mujer: Presencia de lesiones pequeñas en forma de coliflor, de crecimiento lento, indoloro y progresivo, localizadas en la región genital: cérvix, vagina, meato uretral, labios, vulva y ano en la mujer. En el hombre, meato uretral, glande, prepucio y cuerpo del pene, puede invadir también vejiga y recto. Estas lesiones son más extendidas y presentes en zonas húmedas. La existencia de lesiones planas localizadas en el cérvix obliga a un examen bajo espéculo o a pruebas de ácido acético para evidenciar las lesiones.

3.13.6. Vih/Sida Significado de las siglas Vih y Sida:

El Vih, hace referencia al Virus de Inmunodeficiencia Humana

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

Síndrome: Conjunto de síntomas que caracteriza a una enfermedad

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

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

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

-Transmisión del Vih

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

1. Transmisión sexual
2. Transmisión sanguínea
3. Transmisión de la madre al feto o perinatal. (Masters, 1996)

3.14. Proyecto de Vida

El proyecto de vida es “un plan que una persona se traza para conseguir objetivos en la vida, es un camino para alcanzar metas. Le da coherencia a la existencia y marca un estilo en el actuar, en las relaciones, en el modo de ver los acontecimientos” En su construcción participan temas como la vocación, los modelos, la adquisición de actitudes, el sentido de vida, los objetivos (a corto, mediano y largo plazo), una clara planificación, una buena dosis de motivación y otros aspectos sociales. Este proyecto se va formando desde que somos pequeños, por ello, los niños y adolescentes requieren de adultos que se interesen en ellos, que los acompañen, guíen y sirvan de ejemplo. (Arboccó, 2014).

CAPÍTULO IV

METODOLOGÍA

4. METODOLOGÍA

La presente investigación propositiva en este documento se realiza en el área socioeducativa, debido a que el tema Liderazgo transformacional y educación sexual se desarrollan en el ámbito familiar, social y educativo, además se pretende generar conocimientos nuevos, destrezas y habilidades para un óptimo desarrollo personal y social en los adolescentes de la ciudad de Tarija. Dentro del área social de la psicología ésta estudia cómo las personas se comportan, piensan y sienten dentro del contexto social, es decir, como nos comportamos ante las diferentes situaciones sociales. Es así que el liderazgo al ser una disciplina cuyo ejercicio produce influencia en un grupo determinado con la finalidad de alcanzar metas del grupo dentro de la sociedad, comprobamos que se da en un entorno social. Y en el entorno educativo porque al ser un programa a implementar, podemos ver que engloba procesos de enseñanza y aprendizaje para un mejor desarrollo del mismo.

4.1 Tipo de investigación

Al encontrarnos en una nueva realidad, donde nos vemos limitados en muchas actividades que requieren de ser presenciales y mantener el contacto físico, es que ésta investigación es de tipo propositiva ya que dicha investigación se fundamenta en una necesidad o vacío dentro del tema, una vez con la información descrita, se realizará un programa para superar la problemática actual y las deficiencias encontradas, a tal punto que toda la información compilada sobre el tema de liderazgo transformacional y educación sexual, es reconfigurada en este documento con el propósito de crear una propuesta (acción propositiva) que se concretiza en un manual de liderazgo que tenga como uno de los objetivos optimizar el conocimiento sobre la educación sexual en los adolescentes tarijeños.

4.2. Métodos, técnicas e instrumentos

4.2.1 Método.

El método es “un concepto que designa la adecuación entre la actividad de investigar y las bases teóricas que sustentan la investigación”. (Cari Reynaldo)

- **Método Teórico.** - Este método permite la recopilación de información, a través de libros, revistas, diccionarios, documentos, páginas de internet, entre otros más. Para

describir de manera general las características que poseen las variables en la fundamentación teórica y la contextualización de la información que contiene y sustenta la presente investigación propositiva. Es así que este método fue empleado en la construcción del desarrollo del marco teórico, también en la elaboración de conceptos.

- **Método Activo – Participativo.** - Los métodos y técnicas participativas se basan en el incentivo del propio método activo, del conocimiento y el aprendizaje: el conocimiento crítico se construye, se elabora, por medio de una serie de procesos intelectuales y motrices que implican realizar asociaciones, relaciones, abstracciones, fórmulas, conclusiones, análisis o síntesis, de forma activa y consciente. Lo activo y lo participativo de los métodos y técnicas, no tienen que ver principalmente con hacer entretenido, animado o despertando simpatía ante un proceso educativo (aunque por supuesto esto no deja de tener su importancia) sino con el sentido fundamental de contribuir a formarnos como personas críticas y transformadoras. (García, 2015).
- **Método Virtual.** - Se trata de una modalidad educativa caracterizada por la interacción diferida en el tiempo y/o separada en el espacio entre los actores del proceso educativo, facilitada por recursos educativos y un sistema tutorial de apoyo que hacen posible el aprendizaje autónomo de los participantes (UNESCO, 2017).

4.2.2. Técnica.

Una técnica de investigación es “la herramienta para recopilar datos” (Cari Reynaldo)

Las técnicas de investigación son el “conjunto de herramientas, procedimientos e instrumentos particulares, utilizados dentro de un método, para obtener información y conocimiento”. (Popper, 2008: 75). Las técnicas son instrumentos, medios o actividades organizadas, a través de las que se facilita el proceso de construcción y aprendizaje conjunto. Sirven de enlace entre quien participa, los contenidos y quien facilita. “El objetivo de las técnicas es viabilizar la construcción del conocimiento y/o el desarrollo de habilidades”. (Echeverri, 2014).

Las técnicas a utilizarse serán:

- **Técnicas audiovisuales.** - pertenecen a un método que se usa para transmitir una idea o pensamiento a partir de un medio que funcione mostrando una combinación entre un elemento visual y otro auditivo juntos.
- **Técnica de Integración.** – Tiene como fin el progreso cada vez mayor a las relaciones primarias de modo que el grupo y el conjunto vayan caminando a una comunidad de vida y acción, También tiene como finalidad crear un ambiente de confianza y fraternidad, por lo que, la participación de los miembros del grupo es importante.
- **Técnica Expositiva,** es aquella técnica que consiste principalmente en la presentación oral de un tema. Su propósito es “transmitir información de un tema, propiciando la comprensión del mismo”. (Navarro, 2011)
- **Dinámica de Grupos.** - Con la implementación de técnicas y dinámicas de grupos las áreas que con mayor frecuencia se estimulan son la comunicación, cohesión, integración, relaciones humanas, creatividad, habilidades sociales, estrategias de aprendizaje y liderazgo. (LOPEZ).
- **Técnicas de análisis y reflexión.** – Actividades que generalmente se realizan en situaciones grupales o individuales, que permiten a las personas analizar situaciones problema y plantear alternativas de solución.

4.3. Instrumentos.

“Un instrumento de investigación es un recurso empleado por el investigador para recolectar la información del fenómeno de estudio seleccionado y poder resolver el problema de la investigación. Los instrumentos están compuestos por escalas de medición”. (Popper, 2008: 79). Un instrumento dentro de la metodología cualitativa, particularmente en la investigación – acción es una “herramienta que no sólo tiene la función de acumular información sino de ejercer una acción efectiva sobre la situación problemática identificada”. (Popper, 2008: 81).

- **Cuestionario pre y post test.** - El cuestionario cuenta con 42 preguntas por elaboración propia, dicho instrumento esta dividido en tres secciones, la primera siendo un cuestionario perceptivo de capacidad de liderazgo, la segunda sección para evaluar el conocimiento adquirido en cuanto a teoría sobre el liderazgo y la tercera

sección dirigida a evaluar el grado de conocimiento adquirido en cuanto a educación sexual.

- **Programa Integral virtual de liderazgo transformacional y educación sexual.-**
De autoría propia, dicho instrumento, no sólo es un compendio de conocimientos a capacitar sobre liderazgo y temas relacionados sobre la educación sexual, sino que, al mismo tiempo, se pretende ejecutar una acción específica para subsanar en alguna medida la problemática identificada.

El mencionado programa de formación de líderes transformacionales y capacitación en educación sexual se subdivide en las siguientes sesiones:

N°	TEMÁTICA
N°1	Presentación y expectativas
N°2	Autoimagen, autoestima y asertividad
N°3	Liderazgo y tipos de liderazgo
N°4	Liderazgo Transformacional (Carisma y motivación inspiracional)
N°5	.Liderazgo Transformacional (Estimulación intelectual y consideración individualizada)
N° 6	Ser especial
N°7	El cuerpo y Adolescencia
N°8	Anatomía, ciclo menstrual y expresión de lo sexual
N°9	Metodología anticonceptiva y toma de decisiones
N°10	Las barreras de la sexualidad y derechos sexuales
N°11	Infecciones de transmisión sexual y masturbación
N°12	Creación de un clima de empatía y Proyecto de vida.

Fuente: Elaboración propia.

4.4. Población

La población a la cual está dirigido el programa de fortalecimiento del liderazgo transformacional como medio de promover la educación sexual son los adolescentes de la

ciudad de Tarija. Al ser una investigación propositiva, la población son todas las personas que se verán involucradas o afectadas por la acción de dicha investigación.

No existe muestra puesto que no se trata de una investigación de corte positivista (cuantitativa) o empírica que trate de demostrar una relación entre fenómenos, sino que al ser una investigación cualitativa se excluye en este esquema investigativo la figura de la muestra.

4.5. Procedimiento

- Revisión Bibliográfica: Para comenzar se hizo una revisión bibliográfica acerca de Liderazgo, tipos y educación sexual considerando conceptos que ayuden a entender la problemática.
- Elaboración del programa (escrito): Posteriormente se procedió a la elaboración del programa virtual de manera escrita, para que este pueda ser evaluado y así recién pasar a la fase de digitalización.
- Digitalización del programa virtual: En esta fase se llevó a cabo la materialización de todo el programa virtual, elaborando los materiales audiovisuales como videos, diapositivas, entre otros más.

CAPÍTULO V
PROPUESTA DEL PROGRAMA

5. PROPUESTA DEL PROGRAMA

PROGRAMA DE LÍDERES TRANSFORMACIONALES Y EDUCACIÓN SEXUAL

INTRODUCCIÓN

Este manual busca ser una herramienta para fortalecer el liderazgo transformacional en adolescentes con el propósito de optimizar la educación sexual en los propios adolescentes de edad escolar. Se parte de la premisa que para ejercer una influencia positiva y dinamizadora de los adolescentes, hay que incluir a los propios adolescentes como líderes naturales de sus propios compañeros. En este sentido el presente manual pretende trabajar temas de interés como derechos sexuales, sexualidad organización juvenil, que les permitirán estar informados y actuar en consecuencia

Con este manual se pretende dejar atrás el liderazgo tradicional basado en el autoritarismo, particularmente ejercido por padres y profesores, que no ha sido suficiente como para afrontar el reto de lograr una efectiva educación sexual en los adolescentes tarijeños. La meta del mismo es lograr líderes adolescentes transformadores y capaces de guiar a sus propios compañeros hacia una educación sexual de mayor calidad y eficacia.

El líder transformacional se caracteriza por su pro actividad, por estimular consciencia crítica en sus seguidores, por concientizar a éstos hacia lo colectivo, y también por ayudarlos a obtener un alto grado de logros. La teoría del liderazgo transformacional se estructura en cuatro factores: influencia idealizada, motivación inspiracional, estimulación intelectual y consideración individualizada. Estos aspectos son la estructura del presente manual de formación de líderes.

Objetivo general: Elaborar un programa integral virtual de liderazgo transformacional como medio de promover la educación sexual en adolescentes de la ciudad de Tarija.

Objetivos específicos:

1. Evaluar el nivel de conocimiento sobre liderazgo transformacional y educación sexual de los adolescentes de la ciudad de Tarija, mediante un cuestionario pre test.
2. Desarrollar en los líderes adolescentes **Carisma o influencia idealizada**.
3. Fomentar en los líderes adolescentes destrezas de **Motivación inspiracional**.
4. Capacitar a los líderes adolescentes en la destreza de **Estimulación intelectual**.
5. Acrecentar en los líderes adolescentes la habilidad: **Consideración individualizada**.
6. Ampliar en los líderes adolescentes **conocimientos sobre educación sexual**, relativo a: derechos de los niños/as adolescentes; anatomía y fisiología de la sexualidad; embarazo adolescente e infecciones de transmisión sexual.
7. Evaluar el impacto del programa virtual a través de un post - test.

Se encuentra dividido en 12 sesiones de las que consta el taller. Al principio de cada sesión se presenta la descripción de cada sesión: objetivos de enseñanza-aprendizaje, temas a tratar, desarrollo, tiempos y materiales requeridos para cada una.

SESIÓN N° 1: PRESENTACION Y EXPECTATIVAS

Temas a tratar:

1. Bienvenida.
2. Normas para la participación en el grupo.
3. Aplicación del pre test.

Objetivo General: Establecer las condiciones iniciales del proceso educativo.

ACTIVIDAD 1: BIENVENIDA

Objetivo: Crear un ambiente de confianza para la libre expresión de sentimientos, pensamientos y establecer las normas de participación del grupo en el taller.

Materiales:

- Zoom Premium
- Computadora o algún dispositivo móvil
- Internet
 - Link de registro
 - Agenda del taller
 - Word en blanco
 - Diapositivas

Desarrollo: Dar la bienvenida a las y los participantes y esperar 10 minutos para que se conecten todos, mandar al chat un enlace de registro [Descargar aquí](#) e indicar que los participantes se vayan registrando mientras van esperando a los demás, una vez esperado los 10 minutos empezar el taller.

Se brindará información y los objetivos del taller. Y a través de lluvia de ideas se elaborará una lista de las normas de convivencia y participación, en caso necesario la o el facilitador complementará dichas normas. [Descargar Word](#).

Deberá quedar establecido el horario y periodicidad de las reuniones. Estas normas deberán estar visibles en todo momento durante el desarrollo del taller.

Tiempo: 15 minutos.

ACTIVIDAD 2: EXPECTATIVAS

Objetivo: Identificar las expectativas de los participantes.

Materiales:

- Zoom Premium
- Computadora o algún dispositivo móvil
- Internet

Desarrollo: La o el facilitador pedirá a cada participante que exprese una expectativa y un temor sobre los temas del taller.

Después de que hayan expresado las expectativas y temores, se pueden hacer comentarios, si algunas expectativas superan el alcance del taller es el momento de explicarlo, también es importante disipar los temores encontrados.

Tiempo: 15 minutos

ACTIVIDAD 3: APLICACIÓN DEL PRE TEST

Objetivo: Evaluar el conocimiento inicial de los estudiantes respecto a la temática del programa mediante un cuestionario pre test

Materiales:

- Zoom Premium
- Computadora o algún dispositivo móvil
- Internet
- Link de enlace

Desarrollo: Se les informara a los participantes que se enviaran 3 link y que deben de llenar las preguntas y sean lo más sinceros posibles y que no es por puntuación se da un tiempo de 5 a 10 minutos por test. [Primera seccion](#) [Segunda Seccion](#) [Tercera Seccion](#)

Tiempo: 20 minutos.

SESIÓN N° 2: AUTOIMAGEN AUTOESTIMA Y ASERTIVIDAD

Temas a tratar:

1. Autoimagen
2. Autoestima
3. Asertividad

Objetivo: Reconocer los conceptos de autoimagen y autoestima además de aplicar y relacionar los elementos de la comunicación asertiva.

ACTIVIDAD 1.

Objetivo: Analizar la noción que tienen de sí mismo.

Materiales:

- Zoom Premium
- Computadora o algún dispositivo móvil
- Internet
- Link de registro
- Hoja
- Lápiz o lapicera
- Diapositiva
- Hoja en blanco

Desarrollo: Dar la bienvenida a las y los participantes y esperar 10 minutos para que se conecten todos, mandar al chat un enlace [Descargar aquí](#) de registro e indicar que los participantes se vayan registrando mientras van esperando a los demás, una vez esperado los 10 minutos empezar el taller.

Se pedirá a los participantes que alisten una hoja y lapicera, una vez todos ya estén con su material pedirles que dibujen un iceberg y explicarles mientras van dibujando que la cabeza del iceberg son (color de ojos, cabello, altura, etc.) y la base en donde se encuentra todo lo que no se ve a simple vista: cosas que nos gustan, lo que pensamos, nuestros gustos por la lectura, nuestras creencias religiosas, tradiciones, etc.

Pedirles que de forma individual hagan una descripción de ellos mismos utilizando la figura del iceberg. Indicar que en la parte de atrás de la hoja haga un dibujo de ellos y resaltar la idea de que no es necesario dibujar “bien”, lo importante es reflejar como nos vemos a nosotros mismos.

En plenaria preguntar: ¿Cómo nos sentimos al realizar el iceberg y el dibujo y compartirlo? Compartir las partes del cuerpo que no nos gustan y por qué las queremos cambiar ¿Podemos cambiarlas? ¿Qué influencia tienen los medios de comunicación?. Crear un ambiente de reflexión.

Tiempo: 20 minutos

ACTIVIDAD 2

Objetivo: Identificar el concepto y los aspectos que afectan la autoestima y la autoimagen.

Materiales:

- Zoom Premium
- Computadora o algún dispositivo móvil
- Internet
- Diapositiva

Desarrollo: La o el facilitador pedirá que cada participante tenga una hoja en blanco.

Se les dirá a los jóvenes que escuchen con atención las frases que se leerán y que corten una parte de la hoja, dependiendo la medida en que afecta cada frase la autoestima. [Descargar diapositiva](#) Dar un ejemplo.

Al terminar las frases preguntar cómo quedó la hoja y cómo se sintieron al ir la rompiendo.

Identificar las hojas que estén menos rotas y preguntar porque reaccionaron de esa manera.

Leer las frases para recuperar la autoestima con la instrucción de ir uniendo los pedazos. Y preguntar cómo se sintieron en este segundo momento.

Hacer un cierre dando una explicación de que es la autoestima.

Se pedirá al grupo que reflexione sobre la auto imagen, la autoestima y la salud sexual. ¿Qué relación tiene esto con la sexualidad? ¿Si mi autoestima es baja me protegeré de una situación de riesgo? ¿Si no me gusta mi cuerpo lo cuidaré?

¿Si pienso que no luzco como los y las artistas de la tele, cómo me relacionaré con mi pareja?

Tiempo: 20 minuto

ACTIVIDAD 3: ASERTIVIDAD

Objetivo: Identificar los elementos que facilitan la comunicación asertiva.

Materiales:

- Zoom Premium
- Computadora o algún dispositivo móvil
- Internet
- Link de registro
- Diapositiva

Desarrollo: La o el facilitador resaltaré la importancia de saber comunicar nuestros sentimientos, deseos, temores, creencias, etc. Y preguntara a cada integrante como se comunica con los demás y si hay entendimiento. Lograr que la conversación con los participantes sea fluida.

La o el facilitador dará una breve explicación de cómo se construyen las frases asertivas y dará algunos ejemplos. [Descargar diapositiva](#)

TIEMPO: 25 minutos

LA ASERTIVIDAD

Es una forma de comunicación la cual se sitúa entre la agresividad y pasividad. Cuando la persona se comunica asertivamente no agrede ni se somete a la voluntad de otro. Es la expresión adecuada, clara y directa de los diferentes estados emocionales, lo que implica necesariamente estar en contacto con los afectos y pensamientos. Está íntimamente vinculada con la autoestima porque cuando se tiene respeto así mismo, se tiene mayor bienestar

emocional y psicológico, lo que a su vez permite tener relaciones más auténticas y profundas con los demás, al no hacer cosas que no se quiere hacer, por sentirse comprometido.

La asertividad parte del hecho de cómo seres humanos tod@s tenemos derecho a:

1. Ser tratado con respeto y dignidad.
2. Equivocarse y a hacerse responsable de sus propios errores.
3. Tener sus propios valores, opiniones y creencias.
4. Tener sus propias necesidades y que éstas sean tan importantes como las de los demás.
5. Experimentar y a expresar los propios sentimientos y emociones, haciéndose responsable de ellos.
6. Cambiar de opinión, idea o línea de acción.
7. Protestar cuando se es tratado de una manera injusta.
8. Cambiar lo que no nos es satisfactorio.
9. Pedir lo que se quiere.
10. Decidir qué hacer con el propio cuerpo, tiempo y propiedades.
11. Rechazar peticiones sin sentirse culpable o egoísta.
12. Derecho a no justificarse ante los demás.
13. Derecho a sentir y expresar el dolor.
14. Derecho a hablar sobre un problema con la persona implicada, entre otros.

En síntesis, la asertividad consiste en hacer valer los derechos propios diciendo de manera abierta y clara lo que uno piensa, quiere y siente, respetando a las otras personas.

Una técnica de gran utilidad para l@s jóvenes es el Disco rayado, que consiste en la repetición de una frase que exprese claramente lo que deseamos de la otra persona. Esta conducta asertiva nos permite insistir en nuestros deseos sin caer en trampas verbales o artimañas manipuladoras del interlocutor y sin dejarnos desviar del tema que nos importa, hasta lograr nuestro objetivo.

SESIÓN N° 3: LIDERAZGO, TIPOS DE LIDERAZGO Y LIDERAZGO TRANSFORMACIONAL

Temas a tratar:

1. Liderazgo
2. Tipos de Liderazgo
3. Liderazgo Transformacional

Objetivo: Conocer el concepto de Liderazgo, tipos de liderazgo y liderazgo transformacional.

ACTIVIDAD 1 DISEÑANDO EL LIDERAZGO

Objetivo: Orientar el pensamiento de cada uno de los integrantes del grupo para que conozcan el concepto de liderazgo

Materiales:

- Zoom Premium
- Link de registro
- Agenda del taller
- Word en blanco
- Diapositiva

Desarrollo: Dar la bienvenida a las y los participantes y esperar 10 minutos para que se conecten todos, mandar al chat un enlace enlace [DESCARGAR AQUI](#) link de registro e indicar que los participantes se vayan registrando mientras van esperando a los demás, una vez esperado los 10 minutos empezar el taller.

La o el facilitador empezara la actividad formulando una pregunta a todos los participantes: ¿Cómo debe ser un líder? para responder esta pregunta, nada mejor que pedir la opinión a todos los participantes, para esta actividad los participantes deberán ir dando sus ideas, en la que el facilitador deberá ir anotando palabras claves en un documento [Descargar Word](#) ,

después de reunir todas las ideas de los participantes se diseñara finalmente el concepto de Liderazgo.

La o el facilitador dará una breve explicación del concepto final de liderazgo finalmente nombrará los tipos de liderazgo [Descargar Diapositiva](#)

ACTIVIDAD 2 TIPOS DE LIDERAZGO

Objetivo: Identificar los tipos de líderes y sus cualidades

Materiales:

- Zoom Premium
- Computadora o algún dispositivo móvil
- Internet
- Diapositiva

Desarrollo: La o el facilitador deberá indicar a los adolescentes que trabajaran en grupo, les llegara un mensaje para unirse a un subgrupo por zoom para que puedan trabajar, todos los participantes serán divididos en 5 grupos y se les asignara un tipo de liderazgo, se les pedirá que investiguen a cerca del tipo de liderazgo que les toco, todo esto en 10 minutos y que escojan a un representante para que exponga lo trabajado en grupo.

- Liderazgo laissez-faire
- Liderazgo autocrático
- Liderazgo democrático
- Liderazgo transaccional
- Liderazgo transformacional

En plenaria se debate sobre la utilidad y ventajas que otorga cada tipo de ventaja.

Estas pueden ser las preguntas orientadoras:

¿Cómo se comporta un líder? (laissez faire, autocrático, democrático, transaccional, transformacional)

¿Qué ventajas tiene ser un líder? (Laissez faire, autocrático, democrático, transaccional, transformacional)

ACTIVIDAD 3 EL LIDERAZGO TRANSFORMACIONAL

Objetivo: Reforzar las cualidades del liderazgo transformacional.

Materiales

- Zoom Premium
- videos

Desarrollo: La o el facilitador solicita a todos y todos los participantes que hagan una investigación breve empleando el internet e identifiquen líderes transformacionales. Cada grupo debe identificar dos personajes y comunicárselo al moderador, quien anuncia al colectivo para que los demás grupos no tomen a estos personajes y busquen otros.

Apoyo didáctico para la o el facilitador:

La o el facilitador debe llevar preparado algunos algunos [Video 1](#) [Video 2](#) [Video 3](#) sobre líderes transformacionales y exponerlos mientras el adolescente está investigando para identificar líderes de este tipo.

Los adolescentes identifican por grupos, por lo menos dos líderes carismáticos.

Cada grupo a través de un representante exponen en plenaria los ejemplos de líderes carismáticos y fundamentan por qué los consideran así.

Reflexión

En grupos y en plenaria se debate sobre las virtudes que poseen los líderes transformacionales identificados.

Estas pueden ser las preguntas orientadoras:

¿Qué rasgos son los que hacen a estos líderes transformacionales?

¿Qué ventajas les otorgó en su caso particular?

SESIÓN N° 4: LIDERAZGO TRANSFORMACIONAL Y SUS COMPONENTES (2 COMPONENTES) CARISMA O INFLUENCIA IDEALIZADA Y MOTIVACION INSPIRACIONAL.

Temas a tratar:

4. Liderazgo transformacional
5. Carisma
6. Componentes del Carisma

Objetivo: Identificar y reconocer el liderazgo transformacional y sus componentes.

ACTIVIDAD: ¿QUE ES EL CARISMA?

Objetivo: Analizar la definición de carisma

Materiales.

- Zoom Premium
- Computadora o algún dispositivo móvil
- Internet
- Link de registro
- Diapositivas

Desarrollo: Dar la bienvenida a las y los participantes y esperar 10 minutos para que se conecten todos, mandar al chat un enlace de registro e indicar que los participantes se vayan registrando [Descargar aquí](#) mientras van esperando a los demás, una vez esperado los 10 minutos empezar el taller. La o el facilitador expone el concepto de carisma a través de los medios idóneos disponibles. [Descargar aquí](#)

Hace énfasis en los componentes del carisma.

Una vez haya terminado de exponer la o el facilitador indicarles a los adolescentes que trabajaran en grupo, que les llegara un mensaje para unirse a un subgrupo por zoom para que

puedan trabajar los componentes de carisma todo esto en 10 minutos y que escojan a un representante para que exponga lo trabajado en grupo.

Reflexión:

En plenaria se debate sobre la utilidad y ventajas que otorga poseer carisma.

Estas pueden ser las preguntas orientadoras:

¿Cómo se comporta un líder carismático?

¿Qué ventajas tiene ser un líder carismático?

Tiempo: 45 minutos.

ACTIVIDAD 2: PROCESOS MOTIVACIONALES DEL CARISMA: IDENTIFICACIÓN SOCIAL E IDENTIFICACIÓN CON PERSONAJES EMBLEMÁTICOS

Objetivo: Identificar los procesos motivacionales del carisma, como herramientas útiles para engrandecer la imagen carismática del líder.

Materiales:

- Zoom Premium
- Computadora o algún dispositivo móvil
- Link de registro
- Internet
- Diapositivas

Desarrollo: La o el facilitador expone a los adolescentes líderes los procesos motivacionales del carisma: Identificación social e identificación con personajes emblemáticos. [Descargar diapositiva](#)

A cada grupo de adolescentes líderes el moderador les asigna un país, región, organización o grupo humano al cual representarán. Por ejemplo, un grupo serán los líderes de Bolivia, de Argentina, de Brasil, etc. También pueden representar a grupos raciales como los negros, indígenas, obreros, socialistas, liberales, etc.

Cada grupo debe definir qué rasgos sociales y/o personales debe asumir el líder para sentirse identificado con el país o congregación. Por ejemplo: atuendo, modales, frases inspiradoras, colores, símbolos o emblemas.

En función del país o agrupación humana que representen cada grupo de adolescentes líderes deben preparar un discurso el cual será efectivizado ostentando los rasgos sociales y/o personales identificados.

Una vez hayan entendido lo que tienen que hacer dividirlos por zoom en subgrupos y que trabajen por unos minutos.

Tiempo: 20 minutos.

Apoyo didáctico para el moderador:

Reflexión

En grupos y en plenaria se debate sobre el efecto que tuvo los rasgos sociales y/o personales adoptados.

Se emiten sugerencias correctivas sobre rasgos sobre valorados o minimizados.

Una vez hecho la reflexión se cierra la sesión.

Tiempo: 45 minutos

ACTIVIDAD 3 IDENTIFICAR LÍDERES CARISMÁTICOS

Objetivo

- Reforzar la idea de las ventajas del liderazgo carismático.

Materiales

- Zoom Premium
- Computadora o algún dispositivo móvil
- Internet
- Link de registro
- videos

Desarrollo: La o el facilitador solicita a todos los participantes que hagan una investigación breve empleando el internet e identifiquen líderes carismáticos. Cada grupo debe identificar dos personajes y comunicárselo a la facilitadora, quien anuncia al colectivo para que los demás grupos no tomen a estos personajes y busquen otros.

Apoyo didáctico para la o el facilitador:

La o el facilitador debe llevar preparado algunos videos [Video 1](#) [Video 2](#) sobre líderes carismáticos y exponerlos mientras los adolescentes está investigando para identificar líderes de este tipo.

Los adolescentes identifican por grupos, por lo menos dos líderes carismáticos.

Cada grupo a través de un representante exponen en plenaria los ejemplos de líderes carismáticos y fundamentan por qué los consideran así.

Reflexión

En grupos y en plenaria se debate sobre las virtudes que poseen los líderes carismáticos identificados.

Estas pueden ser las preguntas orientadoras:

¿Qué rasgos son los que hacen a estos líderes carismáticos?

¿Qué ventajas les otorgó en su caso particular?

Tiempo: 25 minutos.

ACTIVIDAD 4 ASIMILAR EL CONCEPTO DE LIDERAZGO INSPIRACIONAL O MOTIVACIÓN INSPIRACIONAL

Objetivo: Analizar y comprender la definición de liderazgo inspiracional.

Materiales:

- Zoom Premium
- Computadora o algún dispositivo móvil
- Internet
- Link de registro

- Diapositivas
- Hoja y lápiz o lapicera

Desarrollo: La o el facilitador expone el concepto de INSPIRACIONAL a través de los medio idóneos disponibles. Hace énfasis en la eficacia de la inspiración en el cumplimiento de las metas del grupo. [Descargar diapositiva](#)

Se les informa que como en las anteriores sesiones también en esta actividad se trabajara en grupo, se les pregunta si quieren mantener los grupos o cambiarlos. Si en caso nose deciden la o el facilitador escogerá una de esas dos opciones.

Se les pedirá que comenten en grupo el concepto de motivación inspiracional, haciendo énfasis en sus beneficios y precisando las limitaciones en caso de no lógrala. En una hoja se deben anotar dos listas tituladas: beneficios y limitaciones.

Cada grupo a través de un representante exponen en plenaria los beneficios de la motivación Inspiracional y las limitaciones cuando esta no está presente.

Apoyo didáctico para el moderador:

Reflexión

En grupos y en plenaria se debate sobre ventajas que otorga al líder y el grupo en su conjunto la motivación inspiracional, así como las limitaciones de su ausencia.

Estas pueden ser las preguntas orientadoras:

¿Qué pasa en un grupo cuyos miembros tienen motivación inspiracional?

¿Qué pasa en un grupo cuyos miembros no tienen motivación inspiracional?

Tiempo: 20 minutos

SESION 5: LIDERAZGO TRANSFORMACIONAL, ESTIMULACION INTELLECTUAL Y CONSIDERACION INDIVIDUALIZADA

Temas a tratar:

1. Liderazgo transformacional
2. Estimulación intelectual
3. Consideración individualizada

Objetivo: Identificar los cuatro componentes del liderazgo transformacional.

ACTIVIDAD 1 ESTIMULACIÓN INTELLECTUAL

Objetivo: Analizar y comprender la definición de estimulación intelectual.

Materiales.

- Zoom Premium
- Computadora o algún dispositivo móvil
- Internet
- Link de registro
- Diapositivas

Desarrollo: Dar la bienvenida a las y los participantes y esperar 10 minutos para que se conecten todos, mandar al chat un enlace de registro [Descargar aquí](#) e indicar que los participantes se vayan registrando mientras van esperando a los demás, una vez esperado los 10 minutos empezar el taller.

La o el facilitador expone el concepto de estimulación intelectual a través de los medios idóneos disponibles. Hacer énfasis en el componente de flexibilidad y creatividad la como medio indispensable para lograr la estimulación intelectual. [Descargar diapositiva](#)

La o el facilitador retoma las conclusiones de la actividad 2 del capítulo uno, en la cual la meta era identificar por lo menos dos líderes carismáticos. Se solicita que se haga un análisis del contexto psicológico y social en el cual se da esos liderazgos y que se identifique, en cada caso lo obvio (discurso público que se maneja en la situación, sea o no asimilado por el líder) y la interpretación crítica (reinterpretación creativa de la situación buscando las intenciones encubiertas). La labor solicitada se la puede ilustrar con el siguiente ejemplo:

Un líder X está organizando a los vecinos de un barrio para exigir al gobierno la construcción de un puente que conectará de manera más directa el área vecinal con el centro de la ciudad. Sin embargo su verdadera intención es la de favorecer económicamente a una empresa constructora Y que se hará cargo de la obra. En este caso se puede advertir que la información pública (lo obvio) es la construcción del puente para favorecer a los vecinos, pero las intenciones encubiertas (interpretación crítica) es el apoyo a la empresa Y.

En un cuaderno cada grupo debe anotar la identificación de la información obvia y la interpretación crítica de, por lo menos, dos situaciones históricas en las cuales se encuentre involucrado el fenómeno del liderazgo.

Se les dirá que seguirán en los grupos que trabajaron anteriormente y que estén atentos para unirse al sub grupo para que trabajen unos 10 minutos.

Cada grupo a través de un representante exponen en plenaria el producto de su análisis.

Apoyo didáctico para el moderador:

Reflexión

En grupos y en plenaria se debate sobre los ejemplos de estimulación intelectual y la necesidad que el líder transformacional sea capaz de realizar interpretaciones críticas y motivar este aspecto en los seguidores.

Estas pueden ser las preguntas orientadoras:

¿Qué pasa si un líder no tiene la capacidad de realizar interpretaciones críticas de los contextos históricos en los cuales se ve involucrado?

¿Qué pasa en los seguidores si se mantienen con el discurso de lo obvio?

Tiempo: 45 minutos

ACTIVIDAD 2 ESTIMULACION INTELECTUAL ORIENTADA RACIONALMENTE, EXISTENCIALMENTE, EMPIRICAMENTE E IDEALISTAMENTE.

PRIMER MOMENTO

ESTIMULACIÓN INTELECTUAL ORIENTADA RACIONALMENTE

Objetivo: Lograr que el grupo identifique como lograr la estimulación intelectual orientada racionalmente en los seguidores.

Materiales.

- Zoom Premium
- Computadora o algún dispositivo móvil
- Internet
- Diapositivas

Descripción:

La o el facilitador retoma los grupos conformados en la actividad uno, así como las situaciones en las que se identificó el discurso de lo obvio y las interpretaciones críticas. A cada grupo se le indica que se continuará con las interpretaciones críticas de cada situación, pero que ahora se desmenuzará la cuestión y que hará énfasis en un aspecto o dimensión: la parte racional o lógica. La o el facilitador a través de los medios disponibles expone al grupo de adolescentes – líderes el concepto de Estimulación Intelectual Orientada Racionalmente.

[Descargar diapositiva](#)

Apoyo didáctico para el moderador:

Reflexión

En grupos y en plenaria se debate sobre las re interpretaciones críticas desde la óptica racional.

Estas pueden ser las preguntas orientadoras:

¿Cuáles son las contradicciones racionales?

¿En base a qué disciplina o conjunto de argumentos (legales, lógicos, matemáticos, etc.) se basa la interpretación crítica racional?

Tiempo: 10 minutos

SEGUNDO MOMENTO

ESTIMULACIÓN INTELECTUAL ORIENTADA EXISTENCIALMENTE

Objetivo: Lograr que el grupo identifique como conseguir la estimulación intelectual orientada racionalmente en los seguidores.

Materiales.

- Zoom Premium
- Computadora o algún dispositivo móvil
- Internet
- Diapositivas

Descripción.

La o el facilitador a través de los medios disponibles expone al grupo de adolescentes – líderes el concepto de Estimulación Intelectual Orientada existencialmente. [Descargar diapositiva](#)

Cada grupo analiza la situación asignada encontrando en cada una de ellas la reinterpretación crítica desde el punto de vista existencial.

Apoyo didáctico para el moderador:

Reflexión

En grupos y en plenaria se debate sobre las re interpretaciones críticas desde el punto de vista existencial.

Estas pueden ser las preguntas orientadoras:

¿Cuáles son las re interpretaciones existenciales?

¿Cuáles son los argumentos que las sustentan?

Tiempo: 10 minutos

TERCER MOMENTO

ESTIMULACIÓN INTELECTUAL ORIENTADA EMPÍRICAMENTE

Objetivo: Lograr que el grupo identifique como conseguir la estimulación intelectual orientada empíricamente en los seguidores.

Materiales.

- Zoom Premium
- Computadora o algún dispositivo móvil
- Internet
- Diapositivas

Descripción

La o el facilitador a través de los medios disponibles expone al grupo de adolescentes – líderes el concepto de Estimulación Intelectual Orientada empíricamente. [Descargar diapositiva](#)

Cada grupo analiza la situación asignada encontrando en cada una de ellas la reinterpretación crítica desde el punto de vista empírico o pragmático.

Apoyo didáctico para el moderador:

Reflexión

En grupos y en plenaria se debate sobre la pertinencia de los argumentos identificados y que se traducen en una reinterpretación crítica desde el punto de vista empírico.

Estas pueden ser las preguntas orientadoras:

¿Cuáles son las re interpretaciones empíricas?

¿Cuáles son los argumentos que las sustentan?

Tiempo: 10 minutos

CUARTO MOMENTO

ESTIMULACIÓN INTELECTUAL ORIENTADA IDEALISTAMENTE

Objetivo: Lograr que el grupo identifique como conseguir la estimulación intelectual orientada idealistamente en los seguidores.

Materiales:

- Zoom Premium
- Computadora o algún dispositivo móvil
- Internet
- Diapositivas

Desarrollo: La o el facilitador a través de los medios disponibles expone al grupo de adolescentes – líderes el concepto de Estimulación Intelectual Orientada idealistamente.

[Descargar diapositiva](#)

Se les pedirá que cada grupo analiza la situación asignada con la meta de encontrar en cada una de ellas la reinterpretación crítica desde el punto de vista idealista.

Apoyo didáctico para el moderador:**Reflexión**

En grupos y en plenaria se debate sobre la pertinencia de los argumentos identificados y que se traducen en una reinterpretación crítica desde el punto de vista empírico.

Estas pueden ser las preguntas orientadoras:

¿Cuáles son las re interpretaciones idealistas?

¿Cuáles son los argumentos que las sustentan?

Tiempo: 10 minutos

ACTIVIDAD 3 CONCEPTO DE CONSIDERACIÓN INDIVIDUALIZADA

Objetivo: Analizar y comprender la definición de consideración individualizada.

Materiales.

- Zoom Premium
- Computadora o algún dispositivo móvil
- Internet
- Diapositivas

Desarrollo: La o el facilitador expone el concepto de consideración individualizada a través de los medios idóneos disponibles. [Descargar diapositiva](#)

Hacer énfasis en el componente de particularidad del auditorio, como opuesto a la masificación. Se debe argumentar que este estilo de liderazgo es propio de las primeras etapas de construcción del liderazgo, pues luego que este ha cobrado envergadura es menos posible mantenerlo con las bases.

El moderador solicita a los grupos de adolescentes líderes que elijan un grupo sobre el cual trabajar liderando sus motivaciones. El moderador debe evitar que los grupos meta elegidos sean demasiado parecidos para de esta forma garantizar que el trabajo sea más productivo y variado. La labor que se les solicita a cada grupo es que describan a sus respectivos grupos en 5 situaciones en las cuales el líder trata a sus seguidores en un plano de anonimato o masificación. El objetivo de esta labor es llegar por oposición al concepto de consideración individualizada. Primero debe quedar claro lo que no es el tratamiento por consideración individualizada (masificación), para posteriormente asimilar, a través de las siguientes actividades, la idea de consideración individualizada propiamente dicha.

Las 5 situaciones de anonimato y masificación deben ser registradas gráficamente en un cuaderno para su posterior defensa.

Cada grupo a través de un representante exponen en plenaria el producto de su trabajo. Se puede emplear la dramatización como un recurso didáctico para resaltar las ideas fundamentales elaboradas por el grupo.

Apoyo didáctico para el moderador:

En grupos y en plenaria se debate sobre 5 situaciones de anonimato y masificación.

Estas pueden ser las preguntas orientadoras:

¿Por qué son situaciones de anonimato y masificación las descripciones realizadas?

¿Cuáles consideran que son las consecuencias en los seguidores, tanto positivas como negativas?

Tiempo: 45 minutos a 60 minutos.

SESIÓN N° 6 SER ESPECIAL

Temas a tratar:

1. Trato personal
2. Sensación de ser especial
3. imagen de mentor
4. Visiones Grupales

Objetivo: Asimilar los conceptos de la teoría y ejemplificarlos.

ACTIVIDAD 1 TRATO PERSONAL, SENSACIÓN DE SER ESPECIAL Y DIFERENTE

Objetivo: Lograr que los seguidores perciban que tienen un trato personal, sensación de ser especiales y diferentes del resto del grupo.

Materiales

- Zoom Premium
- Computadora o algún dispositivo móvil
- Internet
- Link de registro
- Diapositivas

Desarrollo: Dar la bienvenida a las y los participantes y esperar 10 minutos para que se conecten todos, mandar al chat un enlace de registro [Descargar aquí](#) e indicar que los participantes se vayan registrando mientras van esperando a los demás, una vez esperado los 10 minutos empezar el taller.

La o el facilitador expone a través de los medio idóneos disponibles [Descargar diapositiva](#)

La o el facilitador conforma grupos equitativos de los adolescentes – líderes y a través de los medios disponibles expone al grupo el componente denominado: trato personal, sensación de ser especiales y diferentes del resto del grupo

La labor que se les solicita a cada grupo es que describan a sus respectivos grupos en 5 situaciones en las cuales el líder da a sus seguidores un trato personal, sensación de ser especiales y diferentes del resto del grupo.

Las 5 situaciones de trato personal deben ser registradas en sus cuadernos o en una hoja para su posterior defensa.

Cada grupo a través de un representante exponen en plenaria el producto de su trabajo. Se puede emplear la dramatización como un recurso didáctico para resaltar las ideas fundamentales elaboradas por el grupo.

Apoyo didáctico para el moderador:

Reflexión

En grupos y en plenaria se debate sobre las características fundamentales identificadas para cada grupo sobre el trato personal, sensación de ser especiales y diferentes del resto del grupo, que da el líder a sus seguidores.

Estas pueden ser las preguntas orientadoras:

¿Por qué las situaciones descritas traducen un trato personal de los seguidores?

¿Cuáles son las ventajas de que el líder de a sus seguidores un trato personal, sensación de ser especiales y diferentes del resto del grupo?

Tiempo: 20 minutos

ACTIVIDAD 2 IMAGEN DE MENTOR Y SIEMBRA DE RECIPROCIDAD

Objetivo: Lograr que los seguidores perciban que tienen el líder es un mentor en sus vidas personales y que guardan una relación de reciprocidad con él.

Materiales:

- Zoom Premium
- Computadora o algún dispositivo móvil
- Internet
- Diapositivas

Desarrollo: La o el facilitador siguiendo los mismos grupos de la actividad dos y a través de los medios disponibles expone al grupo el componente denominado: Desarrollo de la imagen de mentor, protector y siembra de reciprocidad. [Descargar diapositiva](#)

La labor que se les solicita a cada grupo es que describan a sus respectivos grupos en 5 situaciones en las cuales el líder desarrolla la imagen de mentor, protector y siembra reciprocidad con sus seguidores.

Las 5 situaciones de trato personal deben ser registradas gráficamente en un cuaderno de algunos de los integrantes para así cuando expongan tengan de apoyo sus apuntes.

Cada grupo a través de un representante exponen en plenaria el producto de su trabajo. Se puede emplear la dramatización como un recurso didáctico para resaltar las ideas fundamentales elaboradas por el grupo.

Apoyo didáctico para el moderador:

Reflexión

En grupos y en plenaria se debate sobre las características fundamentales identificadas para cada grupo sobre la imagen de mentor que el líder debe proyectar a sus seguidores.

Estas pueden ser las preguntas orientadoras:

¿Por qué las situaciones descritas traducen un trato de mentor y siembran reciprocidad en los seguidores?

¿Cuáles son las ventajas de que el líder de a sus seguidores una imagen de mentor y que siembre reciprocidad en ellos?

Tiempo: 20 minutos

ACTIVIDAD 3 “VISIONES” DE LAS METAS GRUPALES

Objetivo: Traducir en “visiones” las demandas y expectativas grupales.

Materiales

- Zoom Premium
- Computadora o algún dispositivo móvil
- Internet
- Diapositivas

Desarrollo: La o el facilitador expone a las y los adolescentes líderes que son las “visiones” de las demandas y expectativas grupales. [Descargar diapositiva](#)

Cada grupo debe redactar sus visiones correspondientes y redactarlas de manera simple (no más de un párrafo de 10 líneas) y entendible por el grueso de la población.

Cada grupo a través de un representante exponen en plenaria las visiones elegidas y fundamentar por qué los eligieron y si traducen fielmente las metas del grupo o movimiento.

Apoyo didáctico para el moderador:

Reflexión

En grupos y en plenaria se debate sobre la pertinencia de las visiones identificadas para cada población asignada.

Estas pueden ser las preguntas orientadoras:

¿Cuál es el beneficio de usar visiones para motivar el grupo o movimiento?

¿En qué casos se puede considerar como errónea una visión?

Tiempo: 30 minutos

SESION N°7 EL CUERPO, PUBERTAD Y ADOLESCENCIA.

Temas a tratar:

1. El cuerpo
2. Pubertad
3. Adolescencia

Objetivo:

Actividad 1. Mapa del cuerpo

Objetivo: Identificar y reflexionar sobre las sensaciones y emociones que siente nuestro cuerpo, identificar los nombres con que se conoce a las diferentes partes del cuerpo.

Materiales

- Papel
- Marcadores de colores
- Link de registro

Desarrollo: Dar la bienvenida a las y los participantes y esperar 10 minutos para que se conecten todos, mandar al chat un enlace [Descargar aquí](#) de registro e indicar que los participantes se vayan registrando mientras van esperando a los demás, una vez esperado los 10 minutos empezar el taller.

Con este ejercicio la o el facilitador tiene que crear un clima de confianza y respeto para compartir información y buscar entender que somos y sentimos diferente, a partir de nuestras experiencias.

Pedirles que alisten una hoja en blanco y lápices o marcadores de colores e Indicarles que dibujen su silueta en un papel, una vez hayan dibujado todos su silueta pedirles que deben señalar en la silueta graficada las partes del cuerpo que les agrada y las que les desagradan.

El reconocimiento de las partes del cuerpo ayudará a despojarlos de los miedos y prejuicios que algunas personas tienen respecto a la sexualidad y al sexo, que les impide tener una vida sexual saludable.

Cómo les llaman a los órganos sexuales y reproductivos. Decirles que cada participante debe identificar con los marcadores de colores en la silueta cuál es su parte más sensible y qué

emociones parecen en cada uno (angustia, satisfacción, etc.). Una vez que todos hayan terminado hacer la reflexión con las preguntas.

Reflexión

- ¿Conocemos nuestro cuerpo?
- ¿Qué sentimos al ubicar en la silueta los órganos sexuales?
- ¿Cómo cuidamos nuestro cuerpo?
- ¿Quién decide sobre nuestro cuerpo?

Es importante que cada participante visibilice aquellas partes de su cuerpo que le gustan que estén visibles y aquellas que les da vergüenza y prefiere taparlas.

Tiempo: 20 minutos

ACTIVIDAD 2 ¿Cómo somos los hombres y las mujeres?

Objetivo: Identificar, en un ejercicio comparativo, las casi inexistentes diferencias cotidianas entre hombres y mujeres.

Materiales:

- Zoom Premium
- Computadora o algún dispositivo móvil
- Internet
- Imagen de la lámina

Desarrollo:

PRIMER MOMENTO:

Dar la bienvenida a las y los participantes y esperar 10 minutos para que se conecten todos, mandar al chat un enlace de registro [Descargar aquí](#) e indicar que los participantes se vayan registrando mientras van esperando a los demás, una vez esperado los 10 minutos empezar el taller.

La o el facilitador dividirá en cuatro grupos (máximo seis grupos) a todas y todos los participantes, mostrar el cuadro [Descargar aquí](#) y pedirles que saquen captura ya que lo

necesitaran para trabajar en grupo pedirles que llenen la información con la participación de todos y todas. Decirles que les llegara un mensaje por zoom en que grupo están y aceptarlo para que se unan al grupo y empezar a trabajar que tendrán 10 minutos, que cualquier duda o pregunta que tengan estará la o el facilitador para apoyar; Posteriormente, comparar las respuestas de todos los grupos para obtener la reflexión final de la actividad.

	Hombre	Mujer
Características naturales		
Dan a luz.		
Tienen los hombros más anchos.		
Pueden embarazarse.		
Pueden amamantar.		
Tienen la regla o menstruación.		
Pueden fecundar.		
Tienen pene.		
Tienen ovarios.		
Tienen senos.		
Tienen testículos.		
Tienen caderas redondeadas.		
Tienen bigote y barba.		
Tienen la voz gruesa.		
Son más altos.		
Características sociales		
Aman.		
Se preocupan.		
Demuestran cariño y ternura.		
Expresan afecto.		
Se enojan.		
Les interesa manejar dinero.		
Les interesa el bienestar de la familia.		
Juegan fútbol.		
Toman licor.		
Conversan.		
Tienen amistades.		
Ven televisión.		
Saben hablar en público.		
Dan ideas.		
Saben mandar.		
Saben obedecer.		
Trabajan fuera de la casa.		
Participan en la organización comunitaria.		
Piensan.		
Comen.		
Lloran.		
Saben leer.		
Hacen las tareas domésticas.		
Tienen amantes.		
Saben sacar las cuentas.		
Saben decidir.		
Tienen pelo corto.		
Tienen pelo largo.		
Se ponen falda.		

Se ponen pantalón.		
Se ponen aretes.		
Son fuertes.		
Son débiles.		

Reflexión

- ¿En qué nos parecemos los hombres y las mujeres?
- ¿En qué nos diferenciamos?
- ¿Nuestros abuelos y abuelas hubiesen llenado diferente el cuadro? ¿Por qué?
- ¿Quién determina lo que deben hacer las mujeres?
- ¿Quién determina lo que deben hacer los hombres?

Las características naturales son las únicas que diferencian a los hombres y a las mujeres. Solo las mujeres tienen caderas redondeadas, senos, ovarios; se pueden embarazar, dar a luz y amamantar. Solo los hombres tienen pene, testículos y pueden fecundar. Estas características son permanentes y no cambian ni con el paso del tiempo.

Las características sociales son las formas de pensar, actuar, hablar, entender, relacionarse con los demás, etc., que cada sociedad señala como las formas más correctas de cómo deben ser los hombres y las mujeres. La sociedad educa de una forma a las mujeres y de otra forma a los hombres; es decir que aprendemos desde pequeños a comportarnos como la sociedad quiere que sean las mujeres o los hombres. Por ejemplo, se dice que los hombres no lloran y que solo las mujeres deben cocinar, aunque los dos pueden hacerlo.

Las características sociales son aprendidas y pueden cambiar, por ejemplo, antes las mujeres no tenían derecho a votar, peor ser elegidas como autoridades. Esto ha cambiado. Antes se creía que solo las mujeres podían criar y educar a los hijos, ahora los padres comparten esta tarea tan hermosa.

Tanto los hombres como las mujeres pueden hacer, pensar, sentir las mismas cosas y relacionarse con las otras personas de la misma manera.

Tiempo: 20 minutos

ACTIVIDAD 3 PUBERTAD Y ADOLESCENCIA

Objetivos: Identificar los cambios propios de la pubertad.

Materiales:

- Grupo de WhatsApp
- imágenes con frases y títulos.
- diapositiva
- Diapositivas con los órganos sexuales.
- Imágenes con descripción

Desarrollo: La o el facilitador forma tres grupos. Enviar al grupo de WhatsApp las imágenes con frases que describen los cambios que se presentan en diferentes etapas de la vida, cada imagen tendrá números al costado para que se distinga cual es del grupo 1, 2 y 3. [Descargar imágenes](#)

En unas diapositivas se colocan tres nombres visibles de “Infancia”, “adolescencia” y “adulter”. [Descargar diapositiva](#)

Se pide que en grupo decidan bajo que título deberá ir cada imagen la o el facilitador les dará un tiempo de dos minutos para que decidan entre ellos, una vez haya acabado el tiempo tendrán que escoger e indicar a la o el facilitador a que nombre pertenece su imagen; verificar que la clasificación sea la correcta.

Complementar la información con los cambios que ocurren durante la pubertad.

Tiempo: 20 minutos

Actividad extra: Al finalizar la sesión la o el facilitador entregará a cada uno de los integrantes por inbox imágenes con los nombres de los órganos sexuales. [Descargar imágenes](#)

Se sugiere entregar a los hombres las imágenes de las mujeres y viceversa.

Tiempo: 5 minutos

Sesión N° 8 ANATOMIA, CICLO MENSTRUAL Y EXPRESION DE LO SEXUAL

Temas a tratar:

1. Anatomía
2. Ciclo menstrual
3. Fecundación del embarazo
4. Expresión de lo sexual

Objetivo: Comprender y conocer el ciclo menstrual, el proceso de fecundación y embarazo. e Identificar los principales cambios en la respuesta sexual y reconocer las diversas expresiones de la sexualidad.

PRIMER MOMENTO

RETROALIMENTANDO LA SESION PASADA INICIAMOS LA ACTIVIDAD CON

Pedir que lean en voz alta la imagen con descripción y /o principal función de cada órgano que se les paso a su número privado, uno por uno. La o el facilitador deberá mostrar en una diapositiva las láminas con los órganos sexuales femenino y masculino. [Descargar diapositiva](#)

Pedir que lean en voz alta la imagen con descripción y /o principal función de cada órgano que se les paso a su número privado, uno por uno.

Una vez hayan leído, la o el facilitador deberá pedirles que identifiquen correctamente el órgano descrito a donde pertenece.

Tiempo: 10 minutos

SEGUNDO MOMENTO

Con una lluvia de ideas llegar a una definición de lo que se entiende por Salud Sexual y enlistar las cosas que podemos hacer para su cuidado.

Exponer las técnicas de exploración mamaria y testicular. [Descargar diapositiva](#)

Tiempo: 15 minutos

ACTIVIDAD 1. CICLO MENSTRUAL / FECUNDACIÓN Y EMBARAZO. EXPRESIÓN DE LO SEXUAL

Objetivo: Desarrollar conocimientos acerca del ciclo menstrual, fecundación y embarazo .

Materiales:

- Zoom Premium
- Computadora
- Internet
- Diapositivas
- Link de registro
- Animación del ciclo menstrual pantalla.
- diapositiva (animación de la fecundación)
- Hojas o cuadernos lápiz, lapicera o marcadores.

PRIMER MOMENTO:

Desarrollo: Dar la bienvenida a las y los participantes y esperar 10 minutos para que se conecten todos, mandar al chat un enlace [Descargar aquí](#) de registro e indicar que los participantes se vayan registrando mientras van esperando a los demás, una vez esperado los 10 minutos empezar el taller, la o el facilitador dará una introducción y presentará la animación del ciclo menstrual.

Una vez haya culminado de explicar la o el facilitador, dividir en grupo de 5 integrantes y se les y se les pasara las imágenes sobre el ciclo menstrual. [Descargar imágenes](#) (El ciclo de Betina) y se da tiempo para que lo resuelvan. Se resuelven dudas.

Tiempo: 15 minutos

ACTIVIDAD 2 FECUNDACION Y EMBARAZO

Objetivo:

Materiales:

- Zoom Premium
- Computadora

- Internet
- Diapositivas
- Link de registro

La o el facilitador dará una introducción sobre el tema y presentará la animación de La Fecundación y el Embarazo. [Descargar diapositiva](#) Dará un espacio para preguntas y comentarios; finalizará la exposición dando énfasis a la problemática que enfrentan tanto hombres como mujeres tras un embarazo no planeado.

Tiempo: 15 minutos

ACTIVIDAD 3

Objetivo:

Materiales:

- Computadora
- Internet
- hoja
- lapicera

Desarrollo: La o el facilitador pedirá al grupo que mencione los cambios que suceden cuando estamos muy cerca de alguien que nos gusta.

Mencionará que a estos cambios se les conoce como parte de la RSH. Y los representará en una gráfica.

Explicará con el ejemplo del baseball o del fútbol como se tiene una visión lineal del tema del placer, apoyada de la imagen de una escalera

Cómo método alternativo se propondrá el modelo de expresión sexual continuo, el cual abre el abanico de posibilidades.

Pedir a cada alumno que aliste una hoja o cuaderno con su lápiz o lapicera y que trabaje su propio círculo.

Tiempo: 20 minutos

SESION N° 9 METODOLOGIA ANTICONCEPTIVA Y TOMA DE DECISIONES

Temas a tratar:

1. Metodología anticonceptiva
2. Toma de decisiones

Objetivo: Explicar la metodología anticonceptiva y el recurso de toma de decisiones a los adolescentes.

ACTIVIDAD 1

Objetivo: Conocer los principales métodos anticonceptivos disponibles y aprender el uso correcto del condón y herramientas prácticas para apoyar la toma de decisiones responsables (Para el inicio de la actividad sexual).

Materiales:

- Zoom Premium
- Computadora o dispositivo móvil
- Internet
- Link de registro
- Preguntas sobre los métodos anticonceptivos.
- Diapositivas de métodos Modelos anatómicos, condones
- Video

Desarrollo: Dar la bienvenida a las y los participantes y esperar 10 minutos para que se conecten todos, mandar al chat un enlace [Descargar aquí](#) de registro e indicar que los participantes se vayan registrando mientras van esperando a los demás, una vez esperado los 10 minutos empezar el taller. Explicar que este ejercicio será útil para conocer información sobre anticonceptivos que manejan los jóvenes.

La o el facilitador comenzara explicando la dinámica, donde se harán preguntas al azar a cada estudiante, por ejemplo, me responde la pregunta que esta de polera anaranjada y así sucesivamente hasta que toque a todos. De ser posible que todos los participantes prendan su cámara para que haya una mejor interacción. Dar inicio haciendo una pregunta en relación a los métodos a la cual se tendrá que responder “mito” o “realidad” [Descargar imagen](#)

Una vez que se ha contestado correctamente se pasará al siguiente participante. Se continuará así hasta terminar con las preguntas.

Si existe información incorrecta, aclarar.

Tiempo: 20 minutos

ACTIVIDAD 2

Objetivo:

Materiales:

- Computadora
- Internet
- Zoom Premium
- Diapositiva
- Video

Desarrollo: La o el facilitador dará una breve introducción a la clasificación de los métodos y presentará las muestras de anticonceptivos. [Descargar la diapositiva.](#)

Se mostrará un video donde se enseña la técnica para la colocación correcta del preservativo. [Descargar video](#) Al finalizar el video se hará participar a dos personas de que le pareció el video y si tenía conocimiento sobre el uso correcto una vez recabado las participaciones se hará una retroalimentación.

Tiempo: 20 minutos

TOMA DE DECISIONES

La toma de decisiones informada y responsable es sin duda un factor determinante para el cuidado de la salud sexual. Es un proceso en el que se ponderan dos o más opciones ante una situación dada. Existen diversos modelos para facilitar el proceso de toma de decisiones. A continuación, se presenta uno que puede ser utilizado por l@s jóvenes como herramienta práctica. (Utilizar la balanza.)

Pasos	Preguntas a plantearse
1. Identificación de opciones posibles	¿Cuáles son las alternativas que existen?
2. Recopilación de información necesaria para decidir	¿Conozco todo lo que debo saber sobre la situación? ¿Qué me falta saber? ¿Dónde debo buscar dicha información?
3. Hacer una lista de ventajas y desventajas de cada opción	¿Cuáles son los posibles riesgos y beneficios que acompañan a cada alternativa?
4. Pensar en cómo resolver o reducir las desventajas.	¿Puedo superar los inconvenientes de cada opción?
5. Pensar si existe la posibilidad de obtener las ventajas de una opción eligiendo las otras opciones	¿Cómo podría conseguir las ventajas de una opción eligiendo las otras?
6. Ponderación subjetiva de las ventajas y desventajas.	¿Cuál es el valor medio que concedo a las ventajas y desventajas?
7. Valoración del costo emocional y relacional de cada opción	¿Cómo me sentiré si decido una cosa u otra? ¿Sufrirán mis relaciones personales?

SESION N° 10 LAS BARRERAS DE LA SEXUALIDAD Y DECEHOS SEXUALES

Temas a tratar:

1. Barreras de la sexualidad
2. Derechos sexuales

Objetivo: Conocer las barreras de la sexualidad y los derechos sexuales

ACTIVIDAD 1

Objetivo: Reflexionar sobre la violencia en las relaciones de pareja como una barrera de la Salud Sexual.

Materiales:

- Zoom Premium
- Link de registro
- Computadora
- Internet
- Diapositiva
- Imágenes con diversas frases

Desarrollo: Dar la bienvenida a las y los participantes y esperar 10 minutos para que se conecten todos, mandar al chat un enlace [Descargar aquí](#) de registro e indicar que los participantes se vayan registrando mientras van esperando a los demás, una vez esperado los 10 minutos empezar el taller.

La o el facilitador mostrara la diapositiva una imagen donde contiene una línea horizontal donde estará escrito “No saludable” y en el opuesto “Saludable” y en la parte media “neutral” [Descargar diapositiva](#). Mostrar una por una las imágenes y preguntar a qué extremo de línea colocarían las imágenes y por qué cree que iría a ese lado la imagen. [Descargar imágenes](#). Una vez que se todas las tarjetas han sido colocadas abrir la discusión al grupo y mover las tarjetas de acuerdo a la opinión del grupo, cuidando que las tarjetas sean bien ubicadas. Se cerrará la sesión enfatizando los centros de atención para personas que padecen algún tipo de violencia.

Violencia

La violencia tiene diversas formas de manifestación: la física, la emocional o psicológica, la sexual y la económica. Padecer sistemáticamente cualquiera de estas formas de violencia puede provocar ansiedad, estados de depresión, aislamiento social y hasta trastornos psicomotores.

La violencia sexual sucede cuando: una persona obliga a otra a tener relaciones sexuales cuando la otra no lo desea, se critica la forma de tener relaciones sexuales, se compara con otras personas, se hace burla del cuerpo, se cela a la persona. El abuso sexual, se refiere a cualquier conducta tendiente a controlar o subyugar a otra persona a través del uso del temor o la humillación.

Los y las adolescentes se encuentran en la etapa en la que aprenderán a relacionarse en pareja. Es aquí donde deben aprender a identificar aquellas conductas que aparecen como sutiles pero que pueden transformarse en violentas

El consumo de alcohol y otras sustancias. El alcohol y otras drogas sedantes tienden a disminuir la inhibición y producir un estado de relajación cuando se consumen con moderación, sin embargo, en grandes dosis estas drogas tienen un efecto negativo sobre el deseo sexual y en lo hombres a menudo producen impotencia. Algunas investigaciones sugieren que el consumo de marihuana, reduce los niveles de testosterona (hormona masculina) y la producción de espermatozoides.

Tiempo: 30 minutos.

ACTIVIDAD 2 DERECHOS SEXUALES

Objetivo: Promover la comprensión de los derechos sexuales.

Materiales:

- Zoom Premium
- Zoom Premium
- Link de registro
- Computadora
- Internet

- Documento Word en blanco

Desarrollo: La o el moderador deberá dividir en 8 grupos a los participantes, a cada grupo se entrega una palabra:

1. Libertad sexual.
2. Autonomía, integridad y seguridad sexuales del cuerpo
3. Privacidad sexual
4. Equidad sexual
5. Placer sexual.
6. Expresión sexual emocional
7. Libre asociación sexual

Una vez en los subgrupos, la consigna es: “Imaginar y redactar en un [Descargar tarjetas](#) derechos sexuales que incluyan las palabras que le entregaron a cada grupo”.

Una vez redactados los derechos, dar a cada grupo la siguiente consigna: Con la palabra de derecho que les haya tocado, contestar:

- a. ¿Se cumple ese derecho en nuestras familias?
- b. ¿Se cumple en nuestro barrio, entre la gente que conocemos?
- c. Dar ejemplo de por qué sí se cumple o por qué no.

En plenaria, se exponen los documentos con los derechos redactados y las respuestas de la segunda consigna.

Finalmente se realizan preguntas dialogo: ¿Por qué argumentan que se trata o no de un derecho?, ¿para ustedes la sexualidad y los derechos tienen algo que ver?, en sus vidas cotidianas, ¿qué lugar ocupan los derechos vinculados a la vida sexual?, ¿consideran que estos derechos son respetados?, ¿se cumplen y ejercen de igual forma en adolescentes y en adultos?, ¿en mujeres que en hombres?, ¿en personas de diferentes etnias– razas?, ¿en personas heterosexuales, homosexuales y bisexuales?. Para ustedes, ¿quién o quiénes deberían garantizar la posibilidad de ejercer estos derechos? Indagar mecanismos de exigibilidad y denuncia (posibilidad/responsabilidad/habilitar), ¿Y efectivamente esto sucede en la realidad?

1. Tenemos a derecho a la libertad sexual.
2. Tenemos derecho a la autonomía, integridad y seguridad sexuales del cuerpo.
3. Tenemos derecho a la privacidad sexual.
4. Tenemos derecho a la equidad sexual.

5. Tenemos derecho a al placer sexual.
6. Tenemos derecho a la expresión sexual emocional.
7. Tenemos derecho a la libre asociación sexual.
8. Tenemos derecho a la toma de decisiones reproductivas, libres y responsables.

SESION N° 11 INFECCIONES DE TRANSMISIÓN SEXUAL, FANTASÍA Y MASTURBACIÓN

Temas a tratar:

1. Infecciones de transmisión sexual
2. Masturbación

Objetivo: Asimilar conceptos de sexualidad

ACTIVIDAD 1. ITS

Objetivo: Reconocer los síntomas de las principales ITS e identificar los de comportamientos que ponen en riesgo de contraer una.

Materiales:

- Zoom Premium
- Computadora o dispositivo móvil
- Internet
- Link de registro
- Diapositivas

Desarrollo: Dar la bienvenida a las y los participantes y esperar 10 minutos para que se conecten todos, mandar al chat un enlace [Descargar aquí](#) de registro e indicar que los participantes se vayan registrando mientras van esperando a los demás, una vez esperado los 10 minutos empezar el taller.

La o el facilitador pide al grupo que nombren las enfermedades que han escuchado. Mientras están participando la o el facilitador va anotando en una hoja de power point todas las participaciones. [Descargar diapositiva](#)

En otra hoja se identifican los principales síntomas de las mismas (ardor al orinar, flujo amarillento o verdoso, ampollas, etc.).

Una vez haya recabado todas las participaciones tiene que dejar claro que existen infecciones asintomáticas, que la transmisión puede ser anal, vaginal o por la boca.

Exposición: ITS

La o el facilitador hará una breve presentación de las ITS y resolverá las preguntas. [Descargar diapositiva](#)

Tiempo: 20 minutos

ACTIVIDAD 2 MASTURBACION

Objetivo: Reflexionar sobre los mitos que existen alrededor de la masturbación y las fantasías y que reconozcan el rol de estas prácticas en el sexo seguro.

Materiales:

- Zoom Premium
- Computadora o dispositivo móvil
- Internet
- Diapositivas

Desarrollo: La o el facilitador dará una breve introducción de masturbación. [Descargar diapositivas](#)

Una vez haya finalizado la explicación la o el facilitador pedirá que le envíen a su privado para guardar la confidencialidad, escribir las cosas buenas que han escuchado sobre la masturbación, dar 5 minutos para recibir todas las participaciones e ir anotando mientras van enviando los participantes.

Una vez todos hayan dado su respuesta la o el facilitador dirá vuelvan a escribirme al privado pero con el concepto de fantasía.

Al final se abren los abanicos y se inicia la discusión, buscando aclarar todos los mitos alrededor del tema.

Tiempo: 20 minutos

SESION N° 12 CREACIÓN DE UN CLIMA DE EMPATÍA Y CAMARADERÍA

Temas a tratar:

1. Empatía
2. Proyecto de vida

Objetivo: Fortalecer los conocimientos de empatía y proyecto de vida.

ACTIVIDAD 1 CLIMA DE EMPATIA

Objetivo: Valorar la importancia que tiene la acción por parte del líder de matizar las labores con un clima de empatía, camaradería y sentido del humor.

Materiales:

- Zoom Premium
- Link de registro
- Diapositivas
- Hoja o cuaderno
- Lápiz o lapicera

Desarrollo: Dar la bienvenida a las y los participantes y esperar 10 minutos para que se conecten todos, mandar al chat un enlace [Descargar aquí](#) de registro e indicar que los participantes se vayan registrando mientras van esperando a los demás, una vez esperado los 10 minutos empezar el taller.

La o el facilitador siguiendo los mismos grupos de la actividad cuatro y a través de los medios disponibles expone al grupo el componente denominado: Matizar las labores con un clima de empatía, camaradería y sentido del humor. [Descargar diapositiva](#)

La o el facilitador solicita a los grupos de adolescentes líderes que mantengan el grupo imaginario (obreros, vecinos, correligionarios, etc.) elegido en la actividad anterior para trabajar liderando sus motivaciones. La labor que se les solicita a cada grupo es que describan

a sus respectivos grupos en 5 situaciones en las cuales el líder matiza las labores con un clima de empatía, camaradería y sentido del humor entre sus seguidores.

Las 5 situaciones en las cuales el líder matiza las labores con un clima de empatía, camaradería y sentido del humor entre sus seguidores, deben ser registradas gráficamente en una hoja o cuaderno para su posterior defensa.

Cada grupo a través de un representante exponen en plenaria el producto de su trabajo. Se puede emplear la dramatización como un recurso didáctico para resaltar las ideas fundamentales elaboradas por el grupo.

Apoyo didáctico para el moderador:

Reflexión

En grupos y en plenaria se debate sobre la acción del líder de matizar las labores con un clima de empatía, camaradería y sentido del humor entre sus seguidores.

Estas pueden ser las preguntas orientadoras:

¿Por qué las situaciones descritas ejemplifican la acción del líder de matizar las labores con un clima de empatía, camaradería y sentido del humor entre sus seguidores?

¿Cuáles son las ventajas de la acción del líder de matizar las labores con un clima de empatía, camaradería y sentido del humor entre sus seguidores?

Tiempo: 25 minutos

ACTIVIDAD 2 PROYECTO DE VIDA

Objetivo: Entrenar la habilidad de planificar.

Materiales:

- Zoom Premium
- Computadora o dispositivo móvil
- Internet
- Grupo WhatsApp

Desarrollo: La o el facilitador indicara a los y las participantes que se sienten en la posición mas cómoda posible que se relajen y cierren los ojos, posteriormente les dice lo siguiente “Vamos a hacer un viaje en el tiempo, un viaje hacia el futuro. Comiencen a caminar hacia el futuro, hasta el año 2025 han pasado cinco años más, comiencen a ver cómo es su vida, ¿trabajan?, ¿Estudian? ¿Tienen pareja o no? ¿tienen hij@s?, ¿Cómo es su relación? ¿Todavía viven con sus padres?, ¿Con sus hermanos? véanlos ¿Como se llevan con ellos? Vean ¿cuál es el sueño que tienen para el 2025?, armen ese sueño.

Ahora que lo tienen atesórenlo en sus manos pues ese sueño es el único, no hay ningún otro sueño como ese y tráiganlo con ustedes, comiencen a volver hasta este momento en el año 2020 en este taller. Ahora volvieron comenzare a contar del 5 al 0 y entonces abrirán los ojos.

Quien facilita enviara a un grupo WhatsApp un documento Word a los participantes, [Word descargar Word](#) en la hoja deberán llenar una matriz, se les dará un tiempo de 15 minutos para que trabajen sobre la matriz con el fin de que entrenen su habilidad para planificar, la o el facilitador deberá acompañar a los participantes en el proceso, aclarando dudas y orientando sobre el llenado. Se deberá ser flexible con la redacción, lo importante es que los participantes visibilicen lo que quieren en la matriz, al finalizar el tiempo, la o el facilitador solicita voluntarios para compartir su proyecto de vida con todo el grupo, posteriormente se iniciara con un análisis y durante este análisis es necesario visibilizar la relación que existe entre el sueño, objetivos a mediano plazo, actividades, los plazos los aptos para llevar adelante este proyecto de vida. La importancia de las relaciones con otras personas que pueden apoyar el desarrollo de este proyecto de vida y el compromiso individual necesario para llevarlo adelante.

Tiempo: 30 minutos

MISUEÑO PARA EL 2025

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

ACTIVIDAD 3 APLICACIÓN DEL POSTEST Y CIERRE

Objetivo: Evaluar el conocimiento de los estudiantes respecto a la temática del programa mediante un cuestionario post test.

Materiales:

Desarrollo: Se les informara a los participantes que como en la primera actividad se enviaran los 3 link y que deben de llenar las preguntas y sean lo más sinceros posibles explicarles que no es por puntuación se da un tiempo de 5 a 10 minutos por test. [Primera seccion](#) [Segunda Seccion](#) [Tercera Seccion](#)

Tiempo: 20 minutos

**CUESTIONARIO DE EVALUACION
PRE - POSTEST
“LIDERAZGO TRANSFORMACIONAL Y EDUCACION SEXUAL”
(Elaboración propia)**

DATOS GENERALES:

Unidad Educativa: _____

Curso: _____

Edad: _____

Sexo: _____

Fecha: _____

***PRIMERA SECCION:**

1. Le agrada organizar actividades nuevas

- a) Nunca
- b) Casi nunca
- c) A veces
- d) Casi siempre
- e) Siempre

2. Sugiere nuevas ideas

- a) Nunca
- b) Casi nunca
- c) A veces
- d) Casi siempre
- e) Siempre

3. Intenta organizar un grupo para trabajar conjuntamente

- a) Nunca
- b) Casi nunca
- c) A veces
- d) Casi siempre
- e) Siempre

4. Es de palabra fácil. Tiene facilidad y soltura para expresarse verbalmente *

- a) Nunca
- b) Casi nunca
- c) A veces
- d) Casi siempre
- e) Siempre

5. Sus compañeros/as le eligen como jefe en las actividades de grupo *

- a) Nunca
- b) Casi nunca
- c) A veces

- d) Casi siempre
- e) Siempre

6. Tiene confianza en sus propias decisiones

- a) Nunca
- b) Casi nunca
- c) A veces
- d) Casi siempre
- e) Siempre

7. Le agrada dirigir actividades de grupo *

- a) Nunca
- b) Casi nunca
- c) A veces
- d) Casi siempre
- e) Siempre

***SEGUNDA SECCION:**

1. Autoimagen es:

- a) La autoimagen forma parte de la autoestima, que se caracteriza por la apariencia física en el ser humano.
- b) La inteligencia da los conocimientos y las habilidades para manejarlas.
- c) La aceptación positiva, de lo que se refleja a otros, que está basada en la apariencia personal y el cuidado que se tiene de sí mismo.
- d) Es un comportamiento social.
- e) No estoy seguro/a.

2. Autoestima es:

- a) La evaluación del auto concepto y procede de los sentimientos de la persona acerca de todo lo que es
- b) La evaluación del auto concepto y procede del físico de la persona acerca de cómo es
- c) Lo que uno hace, intención y decisión de actuar
- d) Lo que uno piensa, sus opciones y creencias
- e) No estoy seguro/a

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

- a) Autoestima alto

- b) Autoestima bajo
- c) Autoestima positiva
- d) Autoestima negativa
- e) No estoy seguro/a

4. Asertividad es:

- a) Una forma de comunicación la cual se sitúa entre la agresividad y pasividad.
- b) Tener sus propios valores, opiniones y creencias.
- c) Tener sus propias necesidades y que éstas sean tan importantes como las de los demás
- d) Cambiar de opinión, idea o línea de acción.
- e) No estoy seguro/a

5. 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
- d) Reconocer y alimentar las fortalezas intereses y habilidades de los jóvenes
- e) No estoy seguro/a

6. Liderazgo transaccional:

- a) También conocido como liderazgo delegativo, es un estilo de no intervención y falta de feedback regular.
- b) Permite que los líderes tomen decisiones y fijen las directrices sin la participación del grupo.
- c) Habitualmente llamado liderazgo participativo, este tipo de liderazgo se caracteriza por crear entusiasmo entre los miembros del grupo al priorizar la participación de todo el grupo.
- d) Se basa en transacciones, es decir, en procesos de intercambio entre los líderes y sus seguidores
- e) Emplean niveles altos de comunicación para conseguir los objetivos y aportan una visión de cambio que consiguen transmitir a los miembros del grupo.

7. Liderazgo democrático:

- a) También conocido como liderazgo delegativo, es un estilo de no intervención y falta de feedback regular.

- b) Permite que los líderes tomen decisiones y fijen las directrices sin la participación del grupo.
- c) Habitualmente llamado liderazgo participativo, este tipo de liderazgo se caracteriza por crear entusiasmo entre los miembros del grupo al priorizar la participación de todo el grupo
- d) Se basa en transacciones, es decir, en procesos de intercambio entre los líderes y sus seguidores
- e) Emplean niveles altos de comunicación para conseguir los objetivos y aportan una visión de cambio que consiguen transmitir a los miembros del grupo.

8. . Liderazgo autocrático:

- a) También conocido como liderazgo delegativo, es un estilo de no intervención y falta de feedback regular.
- b) Permite que los líderes tomen decisiones y fijen las directrices sin la participación del grupo.
- c) Habitualmente llamado liderazgo participativo, este tipo de liderazgo se caracteriza por crear entusiasmo entre los miembros del grupo al priorizar la participación de todo el grupo
- d) Se basa en transacciones, es decir, en procesos de intercambio entre los líderes y sus seguidores
- e) Emplean niveles altos de comunicación para conseguir los objetivos y aportan una visión de cambio que consiguen transmitir a los miembros del grupo.

9. Liderazgo laissez-faire:

- a) También conocido como liderazgo delegativo, es un estilo de no intervención y falta de feedback regular.
- b) Permite que los líderes tomen decisiones y fijen las directrices sin la participación del grupo.
- c) Habitualmente llamado liderazgo participativo, este tipo de liderazgo se caracteriza por crear entusiasmo entre los miembros del grupo al priorizar la participación de todo el grupo
- d) Se basa en transacciones, es decir, en procesos de intercambio entre los líderes y sus seguidores
- e) Emplean niveles altos de comunicación para conseguir los objetivos y aportan una visión de cambio que consiguen transmitir a los miembros del grupo.

10. Liderazgo transformacional:

- a) También conocido como liderazgo delegativo, es un estilo de no intervención y falta de feedback regular.
- b) Permite que los líderes tomen decisiones y fijen las directrices sin la participación del grupo.
- c) Habitualmente llamado liderazgo participativo, este tipo de liderazgo se caracteriza por crear entusiasmo entre los miembros del grupo al priorizar la participación de todo el grupo
- d) Se basa en transacciones, es decir, en procesos de intercambio entre los líderes y sus seguidores
- e) Emplean niveles altos de comunicación para conseguir los objetivos y aportan una visión de cambio que consiguen transmitir a los miembros del grupo.

11. El líder transformacional propende cambios por vías indirectas o directas a través de:

- a) Carisma
- b) Estimulación Intelectual
- c) Consideración Individualizada
- d) Motivación Inspiracional
- e) Todas

12. El carisma o influencia idealizada:

- a) Tienen alta autoestima, despliegan completa confianza en sus capacidades y convicciones, y hacen de esto un claro aspecto de su imagen pública, proyectando una presencia poderosa, confiable y dinámica.
- b) Hace referencia al despliegue, por el líder, de comportamientos que resultan ser modelos de rol para sus seguidores
- c) Tienen un fuerte sentido del deber y de la responsabilidad, siendo capaces de dirigirse internamente.
- d) Todas
- e) ninguna

13. En términos de la entrega de significados y desafíos a los seguidores esperando el espíritu de equipo, entusiasmo y optimismo, creando y comunicando expectativas se refiere a:

- a) Motivación inspiracional
- b) Estimulación intelectual

- c) Dirección de Significado
- d) Todas
- e) Ninguna

14. Estimulación intelectual

- a) Se entiende, que el líder trata a cada subordinado diferencialmente
- b) Se puede verse cuando los líderes transformacionales estimulan a sus seguidores para ser innovadores y creativos
- c) Tienen un fuerte sentido del deber y de la responsabilidad, siendo capaces de dirigirse internamente
- d) Todas
- e) Ninguna

15. Se basa principalmente en la lógica y el razonamiento, emplea el pensamiento objetivo, lineal y matemático.

- a) Estimulación intelectual orientada empíricamente
- b) Estimulación intelectual orientada existencialmente
- c) Estimulación intelectual orientada idealistamente
- d) Estimulación intelectual orientada racionalmente
- e) Todas

16. El líder orienta el análisis interpretativo de la situación en base a una visión pragmática. No intenta basarse fundamentalmente en la lógica, en lo humano ni en lo legal, sino propende una solución práctica, viable o económica

- a) Estimulación intelectual orientada empíricamente
- b) Estimulación intelectual orientada existencialmente
- c) Estimulación intelectual orientada idealistamente
- d) Estimulación intelectual orientada racionalmente
- e) Todas

17. El liderazgo debe tomar como idea fundamental que oriente las acciones una idea, un valor o un principio.

- a) Estimulación intelectual orientada empíricamente
- b) Estimulación intelectual orientada existencialmente
- c) Estimulación intelectual orientada idealistamente

- d) Estimulación intelectual orientada racionalmente
- e) Todas

18. El líder trata a cada subordinado diferencialmente, de acuerdo con sus necesidades y capacidades, en oposición a la figura de masificación o consideración anónima:

- a) Imagen de mentor
- b) Sensación de ser especial
- c) Visión grupal
- d) Trato personal
- e) Consideración individualizada

19. El líder no descuida el trato personal con sus seguidores, evitando exageraciones en la comunicación exclusivamente a distancia:

- a) Visión grupal
- b) Consideración individualizada
- c) Trato personal
- d) Imagen de mentor y siembra de reciprocidad
- e) Trato personal y sensación de ser especial

20. Es aconsejable para los líderes involucrarse, con prudencia y discreción, en los problemas personales de los seguidores dando una imagen genuina de interés y preocupación por la suerte de los trabajadores y sus familias:

- a) Visión grupal
- b) Consideración individualizada
- c) Trato personal
- d) Imagen de mentor y siembra de reciprocidad
- e) Trato personal y sensación de ser especial

***TERCERA SECCION**

1. Se le conoce como el paso de la niñez y la adultez.

- a) Adolescencia

- b) Niñez
- c) Pubertad
- d) Adultez
- e) No estoy seguro/a

2. Son los Cambios biológicos de la pubertad señalan el final de la niñez

- a) Desarrollo cognitivo
- b) Desarrollo motor
- c) Desarrollo físico
- d) Desarrollo humano
- e) No estoy seguro/a

3. Implica la maduración de las glándulas suprarrenales

- a) Gonadarquia
- b) Adrenarquia
- c) Andrógenos
- d) Hebbianas
- e) No estoy seguro/a

4. Implica la maduración de los órganos sexuales

- a) Androgenos
- b) Adrenarquia
- c) Gonadarquia
- d) Espermarquia
- e) No estoy seguro/a

5. La masturbación es:

- a) Un acto que produce daño mental y debilidad física
- b) Un acto que genera sensación de bien estar
- c) Un acto que causa malformaciones físicas en la zona genital
- d) Estimular los órganos genitales o las zonas erógenas con la mano o por otro medio para proporcionar goce sexual.
- e) No estoy seguro/a

6. **Respecto a las siguientes alternativas sobre las relaciones sexuales precoces, señala SI o NO según tu criterio:**
- a Pueden ser causas de embarazos no deseado.
 - b Constituyen un riesgo los traumatismos ginecológicos.
 - c Son una prueba de amor entre la pareja.
 - d Constituyen un gran problema familiar.
 - e Son mal vistas por la comunidad.
7. **Declara Sí, si estás de acuerdo, o No, si no lo estás, acerca de estos planteamientos sobre la adolescencia:**
- a Cuando una adolescente se embaraza no existe riesgo para ella y sí para el niño
 - b Es causa de anemia y riesgo de prematuridad.
 - c Si decidiera tener un hijo se lo comunicaría a mis padres.
 - d Puede generar ideas suicidas.
 - e Son causas de deserción escolar.
8. **Del siguiente listado de enfermedades, marca con una X cuál consideras una infección de transmisión sexual (I. T. S):**
- | | | |
|--|---|---|
| <input type="checkbox"/> Sífilis | <input type="checkbox"/> Infección VIH | <input type="checkbox"/> Infección urinaria |
| <input type="checkbox"/> Herpes simple | <input type="checkbox"/> Nasofaringitis | <input type="checkbox"/> Prostatitis |
| <input type="checkbox"/> Mononucleosis | <input type="checkbox"/> Tricomoniasis | <input type="checkbox"/> Blenorragia |
9. **Con relación al SIDA, marca con una cruz (X) los enunciados que consideres correctos:**
- a Es una enfermedad solo de homosexuales y drogadictos.
 - b Se ha demostrado que el virus que produce la enfermedad puede transmitirse por leche materna.
 - c Todos los líquidos corporales del enfermo pueden contagiar.
 - d El régimen de aislamiento de enfermos es ideal para no propagación de la enfermedad.
 - e El preservativo ha sido la “vacuna” más eficaz contra esta afección.
10. **Sobre métodos anticonceptivos responde, falso (F) o verdadero (v) según convenga:**
- a La abstinencia sexual y el coito interrumpido son formas de protección en las relaciones sexuales.
 - b El uso de inyecciones constituye un anticonceptivo permanente.
 - c El condón es un efectivo método anticonceptivo de barrera.
 - d Las tabletas son un método ideal para las adolescentes.
 - e La esterilización quirúrgica femenina o masculina son un tabú para muchas parejas.
11. **Tomar decisiones es:**
- a) Reconsiderar la decisión si es necesario
 - b) Considerar todas las opciones

- c) Proceso durante el cual la persona debe escoger entre dos o más alternativas.
- d) Cuando un individuo soluciona un problema
- e) No estoy seguro/a

12. Sobre las barreras de la sexualidad responde falso o verdadero según convenga:

- a_____ La distinción, exclusión o restricción de los derechos sexuales
- b_____ El anular el reconocimiento o el ejercicio de los derechos sexuales
- c_____ La presencia de diversas formas de discriminación que se presentan en nuestra sociedad.
- d_____ El rechazo y la desvalorización de la conducta homosexual
- e_____ El reconocimiento y ejercicio de los derechos sexuales

13.Cuál de los siguientes 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
- d) El derecho a Ser tratado con respeto y dignidad.
- e) No estoy seguro/a

14. ¿Cómo calificarías al estilo de tu vida?

- a) Muy bueno
- b) Bueno
- c) Normal
- d) Malo
- e) Muy malo

15. ¿Qué es un proyecto de vida?

- a) Un plan que una persona se traza para conseguir objetivos en la vida
- b) Es un proyecto que se va formando desde que somos pequeños
- c) Hacer una pausa y reflexionar sobre nuestras decisiones
- d) Un ejercicio de previsión y autovaloración
- e) No estoy seguro/a