



Benemérita Universidad Autónoma de Puebla

Facultad de Psicología

## **EDUCACIÓN SEXUAL SALUDABLE**

**Tesina presentada para obtener el Título de:  
Licenciada en Psicología**

Presenta:

Surya Viridiana Alvarado Justo

Asesor de tesina:

Mtro. Romualdo Pérez Limón

Lectores:

Mtra. Lania Sánchez Moranchel

Mtra. Guadalupe Janet Rojas Hernández

Abril 2018

## ÍNDICE

<b>Tema</b>	<b>Página</b>
Introducción.....	3
Objetivos.....	4
Análisis contextual.....	4
Análisis diagnóstico de necesidades.....	4
Marco teórico	
Actitudes ante el amor y el sexo.....	6
Como empezamos desde el nacimiento hasta los cinco años.....	6
Enseñar los nombres de las partes del cuerpo.....	8
Contestar preguntas.....	9
Educación sexual en la escuela.....	10
Metodología	
Educar para la convivencia.....	12
Cronograma de actividades.....	23
Taller "práctica sexual saludable".....	24
Taller "¿podemos hablar de sexo?".....	31
Taller " la sexualidad en los adolescentes".....	37
Propuesta.....	44
Bibliografía.....	45

## **Introducción**

Reconocemos que los padres siempre han sabido que era importante hablar con los hijos acerca del sexo. Sin embargo, siempre nos ha costado un gran esfuerzo. ¿Por qué sería? Pues bien, por una buena razón: la mayoría de nosotros nunca ha tenido un modelo por el que guiarse.

Nuestros padres no nos proporcionaron mucha información y, en consecuencia sentíamos que no nos era posible recurrir a ellos para que respondieran a nuestras preguntas. Aprendimos lo que necesitábamos de un modo u otro, y las cosas nos han salido bien, después de todo hemos engendrado a la generación siguiente, pero si bien esto es indiscutiblemente cierto, lo que cada generación perdió en ese proceso es la oportunidad de intimar en verdad, de desarrollar la confianza que vincula una generación con la otra y proporciona una inmensa riqueza.

La intimidad de la que hablamos ni puede darse en la enseñanza de las aulas, aunque la mayoría tienen una idea clara sobre la reproducción humana, Estarán en mejores condiciones que la madre de una histerectomía, pero que siguió preocupada por prevenir futuros embarazos. La pobre madre de nuestra amiga no había relacionado la extirpación de su útero con su capacidad para procrear. Tenía seis hijos y había terminado los estudios secundarios. Por cierto, ni su madre ni su colegio fueron de gran ayuda en los que respecta a la información sobre la reproducción. Pero ahora, en la mayoría de las escuelas se imparte educación sexual, de modo que cualquier estudiante que ha terminado la secundaria tendrá un conocimiento mayor sobre el tema.

Que la madre de nuestra amiga. ¿Que nos queda hacer a nosotros, los padres? Lo que nos queda a nosotros, como padres, es la oportunidad de crear la confianza y la intimidad con nuestros hijos. En una edad en la que el abuso sexual de los jóvenes es un hecho reconocido, y el embarazo en adolescentes, las enfermedades venéreas forman parte de la cruda realidad, es sumamente importante que hablemos a nuestros chicos y chicas sobre el sexo y sus peligros, y sobre el amor, no solo para su propia información y seguridad, sino por que deseamos establecer con ellos una relacionan que muestre bien a las claras que pueden confiar en que los padres estarán a su disposición, siendo para ellos un

apoyo y un gran recurso al que podrán acudir si se le enfrentan con distintos problemas o decisiones.

### **Objetivo:**

- 1.- Desmitificar los tabúes respecto a la sexualidad en adolescentes.
- 2.- Conocer la aproximación de posibles variables que puedan estar influyendo en el comportamiento sexual de la sociedad que no les permita una sexualidad saludable.
- 3.- Brindar información acerca de la higiene sexual, métodos anticonceptivos para la prevención del embarazo así como resolución de dudas.

### **Análisis contextual**

Las necesidades detectadas en la población poblana, fueron diagnosticadas gracias al análisis de observación y a estadísticas del embarazo adolescente donde se comprobó que existe un alto índice de mujeres adolescentes embarazadas, lo cual genera un serio problema en la seguridad social por el bajo o casi nulo empleo. Y no sólo ponerle solución al embarazo adolescente sino también mejorar la calidad de vida sexual.

### **Análisis diagnóstico de necesidades**

Este análisis se hizo en base a las necesidades que se detectaron en la ciudad de Puebla, los temas elegidos y en función al programa de educación sexual saludable de la facultad de Psicología BUAP que fueron desempeñados en la misma, se hizo una investigación a través de un análisis contextual utilizando el método de la observación y estadísticas de embarazos adolescentes, posterior a eso se indagó y analizó a manera profunda, resultando una hipótesis de que los padres no tienen conocimientos básicos necesarios, científicos, verídicos y/o estandarizados de la sexualidad humana. Generando tabúes a sus hijos, una vez conociendo el contexto en el que se tiene que desempeñar nos enfocamos en la

prevención, a través de un trabajo con adolescentes y padres para que de esta manera se eviten muchos incidentes en proyectos de vida.

## **Marco teórico**

Las actitudes ante el amor y el sexo

Empezaremos con las convicciones y normal sexuales. Las podemos denominar filosofía sexual. Le proponemos que se enfrente con sus propias ideas sobre el sexo de modo que permita comunicar sus convicciones a sus hijos términos sencillos y directos. Si puede plasmar sus ideas en palabras, alcanzará una mayor comprensión de ellas y será sus ideas en palabras, respondiendo constructivamente a las cuestiones conflictivas que le plantean los chicos con frecuencia (Somers y Somers, 1991).

Como empezamos desde el nacimiento hasta los cinco años

¿Cuál es la edad conveniente para empezar a hablar a mi hijo sobre amor y sexo? ¿Qué es lo que debería decirle a mi hijo acerca del amor y el sexo?

Estas son preguntas sensatas que se hacen con frecuencia los padres responsables. Muestran sorpresa cuando les decimos: "Bueno ya le has dado información . Empezaste el día en que naciste". Verdaderamente así es. Cuando nació su hijo seguramente dijo: "Oh, qué alegría, es una niña" o quizás "¡Oh, qué alegría, es un niño!" Tan pronto como vio a su bebé le hizo saber de qué sexo era. Esa es una información sexual/identificación de género. Desde luego, el Bebé no puede comprenderlo, pero, como padres, ya empezaron el proceso de denominación e identificación de la forma más natural (Somers y Somers, 1991).

La identificación y la explicación son las intelectuales mediante las cuales los padres enseñan a los hijos lo que deben saber respecto del sexo. Pero hay otra clase de información que usted proporciona a sus hijos desde el momento en que nacen, que debe tomar en cuenta. La información que deriva de su actitud es tan importante como la objetiva y podemos decir que también se inicia en los primeros momentos de la vida. Cuando sostiene tiernamente a su hijo y lo besa, meciéndolo, abrazándolo y haciéndole fiestas, le demuestra que sostener, tocar y besar son todas cosas agradables. A los bebés nunca se los mecerá y se los besará lo suficiente. Nada hay más tranquilizador que un abrazo y un beso para los pequeños. Piense en aquellos actos rutinarios que realiza sin pensar (Somers y Somers, 1991).

Somers y Somers (1991) decía:

-Usted también le enseña que ser afectuoso es una señal de respeto y amor. Cuando llegan o se van parientes o amigos, las primeras instrucciones a los pequeños son probablemente: "Dale un beso a la abuela y al abuelo", abraza a tu tía" y así sucesivamente. Luego, si como padres se cogen la mano, se abrazan y besan delante de los niños y se sonríen mutuamente, refuerzan la idea de que amar y tocarse son cosas maravillosas y naturales. Al observarlos, sus pequeños aprenden que tocar y besar forman parte del proceso de amar y que, así como es agradable recibir, es importante dar. Aprenden que amar le gusta a cualquiera. Al menos a aquellos a quienes ellos abrazan y besan y que los animan a hacerlo. "Oh, precioso, ¡cómo te quiero!", dice cualquier padre o abuelo sintiéndose dichoso al recibir algunos abrazos y besos empalagosos".

Otro tipo de información sexual que se inicia en el momento de nacer es la que proporciona el bebé. Los bebés nacen con un impulso sexual, un impulso no tan desarrollado como el de comer y dormir, pero un impulso que no obstante, podemos observar (Somers y Somers, 1991)

Sabemos, por ejemplo, que los bebés varones pueden tener erecciones al nacer o poco después; que los niños a veces se masturban antes de los tres años de edad; que a esta edad se dan cuenta instintivamente de la sensación agradable que experimentan al tocarse el pene o clítoris a diferencia de la que sienten cuando se tocan el codo o la rodilla. Así vemos que no es extraño ver a niños de un año o más apretar fuertemente su escroto por placer y por seguridad. Desde que nacen, pues, los bebés nos muestran que saben algo acerca de su cuerpo, del que realmente disfrutaban mucho (Somers y Somers, 1991).

Algunos padres se quedan perplejos cuando encuentran a sus pequeños apretando sus genitales en público. Y, por supuesto, resulta bastante desconcertante cuando, por ejemplo, se han vestido a los niños para un retrato familiar y usted encuentra a su pequeño listo para ser registrado para la posteridad ¡con su manita asiendo firmemente su escroto!. ¿Qué hacer ante este hecho? En general, distraerlo o sustituir el objeto de su interés en lugar de formar un cisco. Dale un juguete favorito para que lo mantenga (Somers y Somers, 1991).

## Enseñar los nombres de las partes del cuerpo

Como padres debemos proporcionar una información específica sobre el sexo a nuestros hijos; a través de todas las edades, como parte de su educación. A los niños le gusta aprender tienen curiosidad por todo y les encanta recibir información. Un tipo de información sexual que podemos proporcionar a nuestro pequeño es enseñándole los nombres de las partes de su cuerpo. Al mismo tiempo que empezamos a identificar y a enseñar los nombres de los ojos, orejas, piernas y brazos, podemos incorporar los pezones, el pene, los testículos, la vagina y ano. Observe: le sugerimos utilizar los términos técnicos. Así como usted no se ofrecería en buscar un nombre sustituto para el cuello o la nariz, ¿por qué tiene que sustituir con otro nombre el pezón? Todas las partes del cuerpo son maravillosas y su hijo debería alegrarse de saberlo; deberíamos hacer que se sintiese orgulloso de cualquier pedacito de su cuerpo y aprendiera a usarlo bien y en forma inteligente. Los niños tienen cuerpo y aprender a usarlo bien y en forma inteligente (Somers y Somers, 1991).

Somers y Somers (1991) mencionaban que:

Los niños pequeños, de dos y menos años, se contentan solo con los nombres. A medida que los niños adquieren mayor capacidad verbal les gusta saber que función tienen esos órganos. Y del mismo modo que le explica que los ojos sirven para ver y los oídos para oír, debería decirle que los penes son para orinar y para ayudar a hacer bebés, los pezones para producir leche y los anos para los movimientos intestinales. Alrededor de los cuatro años la mayoría de los niños debería conocer esos órganos y sus funciones. Una madre lactante tiene una oportunidad maravillosa para demostrar y explicar la función del pecho y del pezón y de leche a su pequeño hijo/a. Por lo general, una niña trata de amamantar a su muñeca. Eso es normal y adecuado. Es así como los niños hacen suyo lo que ocurre a su alrededor. Su interés durara un rato; luego pasaran a alguna otra cosa.

Como los padres saben, es necesario repetir la información dirigida a los niños pequeños. No basta con una sola vez. Recuerde cuantas veces le enseñó a su pequeño a situar su nariz, ojos y orejas. Igual sucede con el aprendizaje de las partes sexuales del



cuerpo. La hora del baño es un momento adecuado para reforzar su conocimiento de las partes del cuerpo. Podría decir, por ejemplo: "¡qué grande te estás haciendo! tus brazos crecen, enséñame tus brazos. Tus dedos son cada día más largos, muéstrame tus dedos. Tus ojos no se han vuelto más grandes, pero ven muchas cosas (Somers y Somers, 1991).

#### Contestar preguntas

Para Somers y Somers (1991) era importante lo siguiente:

Es un hecho que los niños a esta edad están más preocupados por sus amistades y grupos organizados a los que pertenecen, de excursionismo, deportivo, etc. que por su propio cuerpo, aunque no significa que han perdido el interés en ellos, ni en las funciones corporales; la televisión y los amigos se ocupan de mantenerlo vivo.

#### Ser buen oyente

- No traicione las confianzas
- Trate de ser natural
- No interrumpa y no sea impaciente
- No humille a su hijo
- No se enoje con su hijo si usa un lenguaje que le resulta ofensivo.

Si su hijo le formula una pregunta en un momento inadecuado, dígame que con gusto volverá sobre el asunto, y después asegúrese de hacerlo.

Para que los niños y las niñas continúen su desarrollo con un sentido de seguridad y confianza es necesario responderles y mostrarles muchas cosas, como por ejemplo, aclararles dudas acerca del nacimiento de los bebés.- para atender a las preguntas de los niños acerca de la sexualidad humana, no existen formulas ni recetas.-

- Es muy importante entender con claridad la pregunta del niño
- No debemos tener miedo de decir que no sabemos algo.- El niño, la niña agradecerán la confianza y de paso, no tendremos que inventar respuestas absurdas.
- Es conveniente responder con sencillez.- Evitemos los discursos doctorales.-

- Es conveniente explicar las cosas con palabras
- Nunca perdamos la comunicación con el niño.- Para ello mantengamos un clima de tranquilidad, confianza, distensión y afecto, mucho afecto...

A los niños suele causarles mucha curiosidad el parto. No es difícil responder a sus preguntas cuando nos sentimos seguros de la respuesta, cuando la damos de manera sencilla, cálida y tranquila.- los niños pueden preguntar algo así como "por la vagina de la madre, que es muy elástica y se agranda para que el bebé pase".- tal vez nos gustaría ilustrar con una fotografía o grabado, pero no siempre son fáciles de conseguir y muchas de ellas muestran una escena que evoca cosas desagradables (como enfermedad, sufrimiento, dolor).- si no encontramos una ilustración del parto, visto como una experiencia grata, que ambos padres comparten, podemos construir un material sencillo para aclarar las preguntas de los niños en el que al menos quede claro el mecanismo del parto (Somers y Somers, 1991).

#### Educación sexual en la escuela

Es evidente que, la idea de la ciencia y el saber cotidiano no compaginan en tanto las instituciones educativas no hagan un trabajo intencionado que les permitan lograr la articulación deseada. La escuela se queda, en ocasiones, en zonas periféricas de la formación sexual, en elementos de la biología humana o la información sobre las enfermedades de transmisión sexual lo que posibilita la respuesta adecuada a las problemáticas juveniles. Muchos de los adolescentes que han recibido educación sexual, permanecen con grandes vacíos formativos. (Comunidad de jóvenes maristas, 2007). "Así mismo consideran que las instituciones educativas se centran únicamente en tópicos relacionados con la filosofía, valores y conceptos superficiales, sin considerar casos cotidianos que puedan servirles como espejo o marco de referencia". (Mejía, 2000).

Esta realidad hace que los jóvenes rechacen muchas de las actividades que las instituciones les presentan para abordar ese tema, al igual que no las consideran, en muchas ocasiones, válidas y aplicables. Incluso se podría decir que los jóvenes no desean que sólo se les siga informando sobre masturbación, uso de anticonceptivos, enfermedades de transmisión sexual, relaciones sexuales, embarazo; están aburridos que tanto los padres como los maestros siempre repitan lo mismo, anhelen más bien sobre el amor.

Ante la necesidad manifestada por los jóvenes de tener una buena preparación, de llegar a ser conscientes y responsables de su sexualidad, la mayoría de ellos consideran que requieren más información sobre ella. Una tendencia similar se registra en cuanto a la necesidad de información sobre los métodos anticonceptivos. “La información con la que cuentan se encuentra matizada en gran medida por creencias erradas que pueden ser potenciales y fuertes obstáculos al cuidado efectivo de la salud sexual y reproductiva en la población juvenil” (Mejía, 2000).

## **Metodología**

### Educar para la convivencia

Según el foro calidad y libertad en la enseñanza en su obra educar para la convivencia (s.f) encontramos que: " La convivencia no es la mera ausencia de violencia. La convivencia es resultado y expresión de múltiples factores, como son la comunicación, el diálogo, la cooperación, el respeto mutuo, etc" (p. 4-6)

### Apostamos por la escuela como marco ideal para educar en la convivencia

El foro calidad y libertad en la enseñanza (s.f) hace mención de que "La escuela y la familia, como espacios de socialización, educan en modos determinados de convivir, relacionarse y cooperar con los demás. La convivencia es el termómetro de la marcha de un centro educativo" (p. 4-6)

### ¿Qué está pasando en la escuela?

Según el Foro calidad y libertad en la enseñanza (s.f) "Esta pregunta comprende múltiples interrogantes de difícil respuesta, más aún si con dichas respuestas se pretende encontrar medios más adecuados para poner remedio a las deficiencias que detectamos y elevar los niveles de calidad educativa" (p. 6)

### Algunos indicadores

El foro calidad y libertad en la enseñanza (s.f) aseguro:

Sabemos que existen ciertos indicadores que informan, detectan y llaman la atención sobre lo que está sucediendo ante cualquier cuestión (p.6)

Resaltamos tres indicadores que reflejan la falta de convivencia que padecen muchos centros:

- Manifestaciones violentas y deterioro de la convivencia en el ámbito escolar.
- Problemas de disciplina.
- Desmotivación y falta de criterios comunes del profesorado (Foro calidad y libertad en la enseñanza, s.f, p. 6)

Los cambios del entorno son agentes que configuran el comportamiento

Según El foro calidad y libertad en la enseñanza (s.f) afirma:

La sociedad actual vive en vertiginoso cambio y por ello en ocasiones nos resulta difícil llegar a comprenderla. Nos vemos impulsados a construir nuestra existencia cotidiana en torno a tensiones constantes entre polos opuestos y complementarios. La persona se ve inmersa en esta sociedad y se siente a la vez sujeto activo y pasivo de la misma. El proceso de transformación que sufre es consecuencia de los cambios culturales, científicos, políticos y económicos que afectan, significativamente, a las personas, y con más fuerza todavía a los jóvenes, tanto en su escala de valores, como en sus formas de vida (p. 11)

Asistimos expectantes a una vertiginosa fragmentación de la realidad, donde la subjetividad y la estandarización llevan a relativizar casi todo hasta resultarnos difícil saber qué se quiere, qué se persigue o por qué se lucha. Nuestra sociedad crea una necesidad imperiosa de poseer cosas y de vivir de sensaciones generando unas categorías morales como que la persona vale por lo que tiene o, que lo “joven” supera con mucho a la experiencia. Es decir, nos vemos inmersos en una sociedad caracterizada por el relativismo moral, el materialismo, el subjetivismo, el hedonismo, el preceptismo, el vacío de valores y la crisis de la familia (FCLE, s.f, 11).

En la cultura europea actual se aprecian signos que la caracterizan como aconfesional, poscristiana, posmoderna y posindustrial. En un marco cada vez más pluricultural afrontamos la necesidad de alcanzar altos índices de convivencia, tolerancia, participación, respeto y encuentro de mentalidades y culturas. Racismo y xenofobia son fenómenos cada vez más presentes y preocupantes (FCLE, s.f, 11).

Las comunicaciones aceleran la dependencia de la cultura de la imagen

El Foro calidad y libertad en la enseñanza (s.f) añade que:

Otra característica que define nuestro tiempo es el tecnocentrismo que casi con un carácter absoluto conduce a un determinismo tecnológico, tan influyente en el ser humano y su cultura. Desde esta perspectiva, podemos asegurar que la tecnología imperante puede dotar a ésta de tal poder que las realidades humanas y la cultura se vean afectadas y, en muchos casos, moldeadas por la misma tecnología valorando exclusivamente lo útil y lo inmediato (p.12).

A diario nos enfrentamos a miles de palabras e imágenes, a través de televisiones, carteles, radios, internet. La aceleración ha conquistado la vida, y la velocidad nos está arrebatando la capacidad de reflexión, disminuyendo el necesario espacio para la personalización. Sabemos de la dependencia que niños y adolescentes tienen de ciertos medios de comunicación. En algunas ocasiones éstos son factores que repercuten negativamente en su educación. Los mensajes mediáticos, basados en lo sensorial y emocional impregnan la vida sin necesidad de ser asumidos racionalmente (Foro calidad y libertad en la enseñanza, s.f, p. 12).

Lo audiovisual favorece la cultura global atomizada y fragmentaria, lo que hace que, a la larga, desaparezcan en la conciencia de las personas las cosmovisiones o imágenes integrales de la realidad. Esto está llevando, en bastantes ocasiones, a que la comprensión de la persona humana sea más intuitiva que reflexiva, más sentida que descubierta, más manipuladora que libre (Foro calidad y libertad en la enseñanza, s.f, p. 12).

La cultura de la imagen se ha impuesto a la cultura de la palabra. Las reacciones que tienen los personajes mediáticos, ya sean violentas o amorales, quedan como imágenes modélicas

de comportamiento. Es decir la persona ha cambiado más por el hecho televisivo que por lo que dice la televisión y educa no de una manera clara sino de forma manipuladora, tanto para el bien como para el mal (Foro calidad y libertad en la enseñanza, s.f, p. 12).

En ella, se induce a los jóvenes a actitudes y comportamientos de agresividad, a través de los programas que exhiben violencia y acciones agresivas. Las situaciones violentas aparecen en la pantalla como la mejor manera de resolver los pequeños o grandes conflictos, lo que provoca en todo un modo sacral de reaccionar ante las dificultades. La violencia es uno de los modos de respuesta canonizados por las imágenes transmitidas en el cine y la televisión. Estos modos de aprendizaje provocan en muchos jóvenes rechazo a todo lo que supone esfuerzo y cultivo de la voluntad rechazando el crecimiento en los saberes, normas, actitudes, que no se realizan con la inmediatez de lo tecnológico, sino que por el contrario sabemos que son frutos de la reflexión, la comprensión, la asimilación (Foro calidad y libertad en la enseñanza, s.f, p. 13).

#### Bienestar emocional

El foro calidad y libertad en la enseñanza (s.f) menciona que:

El modelo no constructivo: Frialdad interpersonal basada en la efectividad La convivencia se rompe cuando las personas dejan de sentir que pertenecen a un grupo humano o comunidad, cuando se sienten ignoradas, minusvaloradas o apartadas (p. 21)

Herramientas intermedias: Entrenar las habilidades emocionales Desde que Daniel Goleman acuñara el término de “inteligencia emocional” todos asumimos que ésta es la clave de calidad de muchas empresas e instituciones, así como el atractivo y autorrealización de las personas. Más aún, descubrimos que esta inteligencia se puede aprender. Proponemos, pues, que se articulen vías que incorporen de forma curricular la educación afectiva y la comunicación de sentimientos (Foro calidad y libertad en la enseñanza, s.f, p. 21).

¿Qué hacer desde el equipo directivo?

En el foro calidad y libertad en la enseñanza (s.f) se menciona que:

El promover momentos que fomenten el trato personal: cenas, celebraciones, excursiones. No es bueno organizarlo todo, pero sí dar pie a que haya detalles personales, que sirvan de excusa para un mayor contacto interpersonal. Crear un clima de confianza, que se construya mediante la valoración positiva explícita, verbal y no verbal de los miembros del claustro. Olvidar la idea de que insistir en los defectos y fallos va a hacer que las personas trabajen más (p. 21).

¿Qué hacer desde el claustro?

Crear un ambiente cálido, cercano, donde las personas se sientan a gusto y con libertad para abordar proyectos y problemas sin miedos y recibiendo un claro respaldo y confianza. Cuidar los lugares y momentos de comunicación. Es importante ambientar un sitio con personalidad, amplio, cómodo y accesible que invite a que los educadores puedan encontrarse en los descansos y momentos del café, lejos del ritmo académico (Foro calidad y libertad en la enseñanza, s.f, p. 21)

¿Qué hacer dentro y fuera de la tutoría?

El dominio de las habilidades emocionales es tan importante como los conocimientos académicos, para encontrar un trabajo, para ser feliz en una familia y para conseguir metas personales. Las habilidades emocionales no se explican en la pizarra, ni con los libros, se aprenden viviendo situaciones cotidianas, escenificando papeles, comunicando sentimientos, comprendiendo estados de ánimo en canciones, textos o películas (foro calidad y libertad en la enseñanza, s.f, p. 22)

Según la opinión del foro calidad y libertad en la enseñanza (s.f) se dijo:

¿Qué hacer en la familia? Dar seguridad y confianza a los hijos. Ayudar a pensar en positivo. Evitar las presiones emocionales y los chantajes. No dar pie a la desconfianza que se refleja en detalles como espiar sus cosas personales, agendas, mochila o habitación (p. 22)



## Comunicación y retroinformación

**Modelo no constructivo: Opacidad informativa** La ocultación de información es necesaria en determinados momentos y puede repercutir positivamente en quien la ejerce. Pero sus beneficios son ridículos en comparación con el daño que causa a la convivencia. Con frecuencia se convierte en instrumento de poder y de presión que produce desorientación y marca una filosofía que anula cualquier intento de implicación de profesores, familias y alumnos en la comunidad (Foro calidad y libertad en la enseñanza, s.f, p. 22)

**Herramientas intermedias: Entrenar las habilidades de comunicación** La comunicación es uno de los principales criterios de calidad. La sociedad, las empresas y las instituciones piden personas que sepan comunicar. La ausencia de esta materia en el currículo escolar es preocupante. La escuela sí es un lugar donde poder aprender estas habilidades (foro calidad y libertad en la enseñanza, s.f, p. 22-23)

¿Qué hacer desde el equipo directivo?

Potenciar la comunicación interna. Hacer previsiones a largo plazo e informar ampliamente a los profesores sobre los proyectos a la vista. No ocultar cuestiones laborales, tales como contratos, despidos o datos económicos. Facilitar gestiones para buscar recursos materiales y humanos para conferencias, celebraciones o tutorías. Recoger las quejas o sugerencias del personal (foro calidad y libertad en la enseñanza, s.f, p. 23)

¿Qué hacer dentro y fuera de la tutoría?

Dedicar en nuestras programaciones mucho tiempo a entrenar determinadas habilidades: cómo saludar, cómo iniciar y mantener una conversación, cómo vender una iniciativa, cómo persuadir. Una sencilla y preciosa forma de aprender a comunicar es trabajar desde Educación Primaria con cuentos, para que los niños y niñas vayan adquiriendo las formas narrativas de expresión (foro calidad y libertad en la enseñanza, s.f, p. 23).

¿Qué hacer en la familia?

Buscar tiempos de comunicación donde esté presente toda la familia y contarnos los pequeños éxitos, fracasos, necesidades, proyectos y sueños. Sugerencia: cenar todos los días juntos, con la televisión apagada donde se comenten las anécdotas del día (foro calidad y libertad en la enseñanza, s.f, p. 24).

Toma de decisiones

Analizando al foro de calidad y libertad en la enseñanza (s.f) se menciona que:

Otro enemigo de la convivencia se aloja en el malestar que produce sentirse “ninguneado” en la comunidad educativa. Es imposible sentirse implicado y responsable cuando uno no es tenido en cuenta para tomar las decisiones (p. 24).

Herramientas intermedias: Delegar responsabilidades en niveles múltiples El afán de perfeccionismo nos hace sentir miedo a dejar que otros lleven a cabo tareas de las que no sabemos si sabrán responder. Saber delegar debe ser un pilar para construir el concepto de comunidad y por lo tanto el de convivencia. Las responsabilidades que se asignen sólo servirán cuando lleven el respaldo de la confianza y la autonomía suficiente para tomar decisiones propias en el terreno que se haya delimitado (foro de calidad y libertad en la enseñanza, s.f, p. 24)

¿Qué hacer desde el equipo directivo? Incentivar los cargos y responsabilidades intermedios. Fijar objetivos a corto y medio plazo y hacer un seguimiento de los mismos. Es decir, confiar, pero no hacer dejación, sino acompañar y dar importancia y significado a las reuniones y a las decisiones tomadas en los equipos de trabajo (foro de calidad y libertad en la enseñanza, s.f, p. 24)

¿Qué hacer dentro y fuera de la tutoría?

Tomar compromisos por escrito, que tengan topes temporales y que sean evaluados y revisados. Hacer que los alumnos y alumnas tengan iniciativas, busquen información, pregunten y se sientan “robinsones”. Procurar que no sea el delegado de clase el que aglutine todas las responsabilidades. Se pueden nombrar delegados para la pizarra, las

persianas, para organizar excursiones, para contactar, informar y animar a compañeros enfermos... (Foro calidad y libertad en la enseñanza, s.f, p. 25).

¿Qué hacer en la familia?

El foro calidad y libertad en la enseñanza (s.f) menciona que:

Entender que la colaboración en las tareas de casa no tiene sólo el objetivo de descargarse de trabajo, sino un fuerte sentido educativo. Favorecer, desde pequeños, la toma de decisiones y la elección de alternativas en cosas concretas: ropa, comidas, horarios de diversión, de tele y de trabajo, viajes o excursiones de familia, uso del dinero personal, amigos (p. 25)

Herramientas intermedias: Descubrir las necesidades y conectar con los intereses El descubrimiento del cliente ha sido el mayor logro de los programas de calidad de empresa. Preferimos hablar de receptor o de personal, entendiendo la educación como un acto comunicativo. Sólo se asimila aquel conocimiento que se asocia a otro que ya existe en nosotros. Partir de las necesidades e intereses es el principio del aprendizaje significativo, como otra forma de educar para la convivencia (foro calidad y libertad en la enseñanza, s.f, p. 25)

¿Qué hacer desde el equipo directivo?

Retroinformarse sobre el grado de satisfacción del claustro, alumnado y familia. Hacerlo sobre puntos concretos, evitando juicios y generalizaciones. Toda evaluación tiene sentido si está construida para tomar decisiones, si no es mejor no hacerla (foro calidad y libertad en la enseñanza, s.f, p. 26)

Diversidad

Modelo no constructivo: Uniformidad Ignacio Ramonet crea el concepto de “pensamiento único” para denunciar las estrategias de estandarización, homogeneización y uniformización que despliega nuestra cultura. Ramonet mira sobre todo hacia la economía, pero los resultados del pensamiento único se reflejan en otros ámbitos: las mismas

películas, series televisivas, informaciones, canciones, eslóganes, ropa, urbanismo, etc (foro calidad y libertad en la enseñanza, s.f, p.33).

Herramientas intermedias: Confiar en la autonomía de las personas Salirse del modelo educativo de la uniformización tiene su coste, surgen nuevos problemas cada día y las respuestas no están estandarizadas. La mejora de la convivencia, de la participación y de las iniciativas son fruto de la confianza en la singularidad y en las aportaciones únicas de cada persona. Eso sí, aumentará el jaleo, el ruido, el desorden. Habrá que ver qué entendemos por convivencia (foro calidad y libertad en la enseñanza, s.f, p.33).

¿Qué hacer desde el equipo directivo?

La clave vuelve a ser “delegar”. Por ejemplo, al organizar una jornada temática sobre Europa, sobre el Tercer Mundo o sobre la lectura, se potencia la diversidad delegando totalmente en una persona o en un equipo, en lugar de dar directrices explícitas o implícitas (foro calidad y libertad en la enseñanza, s.f, p. 34).

¿Qué hacer desde el claustro?

Una doble línea: hay que convencerse de que los proyectos educativos son imprescindibles. Hay que potenciar la sistematización de unos objetivos comunes a medio y largo plazo. Por otra parte no hay que confundir que todos desarrollemos un proyecto educativo con que todos hagamos las mismas cosas del mismo modo. Hay que potenciar que cada educador y cada persona tenga unas formas, métodos y preferencias originales y particulares, que respeten a los demás y que también sean respetados. Hablamos otra vez de iniciativas chocantes y desacuerdos, que vemos que se vuelven imprescindibles si queremos educar en la diversidad (foro calidad y libertad en la enseñanza, s.f, p. 34)

¿Qué hacer dentro y fuera de la tutoría?

Convertir el aula y la tutoría en un foro para compartir vivencias personales, y para intercambiar mundos culturales (por ejemplo, lecturas, tipos de música, películas, viajes soñados). Hacer esto con la finalidad educativa de aprender a reconocer la diversidad personal y cultural, de cara a romper algunos clichés uniformados (foro calidad y libertad en la enseñanza, s.f, p. 34).

¿Qué hacer en la familia?

La diversidad de edades, ocupaciones, intereses y horizontes es una de las riquezas que podemos encontrar en la familia. Atender y potenciar la originalidad de cada uno, comunicar y compartir la vida de casa y las inquietudes del entorno ayuda a la convivencia. Ahí entran los regalos, las lecturas, los menús, las fiestas, alegrías y dolores, biorritmos y experiencias. Todos esto son plataformas de diversidad y convivencia (foro calidad y libertad en la enseñanza, s.f, p. 35).

Libertad y respeto

Para el Foro de calidad y libertad para la enseñanza la libertad y respeto (s.f) pertenece a un:

Modelo no constructivo: La perfección como ideal Estamos hablando de uno de los modelos educativos más empleados en la historia de la humanidad. Hoy el cociente intelectual, la experiencia, la abstracción, el bagaje de conocimientos académicos han dejado de ser la clave. Dicen los expertos que el 67% de las habilidades necesarias para el desempeño eficaz de una tarea y para desenvolverse en la vida son de índole emocional (p. 35).

Herramientas intermedias: Fomentar el debate y la discusión Si hablamos de educar en y para la convivencia las habilidades de comunicación para participar, debatir y discutir se convierten en las principales herramientas que tenemos que fomentar (foro calidad y libertad en la enseñanza, s.f, p.35).

¿Qué hacer desde el equipo directivo? Potenciar los puntos de vista que sean distintos sobre cualquier cuestión. Esto siempre será más enriquecedor que el silencio o la omisión. ¿Qué hacer desde el claustro? Evitar que nuestros proyectos educativos estén encaminados a perseguir la perfección. No podemos conseguir los mismos objetivos, con los chicos de distintos años, con distintos profesores, en distintos momentos foro calidad y libertad en la enseñanza, s.f, p. 35).

¿Qué hacer dentro y fuera de la tutoría? El aula es un foro idóneo para crear, animar y proponer coloquios interesantes por los temas que se traten, e interesantes sobre todo por ser un campo para aprender habilidades de comunicación y para aprender las reglas básicas del juego de la convivencia. ¿Qué hacer en la familia? Los tutores pueden trabajar con los padres de su tutoría en varias sesiones sobre la importancia de las discusiones en familia, y aprender técnicas para proponer más participación. Discutiendo los hijos aprenderán a comunicarse, a emitir opiniones, a defender criterios ante otros distintos y a escuchar (foro calidad y libertad en la enseñanza, s.f, p. 36)

¿Qué hacer desde el equipo directivo? Incentivar a los educadores que sean los abanderados de estos grupos difíciles y con dificultades. No hablar del sexo de los ángeles, presionar a la Administración para conseguir más recursos económicos, más profesores de apoyo, más medios materiales. Esta es la regla de tres más simple de la pura profesionalidad si de verdad se quiere atender a la diversidad (foro calidad y libertad en la enseñanza, s.f, p. 37).

¿Qué hacer desde el claustro? Desestimar la costumbre de muchos centros de “invitar a abandonar el centro” a aquellos alumnos que, aunque hayan estado largos años en el centro, ahora presentan problemas porque suspenden demasiado, tienen amigos peligrosos, siempre incordian en clase y no trabajan. Estos alumnos no se apartan del sistema, sino que sufren nuestra pereza porque ellos suponen mucho más trabajo (foro calidad y libertad en la enseñanza, s.f, p. 37).

¿Qué hacer dentro y fuera de la tutoría? El mayor problema de algunos alumnos marginados es que simplemente son distintos, nada más. La forma más típica de reforzar esta marginación es educar por omisión, es decir por ausencia de contacto, más aún de caricias. Por lo tanto un objetivo mínimo es contactar con estos alumnos, aunque sólo sea con la mirada (foro calidad y libertad para la enseñanza, s.f, 38)

¿Qué hacer en la familia? En la película titulada “Hoy empieza todo”, se ve la importancia de reconciliar a las familias con el centro, de buscar afinidades. Debemos intervenir con cautela y con un cariño infinito, para poder ser claros y abordar los problemas con realismo y buscar soluciones donde el objetivo primero sea el alumno (foro calidad y libertad en la enseñanza, S.F, p. 38).

### Cronograma de actividades

Los talleres de educación sexual saludable fueron planificados a través de un cronograma de actividades, mismos que fueron desempeñados en la facultad de psicología BUAP los meses de agosto, Septiembre y Octubre del 2016 así como se muestra en la fig. 1.1

En cada uno de los talleres no se lograron del todo los objetivos, pero se pudieron obtener otros temas que también a los asistentes interesó, esto dio pie a la propuesta de abrir más espacios para estos temas y, en algunos casos ampliar la información y enriquecerla.

Dado el caso de abrir talleres informativos que sirvan de orientación, se promueve esta propuesta en la Facultad de Psicología como medio de expresión y orientación, ya que los estudiantes de psicología son los que en el futuro se desempeñarán como orientadores en la salud y no solo mental.

Mes	Otoño 2016											
	Agosto				Septiembre				Octubre			
Semana	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
Taller: Práctica sexual saludable												
Taller: Hablemos de sexo												
Taller: Sexualidad en adolescentes												

(fig.1.1)

## TALLER PRÁCTICA SEXUAL SALUDABLE



fig. 1.2

Los asistentes, fueron invitados a través de propaganda (fig. 1.2) difundiendo en redes sociales y carteles pegados en pasillos de preparatorias de la BUAP y facultad de psicología BUAP, así como también abierto al público en general.

A continuación, se muestra la carta descriptiva que se realizó en este taller de "práctica sexual saludable" esclareciendo las actividades junto a sus objetivos.



**Programa:** Educación sexual saludable

**Coordinadora del taller:** Surya V. Alvarado Justo

**Fecha:** 26 de agosto del 2016

**Título del taller:** práctica sexual saludable

<b>Técnica</b>	<b>Objetivo</b>	<b>Instrucciones</b>	<b>Apoyo didáctico</b>	<b>Tiempo</b>
<b>Mono tú</b>	Estimular la dinámica de los y las participantes con las talleristas	Se formará un círculo con el grupo y se colocara en la espalda de cada uno un dibujo sin que ellos vean lo que es. Luego se les pedirá que se formen parejas, uno iniciará viendo lo que tiene su compañero en la espalda y va a tratar que su compañero adivine por medio de mímica, sin hacer sonidos ni señalar cosas.	Imágenes, diurex	15 min
<b>Cuestionario de enfermedades sexualmente transmisibles</b>	Tener en cuenta conocimientos previos de los participantes.	Los participantes contestaran un cuestionario acerca de los mitos o realidades de las enfermedades sexualmente trasmisibles.	Hojas blancas y lápices.	10 min
<b>Compartiendo</b>	Analizar como las conductas sociales pueden repercutir en la salud sexual.	Se realizará un rol playing por parte de las talleristas, representando una situación en familia, en la escuela o en un grupo de amigas y se pedirá a los participantes que compartan sus opiniones acerca de la situación. Se discutirán las siguientes preguntas: ¿Cuáles fueron los momentos que más les llamaron la atención? ¿Qué temores creen que tienen los jóvenes sobre la sexualidad? ¿Qué debiera considerar una buena educación sexual para jóvenes?		20 min

<b>Video</b>	Informar a los participantes lo relevante de la higiene sexual.	Proyectar un video y argumentar más acerca de él.	Proyector	10min
<b>Métodos anticonceptivos</b>	Conocer el uso de diferentes métodos anticonceptivos.	Se dará una breve explicación a cerca de diferentes métodos anticonceptivos.	Proyector, computadora	20 min
<b>Eligiendo un método anticonceptivo</b>	Favorecer la toma de decisiones acertadas, seleccionando el método anticonceptivo.	Formar equipos de pares, colocar en la pared distintos métodos anticonceptivos, los participantes analizarán que tipo de método deban usar. Después cada uno argumentará porqué de la decisión, comentarán de manera general la importancia de cada método.	Imágenes de métodos anticonceptivos.	25 min
<b>Video</b>	Demostración del uso de diferentes métodos anticonceptivos.	Se proyectará un video de métodos anticonceptivos, y se argumentará más sobre él.	proyector	20 min

<b>La botella de la anticoncepción</b>	Aclarar dudas sobre los diferentes anticonceptivos y su uso.	Solicitar al grupo que se sienten en el piso formando un círculo, de tal manera que se les haga preguntas sobre la anticoncepción, de diferentes métodos, consecuencias, uso, o si alguna vez la ha usado. Pedir a un voluntario que pase al centro del círculo, haga girar la botella. A la persona que apunte el cuello de la botella, deberá responder preguntas, se irá rotando la botella.	Una botella, apoyo didáctico	40 min
<b>Compartiendo conocimientos</b>	Identificar los conocimientos que tienen los y las participantes de las infecciones de transmisión sexual.	Se les pedirá a los y las participantes que mencionen que infecciones de transmisión sexual conocen y se anotaran en un listado en el pizarrón, Se les pedirá que expliquen lo que conocen sobre las ITS que antes mencionaron, al concluir con su participación se complementará la información por parte de las facilitadoras.	Plumones	20 min
<b>Me cuido, te cuido, nos cuidamos</b>	Que logremos identificar la importancia del uso de métodos anticonceptivos y de las ITS.	En parejas, acostados sobre algo cómodo se hablará sobre la importancia de proteger nuestra salud, previniendo ITS y otros riesgos de un encuentro sexual. Posteriormente todos compartirán sus conclusiones.	Cojines, almohadas	20 min

<b>Retroalimentando</b>	Los participantes aportarán ideas de tal manera que las personas que impartan el taller tengan más opciones de mejorar.	En una hoja blanca dada a los participantes del taller se hará un cuestionario, para una retroalimentación	Cuestionario	10 min
-------------------------	---	--	--------------	--------

## Práctica sexual saludable



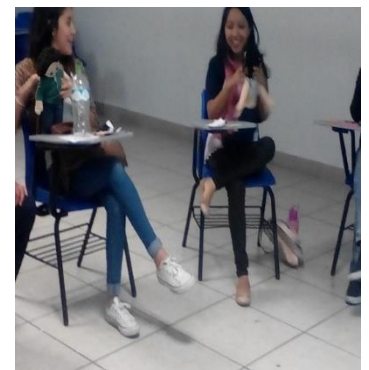
Durante la realización de este taller pudimos percatarnos del poco manejo que hacen los jóvenes de los métodos anticonceptivos a pesar de que cuentan con la información necesaria y correspondiente a su alcance proporcionada por diferentes medios, de cómo seguir

**fig. 1.3** brindando todo tipo de información que ellos requieran, puesto que al contestar el cuestionario inicial que se les otorgo se evidencio este hecho (fig. 1.3 y 1.4)



**fig. 1.4**

El objetivo del taller constaba en conocer la aproximación de posibles variables que pudieran influir en el comportamiento sexual de riesgo de la sociedad, además de brindar información acerca de métodos anticonceptivos de tal manera que sirva como herramienta de protección de ITS y prevención del embarazo en la vida sexual de las personas. Obteniendo agradables resultados arrojados en el cuestionario final ya que se observa que el grado de conocimiento acerca de los temas métodos anticonceptivos es poco amplio, sin embargo se hacen presentes varios factores que influyen para dicho resultado, puesto que la cultura y en general la sociedad tienen fuertes implicaciones sobre las que estas tienen peso para tomar decisiones en cuestión de su práctica sexual. Los asistentes (fig. 1.5) del taller también hicieron hincapié en una cuestión interesante que se externó ante el grupo durante las actividades ya que se mencionó que la cultura en la cual vivimos corrige en vez de prevenir, lo que conlleva a un embarazo no deseado o ITS. A pesar de la información que tenemos en todos los medios hablando de este tema.



**fig. 1.5**

El taller no se basó en la explicación de cómo utilizar un método anticonceptivo (de manera práctica), sino evaluar que tanto saben y como lo aplican en su vida cotidiana, a partir de eso trabajar en lo siguiente al conocimiento previo que fue compartir sus experiencias y posterior a eso enriquecer una vida sexual libre y sobre todo responsable.

La dinámica de los participantes fue fluida (así como se muestra en la fig. 2.1 y 2.2) atentos a las indicaciones, participativos, todo de acuerdo con los requerimientos establecidos. En los cuestionarios que se realizaron, se plasma el conocimiento previo y lo que se lleva cada asistente, resumiendo en una experiencia gratificante y novedosa.



**fig. 2.1**

Por otro lado, los asistentes agregan temas de interés que les gustaría abordar en estos talleres como:

tipos de sexo, tipos de parejas sexuales, aspectos con enfoque psicológico, más características sobre métodos y las ITS.



**fig. 2.2**

## TALLER ¿PODEMOS HABLAR DE SEXO?



En cuanto al segundo taller, se hizo llegar una invitación a padres de familia por medio de carteles como se muestra en la figura 3, dándose a conocer a través de las redes sociales y posteándose en la facultad de psicología BUAP.

Una vez mostrando este cartel a continuación se muestra la carta descriptiva correspondiente a este taller, dejando en claro los objetivos de cada actividad.

fig. 3

**Programa:** Educación sexual saludable

**Coordinadoras del taller:** Surya V. Alvarado Justo

**Fecha:** 23 de septiembre del 2016

**Título del taller:** ¿podemos hablar de sexo?

<b>Técnica</b>	<b>Objetivo</b>	<b>Instrucciones</b>	<b>Apoyo didáctico</b>	<b>Tiempo</b>
<b>¿Quién soy?</b>	-Que el pequeño pueda diferenciar las partes de su cuerpo de sus pares y encontrar las diferencias	<p>Se le pedirá a los participantes que deben observar su cuerpo frente a un espejo unos minutos para después dar una hoja con dos figuras humanas (hombre y mujer) y tendrá que colorear la que se parezca más a él o ella explicando el porqué de su decisión.</p> <p>➤ <b>RETROALIMENTACION:</b> Se les cuestionara que preguntas le harían a los niños acerca del por qué eligieron esa figura, cuáles serían algunas de las complicaciones de la actividad, como resolverían las dudas de los niños.</p>	-Espejo -Hojas con figuras de hombre y mujer -colores	5 minutos para ver su cuerpo y 15 para colorear.
<b>¿Cómo soy?</b>	Que el niño pueda reconocer las partes de su cuerpo, así como aprender a nombrarlas	<p>Pedir a los participantes que molden su cuerpo con plastilina y que vallan nombrando cada una de las partes, así como sus funciones.</p> <p>➤ Al finalizar su figura se preguntará a los participantes como ayudarían a que el pequeño no olvidara ninguna parte su cuerpo.</p>	-Plastilina	10 minutos



<b>cuidando mi cuerpo</b>	<p>Que el pequeño pueda reconocer las conductas de riesgo que pudiera tener</p>	<p>Realizar un collage relacionado con el tema del cuidado del cuerpo y/o prevención de riesgo. Los participantes tendrán que elegir una de las ilustraciones que habrá en el aula y pegarla en una cartulina en las que pudieran evitar situaciones de riesgo en el colegio, hogar y barrio (calle)</p> <p>➤ Se preguntará la elección de la ilustración elegida así como la importancia de esa conducta.</p>	<p>-Imágenes de conductas de riesgo</p> <p>-resistol</p> <p>-cartulina</p>	<p>30 minutos</p>
<b>Los mensajes</b>	<p>Recordar y compartir mensajes verbales o no verbales, recibidos sobre la sexualidad en diferentes edades y que influyeron en la educación sexual de los participantes que consideren no fueron los adecuados para ellos compartirlos con sus hijos</p>	<p>Cada participante tendrá que escribir un mensaje en una tarjeta.</p> <p>Esas tarjetas se repartirán al azar con los miembros del grupo para que nos den su opinión sobre el mensaje y la implicación que tendría si pasamos la misma información a los hijos.</p>	<p>-tarjetas de cartulina</p> <p>- lapiceros/plumones</p>	<p>30 minutos</p>
<b>Aceptación de sí mismo</b>	<p>Fomentar desde los primeros años hábitos saludables y autoestima</p>	<p>Escribir en hojas de colores, cinco cosas que les gusten de sí mismos, y cinco que no. Compartir los motivos.</p>	<p>Tarjetas de colores, lápices</p>	<p>20 min</p>

<b>¿Por qué no somos iguales?</b>	Ayudar a los niños y a las niñas a que entiendan que las personas tienen muchas partes de sus cuerpos iguales y algunas diferentes.	Sentados sobre el suelo, en grupos, o por parejas, darles un muñeco y una muñeca anatómicamente correctos, para identificar las partes iguales y diferentes del cuerpo. Compartir sobre lo que se ve y se piensa.	Muñecos y muñecas. Cojines para sentarse cómodos.	25 min
<b>Círculo de reflexión</b>	Favorecer la conducta adecuada y compartir mensajes positivos sobre el género y el contacto personal.	Sentados en círculo, compartir entre las y los participantes puntos de vista, dudas, inquietudes, acerca de cómo los y las niñas pueden tener ciertas conductas para comprender la situación y la posición de sus pensamientos y creencias. El moderador se guiará de algunos consejos escritos en tarjetas.	Tarjetas.	30 min o más.
<b>Compartiendo un tip</b>	Que con ayuda de este tip los padres puedan darle a su hijo(a) la cantidad adecuada de información y compartir sus opiniones y valore, favoreciendo a tener tiempo para comunicar efectivamente.	Compartir aquí cuatro pasos básicos que recomiendan para contestar las preguntas de las y los niños sobre la sexualidad.  Se repartirán los cuatro pasos en hojas a las y los participantes. Y se explicará y ejemplificará cada uno.	Hojas con los cuatro pasos.	30 min

## ¿Podemos hablar de sexo?

Durante la realización de este taller (fig. 3.1) nos dimos cuenta del gran interés y disposición que tienen los y las participantes para poder hablar en familia acerca del tema de la sexualidad, en el cuestionario inicial la mayoría coincidió que es importante entablar cierta comunicación con los hijos e hijas para que ellos y ellas sean capaces de conocerse y compartirse con los demás de una manera sana y adecuada.



**fig. 3.1**

El objetivo del taller constaba en que los padres y las madres mejoraran su comunicación sobre la sexualidad y desarrollar relaciones más estrechas con sus hijos e hijas. Conocer técnicas variadas y aprender usar el lenguaje y la información correcta. Brindar información también acerca de temas de la sexualidad como, la anatomía y la salud reproductiva, la identidad de género y el rol de género, las relaciones humanas, el amor y el afecto, la imagen del cuerpo y la orientación sexual.



**fig. 3.2**

Basado en la experiencia del taller y lo que escuchamos en la vida cotidiana de otros y otras madres o padres de familia, existen varias barreras que no los dejan hablar abiertamente con sus hijos e hijas respecto a la sexualidad como lo es, el miedo, la falta de comunicación, los mitos o las ideas equivocadas. Cualquiera que sea la razón que los y las detiene, la realidad es que los y las hijas necesitan que se hable con ellos acerca de la sexualidad (fig. 3.2).



hablar **fig. 3.3**

Los padres y las madres (fig. 3.3) deberían de ser las personas a quienes ellos piden consejos y orientación y hablando francamente: puede ser difícil hablar de la sexualidad en general, pero hablar con los o las hijas sobre la sexualidad los hace sentir todavía más presionados. Por lo tanto, es aquí donde radica la importancia del taller porque si entonces, los padres y las madres se sienten incómodos o incomodas al

sobre la sexualidad este taller los haría estar más seguros al poder comunicarse con sus hijos o hijas sobre la sexualidad y eso se reflejó en el cuestionario final. La satisfacción que se llevaron las o los participantes para utilizar las técnicas adecuadas para cualquier tipo de situaciones.



**fig. 3.4**

Con este taller consideramos que nunca es demasiado tarde para hablar con los hijos/as sobre sexualidad. La manera de reaccionar ante una situación relacionada con la sexualidad puede ser más fácil si consideramos que esa situación es una oportunidad para enseñar, aprender y compartir con los hijos e hijas.

Por otro lado la dinámica con los y las participantes fue fructífera ya que se mostraron bastante accesibles y comprometidos a aprender este tema de gran interés, además de que mencionan que les gustaría abordar en este taller algo más como: los temas que no se deberían tocar aun con los niños y las niñas, que si las hay o no las hay. O que, si existen variables a considerar, el cómo tratar estos temas cuando ha ocurrido un abuso sexualmente, más técnicas para comunicar a sus hijos e hijas otras características de la sexualidad.

## TALLER "LA SEXUALIDAD EN ADOLESCENTES"



fig. 4

En la figura 4 se puede mostrar el cartel que se ocupó para atraer a los asistentes del taller "sexualidad en adolescentes" estos fueron posteados en las preparatorias pertenecientes a la BUAP. Dado este hecho, en la siguiente página se exhibe una carta descriptiva con sus tratamientos para el abordaje del tema que corresponde a "la sexualidad en adolescentes".

<b>Programa:</b> Educación sexual saludable	
<b>Coordinadoras del taller:</b> Alvarado Justo Surya Viridiana	<b>Fecha:</b> 21 de octubre de 2016
<b>Título del taller:</b> " La sexualidad en adolescentes"	

<b>Técnica</b>	<b>Objetivo</b>	<b>Instrucciones</b>	<b>Apoyo didáctico</b>	<b>Tiempo</b>
<b>presentación</b>	Dar a conocer los objetivos generales y específicos del taller	Mencionar los objetivos del taller y poner las reglas del taller (ejemplo: lo que pase en el taller quedara en el grupo y solo se podrán compartir las experiencias propias si así lo desean los participantes, se debe respetar el espacio para que cada persona manifieste sus dudas sin comentarios ofensivos.)	-presentación power point	5-10 MINUTOS
<b>Pedro llama a pablo</b>	Lograr que los miembros de una reunión memoricen los nombres de sus compañeros y logren reconocer rostros y actitudes de los participantes	-Se forma un círculo con los participantes, todos ellos sentados. El jugador que está a la cabeza comienza diciendo su nombre y llamando a otro jugador, ejemplo: "Pedro llama a María",  María responde "María llama a Juan", Juan dice "Juan llama a Pablo", etc.  El que no responda rápido a su nombre paga penitencia que puede ser: contar un chiste, bailar con la escoba, cantar.	Sin material	20 minutos

<p><b>Adivina adivinanza</b></p>	<p>Analizar e identificar las actitudes de los participantes hacia ciertos conceptos y conductas sexuales.</p>	<p>Desarrollo Se divide a los/as participantes en dos equipos y se eligen tres representantes de cada equipo. Se mezclan las fichas de conceptos y cada representante elegirá una de ellas, hacia abajo, sin leer en ningún momento su contenido. Un miembro de cada equipo, consecutivamente, deberá intentar que su equipo adivine el concepto, que deberá representar por medio de la mímica. Previamente a que un miembro de un equipo escenifique el concepto, el monitor/ a mostrará al equipo contrario el contenido de la ficha a representar.</p> <p>Una vez finalizada la dinámica, comentar con todo el grupo cuáles han sido los conceptos más difíciles de adivinar y por qué. Previo al comienzo de la dinámica, se puede elegir a tres o cuatro observadores que deberán estar pendientes de los participantes que escenifiquen los conceptos para, una vez finalizada la dinámica, comentar los aspectos más relevantes. Es interesante que las chicas representen conceptos relacionados con los chicos y, al contrario.</p>	<p>Fichas que contengan los conceptos a trabajar Algunos ejemplos:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>•TRAVESTISMO</li> <li>•COITO</li> <li>•ABSTINENCIA</li> <li>•MASTURBACIÓN FEMENINA</li> <li>•REPRODUCCIÓN</li> <li>•MASTURBACIÓN MASCULINA</li> <li>•MENSTRUACIÓN</li> <li>•PENE</li> <li>•VIRGINIDAD</li> <li>•ERÓTICA</li> <li>•SEXUALIDAD</li> <li>•VAGINA</li> <li>•HETEROSEXUALIDAD</li> <li>•OVARIOS</li> <li>•HOMOSEXUALIDAD</li> <li>•TESTICULOS</li> <li>•BISEXUALIDAD</li> <li>•ESPERMATOZOIDE</li> <li>•TRANSEXUALIDAD</li> <li>•ÓVULO</li> </ul>	<p>Duración Aproximada 45 minutos</p>
----------------------------------	--	---	--	---------------------------------------

<p><b>El rumor</b></p>	<p>Comprobar cómo la información se distorsiona a partir de la interpretación que cada uno/a da al mensaje recibido. Con ello, se logrará hacer patente la importancia de contar con una información clara y objetiva</p>	<p>Salen 6 personas voluntarios/as fuera de la sala. El/la mediador/a se sienta con un voluntario/a y le lee un texto relacionado con las relaciones sexuales. El resto del grupo actúa como observadores/as, para ver el proceso de distorsión que va a experimentar el mensaje. La persona que ha estado escuchando el texto, se lo cuenta a la siguiente y así sucesivamente hasta que el mensaje llega a la última persona, quien escribirá en una pizarra la información recibida. El debate posterior podrá girar en torno a cómo se distorsiona el mensaje por no tenerlo claro, y por la importancia que ejercen el interés, la motivación y las interpretaciones que cada uno de los receptores tienen sobre</p>	<p>Texto relaciones sexuales de</p>	<p>30 minutos</p>
<p><b>Aceptación de sí mismo</b></p>	<p>Que el adolescente logre Identificar cambios físicos, emocionales y cognitivos.</p>	<p>Escribir en hojas de colores, cinco cosas que les gusten de sí mismos, y cinco que no. Compartir los motivos.</p>	<p>Tarjetas de colores, lápices</p>	<p>20 min</p>
<p><b>que más quiero saber</b></p>	<p>Facilitar que los y las jóvenes reflexionen y busquen respuestas a las dudas que ellos mismos plantean. Favorecer actitudes de empatía hacia las diversas maneras de</p>	<p>desarrollo Entrega a cada participante varios papeles en blanco y diles que pueden escribir preguntas de manera anónima sobre todos aquellos aspectos sobre sexualidad que no hayan sido clarificados o que causen confusión. Para esto se dan 15 minutos. 1. Coloca una caja al fondo del salón para que las y los participantes vayan colocando allí sus preguntas o comentarios. 2. Cuando hayan finalizado la escritura de las preguntas, se les pide que formen un círculo para realizar el</p>	<p>Material Necesario Tarjetas en blanco o trozos de folio y una caja para depositarlas</p>	<p>60 min</p>



	vivir y expresar la sexualidad	juego de “la patata caliente”. Este consiste en ir pasando una bola de mano en mano, mientras suena la música, de la manera más rápida posible. Cuando la música para, la persona que quedó con la bola en la mano debe sacar un papelito y leer la pregunta. En este momento, él o ella deben tratar de contestar esa pregunta y también dar la oportunidad a otras personas participantes que quieran responder u opinar. En caso de que las respuestas sean incompletas, insatisfactorias o equivocadas, el mediador dará la información necesaria asegurándose que a todo el grupo le queda claro el tema consultado. Así continúa el juego hasta que ya no quede ningún papelito en la caja, de modo que las preguntas planteadas por todos los participantes tengan su respuesta.		
<b>El PNI (Positivo, negativo e interesante).</b>	Permitir que el facilitador conozca los aspectos positivos, negativos e interesantes que haya encontrado en el grupo de la temática tratada.	<p>Se le entrega una hoja de papel a cada miembro del grupo por el facilitador.</p> <p>b) Se les orienta que cada uno, de forma individual, sin consultar con nadie, escriba lo que ha encontrado de positivo, negativo e interesante en la sesión o grupos de sesiones.</p> <p>c) Una vez que han llenado las hojas, estas se recogen.</p> <p>Se les pide que piensen en los aspectos positivos de la sesión. A través de una ronda, cada uno expresa su criterio; el coordinador lo refleja todo en la pizarra o en rotafolio. A continuación, se pide su criterio sobre los aspectos negativos y se procede igual. Se finaliza con lo interesante.</p>	Una hoja de papel pequeña para cada uno de los miembros.	15 a 20 min

## Taller: sexualidad en adolescentes (actividades)



**fig. 4.1 y 4.**

difícil de formularlas, aun así fuimos de la mejor manera.

En el transcurso de la sesión (figura 4.1 y 4.2) nos dimos cuenta de que todas las preguntas hechas por los adolescentes son tan importantes que al momento de contestarlas costo un poco adecuarnos a su lenguaje sin tantos tecnicismos, aterrizar todas las respuestas en función a ellos, sin embargo nos parecieron muy interesantes sus preguntas ya que fueron en torno a bases biológicas y las respuestas

La actitud de los participantes fue muy activa (como se muestra en las figuras 4.3 y 4.4) es un público muy curioso, y aunque fueron pocos asistentes se lograron contestar todas las preguntas, la mayoría en torno a bases bilógicas “¿Qué es un orgasmo?” “¿Cómo se producen los espermatozoides”? lo que sí es un poco preocupante a nuestro parecer fueron las mujeres, pues participaron muy poco y de los que obtuvimos mayor número de preguntas fueron de hombres. Notamos que de ninguna manera se aburrieron pues tratamos de que el taller fuera más dinámico y con más actividades y así mismo mesclar la parte teórica.



**fig. 4.3 y 4.4**



En la parte cuantitativa la mayoría nos puso 9 justificando que les hubiera gustado abarcar más temas como métodos anticonceptivos e ITS. Respecto a la parte cualitativa nos calificaron con una actitud motivante y confiable (fig.4.5)

**Fig. 4.5**

Nos gustó trabajar con adolescentes, así mismo nos sentimos comprometidos en proponer alternativas benéficas para que esta población opte por la prevención de embarazos no deseados y cuidados de su propio cuerpo, ya que actualmente es la mayoría de la población. Así como también es importante tratar temas de autocuidados, pero sobre todo de responsabilidad ya que esta etapa del desarrollo humano es dónde se requiere de información y orientación en cuanto a temas de sexualidad humana (fig. 4.6).



**Fig. 4.6**

## Propuesta

Basándonos en la experiencia y descripción de la aplicación de los talleres con ruta hacia una educación sexual saludable y exhibiendo el cumplimiento de los objetivos planteados en cada carta descriptiva, se hace hincapié en que, estos talleres servirían de evidencia y de un seguimiento de programas ofertados a través de la Coordinación de Servicio Social y Prácticas Profesionales a cargo del maestro Romualdo Pérez Limón en la Facultad de Psicología BUAP, para dar orientación a toda la población juvenil por medio de talleres de orientación, así como a padres de familia del cómo hablarles de sexualidad a sus hijos, desmitificando tabúes y revocándonos poco a poco en los temas tan difíciles de tocar y así poder llegar a una reeducación a través del tiempo.

Así mismo, se comparten las cartas descriptivas solo con el único fin de mejorar las posibilidades de orientación y como punto de partida ante esta propuesta a que se abran más talleres y hacer posible la apertura de que se vincule a la Facultad de Psicología con las preparatorias pertenecientes a la Benemérita Universidad Autónoma de Puebla para hacer un trabajo conjunto con los padres de familia e hijos adolescentes. Ya que está demostrado que requieren de diversos temas, confianza de los promotores o psicólogos, información confiable y científica, así como de atención psicológica a esta población ya que actualmente es mayoría.

## **Bibliografía**

Foro calidad y libertad de la enseñanza, (s.f). Educar para la convivencia. recuperado en:

<http://www2.escuelascaticas.es/publicaciones/GRATUITAS/Foro3Educarconvivencia.pdf>

Mejía, I. (2000) Dinámicas ritmos y significados de la sexualidad juvenil. Programa La Casa CESO. Universidad de los Andes; ISBN:9588013429, 9789588013428-2

Somers, L., y Somers B. (1991). Como hablar a nuestros hijos sobre el amor y el sexo. México: Paidós ISBN: 968-853-181