

The background is a solid purple color with a complex, abstract pattern of lighter purple geometric shapes, including rectangles, triangles, and irregular polygons, creating a textured, layered effect.

4^o ESO

INTRODUCCIÓN 171

UNIDAD 0

DINÁMICA DE GRUPOS Sesión 0: Conociendo con el tacto 175

UNIDAD 1

APRENDIENDO Sesión 1: La autoestima 176

A CONOCERSE Sesión 2: El juego de piropos 179

Y QUERERSE Sesión 3: Comunicándose con el cuerpo 182

UNIDAD 2

VIVIR LA SEXUALIDAD Sesión 4: La noche de amor ideal I 184

Sesión 5: La noche de amor ideal II 186

Sesión 6: Decir no a las expresiones de presión 187

Sesión 7: Hablar, hablar... de sexo 190

Sesión 8: No a la homofobia 193

Sesión 9: Desterrando mitos 196

UNIDAD 3

NOS TRATAMOS BIEN IV Sesión 10: Por los buenos tratos 200

UNIDAD 4

EMBARAZOS Sesión 11: Relaciones sexuales y anticonceptivos 204

NO DESEADOS,
ITS Y SIDA Sesión 12: El juego de las tarjetas 207

INTRODUCCIÓN

En este curso insistiremos en que el alumnado vea las relaciones sexuales desde la óptica de la libertad, esto es, que la motivación para tener relaciones sea, por un lado, el deseo compartido y, por el otro, la decisión de satisfacerlo. Entendemos que la libertad en lo que a las relaciones sexuales se refiere implica no mantener tales relaciones si no se desea, pues en ningún caso han de ser consideradas como obligación o como carta de presentación en determinados contextos.

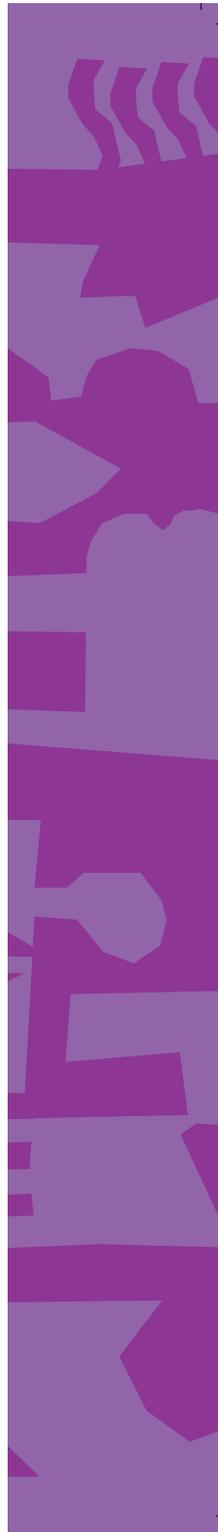
Mencionar la libertad es referirse al consentimiento. Consentir, en principio, es decir sí, pero en el ámbito de la educación tenemos el compromiso de formar para que el “sí” o el “no” sean “verosímiles”, no fruto de un contexto en el que no cabe decir otra cosa. Ya sabemos que en las relaciones sexuales, los acuerdos no son previos, sino que el juego de la seducción y del deseo va marcando el ritmo de la relación, pero tenemos que concienciar de que una relación sexual no tiene un fin preescrito, que el consentimiento debe ser dado, si es necesario verbalmente, y que también puede ser revocado en el momento en el que alguna acción, por las razones que sean, no nos resulte agradable, que exige una *negociación permanente* y que el cambio o término de ella ha de tener lugar en el momento en que una de las partes lo desee.

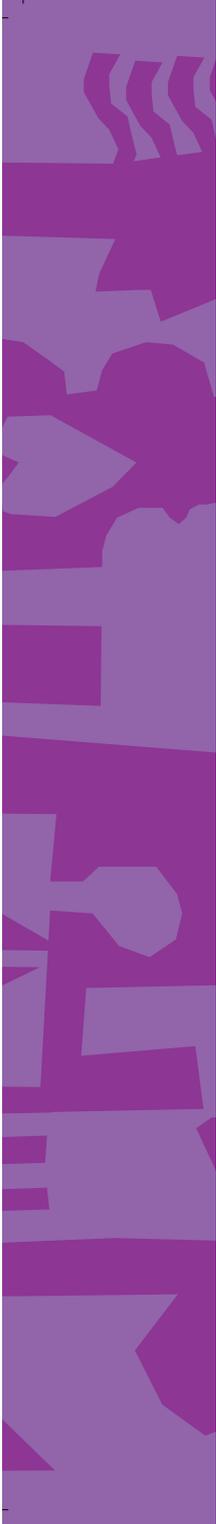
Para conseguir el objetivo de que el contexto de decisión de las relaciones sexuales sea lo más libre e igualitario posible, presentamos el ejercicio de buscar respuestas para responder a las frases de presión.

La mera observación, así como diversos estudios a los que hemos aludido en el Marco Teórico de esta Guía, nos alertan de las sutiles adherencias patriarcales que perviven en las relaciones afectivas y sexuales.

El asunto de la libertad y el consentimiento dependen tanto de un sí o un no como del contexto de esos *síes o noes*. Aparte de los detalles de cada caso particular, que varían y son impredecibles, un denominador común es que, como ya hemos mencionado en repetidas ocasiones, el modelo sexual social hace del coito el “acto sexual” y califica como relaciones sexuales “completas” sólo a aquellas en las que hubo coito. De ahí que consentir una relación sexual sería tanto como consentir un coito, al igual que antaño consentir casarse con alguien era, para las mujeres, consentir todos los coitos (el llamado débito conyugal). El resto de relaciones sexuales se conciben como preámbulos para el coito, luego es *normal* la creencia de que consentir una intimidad es consentir un coito.

A esto se añade el hecho de que en las relaciones sexuales tiene gran peso la comunicación no verbal, lo que puede llevar a que la interpretación de una conducta esté condicionada por el contexto social. Que una chica salga de una discoteca a pasear con un chico a altas horas de la noche puede dar lugar a la interpretación de que quiere tener relaciones sexuales, es decir, coito, con él. Interpretación heredada del modelo de sexualidad dominante en que el chico se sirve de cualquier indicio para ajustarlo a su deseo y en algunos casos para calificarlo de provocación. Estos *errores de traducción* aparecen en algunos casos en sentencias de tribunales en los que el consentimiento se deduce de alguna conducta anterior a las relaciones sexuales, como el haberse sentado en la parte trasera de un coche entre dos chicos a altas horas de la madrugada, lo que un juez entendió como una invitación a la relación sexual cuando tuvo que emitir sentencia en el juicio celebrado por la denuncia hecha por la chica en la que





INTRODUCCIÓN

acusaba a sus compañeros de coche de violación. Aunque el término provocación ya ha sido eliminado de la jurisprudencia, sin embargo, no ha sido desterrado de las percepciones sociales a la hora de evaluar el consentimiento. En el estudio de la Universidad de Salamanca, en el Marco Teórico de esta Guía, también aparece una correlación positiva entre quienes han padecido algún tipo de coerción y quienes creen que la provocación de la chica justifica en alguna medida la coerción del chico. La idea de *provocación* entraña culpabilidad, sentimiento que no se da en otro tipo de actos reprobables: nadie dice de un joyero que con el escaparate provocó al ladrón.

Este modelo de sexualidad implica que si se consiente algún tipo de intimidad o acercamiento corporal, se está admitiendo todo tipo de intimidad, porque si no "¿para qué empezar?" Es como si nos invitan a una comida y el hecho de habernos tomado un plato implicara que tuviéramos que tomarnos el resto, porque si no, ¿para qué hemos comido el primero? Esto, ridículo para una comida, sin embargo, funciona en la sexualidad, asunto sorprendente cuando los naturalistas del sexo justificaban la no complicación del sexo, argumentando que es una satisfacción de una necesidad natural como puede serlo la comida. Sin embargo, tenemos que hablar de actos *sexuales* y no de acto *sexual* para dar a entender que consentir un aspecto de la intimidad no significa consentir en otros, aunque se haya consentido en anteriores situaciones. Considerar que en una relación sexual la negociación forma parte de todo el proceso, y que en cualquier momento puede ser interrumpida por no sentirse cómoda alguna de las partes implicadas, denota una verdadera formación en las relaciones sexuales. Esto es, tener siempre en cuenta a la otra persona y no dar por sentado que necesariamente tiene que ocurrir más de lo que está ocurriendo.

Inculcar a nuestro alumnado que en el campo de las relaciones sexuales se necesita consentimiento para cada uno de los actos sexuales, incluida la mal llamada *relación completa*, supone avanzar en la eliminación de componentes sexistas androcéntricos del campo de las relaciones sexuales, esto es, contemplar la sexualidad y el placer sólo desde el punto de vista del chico.

Además, un consentimiento dado en una relación sexual también puede ser revocado en cualquier momento. Evitaríamos así, entre otras cosas, gran parte del *miedo a la primera vez* que aparece como principal motivo de las consultas de los adolescentes en los centros de información sexual.

Por otro lado, como ya hemos visto, en repetidas ocasiones a lo largo de esta Guía, el mito del amor romántico se refiere al hecho de que el amor todo lo salva y de que sin él todo se hunde. Las chicas suelen ser más dependientes que los chicos en las relaciones amorosas. No se reservan espacio propio en una relación, mientras que los chicos sí.

Las primeras víctimas del amor romántico son las chicas para quienes la sociedad teje expectativas de que el amor es uno de los elementos de su habilitación como mujeres adultas.

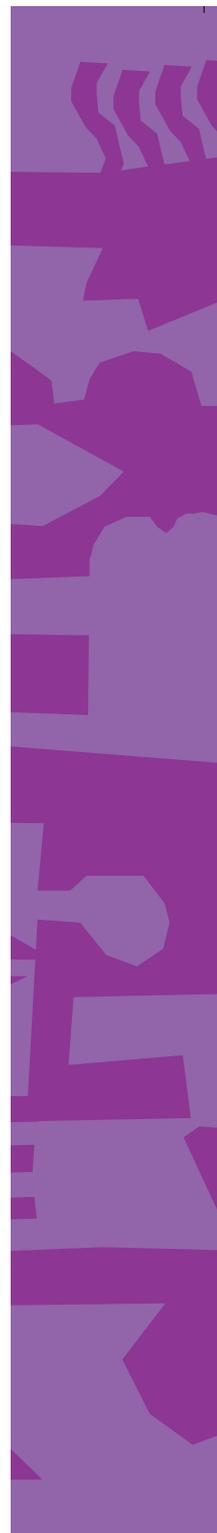
El mito del amor romántico, ya lo hemos dicho en la introducción al tercer curso de esta misma Guía, convierte a las chicas en responsables del *juego amoroso*, elemento que podemos ver de una manera

INTRODUCCIÓN

clara en las revistas que son objeto de lectura por su parte. Hemos de intentar que el amor sea un asunto tanto de ellas como de ellos.

El relato de la noche de amor ideal nos puede servir para evaluar similitudes y diferencias en las concepciones del amor de los chicos y de las chicas y para ver hasta qué punto se dan supuestos como que el amor tiene que ser entre personas de distinto sexo y que un cierto grado de intimidad implica otros sucesivos o, si no, verse en la tesitura de explicar *por qué se ha empezado*.

En la información sobre los métodos anticonceptivos e infecciones de transmisión sexual, hemos de apelar a los conceptos de salud y corresponsabilidad y considerar, que el mejor método anticonceptivo es el preservativo, pues evita, a la vez, tanto el embarazo no deseado como las infecciones de transmisión sexual incluido el VIH-SIDA.



UNIDAD 0

DINÁMICA DE GRUPOS

Sesión 0

Conociendo con el tacto

OBJETIVOS

- Centrar la atención en el tacto y conocer uno de los sentidos más importantes para nuestras relaciones afectivas.
- Tomar contacto con el grupo a través del tacto.

INDICACIONES PARA EL PROFESORADO

Esta actividad está propuesta para el principio de curso, pero no para los grupos donde todas las personas son desconocidas. Se supone que muchas han compartido aulas anteriormente y si no resultara así, podríamos empezar por otras sesiones y dejar ésta para más tarde.

RECURSOS

- Un pañuelo para vendar los ojos.
- Un cronómetro o reloj con segundero.
- La lista de los nombres de la clase.

UNIDAD 0

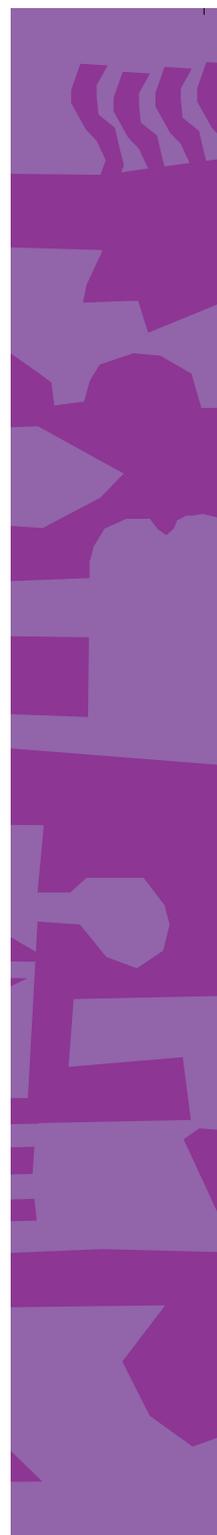
DINÁMICA DE GRUPOS

Sesión 0

Conociendo con el tacto

DESARROLLO

1. Se empieza colocando las sillas de la clase en forma circular dejando una mesa y dos sillas a cada lado.
2. A continuación se les explica que esta es una actividad en donde se trata de ejercitar el sentido del tacto como forma de conocimiento sensorial pero también de acercamiento a las demás personas.
3. Pedimos una persona voluntaria, a la que vendamos los ojos y le contamos que tendrá unos treinta segundos para identificar a un compañero o compañera tocándole las manos y el antebrazo. A esta persona la habremos elegido por sorteo entre la lista de la clase. Los nombres de cada una de las personas de la clase serán introducidos en una bolsa o caja.
4. La otra persona podrá quitarse los anillos, las pulseras o el reloj para que éstos no sirvan de pistas de identificación. Después del tiempo establecido y sin quitarse todavía la venda, deberá decir en voz alta si es chico o chica y, en segundo lugar, si cree saber quién es.
5. El juego continúa vendándole ahora los ojos a la persona cuya identidad debía antes adivinar y sacando de la bolsa o caja un nuevo nombre.
6. Se debe advertir que deben estar en silencio cuando se produce la exploración para no dar demasiadas pistas e incluso es conveniente que antes de sentarse para la exploración la clase cambie de asiento.
7. Antes de finalizar la sesión y aunque no nos haya dado tiempo a que a todos los alumnos y alumnas les haya tocado el turno, deberemos preguntar (mejor por escrito) qué han sentido cuando les exploraban y cuando estaban ellos explorando, si les ha parecido interesante y por qué.



UNIDAD 1

APRENDIENDO A CONOCERSE Y QUERERSE

Sesión 1

La autoestima

OBJETIVOS

- Conocer qué es la autoestima y cómo ésta puede verse afectada tanto positiva como negativamente.
- Conocerse mejor.

INDICACIONES PARA EL PROFESORADO

Con esta actividad pretendemos demostrar que casi siempre es más fácil perder la autoestima que recuperarla y que las mismas situaciones no afectan de la misma manera a unas personas y a otras. Puede ocurrir que después de cortar los fragmentos de papel que se corresponden a la pérdida de autoestima, el alumnado no encuentre el tamaño de papel adecuado a la situación que le permita recuperarla. En ese caso, pueden cortar dicho fragmento y adaptarlo a su conveniencia.

RECURSOS

- Una hoja de papel en blanco y un bolígrafo.

FUENTE

LÓPEZ SÁNCHEZ, Félix (1995): *Educación sexual de adolescentes y jóvenes*, Siglo XXI, Madrid.

UNIDAD 1

APRENDIENDO A CONOCERSE Y QUERERSE

Sesión 1

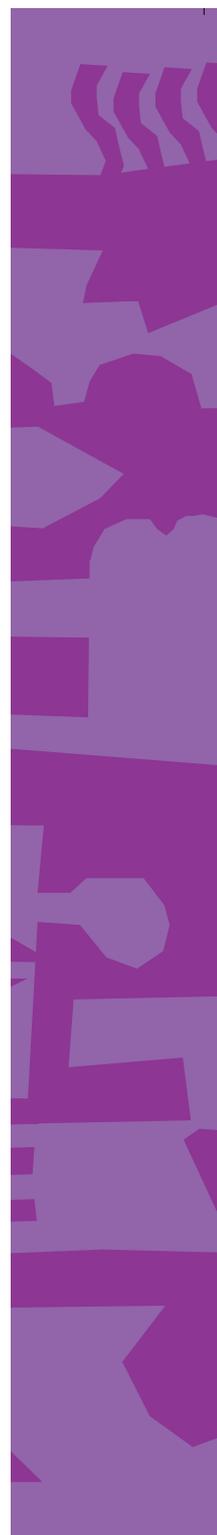
La autoestima

DESARROLLO

1. Preguntamos al grupo si alguien recuerda qué significa autoestima: la autoestima es cómo se siente una persona respecto de sí misma y está estrechamente relacionada con nuestra familia y nuestro medio. Les explicamos también que cada día nos enfrentamos a cosas o sucesos que afectan a la forma en que nos sentimos con respecto a nosotros mismos. Por ejemplo, si nos peleamos con nuestros padres o si un amigo o amiga nos critica, cualquiera de estas situaciones puede hacerle daño a nuestra autoestima.
2. Entregamos una hoja de papel a cada participante, explicando que ésta representa su autoestima. Les explicamos que vamos a leer una lista de sucesos que pueden ocurrir durante el día y que le hacen un daño mayor o menor a nuestra autoestima (ficha 1).
3. Les decimos que cada vez que les leemos una frase, ellos deben arrancar un pedazo de la hoja, y que el tamaño que quitan significa más o menos la proporción de su autoestima que este suceso quitaría.
4. Les vamos leyendo las frases de forma ordenada y deben escribir el número de la frase que se corresponde a cada fragmento.
5. Después les leemos las frases que recuperan la autoestima (ficha 2) y escriben la letra, que, de forma ordenada, identifica cada fragmento recuperado.
6. Finalmente, comentamos los puntos de discusión (ficha 3).

ACTIVIDADES OPCIONALES

1. Podemos pedirles que hagan una lista sobre cómo responderían a los sucesos que dañan su autoestima y cómo podrían controlar el daño.
2. Podemos pedirles que realicen una lista, durante un día, sobre los sucesos que mejoran su autoestima y que presenten su lista en pequeños grupos.



UNIDAD 1

APRENDIENDO A CONOCERSE Y QUERERSE

Sesión 1

La autoestima

FICHA 1

Quitar la autoestima. Imagina que esta semana te ha pasado lo siguiente:

1. Una pelea con tu novio o novia que no ha terminado.
2. Tu profesor o profesora criticó tu trabajo.
3. Tu grupo de amigos y amigas no te llamó para salir.
4. Tu padre o tu madre te llamó caprichosa/o
5. Un amigo o amiga reveló un secreto que tú le habías contado en confianza.
6. Ha surgido un rumor sobre tu reputación.
7. Tu novio o tu novia te dejó por otra persona.
8. Un grupo se burló de ti por tu peinado o por tu forma de vestir.
9. Sacaste malas notas en un examen.
10. El chico o la chica que te gusta rechazó tu invitación para salir juntos.

FICHA 2

Recuperar la autoestima: En la última semana, imagina que te ha pasado lo siguiente:

- a. Algún compañero o compañera te pidió consejo sobre un asunto delicado.
- b. El chico o la chica que te gusta te invitó a salir.
- c. Tu padre o madre te dijo de repente que te quiere mucho.
- d. Recibiste una carta de un antigua amistad.
- e. Sacaste buena nota en un examen difícil.
- f. Un chico o una chica aceptó tu invitación a salir contigo.
- g. Tu equipo favorito ganó un partido importante.
- h. Tus compañeros te nombraron como líder de la clase.
- i. Tu novio o tu novia te mandó una carta de amor.
- j. Tus amistades te dijeron que les encanta tu estilo.

FICHA 3

Puntos de discusión:

- ¿Todas las personas recuperaron su autoestima?
- ¿Cuál fue el suceso que más dañó la autoestima? ¿Por qué?
- ¿Y el que menos?
- ¿Cuál fue el suceso más importante para recuperar la autoestima?
- ¿Qué podemos hacer para defender nuestra autoestima cuando la sentimos atacada?
- ¿Qué podemos hacer para ayudar a nuestras amistades cuando su autoestima está baja?

UNIDAD 1

APRENDIENDO A CONOCERSE Y QUERERSE

Sesión 2

El juego de los piropos

OBJETIVOS

- Reforzar la autoestima del alumnado.
- Crear vínculos afectivos entre toda la clase.
- Aprender a decir cumplidos y manifestar aprecio.

INDICACIONES PARA EL PROFESORADO

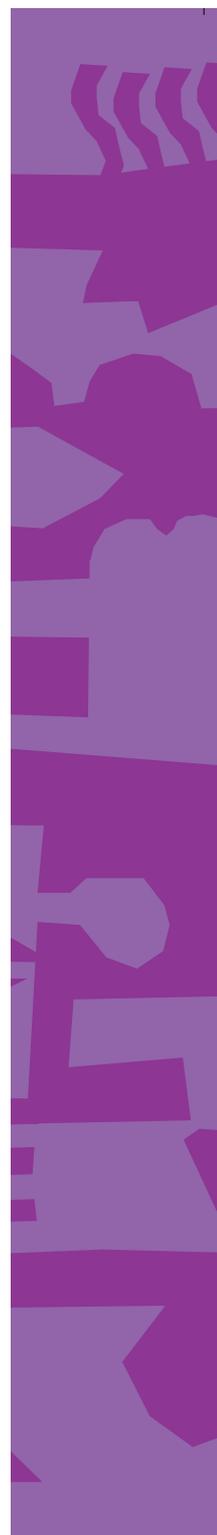
Esta actividad admite muchas variantes. Por ejemplo, se les puede proporcionar en cartulinas de colores una selección previa de adjetivos calificativos, todos positivos, o se puede destinar una primera parte de la sesión a realizar un listado general en la pizarra. Es muy importante que ninguno de esos piropos sea descalificador, denigrante o sexista.

RECURSOS

- Rollo de papel continuo, cartulinas de colores, tijeras, rotuladores y celo.
- Ficha 1.

FUENTE

Para esta sesión hemos elegido una variante del *Juego de piropos y autoestima* del libro *ALTABLE VICARIO*, Charo (1998): *Penélope o las trampas del amor*, Nau llibres, Valencia, pp. 176-179.



UNIDAD 1

APRENDIENDO A CONOCERSE Y QUERERSE

Sesión 2

El juego de los piropos

DESARROLLO

1. Pegaremos en una pared del aula el papel continuo. Cada cual escribirá su nombre en una parcela de dicho papel.
2. Se dividirá la clase en grupos de cuatro o cinco personas. Para evitar conflictos, los grupos se organizarán previamente al desarrollo de la actividad, no permitiendo que el alumnado sea quien se "coloque".
3. Se distribuirá a cada grupo una serie de cartulinas con adjetivos o frases positivas y elogiosas sobre la forma de ser. Por ejemplo: cariñoso/a, fiel, legal, atento/a, puedes contar con él/ella, simpático/a, alegre, entusiasta, vitalista, etc.
4. Se pedirá que cada grupo distribuya dichas cartulinas entre las personas del grupo: cuatro adjetivos para cada una de ellas. Se trata de que, entre todas y todos los participantes, elijan los adjetivos que mejor se corresponden con cada componente del grupo. Cada grupo contará con cartulinas suficientes para poder elegir: hay que intentar que no se atribuya a alguien una cualidad sólo porque en las cartulinas no haya otra que le quede mejor.
5. Cuando todos los grupos hayan terminado de repartir los adjetivos, se colocarán en el panel de papel continuo, de forma que toda la clase pueda ver, bajo el nombre de sus compañeras y compañeros, las cualidades que les han atribuido.
6. En gran grupo se dedicarán unos minutos a expresar los sentimientos y conflictos que se hayan suscitado.
7. Opcionalmente, se entregará a todas las personas el listado de frases positivas que presenta Charo Altable en el libro antes citado (página 367) y que reproducimos en la ficha 1.

UNIDAD 1

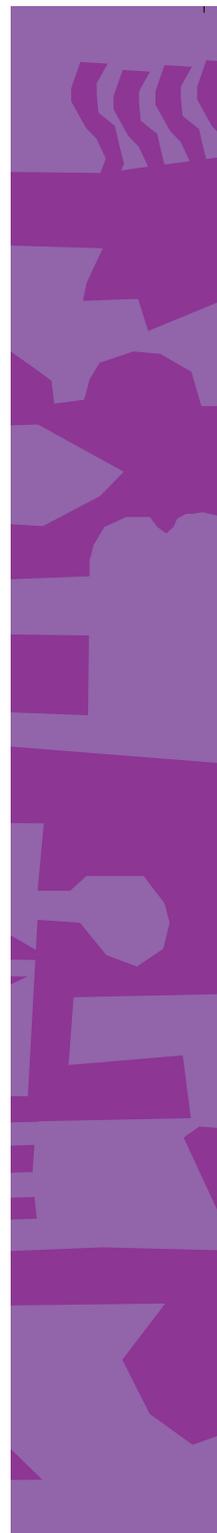
APRENDIENDO A CONOCERSE Y QUERERSE

Sesión 2

El juego de los piropos

FICHA 1

- He de vivir de acuerdo con lo que pienso y no de acuerdo con las creencias o expectativas de otras personas.
- Yo construyo mi vida independientemente de mi familia o grupo de amigos y amigas.
- Mi familia tiene su vida, sus creencias, sus sentimientos, y yo tengo los míos.
- Yo puedo elegir.
- Mi vida me pertenece.
- Yo no soy totalmente independiente de las demás personas, pero puedo aceptar lo más beneficioso para mí y rechazar lo dañino.
- Yo he de salvarme a mí mismo/a. Nadie puede salvarme, pero puedo pedir ayuda.
- Tengo derecho a pedir y dar ayuda.
- Tengo derecho a que me escuchen.
- Tengo derecho a expresar mis opiniones, sentimientos y deseos.
- Pueden intentar chantajearme, pero yo puedo elegir.
- Puedo expresar mi malestar cuando siento que me tratan mal.
- Digo "no" cuando quiero decir no.
- Reconozco que las demás personas pueden ayudarme.
- Tengo derecho a estar enfadado/a, triste, contento/a, etc.
- Tengo derecho a reír y a llorar.
- Yo soy una persona valiosa.
- Confío en mí.
- Tengo errores y puedo corregirlos.
- Tengo problemas, pero puedo pedir ayuda para resolverlos.
- Acepto todos mis sentimientos y los reconozco.
- Tengo derecho a mi sexualidad.
- Tengo derecho al placer, respetando el deseo de las demás personas.



UNIDAD 1

APRENDIENDO A CONOCERSE Y QUERERSE

Sesión 3

Comunicándose con el cuerpo

OBJETIVOS

- Reforzar la importancia del tacto y del contacto en las relaciones humanas.

INDICACIONES PARA EL PROFESORADO

Esta actividad pretende reforzar la importancia del tacto y del contacto piel a piel en las relaciones humanas. Por ello hemos creído importante empezar por representar escenas de la vida cotidiana donde los gestos de nuestro cuerpo y el contacto con el cuerpo de otras personas juegan una valiosa ayuda para demostrar la empatía y favorecer la comunicación.

DESARROLLO

1. Se piden ocho voluntarios o voluntarias para escenificar cuatro situaciones diferentes y se les explica, aparte del gran grupo, qué situaciones tienen que representar.
2. Las situaciones serían las siguientes:
 - a. Consuelo a una amiga por la muerte de un familiar.
 - b. Alegría por el reencuentro, después de un largo tiempo sin verse, de dos amigos.
 - c. Despedida en el andén de una estación.
 - d. Un acto de reconciliación.
3. Se les explica que en todas esas situaciones el lenguaje no verbal es el protagonista y que por lo tanto el diálogo ha de ser muy breve o inaudible. Lo importante es utilizar las manos, los brazos para acariciar, abrazar a la otra persona y transmitirle esas emociones.
4. Después de la representación, se comenta con el gran grupo qué es lo que han sentido, qué dificultades han tenido y, sobre todo, cómo les ha ayudado el lenguaje y/o el cuerpo.

UNIDAD 1

APRENDIENDO A CONOCERSE Y QUERERSE

Sesión 3

Comunicándose con el cuerpo

5.

A continuación se leen en voz alta las siguientes frases:

- "Tengo la sensación de que las muestras de afecto y las caricias son mucho más importantes que todo el sexo del mundo".
- "Me encanta abrazar y que me abracen; tenderme junto a una persona y sentir la silueta de su cuerpo".
- "El contacto físico y la ternura es lo que más me importa al hacer el amor".
 - a. ¿Qué demuestran todas estas expresiones?
 - b. ¿Crees que todas las personas dirían lo mismo? ¿Por qué?



UNIDAD 2

VIVIR LA SEXUALIDAD

Sesión 4

La noche del amor ideal I

OBJETIVOS

- Conocer e identificar los mitos y las actitudes asociadas a las relaciones sexuales.
- Aprender sobre las diversas formas de relación sexual humana.
- Dar una imagen no sólo coital de las relaciones sexuales.

INDICACIONES PARA EL PROFESORADO

Antes de empezar a escribir sus historias los alumnos y alumnas suelen preguntar si esa noche va a ser una noche loca, de lígüe y encuentros casuales o si tiene que ser con una persona especial y que ya conoce de antes, aunque sea sólo de vista. Les indicamos que no hay condicionantes de ningún tipo, sino sólo que se imaginen la noche más perfecta y placentera.

Precisamente la elección del tipo de historia servirá para el comentario. Si se imaginan con una persona desconocida será interesante analizar cómo se han conocido, quién ha tomado la iniciativa, qué elementos de seducción se han pensado o planeado...

Si es con una persona conocida, tendremos en cuenta cuáles son sus cualidades, físicas o psicológicas, si ha habido diálogo, si hay afinidad, cómo se logra la intimidad, etc.

También debemos tener en consideración que pueden surgir historias más procaces y pornográficas, casi siempre de chicos, y que su lectura provocará las típicas risas y comentarios. Se analizarán como las demás y se intentará llevar la discusión al terreno de por qué una persona puede tener necesidad de tener el dominio y el control sobre otra y no querer prestar atención a sus gustos y deseos o, simplemente, destacar qué concepción de la sexualidad demuestra tener con ese tipo de fantasía.

RECURSOS

Adaptación de la actividad propuesta por Charo Altable en *Penélope o las trampas del amor*.

FUENTE

Hoja de papel en blanco y bolígrafo.

UNIDAD 2

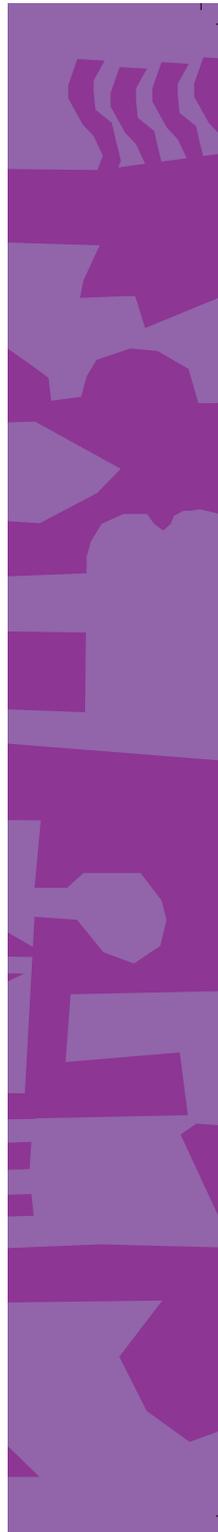
VIVIR LA SEXUALIDAD

Sesión 4

La noche del amor ideal I

DESARROLLO

1.
Ponemos al grupo en círculo y damos un papel en blanco a cada miembro.
2.
Pedimos a cada alumno y a cada alumna que escriba cómo se imagina y desea su noche de amor ideal, pidiendo que sea todo lo fantástica, ilimitada e imaginativa que quieran, y les decimos que no se sabrá quién escribió cada relato. Para ello les recomendamos que escriban con mayúsculas y que pongan arriba únicamente si son chico o chica.
3.
Una vez escrito, todo el mundo deberá doblar la hoja en un número igual de pliegues.
4.
Las recogemos, le damos una hoja a cada persona teniendo cuidado de que no sea la misma que han escrito y se van leyendo en voz alta.
5.
Al finalizar la clase, se recogen de nuevo las historias, que se utilizarán en la siguiente sesión.



UNIDAD 2

VIVIR LA SEXUALIDAD

Sesión 5

La noche del amor ideal II

OBJETIVOS

- Reflexionar críticamente sobre la visión del amor que se desprende de sus narraciones.
- Analizar los roles y estereotipos más comunes que aparecen en las fantasías amorosas.

INDICACIONES PARA EL PROFESORADO

Si se lleva a cabo la votación que se propone en el apartado 4, es posible y deseable que las historias elegidas sean aquellas que describan con más detalle los preparativos del encuentro, la elección del lugar y el momento, la fase de seducción, la complicidad, el placer compartido, etc. Y si no saliese espontáneamente, el profesorado podrá elegir algunas de las mejores.

DESARROLLO

1. Se reparten de nuevo al azar las historias. Se les pide que cada persona lea en silencio la que le ha tocado.
2. A continuación se establece un coloquio en el que se irán comentando las siguientes cuestiones:
 - Cómo se ha producido el encuentro, la fase de acercamiento, si ha habido elementos para la seducción, preparativos o no.
 - Remarcar qué cualidades les han gustado más de la pareja.
 - Destacar si han puesto interés en conocer o no a la otra persona o si ya se conocían de antes.
 - Distinguir si es una relación esporádica o largamente deseada y con intención de repetirse en el futuro.
 - Buscar en qué historias se ha preguntado o se ha tenido en cuenta a la otra persona para decidir qué hacer y a dónde ir a lo largo de la noche.
 - Señalar si hay diferencias en las fantasías de ellos y ellas.
 - Destacar si hay alguna fantasía en la que han utilizado métodos anticonceptivos y para evitar enfermedades de transmisión sexual.
 - Analizar si ha habido consumo de bebidas o de algún otro tipo de droga en la fase de acercamiento y qué papel tenían en el desarrollo de la historia.
3. En definitiva, se trata de analizar los roles y estereotipos más comunes en las historias que han escrito y también de destacar aquellas historias menos estereotipadas o más originales.
4. Resulta bastante conveniente que al finalizar este análisis se lleve a cabo una votación de la historia escrita por chicos que más les ha gustado a las chicas y de la historia escrita por chicas y que más les ha gustado a los chicos.

UNIDAD 2

VIVIR LA SEXUALIDAD

Sesión 6

Decir no a las expresiones de presión

OBJETIVOS

- Ayudar a las y los adolescentes a practicar diferentes formas de decir *no* a las presiones para tener relaciones sexuales.
- Tratar los riesgos de una relación sexual no consentida, la influencia del alcohol y de otras sustancias en la voluntad.

INDICACIONES PARA EL PROFESORADO

Empezamos explicando al grupo que esto es una práctica de la vida real: decir no a alguien cuando no quieres tener relaciones sexuales o decir no a las presiones de amistades. Es importante responder rápidamente y con un buen argumento, antes de que la pareja trate de convencerte. Como ya hemos visto, ninguna persona tiene derecho a obligar a otra a hacer nada que no desee, sea cual sea el momento y la circunstancia. Recordemos también que es una creencia extendida el pensar que las chicas dicen no cuando quieren decir sí y que, por lo tanto, los chicos deben insistir.

RECURSOS

- Ficha 1.

FUENTE

LÓPEZ SÁNCHEZ, Félix (1995) *Educación sexual de adolescentes y jóvenes*, Siglo XXI, Madrid, pp. 182-185.



UNIDAD 2

VIVIR LA SEXUALIDAD

Sesión 6

Decir no a las expresiones de presión

DESARROLLO

1. Pedimos dos personas voluntarias (chico y chica, si es posible) para hacer de jueces en el juego y dividimos al resto en dos equipos.
2. Les decimos que éste es un concurso para ver qué equipo da las mejores respuestas a las frases que los chicos o las chicas pueden decir para presionar para tener relaciones sexuales.
3. El equipo A y el equipo B se sientan a cada lado del aula. El profesor o profesora será el animador del juego, leyendo cada frase en voz alta (ficha 1). Después de leer la frase los equipos se reúnen y formulan una buena respuesta. El primer equipo que tenga la respuesta levantará la mano.
4. Los dos jueces y el profesor o la profesora decidirán cuál es la mejor respuesta y el equipo obtendrá un punto. El equipo ganador es el que obtenga más puntos.
5. Para finalizar se hará un debate sobre los siguientes puntos de discusión:
 - a) Definimos entre todos qué es una frase de presión (cuando alguien te amenaza, miente, humilla o te molesta, está usando una expresión para presionarte a tener relaciones sexuales o, en general, a hacer cualquier cosa que no se desea).
 - b) ¿Qué impide dar buenas respuestas contra la presión?
 - c) ¿Qué se puede hacer si tu pareja te sigue presionando? Señala cuáles son, entre las siguientes, las mejores soluciones:
 - Decir no y repetirlo tajantemente.
 - Dar razones para decir *no*.
 - Tomar la ofensiva: decir cómo te está haciendo sentir la continua presión de esa persona.
 - Rehusar a seguir discutiendo el asunto. Marcharse.
 - d) ¿Es más común para las chicas o para los chicos usar frases de presión? ¿Por qué?
 - e) ¿Hay situaciones en que las frases de presión son buenas?
 - f) ¿Qué factores pueden debilitar nuestra voluntad para sucumbir finalmente a la presión?

UNIDAD 2

VIVIR LA SEXUALIDAD

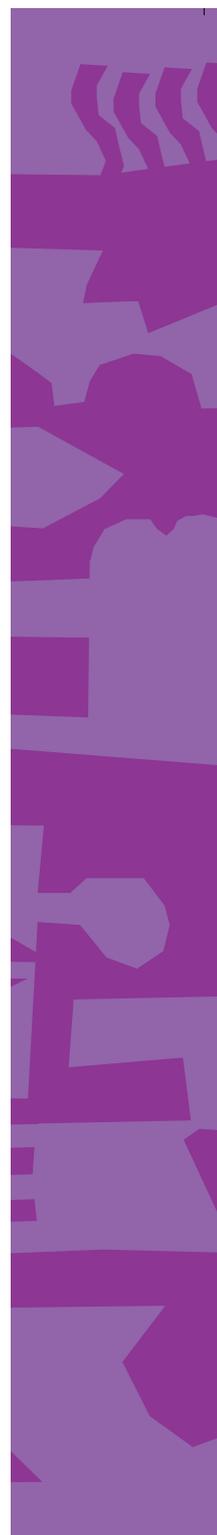
Sesión 6

Decir no a las expresiones de presión

FICHA 1

EXPRESIONES DE PRESIÓN

1. No se lo diré a nadie.	
2. Si me quisieras, te acostarías conmigo.	
3. Lo que ocurre es que eres una estrecha.	
4. Esto hará más profunda nuestra relación.	
5. Si no querías hacerlo, ¿para qué empezaste?	
6. Vamos a tomar algo y así nos pondremos a tono.	
7. No pasa nada porque hoy lo hagamos sin condón.	



UNIDAD 2

VIVIR LA SEXUALIDAD

Sesión 7

Hablar, hablar... de sexo

OBJETIVOS

- Romper con el tabú que impide hablar sobre sexo, placer y satisfacción.
- Proponer formas de abordar estos temas.
- Introducir el sentido del humor para relajar la tensión.

CONCEPTOS CLAVE

- Orgasmo.
- Masturbación.
- Petting.

INDICACIONES PARA EL PROFESORADO

Hablar abiertamente de sexo en un contexto de iniciación de una relación es realmente difícil, sobre todo si se tiene en cuenta que se ponen en juego muchas cuestiones: la propia autoestima, el miedo al rechazo, a hacer el ridículo, etc. No obstante, debe hacerse hincapié en que no es lo mismo la mecánica reproductiva que pasa necesariamente por el coito (o por el laboratorio, si pensamos en la reproducción artificial) que las habilidades amoratorias que requieren de las atenciones a los gustos y deseos de la pareja sexual. Es interesante realizar esta actividad tras haber separado al alumnado por sexos para poder hablar abiertamente.

RECURSOS

- Libro de MARTÍN, Andreu y RIBERA, Jaume (2004): *Diario rojo de Flanagan*, Destino, Barcelona, Literatura juvenil.

UNIDAD 2

VIVIR LA SEXUALIDAD

Sesión 7

Hablar, hablar... de sexo

FICHA 1

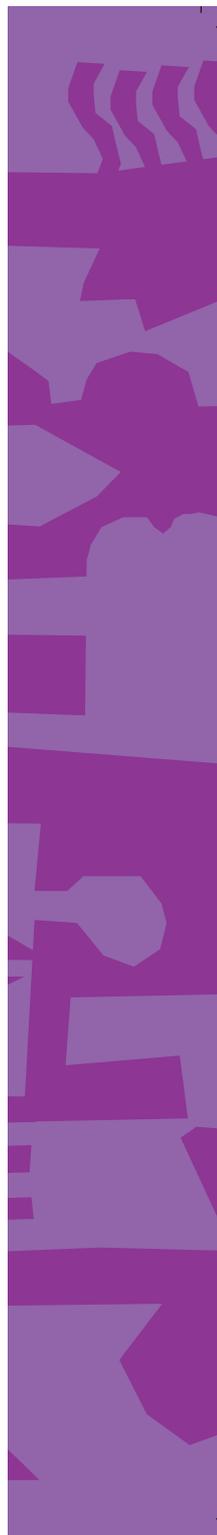
1.

Se empieza pidiendo tres personas voluntarias (o escogiéndolas si conocemos al grupo) para que lean el personaje de Flanagan, el de Carlota y el de Narrador, que será la voz en off de los pensamientos de Flanagan (Ficha 1). Antes de realizar la primera lectura en voz alta deben leerlo un par de veces para poder interpretarlo mejor. Debe tenerse en cuenta que la situación les va a resultar un poco cortante por el lenguaje y por el tema que van a leer y que puede que haya interrupciones, risas, etc.

2.

Después de la lectura les pedimos que comenten qué les ha parecido la situación y les hacemos las siguientes preguntas que pueden servir de guión para el debate:

- Carlota y Flanagan hablan de dos encuentros anteriores diferentes. Intenta describir qué crees que pasó en estos encuentros desde el punto de vista de cada uno de ellos.
- ¿De qué dependen las "habilidades sexuales" en cada una de las situaciones descritas?



UNIDAD 2

VIVIR LA SEXUALIDAD

Sesión 7

Hablar, hablar... de sexo

FICHA 1

NARRADOR: Carlota y Flanagan se encuentran en casa de Carlota. Ésta está preparando unas creps en la cocina de la casa. Le da a probar una crep a Flanagan.

CARLOTA: ¿Quieres repetir?

N: Flanagan piensa que ahora se lo pone en bandeja, que ahora la puede abrazar. Hace rato que reprime las ganas.

FLANAGAN: Quiero repetir lo del otro día. No he dejado de pensar en eso ni un momento.

N: Flanagan se alarma al ver que Carlota no responde en el momento

C: Bueno...

F: ¿No quieres?

C: No te enfades, pero... Mira, para mi gusto fue demasiado rápido.

N: ¿Demasiado rápido? Flanagan tenía la sensación de que le estaba atacando a traición y sin darle tiempo de preparar la estrategia defensiva. ¡Le había dedicado horas de caricias antes de entrar en ella! ¿Es que no se lo había pasado bien?

F: ¿No te lo pasaste bien?

C: Me lo pasé bien sobre todo por la emoción de estar contigo, pero, en cambio, no llegué a... Mira, no sé cómo decírtelo. No llegué a sentir lo mismo que el primer día. Me lo pasé mejor cuando sólo me acariciaste.

N: ¿Cómo podía decir aquello? ¿Cómo podía ser mejor una masturbación que... que... que aquello? Confirmaba lo que ya había escrito en su diario: que la habilidad sexual no era una cosa instintiva, una formación que todos llevamos en los genes. Quizá sí en lo referente a la reproducción, pero no en lo que atañe al placer. Pero claro, esa es la teoría, la práctica resulta más complicada.

C: Me parece que habría necesitado más tiempo.

F: ¿Más tiempo?

C: Pues sí, más caricias y más besos y ... no tener tanta prisa por... Ya me entiendes, ¿no? Además, creo que habría continuado necesitando que me acariciaras mientras estabas... Ya me entiendes, ¿verdad?

N: De nuevo se confirma la necesidad de hablar y hablar de sexo. Claro, porque si no se lo dice, no lo sabe. Pero, ¡jo, qué fracaso, piensa Flanagan.

F: Pero si no recuerdo mal, yo te iba acariciando mientras...

N: Los dos lo estaban pasando fatal. Era evidente que a Carlota se le hacía muy violento decirle a Flanagan aquello. Pero ella pensaba que tenía que decirse, claro.

C: Me refería a caricias en un punto muy concreto.

F: ¿En el...? ¿En el clitoris?

N: Flanagan recordó las veces que había oído hablar de la dificultad de encontrar... A lo mejor tendría que haberle preguntado "¿Me puedes indicar dónde está, exactamente?", pero siempre le había dado vergüenza preguntar direcciones cuando estaba perdido.

C: No te enfadas porque te lo diga, ¿no?

F: Al contrario. Siento mucho que no me lo dijeras el otro día.

C: ¿Por qué no me lo preguntaste tú?

F: No te lo pregunté porque me lo estaba pasando estupendamente. Cuando estás convencido de que las cosas van bien, no se te ocurre hacer esa clase de preguntas. (...)

N: Más tarde, cuando lo hicieron otra vez descubrieron que no se necesita ningún poder especial ni un máster en Harvard; sólo con algo tan sencillo como es hablar superando vergüenzas y tabúes, y estar atento cada uno a lo que quería el otro, la experiencia fue fantástica para los dos.

UNIDAD 2

VIVIR LA SEXUALIDAD

Sesión 8

No a la homofobia

OBJETIVOS

- Fomentar la empatía hacia personas de distinta orientación sexual.

INDICACIONES PARA EL PROFESORADO

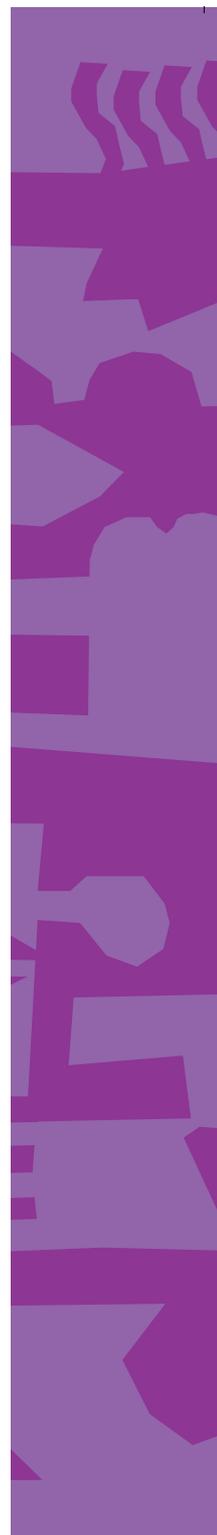
Por desgracia el desprecio y la violencia, en el peor de los casos, o la invisibilidad en el menos malo, son dos actitudes bastante frecuentes de enfrentarse a las orientaciones sexuales minoritarias en nuestra sociedad. Esto sigue más o menos presente en los centros de enseñanza y creemos que la forma de abordarlo es intentando que el alumnado se ponga en la piel de sus víctimas. Después intentaremos deshacer falsas creencias y desterrar el desconocimiento que sobre la orientación sexual existe.

RECURSOS

- Ficha 1.

FUENTE

El testimonio está sacado del libro de LÓPEZ SÁNCHEZ, Félix (2006): *Homosexualidad y familia: lo que los padres, madres, homosexuales y profesionales deben saber y hacer*, Graó, Barcelona.



UNIDAD 2

VIVIR LA SEXUALIDAD

Sesión 8

No a la homofobia

DESARROLLO

1.

Se reparte una fotocopia del testimonio entre todo el alumnado y se lee en voz alta. Para prestar más atención se puede cambiar de lector o lectora en cada párrafo.

2.

Ponte en el lugar de la persona que nos ha contado su historia y responde a las siguientes cuestiones:

- ¿Cómo crees que se ha podido sentir durante el tiempo en que estaba en el instituto y le atraía su compañero y amigo?
- ¿Qué tipo de relación te parece que le ha sido más difícil de soportar?:
 - El no poder decírselo a sus amigos.
 - El no poder mantener una relación afectiva con la persona de la que se siente enamorado.
 - El no poder contárselo a su familia.
 - El desconocer qué es lo que realmente está pasando y nunca haber conocido a nadie homosexual y no haber oído hablar del tema.
- “A los dieciséis años dejé los estudios y empecé a trabajar aquí y allá, dando tumbos de un lado para otro”. ¿Te parece muy exagerado que esta situación afecte tanto a la vida de una persona: la relación con los amigos, la familia, el rendimiento escolar, los trastornos de personalidad y hasta las ideas de suicidio? ¿Cómo crees que se podría llevar mejor?
- Si un amigo o una amiga con quien tienes mucha confianza te cuenta que siente atracción por una persona de su mismo sexo, ¿cuál sería tu reacción?
 - Le diría que vaya al médico o al psicólogo.
 - Dejaría de ser su amigo o amiga por si acaso es contagioso.
 - Dejaría de ser su amigo o amiga por si acaso la gente piensa que también yo lo soy.
 - Le diría que a mí no me importa y que desde luego seguiría siendo su amigo o amiga.
 - Lloraría del disgusto.
 - Lo sentiría como una traición por todo este tiempo sin yo saber nada.
 - A partir de ese momento le vería como una persona diferente, desconocida para mí.

UNIDAD 2

VIVIR LA SEXUALIDAD

Sesión 8

No a la homofobia

FICHA 1

Testimonio

“Los problemas empezaron para mí a partir de los 13 años cuando me enamoré locamente de Juan, uno de mis amigos. Sólo quería estar con él y él me ponía negro, porque tonteaba con las chicas; era muy guapo y las chicas le hacían mucho caso.

Pero lo peor era que yo no sabía muy bien lo que me estaba pasando, me sentía muy raro y asustado, Yo había oído hablar de la homosexualidad, pero en realidad no sabía nada y encima no había conocido nunca a nadie homosexual: ¿lo era yo? ¿O simplemente me gustaba Juan?

Todo el mundo empezó a verme raro. Ese curso fue terrible para mí: confuso, raro, obsesionado con Juan, preocupado, ansioso. Al final empecé a suspender y mis padres me llevaron a clases particulares. Acabé aprobando todo, pero con notas muy bajas.

Finalmente, mis compañeros se dieron cuenta de que me pasaba algo y que hacía cosas raras en relación con Juan. Éste también se mosqueó. Un compañero me dijo un día que parecía “un maricón” y que perseguía a Juan. Fue terrible, no sabía donde meterme. Estuve una semana sin ir al colegio, me llevaron a un psiquiatra que me dio ansiolíticos, porque yo sólo le dije que estaba muy nervioso.

Cuando empezó el siguiente curso, resulta que Juan ya tenía una amiga o novia, y eso sí que fue imposible para mí. Pensé hasta en el suicidio.

No podía decir nada en casa, a pesar de que empecé a pensar en firme que era homosexual. Busqué y leí cosas, que me ayudaron en parte, aunque me llené de miedo al confirmar que seguramente sería homosexual toda la vida. Tenía miedo de que se me notara, que los amigos o mis padres lo sospecharan, que fuera verdad para siempre. No lo acepté hasta mucho después, en realidad hasta que tuve una pareja que me ha ayudado mucho. Bueno, yo también a él.

La relación con mis padres se fue deteriorando. Claro, lo más importante para mí, no se lo podía decir. Hablaron con el psicólogo del instituto, me llevaron a verle, pero yo no me atreví a decirle nada.

A los dieciséis años dejé los estudios y empecé a trabajar aquí y allá, dando tumbos de un lado para otro. Cada vez tenía más problemas para tener amigos y me fui quedando muy solo. Cuando pude me fui a Barcelona, con 18 años, busqué trabajo y empecé a hacer una vida en paralelo, sobre todo frente a mi familia, que no sabía nada de cómo vivía.

He hecho una vida paralela hasta hace un año, cuando con 28 años se lo dije primero a mi hermana y luego a mi familia. Mi hermana reaccionó muy bien y me ayudó para que nuestros padres lo aceptaran. Mi madre lloró mucho, pero nunca me rechazó. Mi padre fue otra cosa, reaccionó muy mal, llegó a decir que no quería saber nada de mí, que era su vergüenza, pero poco a poco ha ido soportando los hechos y ahora parece que empieza a aceptarlo también”.

(M. 29 años).

UNIDAD 2

VIVIR LA SEXUALIDAD

Sesión 9

Desterrando mitos

OBJETIVOS

- Desterrar mitos y falsas creencias sobre la homosexualidad en mujeres y varones.

INDICACIONES PARA EL PROFESORADO

Todas las afirmaciones que se proponen en esta sesión son falsas y son reflejo de los prejuicios más comunes sobre la homosexualidad. Se habrían podido plantear de una manera positiva pero consideramos que así se ponen sobre la mesa las creencias más tóxicas.

DESARROLLO

1. Empezamos formando grupos de cuatro o cinco estudiantes y cada grupo debe elegir un portavoz. Se les reparten las hojas de la ficha 1 con las afirmaciones sobre la homosexualidad y se les pide que comenten y anoten las reflexiones en torno a cada una de ellas explicando si están de acuerdo o en desacuerdo y por qué.
2. Se realiza una ronda de intervenciones sobre cada una de las afirmaciones. El profesorado realizará las aclaraciones que crea oportunas. En la ficha 2 se ofrecen argumentos que pueden ser útiles.
3. Si al terminar de comentar todas las frases sobra tiempo, se podría abrir un debate sobre en qué medida el reconocimiento de los derechos de las personas homosexuales que otorgan las leyes favorecerá la aceptación social.

UNIDAD 2

VIVIR LA SEXUALIDAD

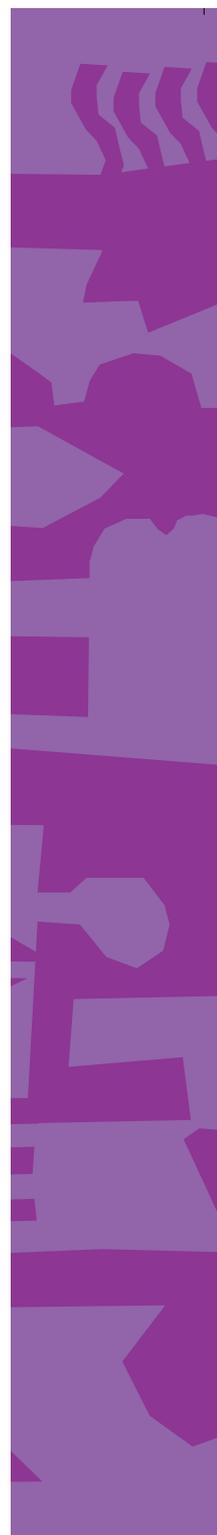
Sesión 9

Desterrando mitos

FICHA 1

VERDADERO O FALSO

1. La homosexualidad es un vicio.
2. Se sabe que una mujer es lesbiana porque son "marimachos".
3. Todos los gays son afeminados.
4. El hecho de tener una relación sexual o fantasías con una persona de tu mismo sexo significa que eres gay o lesbiana.
5. Un gay/lesbiana siempre desea sexualmente a sus amigos del mismo sexo.
6. Todos los gays y todas las lesbianas son personas promiscuas.
7. Algunas personas se hacen homosexuales porque tienen dificultades para establecer relaciones con personas del otro sexo.
8. La persona homosexual desea cambiar de sexo.
9. La homosexualidad es una enfermedad y se puede curar sometiéndose a tratamiento médico o psicológico.
10. Antes había menos gays y lesbianas que ahora.
11. Si aceptamos a los gays y las lesbianas, habrá más que ahora.
12. Una persona que quiera dejar de ser homosexual puede hacerlo si realmente quiere.



UNIDAD 2

VIVIR LA SEXUALIDAD

Sesión 9

Desterrando mitos

FICHA 2

1.- La homosexualidad es un vicio.

Al hablar de homosexualidad se hace referencia a las prácticas sexuales entre personas del mismo sexo. Este tipo de prácticas está atestigüado desde los inicios de la Historia. Por lo tanto se trata de un fenómeno natural, documentado en el género humano y también en diversas especies animales.

A lo largo de la Historia han existido culturas que abordan con naturalidad el fenómeno de la homosexualidad y otras que lo condenan a partir de determinados argumentos. Ésta última actitud ha propagado diversas ideas, entre otras, que se trata de un vicio.

2.- Se sabe que una mujer es lesbiana porque son “marimachos”.

El aspecto físico no es un elemento que nos permita determinar si una persona es homosexual. Normalmente existe la idea de que los gays son afeminados y las lesbianas unos marimachos. Pero eso no siempre es así. Hay gays con aspecto muy masculino y lesbianas femeninas, del mismo modo que hay heterosexuales que por sus modales, timbre de voz u otros rasgos podrían parecer gays.

3.- Todos los gays son afeminados.

Lo mismo que lo anterior.

4.- El hecho de tener una relación sexual o fantasías con una persona de tu mismo sexo significa que eres gay o lesbiana.

Tener dudas o fantasías con personas del mismo sexo es algo que les ocurre a muchas personas. Eso no significa que automáticamente deban considerarse gays o lesbianas. Si estas fantasías generan dudas, lo mejor es aceptarlo con naturalidad. La orientación sexual se irá definiendo por sí misma. El miedo sólo sirve para generar angustia y auto-rechazo. En cualquier caso cualquier orientación sexual es igualmente válida y respetable.

5.- Un gay o una lesbiana siempre desea sexualmente a sus amigos del mismo sexo.

No es cierto que todos los gays o todas las lesbianas aspiren a mantener relaciones sexuales con sus amistades. Aunque puede darse la circunstancia de que un gay o una lesbiana sienta atracción sexual por algún amigo o amiga, no es lo habitual, del mismo modo que en una pandilla de chicos y chicas hay quienes sienten alguna atracción sexual y en otros muchos casos simplemente es amistad.

6.- Todos los gays o lesbianas son personas promiscuas.

Al igual que entre las personas heterosexuales, entre los gays y las lesbianas hay quienes son totalmente fieles a su pareja, del mismo modo que existen quienes creen que mantener numerosas relaciones sexuales no es algo condenable.

UNIDAD 2

VIVIR LA SEXUALIDAD

Sesión 9

Desterrando mitos

7.- Algunas personas se hacen homosexuales porque tienen dificultades para establecer relaciones con personas del sexo contrario.

Entre las personas existen todo tipo de caracteres, en algunas predomina la timidez a la hora de relacionarse con otra gente mientras que en otros casos la extroversión y la simpatía facilita esa comunicación. Este hecho no guarda ninguna relación con la orientación sexual. Si alguien se caracteriza por su timidez, será igual de tímido como gay, como lesbiana o como heterosexual.

8.- La persona homosexual desea cambiar de sexo.

La homosexualidad es la atracción que se siente por personas del mismo sexo. Un caso diferente es la transexualidad, que ocurre cuando en una persona no coinciden el sexo físico y el género con el que se identifica. Hay hombres que se sienten mujeres, son transexuales femeninas y mujeres que se sienten hombres, transexuales masculinos. Muchas de estas personas desean cambiar de sexo mediante una operación conocida como cirugía de reasignación de sexo (CRS). Aún así, hay también personas transexuales que no llegan a someterse a dicha operación.

9.- La homosexualidad es una enfermedad y se puede curar sometiéndose a tratamiento médico o psicológico.

Hubo épocas en las que se creía que la homosexualidad era una enfermedad. Sin embargo, desde hace mucho tiempo tanto médicos como psiquiatras rechazan esta idea. Organismos oficiales como la Organización Mundial de la Salud (OMS) o la Asociación de Psiquiatría Americana (APA) decidieron eliminar la homosexualidad y el lesbianismo del listado de enfermedades.

10.- Antes había menos gays y lesbianas que ahora.

Eso es algo que nunca se sabrá. Antes, debido a la represión existente, muchos gays y muchas lesbianas no se atrevían a manifestar públicamente su orientación sexual o sus afectos. El desarrollo del movimiento social LGTB (lesbianas, gays, transexuales y bisexuales) ha permitido iniciar un proceso de normalización en numerosas partes del mundo con el que se ha logrado un aumento de la visibilidad de estas personas.

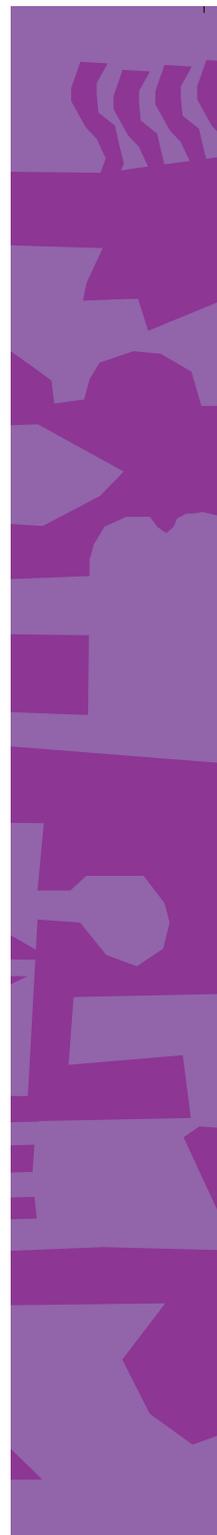
11.- Si aceptamos a los gays y las lesbianas habrá más que ahora.

Aunque no se conoce el número exacto de gays, de lesbianas o de personas transexuales, se suele dar por válida la idea de un número que oscila entre el 7% y el 10% de la población. La orientación sexual es un fenómeno normal que le ocurre a todas las personas y no guarda ninguna relación con las modas o los caprichos.

12.- Una persona que quiera dejar de ser homosexual puede hacerlo si realmente quiere.

Hay personas que debido al rechazo social que existe con la homosexualidad se odian a sí mismas y desearían cambiar su orientación sexual. Algunos médicos y psiquiatras dicen que se puede cambiar la orientación sexual. Sin embargo no está demostrado que pueda ser así. Existen numerosos testimonios de quienes lo intentaron y finalmente han reconocido que sólo sirvió para incrementar su sufrimiento.

El día que se admita con naturalidad cualquier orientación sexual dejará de tener sentido que haya personas que aspiren a cambiar la suya. Será un fenómeno tan natural como tener el pelo rubio o los ojos de cualquier color: una característica más de cada individuo.



UNIDAD 3

NOS TRATAMOS BIEN IV

Sesión 10

Por los buenos tratos

OBJETIVOS

- Aprender a manejar los conflictos en parejas de adolescentes.
- Ayudar a adquirir habilidades sociales y recursos, tanto para evitar conflictos, como para resolverlos o para detectar situaciones de riesgo.
- Dar una visión más positiva y optimista de las relaciones humanas.

INDICACIONES PARA EL PROFESORADO

Los conflictos que pueden desembocar en conductas violentas existen entre parejas jóvenes, y no podemos evitarlas eludiendo las situaciones que las generan sino dando soluciones y proponiendo alternativas. Por eso hemos preferido dar también una imagen de trato no sólo correcto sino afectuoso entre las personas jóvenes.

RECURSOS

- Ficha 1.
- Ficha 2.

FUENTES

- La primera actividad está recogida de los *Materiales didácticos para la prevención de la violencia de género*, de la Junta de Andalucía.
- La actividad opcional aparece en SANCHÍS, Rosa (2005): *¿Todo por amor?* Octaedro, Barcelona, p. 171.

DESARROLLO

1.
Se empieza repartiendo una fotocopia con los tres casos (ficha 1) que van a ser tratados. Se hace una lectura en voz alta de cada uno de ellos.

2.
Después de la lectura les pedimos que comenten qué les han parecido las situaciones, si son realistas, que valoren las actitudes de los y las protagonistas y si podían haber reaccionado de otra manera. Para ello se incluye otra ficha orientativa (ficha 2) donde aparecen una serie de preguntas que pueden ser respondidas primero en pequeño grupo y luego en gran grupo.

UNIDAD 3

NOS TRATAMOS BIEN IV

Sesión 10

Por los buenos tratos

ACTIVIDADES OPCIONALES

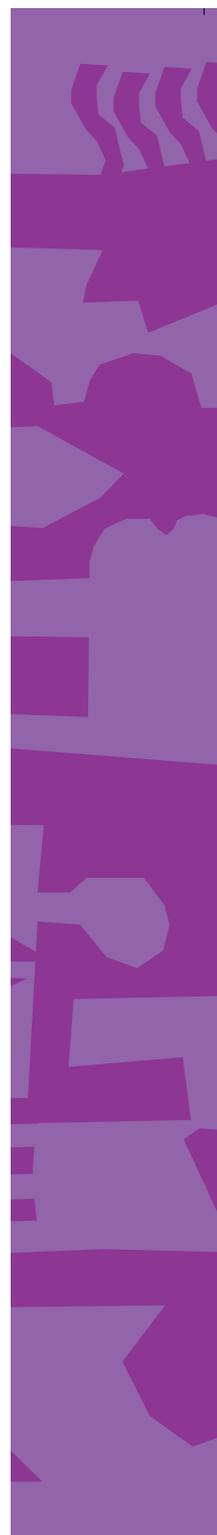
Proponemos la lectura del texto que aparece a continuación. Las cuestiones permitirán un debate sobre el tema.

HOMBRES CONTRA LA VIOLENCIA

Mucha gente cree que los hombres están predispuestos por naturaleza a la agresión y la brutalidad. No obstante, los científicos que estudian la naturaleza informan de que la violencia es una posibilidad dentro del comportamiento humano, pero no por eso inevitable, y que la mitad de las sociedades tribales investigadas no son violentas o lo son a niveles muy bajos. En algunas sociedades no existe la violación ni el maltrato a la esposa, ni las peleas, ni la guerra. Todo ello es la mejor prueba que tenemos de que la especie humana, en general, y los hombres, en particular, no están genéticamente programados para la violencia. De tal manera que, si la violencia no es una necesidad biológica, entonces debe tener lugar el aprendizaje de este comportamiento. Es cierto que estamos rodeados por violencia. A la edad de 18 años, los niños han visto en televisión 18.000 muertes violentas; además ven la brutalidad en los deportes y oyen a respetados líderes políticos explicar por qué es necesario empezar una nueva guerra. Además, a los niños les pegan sus padres, ven cómo éstos se pelean y aprenden, así, que la violencia y el amor van juntos (...)

Los hombres no sólo no han utilizado la violencia para mantener el poder y el control sobre las mujeres o sobre otros hombres, sino que han aprendido a pensar en el poder como su capacidad para dominar y controlar el mundo, la gente de su alrededor y sus propias emociones. El poder es comparado con la masculinidad, y puede ser ejercido de diferentes maneras: con dinero, ideas, encanto, cerebro o fuerza bruta. Cualquiera que sea el método, los hombres hemos aprendido que ser un hombre significa algún tipo de poder y control. La mayoría de los hombres no son violentos, pero sentimos que tenemos que estar arriba, al menos en algún aspecto de nuestras vidas. El problema es que muchos hombres sienten que no tienen el control. Si se equipara ser un hombre a tener poder, la falta de éste puede hacer que te sientas incompleto, inadecuado, impotente. ¿Qué hacen los hombres con esto? Muchos utilizan el acoso sexual, el abuso y la violencia como una forma inconsciente de conseguir su equilibrio masculino, para sentir que realmente son hombres. Los acosadores, violadores, maltratadores y asesinos de mujeres no están necesariamente locos. Son hombres con dolor, que tomaron el mensaje de que tienen que dominar para ser hombres.

Por eso, nuestro mensaje para cambiar las cosas es el siguiente: si la desigualdad entre hombre y mujer es el origen de la violencia masculina, hemos de considerar la igualdad como un éxito clave para el cambio. El feminismo es una visión de igualdad entre el hombre y la mujer. Es una visión de la liberación



UNIDAD 3

NOS TRATAMOS BIEN IV

Sesión 10

Por los buenos tratos

para la mujer. Es, como cada día más hombres están descubriendo, una liberación para los propios hombres que libera de las luchas por el poder, de las presiones para competir, de la distancia emocional de los hijos e hijas, de otros hombres, de las mujeres y de la violencia que caracteriza nuestras vidas de una u otra forma. Es por eso que durante una semana al año, que empieza el 25 de noviembre, millones de hombres en Canadá, y cada día más en todo el mundo, llevan un lazo blanco. Es la promesa pública de que nunca se comprometerán, condonarán o permanecerán silenciosos ante la violencia contra las mujeres y que serán padres más activos, preocupados y amorosos, que sirvan de ejemplo a sus hijos e hijas y a los hombres de su entorno, y que se comprometen a analizar el sexismo en sus vidas. La Campaña del Lazo Blanco es la declaración de que, incluso si no se es parte del problema, todos podemos ser parte de la solución. Más que cualquier otra cosa, la campaña es un mensaje de amor sobre la bondad de los hombres.

Michael Kaufman. *El País*, 18-07-2000.

Preguntas

1. ¿Por qué usan los hombres la violencia, según el autor del artículo? ¿Cuál es tu opinión? ¿Crees que tiene solución?
2. En cuanto a la actual "violencia doméstica", ¿crees que es sólo un problema de las mujeres o también los hombres pueden hacer algo para que desaparezca?
3. ¿Qué te parecen iniciativas como las del lazo blanco? ¿Crees que podría tener una repercusión mundial?
4. ¿Qué es para ti el feminismo? ¿Y para el autor del artículo?
5. ¿Qué aporta el feminismo a las mujeres? ¿Y a los hombres?
6. ¿Sólo las mujeres son feministas? ¿Te atreverías a firmar la siguiente declaración: YO TAMBIÉN SOY FEMINISTA?

UNIDAD 3

NOS TRATAMOS BIEN IV

Sesión 10

Por los buenos tratos

FICHA 1

CASO 1:

Óscar y Ana se conocieron hace seis fines de semana y desde entonces salen juntos. Este sábado habían quedado a las cinco para ir al cine. Cuando Ana ya está preparada para salir, Óscar la llama por teléfono diciéndole que está con sus amigos y que, como hace mucho tiempo que no los ve, le gustaría salir esa tarde con ellos, porque van a ver un partido de fútbol juntos.

Ana le dice: "Muy bien, vete con ellos, pero a mí no me vuelvas a llamar".

CASO 2:

Sandra y Jesús están en una discoteca. Después de un buen rato bailando, se sientan en un sofá que está alejado de la pista. Empiezan a besarse y a acariciarse. Los dos están muy a gusto. En un momento determinado, Sandra le dice a Jesús que quiere volver a la pista. Él le contesta: ¿Por qué, Sandra, si estamos muy a gusto? Ella insiste en bailar y él le contesta: "El otro día me hiciste lo mismo. Me pones como una moto y luego quieres que paremos".

CASO 3:

Antonio y Raquel son novios desde hace cinco meses. Los dos están muy contentos y felices. El último sábado, fueron a una discoteca a bailar. Nada más llegar, Raquel vio al fondo de la sala a un antiguo novio suyo, al que hacía mucho tiempo que no veía. Fue directamente hacia él, muy contenta, y se saludaron con un beso.

Antonio no se acercó. Observó la escena desde lejos.

Cuando Raquel volvió junto a él, éste le dijo: "A mí no me vuelvas a hablar, eres una puta".

FICHA 2

GUIÓN PARA EL ANÁLISIS Y RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS EN PAREJAS ADOLESCENTES

1. ¿Qué crees que siente él? ¿Y ella?
2. ¿Por qué crees que ella ha actuado así? ¿Y él?
3. ¿Tienen derecho a actuar como han actuado estas dos personas?
4. ¿Qué alternativas darías a cada una de las dos personas para que puedan solucionar su conflicto?

UNIDAD 4

EMBARAZOS NO DESEADOS, ITS Y SIDA

Sesión 11

Relaciones sexuales y anticonceptivos

OBJETIVOS

- Fomentar el conocimiento de los riesgos en las relaciones sexuales no protegidas contra embarazos no deseados y/o enfermedades de transmisión sexual.
- Conocer los métodos anticonceptivos, sus ventajas y sus inconvenientes.
- Promover la búsqueda de información adecuada y veraz en las personas e instituciones que tienen competencia para ello.

INDICACIONES PARA EL PROFESORADO

Los embarazos no deseados siguen siendo un problema importante para la juventud. No se pretende asustar, pero sí informar de los riesgos y de cómo evitarlos con el uso de los métodos anticonceptivos. Es necesario advertir que, algunos de estos embarazos se producen en situaciones de pérdida de la voluntad por el consumo del alcohol o de otras sustancias, y hacer hincapié en que una persona sólo debería mantener relaciones sexuales coitales con quien y cuando realmente lo deseara, sin ningún tipo de presión o coacción.

En Asturias, el número de embarazos de adolescentes (menores de 20 años), es en la actualidad sensiblemente menor que a comienzos de los años noventa: 810 en 1990 y 369 en 2005. Pero también el número de mujeres de esa edad ha descendido de forma importante; por ello es necesario relacionar el número de embarazos con la población de mujeres adolescentes, para poder valorar la situación.

La tasa de embarazo (número de embarazos por cada 1000 adolescentes) presentó una tendencia descendente en la década de los noventa. Sin embargo, a partir de 1999, se apreció un incremento, llegando a 16 embarazos por cada 1000 adolescentes en 2005. Esta cifra no es alarmante, ya que está sensiblemente por debajo de la media estatal, que fue de 23 en ese mismo año 2005.

No obstante, seis de cada diez embarazos de adolescentes asturianas terminan en aborto, lo cual señala que, al menos, éstos son no deseados y, por tanto, sería necesario poner en marcha los mecanismos necesarios para prevenirlos.

El Programa de Dispensación de la Píldora Postcoital, que se puso en marcha en julio de 2005, está siendo ampliamente utilizado por las adolescentes. Aunque sólo se tiene información por edad del 55% de las píldoras prescritas, las adolescentes presentan la tasa más alta de utilización. Se sabe que hay un 10% de reincidentes, aunque esta información no está desagregada por edad. La utilización repetida de esta píldora podría, además, entrañar riesgos para la salud de las mujeres. Debemos insistir en que la píldora postcoital debe ser utilizada como una alternativa de emergencia y no de forma habitual.

Así pues, las mujeres siguen siendo las responsables de la contracepción y además ellas y sus parejas, al no utilizar preservativo, están en riesgo de infecciones de transmisión sexual (ITS), entre ellas el VIH,

UNIDAD 4

EMBARAZOS NO DESEADOS, ITS Y SIDA

Sesión 11

Relaciones sexuales y anticonceptivos

sobre todo en unas edades en las que es frecuente tener varias parejas simultáneas o sucesivas.

Es, por tanto, necesario abordar que la contracepción debe ser una responsabilidad compartida, facilitando la información necesaria sobre los distintos métodos y la accesibilidad a los mismos.

FUENTE

La actividad opcional está inspirada en el libro de Rosa Sanchís (2005) *¿Todo por amor?*, obra citada, p. 156.

DESARROLLO

1.

Empezamos escribiendo en el encerado:

“En Asturias en el año 2005 se produjeron 369 embarazos en adolescentes, lo que supone dieciséis embarazos por cada mil mujeres menores de veinte años”.

“Un embarazo no deseado condiciona el futuro educativo y laboral de la adolescente”.

“Un embarazo no deseado supone un impacto psicológico para una mujer de cualquier edad”.

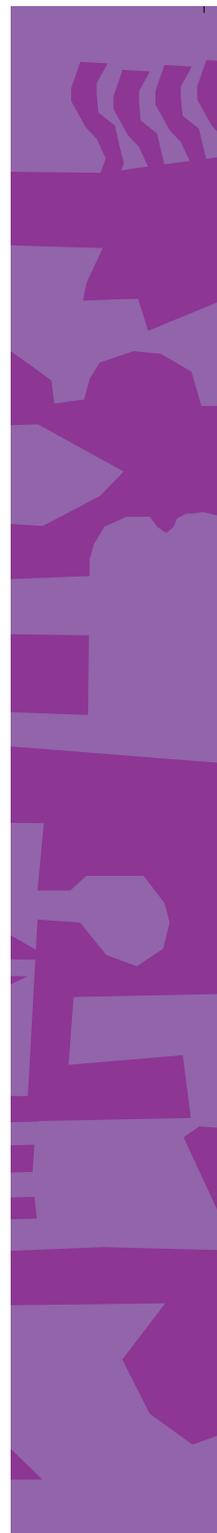
“Más de la mitad de los embarazos en adolescentes finaliza en aborto”.

“El aborto supone una agresión al propio cuerpo y un impacto emocional fuerte para cualquier mujer”.

2.

Proponemos las siguientes cuestiones para el debate:

- a) ¿Por qué creéis que se producen estos embarazos no deseados?
- b) ¿Están los jóvenes y las jóvenes bien informados? ¿Se realiza una buena educación sexual en el seno familiar y en la escuela? ¿Echáis algo en falta?
- c) Imaginaos, por un momento, que sois padres y madres en la actualidad:
 1. ¿Qué actividades dejaríais de hacer?
 2. ¿Seguiríais estudiando?
 3. ¿Cambiarían vuestros planes de cara al futuro inmediato?
 4. ¿Dejaríais de relacionaros con las personas con las que ahora mismo tenéis más contacto?
- d) En el caso de que seáis chicos ¿os sería fácil responsabilizaros de vuestra paternidad?
- e) Los embarazos en adolescentes son considerados de riesgo y, por tanto, en caso de querer abortar, la ley en España las ampara, se realizan en centros públicos y bajo la máxima legalidad. Para no llegar a esta situación, ¿qué métodos anticonceptivos conoces?
- f) Se recomienda que después de esta respuesta se les repartan copias de los folletos que se incluyen en la publicación. Si el alumnado no fue al Centro de Planificación Familiar sería conveniente mostrar la forma correcta de colocación del preservativo.



UNIDAD 4

EMBARAZOS NO DESEADOS, ITS Y SIDA

Sesión 11

Relaciones sexuales y anticonceptivos

ACTIVIDADES OPCIONALES

Muchos de los embarazos no deseados tienen lugar en situaciones comprometidas a las que se enfrentan las jóvenes. Es muy importante trabajar las creencias estereotipadas para desvelarlas y no caer bajo su influjo.

Proponemos leer algunas de ellas y luego contestar a las cuestiones. Se puede utilizar alternativamente la misma dinámica de las tarjetas que describíamos en la sesión *Falsas creencias sobre sexualidad* de 3º ESO:

- Está justificado usar la coacción cuando la mujer “ha provocado” al varón.
- Se pierde el derecho a decir no cuando se han traspasado determinados límites (por ejemplo, si una chica ha excitado a un chico o si le ha dicho que habrá sexo pero después cambia de opinión).
- La mujer dice no a una invitación sexual cuando realmente quiere decir sí.
- Los varones están muy necesitados sexualmente y tienen dificultades para controlarse (especialmente al llegar a determinado punto).

Cuestiones:

- Señala las creencias con las que estás de acuerdo.
- ¿Por qué se supone que los hombres son “más sexuales” que las mujeres? ¿Está demostrado? ¿Tú que opinas?
- ¿Por qué las mujeres tienen que ser limitadoras de los varones? ¿Es justo este papel?

UNIDAD 4

EMBARAZOS NO DESEADOS, ITS Y SIDA

Sesión 12

El juego de las tarjetas

OBJETIVOS

- Mostrar al alumnado el riesgo derivado de los contactos sexuales en los que no se han tomado unas mínimas precauciones destinadas a evitar la transmisión de enfermedades.
- Promover el uso del condón.
- Promover el conocimiento de las enfermedades de transmisión sexual.

CONCEPTOS CLAVE

Infecciones de transmisión sexual, VIH y SIDA.

INDICACIONES PARA EL PROFESORADO

Este juego de tarjetas debe servir para comprobar la facilidad de las transmisiones de las infecciones sexuales, para promover el conocimiento sobre las mismas y para promocionar el uso del preservativo. Por ello, si quieren saber más, debemos facilitar esa información, pero no creemos conveniente mostrar un catálogo con todas las ITS o dar una imagen de la sexualidad como foco de enfermedades.

RECURSOS

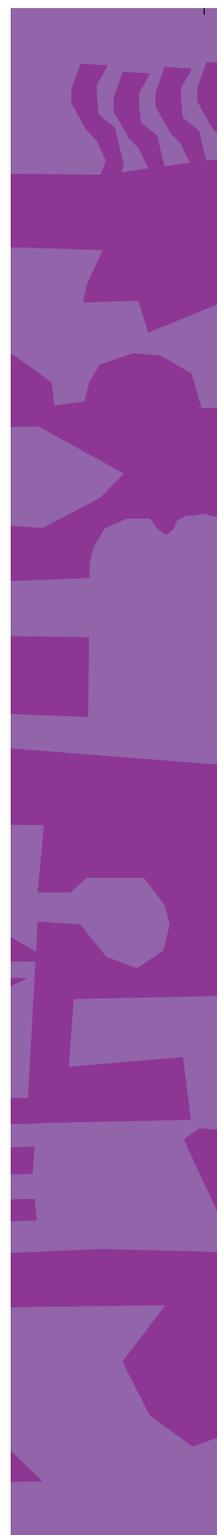
- Cartulinas de colores que se cortarán en forma de pequeñas tarjetas.

FUENTE

Para esta sesión hemos elegido una actividad que aparece en el libro editado por XEGA (2002): *El respeto a la diferencia por la orientación sexual*, Xega, Oviedo, p. 172.

DESARROLLO

1. Dividir al alumnado en grupos de cuatro alumnos y alumnas.
2. El profesor o la profesora reparte cuatro pequeñas tarjetas –del tamaño de una carta de naipes– entre el alumnado de tal manera que cada persona tenga cuatro del mismo color. ¡Atención!: Habrá tarjetas de cuatro colores diferentes, por ejemplo: rojo, verde, azul y amarillo.



UNIDAD 4

EMBARAZOS NO DESEADOS, ITS Y SIDA

Sesión 12

El juego de las tarjetas

3. En el encerado se escribirá al lado de cada color el número total de personas que tienen ese color, que ha de ser proporcional al número total de alumnos. Por ejemplo, en una clase de veinte alumnos y alumnas habrá cinco personas con tarjetas del mismo color.

4. El alumnado dispone de unos minutos para intercambiar las tarjetas. Cada persona ha de deshacerse de todas las suyas y ha de recibir otras cuatro de cuatro personas diferentes (no es necesario que sean de diferente color pero sí de diferente persona). Las personas con las que intercambien tarjetas deben tener algo en común: el mes del año en que nacieron, aficiones en su tiempo libre, color favorito... No existe límite en el número de intercambios.

5. En una libreta u hoja deben ir anotando con qué personas han intercambiado las tarjetas y qué es lo que tenían en común.

6. Después de un cierto tiempo, vuelve la calma a la clase y cada persona queda de nuevo con cuatro tarjetas que ha recibido de sus compañeros y que pueden tener diferentes colores.

7. A continuación se explica el significado del color de las tarjetas:

Rojo: Eras seronegativo y mantuviste una relación sexual con una persona seropositiva, pero fue con preservativo por lo que no te ha transmitido el VIH. Eres seronegativo.

Verde: Eras seronegativo y mantuviste una relación sin preservativo con una persona seropositiva que te ha transmitido el VIH. Eres seropositivo.

Azul: Eras seronegativo y no has mantenido relaciones sexuales por lo que sigues siendo seronegativo.

Amarillo: Eras seronegativo y mantuviste una relación sexual con una persona sin preservativo. Tuviste suerte pues era seronegativo y sigues siendo seronegativo.

Preguntas para el coloquio:

1. ¿Cuántas personas seronegativas (rojo, azul y amarillo) y seropositivas (verde) había al iniciar el juego? ¿Cuántas hay ahora? ¿Cuál ha sido el grupo que más ha aumentado?
2. ¿Cómo se puede evitar la transmisión de las ITS y del SIDA?
3. ¿Qué responsabilidad tenemos a la hora de mantener relaciones sexuales si somos personas sanas? ¿Y si sabemos que tenemos el VIH?
4. ¿Puede haber personas con el virus y de aspecto saludable? ¿Se puede tener el virus y no desarrollar la enfermedad? ¿Y si es un niño o una niña?