



Gobierno de Reconciliación
y Unidad Nacional

El Pueblo, Presidente!

MINED
Un Ministerio en la Comunidad

DIRECCIÓN GENERAL DE EDUCACIÓN SECUNDARIA

Educación Integral de la Sexualidad

Cartilla Pedagógica

Educación Integral de la Sexualidad

10^{mo} y 11^{vo} Grado de Educación Secundaria

6



**ACTIVIDADES SUGERIDAS PARA
TRABAJAR AMISTAD, EMOCIONES,
SENTIMIENTOS Y SEXUALIDAD**

EMOCIONES, SENTIMIENTOS Y SEXUALIDAD

CONTENIDOS

Actividad 1

Promoviendo relaciones saludables en el noviazgo

2

Actividad 2

Responsabilidad compartida de la pareja en la salud sexual

5

SEXUALIDAD Y COMUNICACIÓN

(EXPRESIÓN DE AFECTO, EMOCIONES Y SENTIMIENTOS)

Actividad 1

Expresiones saludables en las relaciones afectivas

7

Actividad 2

Comunicación y sexualidad en el noviazgo

10

EL NOVIAZGO

Actividad 1

Promoviendo relaciones saludables en el noviazgo

Objetivo:

Promover los valores de amistad, amor y respeto entre las y los adolescentes como base fundamental para la construcción de relaciones amistosas y de noviazgo, sanas y armoniosas.

Recursos:

Testimonio.

1 ¿Qué saben, sienten y piensan?

Organícelos en tres grupos y facilíteles el testimonio que tiene al final de los recursos para que lo lean y lo analicen.

2 Reflexionando juntas y juntos

Del testimonio que leyeron solicíteles que respondan a las siguientes preguntas para la reflexión.

- » ¿Cuáles de las actitudes de ambos miembros de esa pareja les parecen inapropiadas? Justifiquen sus respuestas.
- » ¿Cómo caracterizarían el comportamiento de cada uno de los adolescentes de esta pareja?
- » ¿Qué significa para ustedes “tenía dos caras”? ¿Se puede ser violento sólo con algunas personas?
- » ¿Por qué creen que él se comportaba de esta manera?
- » ¿Qué causas podría haber para que ella continuara con esta relación?
- » ¿Qué tipos de malos tratos encuentran y en qué conductas concretas?

Piensen y compartan otros ejemplos de malos tratos en parejas adolescentes.



3 Llevándolo a la vida

A partir de lo trabajado en la primera actividad, solicíteles que transformen el testimonio que leyeron en una relación positiva, respetuosa y saludable para la pareja.

Seguidamente solicite que las compartan en plenario.

4 Evaluación

Solicíteles a las y los participantes que mencionen conductas positivas que pueden tener lugar en las relaciones de parejas de adolescentes y que ayudan a construir modelos afectivos saludables.



La amistad: es el aprecio, cariño y amor que sentimos hacia otras personas. Los que son amigas y amigos, se aceptan y se quieren sin esperar nada a cambio, son sinceros, y están dispuestos a darse buenos consejos, escucharse, comprenderse y apoyarse.

El noviazgo: En nuestro diario vivir establecemos relaciones afectivas en la familia, centro educativo y comunidad. Una de estas relaciones que establecemos es el noviazgo. Es el resultado de un consenso establecido entre dos personas, que surge de la atracción física y que se puede consolidar con el tiempo a medida que pongamos en práctica la comunicación, el respeto, fidelidad y solidaridad.

El centro educativo puede aportar a la transformación de las bases culturales que favorecen relaciones desiguales entre los géneros, revisando y modificando aquellas concepciones y prácticas negativas; pero también promoviendo y resaltando todas las iniciativas orientadas a generar condiciones para la igualdad, la tolerancia y la convivencia saludable entre los géneros.

Las señales de alerta en la prevención de relaciones violentas y la ayuda a tiempo pueden evitar que prosigan hacia formas más graves entre la pareja. Por ello es tan importante la sensibilización y la posición de repudio hacia esto por parte de quienes trabajan o tienen cercanía con población adolescente. Si se tratara de parejas conformadas por estudiantes, nuestra mirada y apoyo, como referentes de confianza, deben estar dirigidos a ambos, ya que es factible que los dos sean nuestros estudiantes y por lo tanto, sujetos a ser protegidos en sus derechos por parte de los adultos con quienes se vinculan.



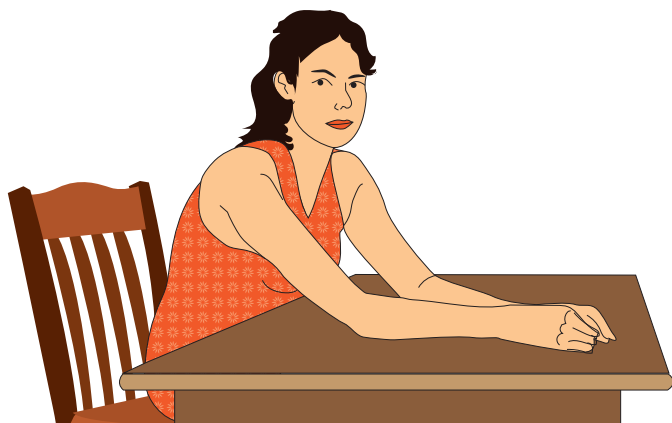
Testimonio de una adolescente de 15 años

Un 18 de mayo empecé una relación con un muchacho de mi barrio. Todo era muy bueno hasta que cumplimos tres meses. Llegó un día en que empezó a prohibirme que me pintase, me decía que era más linda sin maquillarme, días después, que no me pusiera faldas ni vestidos, poniéndome la excusa de que así solamente iban “las loquitas”, que si acaso me quería parecer a ellas.

Al mes comenzó a decirme que no les hablara a los amigos con los que anteriormente he estado chateando. Me dijo que ni los mirara a la cara, que no le hablara a ningún amigo ni siquiera de él, hasta llegar al punto de que no pudiese saludar ni a su propio hermano. Bueno, así empezó todo.

Cuando cumplimos cuatro meses, era la comunión de un primo mío y mi novio me prohibió que saludara a mis primos que tenían 17 y 18 años porque como no eran hermanos, dijo que eran tipos como cualquier otro, que podría tener algo con ellos. Yo, por no discutir y para que no se molestara, le hacía caso en vez de ponerme en mi lugar y decirle claramente que él en su vida haga lo que quiera que yo en la mía sé lo que debo hacer.

Así seguía el tema, cada vez iba a más, de no dejarme que me fuera con amigas, de tener que acompañarme al médico cuando iba con mi madre para asegurarse de que ningún otro me miraba, ni yo a otro. Cuando discutíamos, a veces se golpeaba la cabeza contra la pared, pero por supuesto que en mi casa no. Él tenía dos caras, se hacía el bueno delante de mi mamá y papá, pero en su casa me gritaba loca, delante de su propia madre. Y la madre tan callada, porque a ella la insultaba igual.



A los ocho meses me agredió, simplemente porque le gané jugando a las cartas; casi respondo de la misma manera, pero hasta los diez minutos reaccioné, porque me quedé bloqueada. No me esperaba de la persona que yo más quería... con el que pasaba buenos momentos (muy pocos), pero seguí esta relación, aún con el maltrato recibido.

Actividad 2

Responsabilidad compartida de la pareja en la salud sexual

Objetivo:

Promover el cuidado de la salud como parte de la responsabilidad compartida en la pareja.

Materiales:

Papelones u hojas de papel, pizarra, rayones u otros.

1 ¿Qué saben, piensan y sienten?

Pregúnteles que métodos anticonceptivos conocen. Escríbalos en la pizarra. Indíqueles que ahora van a adquirir más conocimientos sobre el preservativo, que es un método de barrera que, además de prevenir el embarazo, les permite cuidarse de las ITS y el VIH.

2 Reflexionando juntos

Organíceles en parejas mixtas. Entréguele a cada pareja una hoja de papel e indíqueles que deben hacer un dibujo entre los dos, tomados de las manos y sin soltarse. Dígales que no pueden hablar. Una vez terminado el ejercicio, solicíteles que realicen otro dibujo, también tomados de las manos, pero esta vez sí pueden conversar. Luego dígales que, en pareja, dialoguen acerca de:

¿Qué relación existe entre el uso del preservativo y la actividad realizada?

Refuércelos que para que una pareja pueda utilizar un método anticonceptivo condón o cualquier otro se requiere que exista diálogo, confianza y cooperación.

La prevención de un embarazo y de una ITS es responsabilidad tanto del hombre como de la mujer.

3 Llevándolo a la vida

En equipo, reflexionen y comenten:

¿Debes protegerte en tus relaciones sexuales o esperar a tenerlas cuando haya condiciones para asumir con responsabilidad? Escribe tus consideraciones reflexivamente.

4 Evaluación

Pregúnteles qué aprendieron de nuevo sobre este tema y qué pueden enseñar a otros jóvenes como ellos.



Enseñar a utilizar el condón no significa promover que los adolescentes tengan relaciones sexuales. Por el contrario, estos conocimientos permitirán que se preparen mejor para analizar las consecuencias de sus acciones y tomar decisiones adecuadas, evitando poner en riesgo su salud y la de los demás.

La responsabilidad de usar el condón es un valor muy grande que debe de ser compartida por el hombre y la mujer.

En el caso de los y las adolescentes, el método más apropiado para prevenir las ITS-VIH Sida es el condón. Sin embargo para lograr un adecuado nivel de eficacia es importante que éste sea usado correctamente.



SEXUALIDAD Y COMUNICACIÓN (EXPRESIÓN DE AFECTO, EMOCIONES Y SENTIMIENTOS)

Actividad 1

Expresiones saludables en las relaciones afectivas

Objetivo:

Reflexionar acerca de prácticas, creencias, contenidos y formas de lenguaje que refuercen estereotipos, inequidades de género y la violencia en las relaciones.

Recursos:

Creencias falsas.

1 ¿Qué saben piensan y sienten?

Solicíteles que voluntariamente compartan, a manera de lluvia de ideas, sus reflexiones personales, ejemplos de familiares o conocidos sobre lo siguiente:

¿A qué nos referimos cuando hablamos de la importancia de relacionarnos saludablemente en la pareja?

Anote sus respuestas en la pizarra.

2 Reflexionando juntas y juntos

Reunidos en equipos de trabajo, entréguele a los y las participantes una serie de creencias falsas para que las lean y debatan en el grupo.

- » “Si él la maltrató, algo hizo ella para provocarlo”.
- » “Él le pega porque está en la droga, no se da cuenta de que está mal lo que hace”.
- » “Lo que pasa es que ese joven no tiene educación, también en el lugar donde se crió, hasta le cerraban la puerta para que no entrara a la casa, a él también lo maltrataron de pequeño”.
- » “El flaco está reenamorado, por eso se pone tan celoso, si está así es porque la quiere demasiado”.
- » “Si una joven que fue maltratada decide quedarse con su novio y la vuelve a maltratar ya la culpa es de ella”.

- » “Para mí, algo le falla a una mujer que acepta que la maltraten, yo nunca estaría con alguien que me puso una mano encima”.
- » Si sos así tan... obvio que no te van a respetar, si todos ya saben lo que pasó, no te quejés.

3 Llevándolo a la vida

En equipo, compartan ideas, argumentos, algunas experiencias que hemos escuchado de otras personas, para discutir estas falsas creencias y que luego organicen una charla educativa para orientar a sus compañeras y compañeros de séptimo a noveno grado, sobre la problemática abordada en esta actividad. Tomando en cuenta las indicaciones que pueden darse a las y los adolescentes que se relacionan con pareja (véase en recursos).

4 Evaluación

Solicíteles que transformen y compartan una creencia falsa en una verdadera a partir de las que trabajaron.



Aprender a vivir juntos y construir una cultura de paz para las convivencias saludables incluye superar los modelos jerárquicos de interacción que generan subordinaciones dañinas y restrictivas de derechos.

En esta cultura para la convivencia armoniosa se requiere generar espacios donde se cuestionen lo que nos daña y que se contribuya al desarrollo de habilidades para relacionarnos más sanamente.



Indicaciones que pueden darse a las y los adolescentes que se relacionan en pareja con violencia. Plantearles que resultaría conveniente:

Compartir con personas de confianza la situación que están atravesando, no aislarse. Existen espacios, instituciones, recursos o medios para aprender a relacionarse sin sufrir u ocasionar daños.

Animarse a expresar con personas de confianza las dudas y los malestares que resultan de las vivencias en la pareja. Son muchos las y los adolescentes que encuentran dificultades al entablar una relación de intimidad, todas las personas tenemos derecho a gozar de vínculos donde no se dañen. Lo mejor siempre será actuar preventivamente y no esperar a que los malos tratos se agraven.

Evitar los enfrentamientos y las peleas ya que cuando no se puede dialogar, las discusiones generan más tensión y retroalimentan los pensamientos negativos. En estos momentos es mejor apartarse de la situación hasta que ambos estén más calmados y puedan hablar sin agredirse.

Buscar información sobre la problemática para poder comprenderla mejor y pensar medidas de cuidados.

Pedir ayuda a profesionales capacitados en la problemática.

Tener a mano los números telefónicos a los cuales se puede recurrir ante situaciones de crisis o de emergencia: un adulto de referencia, línea telefónica para atención de la violencia, policía, centro de salud, entre otros.



Actividad 2

Comunicación y sexualidad en el noviazgo

Objetivo:

Desarrollar habilidades que permitan el análisis y resolución de conflictos de manera adecuada.

Materiales:

Ninguno

1 ¿Qué saben, piensan y sienten?

Oriente un debate de las distintas formas que suelen utilizar las y los adolescentes a la hora de tratar un conflicto o situación con la pareja y hacer visibles los modos en que esos conflictos pueden resolverse de manera respetuosa.

Solicítele que se organicen en equipos de trabajo y dramaticen un conflicto hipotético que puede suceder en las relaciones de pareja, pueden retomar uno de los ejemplos.

Para el grupo 1. Representen una situación en la cual uno o ambos miembros de la pareja sostienen una actitud cerrada e inflexible ante el conflicto, sin llegar a poder establecer un acuerdo.

Para el grupo 2. Representen una escena en la cual, ante un desacuerdo, los miembros de la pareja terminen adoptando posiciones de dominación y sumisión respectivamente gracias a las maniobras de presión y control sobre la pareja, lo que logra que ella ceda.

Para el grupo 3. Dramaticen un conflicto de pareja que, en lugar de ser afrontado, es evitado por ambos, lo que no permite su resolución.

Para el grupo 4. Representen un conflicto de pareja que logra resolverse a través de la mediación, utilizando el diálogo, el entendimiento y la cooperación mutua.

Para el grupo 5. Actúen en una escena en la cual los miembros de la pareja tienen un conflicto y no encuentran puntos en común, pero hallan la forma de posponer la resolución de un modo respetuoso y sin herirse.

2 Reflexionando juntas y juntos

Al terminar cada escena, se preguntará a cada participante cómo se sintió haciendo el papel que le correspondió y lo compartirá con los demás.

Todas y todos serán espectadores de las dramatizaciones y deberán escribir, en forma individual:

¿Qué actitudes y elementos dificultan la resolución del problema?

¿Qué actitudes, cualidades o comportamientos propondrían para facilitarla? Solicite que luego lean el siguiente texto:

El diálogo guiado por el respeto, la sinceridad, la escucha y la comprensión mutua suele favorecer un mejor tratamiento de los conflictos, de manera que se pueda llegar a soluciones o acuerdos, siempre que haya intereses o deseos comunes.

Para resolver un problema, es importante tener en cuenta que se puede ceder en lo que se entiende como menos importante. El acuerdo debe ser al menos parcialmente satisfactorio para ambas partes, porque si alguno debe renunciar a algo que resulta fundamental, se creará un resentimiento que va a perjudicar la buena marcha de la relación. Por tanto, para llegar a acuerdos o para lograr la cooperación, es preciso buscar soluciones equitativas.

Para que haya cooperación o acuerdo, es preciso que las diferentes partes se respeten entre sí, se sientan libres para expresarse, se escuchen mutuamente y tengan tanto conciencia de sus intereses y necesidades como capacidad para ponerse en el lugar de otras personas.

3 Llevándolo a la vida

A partir de todo lo compartido, organice un equipo de voluntarios para elegir alguna de las situaciones que representaron a fin de volver a realizarlo, pero esta vez planteando nuevas actitudes que posibilitan la resolución saludable del conflicto. Los demás estarán de observadores para luego dar sus aportes.

4 Evaluación

Solicíteles que en la siguiente clase traigan escritas algunas conclusiones, que ayuden a orientar la resolución de desacuerdos en la pareja basados en el respeto y el amor.



El noviazgo enriquecedor se caracteriza por el crecimiento espiritual y ayuda recíproca, brindando a la vez suficiente tiempo y espacio libre para la individualidad de ambos.

Las personas se frecuentan moderadamente, se escriben cartas, se reservan detalles, hay confianza y comunicación. En el enamoramiento influyen elementos personales, sociales y culturales que inciden en la forma diferenciada de comportarse de hombres y mujeres.

Basándose en las diferencias sexuales, cada sociedad ha determinado cómo deben ser, sentir y actuar los hombres y las mujeres. Es decir, les ha dado a ambos una valoración y un significado distinto, sobre la base de los cuales se han elaborado ideas, concepciones y prácticas también diferentes.

Es importante destacar que las decisiones que se tomen en las resoluciones de los desacuerdos entre las parejas, sean informadas y basadas en los valores de respeto, amistad y la equidad.



EN Victorias! Educativas Por Gracia de Dios!



/MinedNicaragua



@MinedNicaragua



@MinedNicaragua



www.mined.gob.ni

Con la cooperación técnica y financiera de



Fondo de Población
de las Naciones Unidas
Nicaragua