



Gobierno de Reconciliación  
y Unidad Nacional

*El Pueblo, Presidente!*

**MINED**  
Un Ministerio en la Comunidad

DIRECCIÓN GENERAL DE EDUCACIÓN SECUNDARIA

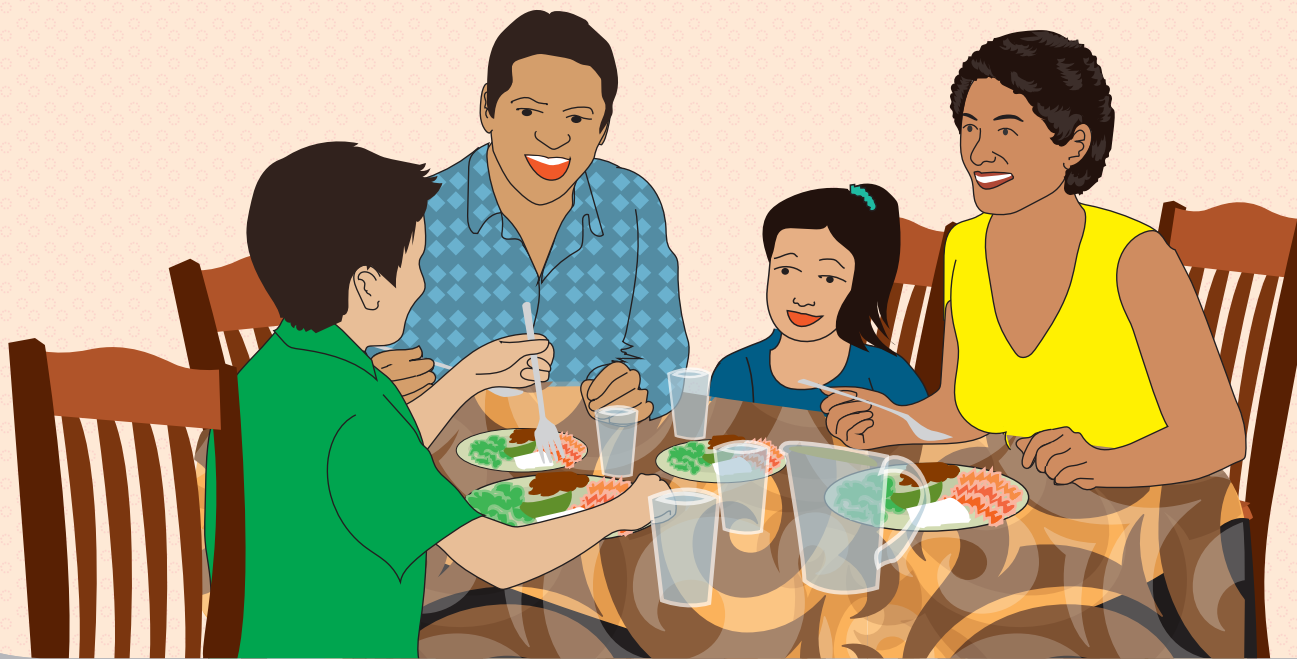
Educación Integral de la Sexualidad

Cartilla Pedagógica

Educación Integral de la Sexualidad

10<sup>mo</sup> y 11<sup>vo</sup> Grado de Educación Secundaria

7



**ACTIVIDADES SUGERIDAS PARA  
TRABAJAR LAS RELACIONES Y  
ESTILOS DE VIDA EN LA FAMILIA**



## RELACIONES Y ESTILOS DE VIDA EN LA FAMILIA

### CONTENIDOS

#### FAMILIA

##### Actividad 1

Hablando de sexualidad con mi madre y padre

2

##### Actividad 2

Dialogando sobre sexualidad entre adultos y jóvenes

9



## FAMILIA

### Actividad 1

#### Hablando de sexualidad con mi madre y padre

**Objetivo:**

Reconocer la importancia de hablar de sexualidad con la madre o padre para el desarrollo de una relación basada en la confianza y el acompañamiento en las dudas y preocupaciones.

**Materiales y recursos:**

Tarjetas u hojas con testimonios de padres y adolescentes.

Ficha de trabajo: Pasos para escuchar y participar activamente.

Un papelógrafo, pizarra.

Periódicos o revistas para recortar, crayones o lápices, masking tape y tijeras.

### 1 ¿Qué saben, piensan y sienten?

Oriente a los adolescentes que ahora analizarán por qué en muchas ocasiones, es difícil hablar de sexualidad con la madre o el padre; para ello es necesario que en la convivencia diaria, establezcamos relaciones basadas en una comunicación adecuada con padres y madres, con respeto y tolerancia.

Organice equipos de trabajo dependiendo de la cantidad de estudiantes y realice las siguientes actividades:

1. Recuerden y compartan situaciones en las que ustedes o sus amigos y amigas quisieron conversar con su mamá y papá sobre sexo. Comenten las respuestas que obtuvieron y expresen cómo se sintieron.
2. Coloque en la pizarra un papelógrafo con el cuadro (véase recursos) y solicite que una o un representante de cada grupo se acerque a marcar el tipo de respuesta que obtuvieron.
3. En plenaria, plantee las siguientes preguntas y anote en un papelógrafo o pizarra lo que vayan señalando:
  - » ¿Por qué creen que sucede esto?
  - » ¿Qué creen que tienen en mente sus papás o mamás cuando les responden de esta manera?
    - a. ¿Cómo creen que habrá sido la relación de su madre y su padre, con sus padres, cuando eran adolescentes?
    - b. ¿Cómo creen que habrá sido la comunicación de su madre y su padre cuando eran adolescentes?

## 2 Reflexionando juntas y juntos

Forme cuatro equipos de trabajo con estudiantes hombres y mujeres y dígales que reflexionarán sobre por qué a las madres y padres suele resultarles difícil hablar de sexualidad con sus hijas e hijos adolescentes.

Reparta a cada equipo los testimonios de un papá o de una mamá y de su hija o hijo adolescente (véase en recursos) e indíqueles que los lean. Reflexionen sobre ellos y respondan las siguientes preguntas.

- » ¿Qué dificultades identifican en la comunicación madre-hija y padre-hijo?
- » ¿Las dificultades que tienen los hijos para conversar con su madre o padre son las mismas que tienen las hijas?
- » ¿Qué sugerencias les darían a las hijas e hijos adolescentes, a su papá y su mamá para superar esas dificultades y mejorar su comunicación?

Cada equipo presenta en plenaria sus respuestas.

Sintetice los aportes más notorios y cierre esta secuencia resaltando las ideas fuerzas que se presenten al final de la actividad.

## 3 Llevándolo a la vida

Para concluir, solicíteles que regresen con su equipo de trabajo. Cada equipo diseñará un afiche o mural dirigido a los padres y madres donde se les motive a hablar con sus hijas e hijos de sexualidad y dándoles sugerencias para hacerlo. Tome como referencia la ficha de trabajo: Pasos para escuchar y participar activamente (véase en recursos). Deberán ser creativos al identificar los mensajes, refranes, dibujos o símbolos que utilizarán en los materiales que se les ha encargado utilizar.

## 4 Evaluación

En plenaria, cada grupo presenta su mural o afiche y explica por qué eligieron esos mensajes.

Enfatice las ideas fuerza sugeridas para esta actividad e invite al grupo a compartir con sus padres y madres las ideas expuestas y los productos elaborados.

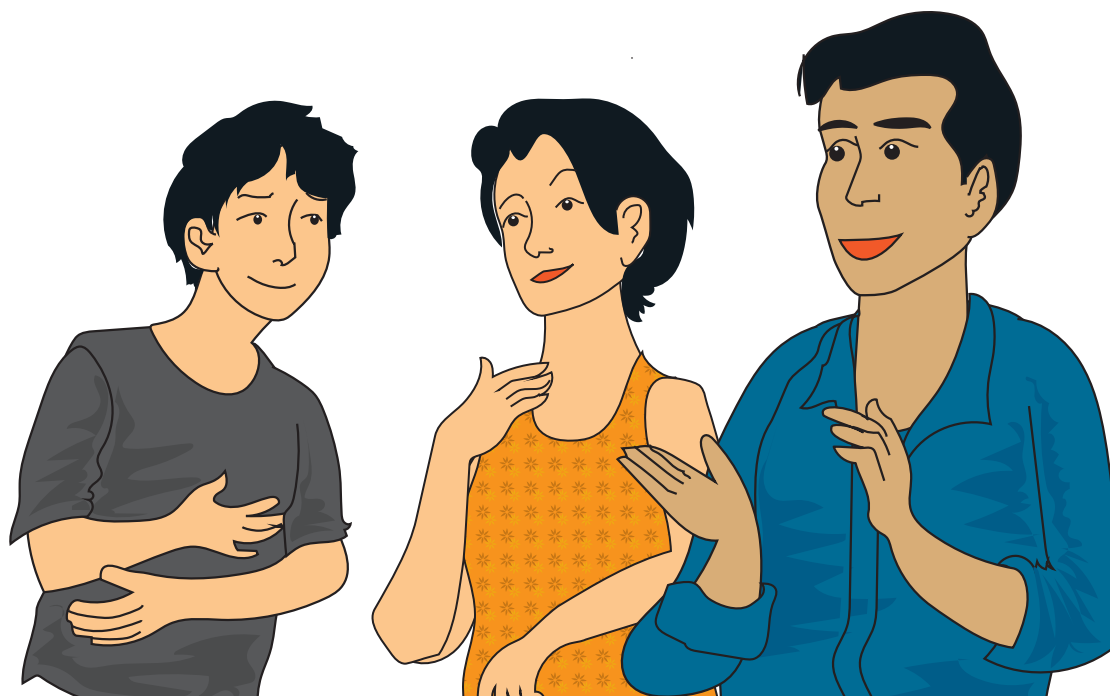


No hay duda que a las madres y los padres les preocupa el tema de sexualidad, debido a que desean proteger a sus hijas e hijos de experiencias traumáticas o dolorosas, pero muchas veces no saben cómo abordarlo. Esto sucede especialmente con las hijas, pues existe el temor que hablar con ellas sobre este tema las lleve a tener actividad sexual antes de estar preparadas.

Sin embargo, durante la adolescencia es importante que tanto los hijos como las hijas sientan que pueden acudir a su madre o padre en busca de información para aclarar sus dudas y para que les acompañen en las nuevas emociones que están experimentando.

Las experiencias que nuestra mamá y papá tuvieron de jóvenes también los condicionan a asumir determinada actitud hacia nosotras y nosotros. Recordemos que ellos no siempre pudieron hablar de sexualidad con nuestras abuelas y abuelos.

Nuestra madre y padre también experimentan cambios a medida que nosotros crecemos. Su rol no es el mismo que el que tenían cuando nosotros éramos niñas y niños y esto supone pasar por un proceso de adecuación.





RESPUESTAS	Hijo		Hija	
	Papá	Mamá	Papá	Mamá
Sólo me escuchan.				
Me aconsejan y aceptan mis inquietudes de adolescente.				
Censuran lo que cuento, enjuician.				
No quieren abordar el tema.				
Dan sermones resaltando lo que ellos quieren o esperan.				
En este espacio se pueden agregar otras respuestas que planteen los participantes.				

## Testimonios

### Testimonio A

#### Hijo adolescente de 17 años

Mi padre piensa que yo soy más inocente de lo que realmente soy. Eso me hace sentir mal, creo que él se sentiría decepcionado si supiera cuáles son mis pensamientos y las cosas que hago. Él cree que nunca he tenido sexo y a mí me da vergüenza contarle que ya pasó, y lo peor de todo es que no fue una experiencia agradable, me gustaría tanto hablar con él de lo que me pasa, de mis dudas, pero siento una barrera entre nosotros. Creo que mi papá aún me ve como un niño y no se da cuenta que he crecido. En este momento me siento más cerca de mis amigos que de él.



## Papá

Mi hijo ya tiene 17 años pero aún no me acostumbro a verlo como un joven. Para mí sigue siendo "mi niño". He notado que ahora prefiere salir con sus amigos y estar siempre fuera de la casa; seguramente con ellos conversa sobre mujeres y sobre sexo, pero no me atrevo a preguntarle mucho sobre su vida. Por un lado, siento un poco de incomodidad y vergüenza de hablar abiertamente con él sobre estos temas y además no es que sea un experto en la materia. Por otro lado, creo que es algo que tiene que vivir solo. Yo nunca hablé de sexo con mi padre y aquí estoy sin ningún problema. Claro que quizás me hubiera gustado tener un padre que fuera más amigo y menos estricto.



## Testimonio B

Mi madre no habla conmigo sobre lo que me preocupa, lo que siento y las dudas que tengo con relación al sexo y la sexualidad. Solo me dice "Yo espero que vos no tengas relaciones sexuales hasta que te casés, porque sólo entonces estarás preparada para manejar la situación, para hacerlo de manera responsable y de acuerdo con los valores de la familia". Ella piensa que estamos en el siglo pasado, que yo no estaré preparada hasta que me case. ¿Y si nunca me caso? Probablemente ella tenga razón ya que aún no me siento lista, pero me molesta que quiera imponerme su manera de pensar sin escuchar lo que pienso y lo que siento. Me da tristeza que no pueda conversar conmigo de mujer a mujer, que no confíe en mí, en que puedo tomar mis propias decisiones y ser responsable.

## Mamá

Yo no sé cómo hablar con mi hija sobre sexo, no sé qué decirle, no me siento preparada para esto. Siento que el tiempo ha pasado muy rápido y de pronto la veo convertida en una mujer, me da miedo que pueda sufrir alguna experiencia dolorosa como un embarazo o una ITS. Cuando yo fui adolescente, nadie me habló de sexo. Yo aprendí sola y quisiera que fuera diferente con mi hija, pero no sé cómo conversar con ella de estos temas. Temo despertar su curiosidad en vez de responder a sus dudas y entonces sólo me limito a advertirle que aún no es momento para que piense en las relaciones sexuales, que tiene que estudiar, tener una profesión y valerse por sí misma antes de pensar en eso. Yo sé que los tiempos han cambiado y que debo ser flexible, pero se me hace muy difícil. Pero en el fondo me gustaría ser su amiga y confidente, ya que yo no pude tener una relación así con mi madre cuando fui adolescente.



## Testimonio C

### Hijo adolescente de 17 años

Definitivamente, en mi casa existen dobles mensajes: mis padres tienen actitudes diferentes conmigo y con mi hermana porque ella es mujer y yo soy hombre. Por ejemplo, si mi hermana de 16 años comenta que quiere traer a su enamorado a la casa, todos se ponen tensos y mi padre le hace saber que no está de acuerdo. Pero conmigo sucede distinto: mi padre siempre bromea y me pregunta cómo van las cosas con mi novia. Cada vez que voy a salir con ella me dice: "Bueno, te veré mañana por la mañana". Haga lo que haga y sea la hora que sea, cuando regreso a casa está bien para él porque yo soy hombre; en cambio, mi pobre hermana, por ser mujer, tiene menos libertad.



### Papá

No es fácil ser padre de dos hijos adolescentes. En lo que respecta a hablar de sexo con ellos, siento que es más fácil con mi hijo, porque creo que él está más preparado para salir a la calle y experimentar la vida. En cambio con mi hija siento muchos temores, me preocupa mucho su reputación de mujercita. Siento que si le permitimos tener enamorados comenzará a traer a uno y otro, y luego en el barrio será tachada de "fácil" o de "loca". Por eso su mamá y yo somos estrictos con ella respecto a darle permiso para tener enamorado y hablar con ella sobre sexo. Queremos protegerla, no queremos que le pase nada malo. Un hijo siempre sabrá defenderse y cuidarse mejor que una mujer, sobre todo a esa edad.



## Testimonio D

### Hija adolescente de 15 años

La cosa más importante para mí, es que yo sé que mis padres me quieren y me respetan. Pero mi madre no puede aceptar el hecho de que estoy creciendo y que ya estoy en edad de tener novio. Yo nunca o rara vez le miento a mi madre, pero cuando ella me pregunta si alguna vez me he besado con mi enamorado, yo le digo que no. Siento que le tengo que mentir porque si le digo la verdad ella me dirá "No quiero saber más de Juan, no volverás más, no más llamadas, ni internet y no más fiestas". Yo sería más feliz si mi madre fuera sólo un poquito más realista, y me dijera algo así como: "No quiero que tengas relaciones sexuales con él, pero puedes abrazarlo y besarlo, yo sé que eso es normal". Es decir, yo no quiero que mi madre me vuelva loca únicamente porque me doy un beso con Juan o porque nos acariciamos, como lo hacen todas las parejas que conozco. Si ella pudiera entender que yo sé poner mis propios límites y que puede confiar en mí.



## Mamá

Yo sé que en la adolescencia es natural tener muchos amigos y por qué no, novios, pero también sé que una puede sufrir mucho y no quiero que pase eso con mi hija. Pienso que ella recién está creciendo y no ha dejado del todo de ser una niña que aún no está lista para tener novio. Pienso que estará preparada cuando sienta más confianza en sí misma y pueda tener el control de su vida. Solo quiero protegerla, no quiero que sufra alguna decepción, que viva antes de tiempo momentos difíciles o que tenga que asumir una maternidad no deseada a tan corta edad.



### Pasos para escuchar y participar activamente

PASOS	REPUESTAS
<p><b>Para alentar y motivar</b> De una impresión abierta y positiva antes de tomar una decisión</p>	<p>“Contame más sobre la fiesta...” “Es genial que querrás ir...”</p>
<p><b>Para obtener información precisa</b> Obtenga información para tomar una decisión y exponer sus ideas</p>	<p>“Necesito más información” “Contame más”</p>
<p><b>Para replantear</b> Entienda los hechos; tenga claro lo que la otra persona le está preguntando</p>	<p>“Lo que me estás preguntando ¿es si podés ir a la fiesta de graduación y pasar la noche afuera?”</p>
<p><b>Para reflexionar</b> Identifique sus sentimientos y los sentimientos de la otra persona.</p>	<p>“Sé que estás entusiasmado por la fiesta de graduación y es probable que te desilusione el hecho de que no podás pasar la noche afuera. Aún así me alegra que puedas ir”.</p>
<p><b>Para resumir</b> Expresé con claridad la decisión o el acuerdo.</p>	<p>“Esta es mi decisión...podés ir al baile de graduación, y regresar a casa a las 2 a.m.” O “Esto es lo que acordamos: podés ir al baile de graduación, y volver a casa a las 2:00 a.m., ¿está bien?”.</p>

## Actividad 2

### Dialogando sobre sexualidad entre adultos y jóvenes

#### *Objetivo:*

Comprender que educar en sexualidad implica el desarrollo de capacidades que permitan a los adolescentes hacerse cargo responsablemente de su vida sexual.

#### *Materiales:*

Láminas.

### 1 ¿Qué saben, piensan y sienten?

Escriba en la pizarra los mensajes de las láminas y dígalos que todos las lean en silencio.

#### **Lámina A. profesora**

- » ¿Qué piensan de las relaciones sexuales?
- » ¿Cuándo creen que podrían iniciarlas?

#### **Lámina B. profesor**

- » Los jóvenes de hoy son unos irresponsables. Ustedes no deben tener relaciones sexuales, ¡van a arruinar su futuro!

### 2 Reflexionando juntas y juntos

Oriente que ahora que han leído las láminas van a reflexionar de forma individual tomando en cuenta las siguientes preguntas motivadoras y al finalizar compartirán de forma voluntaria sus comentarios.

- » ¿Qué está sucediendo en esta escena?
- » ¿Cuál es la actitud de la persona adulta o de la profesora? ¿Cuál es la actitud del profesor?
- » ¿Qué diferencias encuentran entre ellos?
- » ¿Cuál de las dos escenas se da con más frecuencia en los centros educativos? ¿Por qué?
- » ¿Qué impacto creen ustedes que puede tener la actitud de la persona adulta y del docente en los adolescentes?

### 3 Llevándolo a la vida

Pídales que respondan de manera individual las siguientes preguntas:

- » ¿Qué acciones podrías proponer para sensibilizar a la comunidad sobre la importancia de la Educación Integral de la Sexualidad?
- » ¿Qué les dirías a las personas y docentes que piensan educar en sexualidad a los estudiantes?
- » ¿Qué podrían hacer para fortalecer la implementación de los programas de EIS en el centro educativo?
- » Dígales que de forma voluntaria alguien comparta sus comentarios.

### 4 Evaluación

Imaginemos que se nos ha encargado crear una campaña de Educación Integral de la Sexualidad para adolescentes y jóvenes. Escribe un mensaje que motive a otras personas a integrarse en dicha campaña.



Las y los adolescentes merecen ser considerados personas con capacidad de tomar decisiones y de hacerse cargo de manera responsable de su vida sexual.

Tomar decisiones implica un proceso de aprendizaje. Las personas que están preparadas para decidir, reflexionan con detenimiento, actúan con firmeza, saben lo que quieren, averiguan cómo seguirlo, analizan situaciones, miden riesgos, evalúan el impacto en su vida presente y futura y se comprometen con su elección.

Es importante enseñar a los adolescentes a tomar decisiones para que otros no lo hagan por ellos.

Cada vez que un adulto interviene para decidir sobre algo que el adolescente está en condiciones de hacer, le está demostrando su desconfianza en su capacidad, está limitando su autonomía y no le está permitiendo hacerse cargo de su propia vida.

La Educación Integral de la Sexualidad contribuye a mejorar la calidad de vida de las y los adolescentes, ya que aporta elementos para el desarrollo integral y armónico de la personalidad. Favorece que el adolescente se asuma como ser sexual integral y que incorpore el placer, el afecto, la comunicación, la creatividad, lo estético y lo lúdico en sus relaciones con los otros.

Las y los docentes deben tratar que los jóvenes desarrollen las capacidades, actitudes y valores que les permitan ser competentes para dirigir su propia vida sexual.







# 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