



EDUCACIÓN SEXUAL Y DISCAPACIDAD

TALLERES DE EDUCACIÓN SEXUAL
CON PERSONAS CON DISCAPACIDAD

MATERIAL DIDÁCTICO

Autora: Mercedes García Ruiz

Han colaborado en la elaboración de este documento aportando su experiencia de trabajo con el programa de educación sexual en sus centros y aportando las dinámicas que aparecen en esta publicación.

CAI Naranco
Belén Lozano Fernández
Roberto Luaña Fernández

CAI Cabueñes
Jesús Arias García
Carmen Menéndez Sánchez
Eugenia García Rodríguez

CAI Sanatorio Marítimo
Aranzazu Domínguez González.
Beatriz Baragaño Iglesias.
Cecilia Fernández Alonso.
Elisa Durán Almaraz.
Martina Álvarez Merino.
Mayra Núñez Barrio.

CAI Don Orione Posada de Llanes
Ana Lorenza Fuente Perez
Victoria Lobo Moran
Gema Rodríguez Perez
M^a teresa Balmori Santoveña

CAI Don Orione Arriondas
Francisco Díaz Solís
Carlota Martínez Suarez

CAI Pando
M^a Nieves Mejuto Quintela
Marta Barrios Bartolomé

CAI La Unión
Rosa Rodríguez Iglesias
Esther Rodríguez Noval
Fernando Granda Rodríguez

CAI Rey Pelayo
Rubén Rey Prieto

COM Gijón
Emilio Cueva Banjul
Teresa Alvarez Carrió

CAI La Arboleya
Beatriz Ferrero
Isabel Aracón
Inés León

CAI Cardeo
María Antonia Berdasco
Azucena Rodríguez
Eduardo Errasti
Dolores Carbajo

Aspace
Isabel Moreda Castrillon
Emma Real Armayor,
Luis Herminio Rodríguez Gonzalez
Yolanda Fidalgo Suárez

Diseño gráfico: Jorge Lorenzo
Impresión: Narcea
DL: as-0000-09

ÍNDICE

9	Introducción
13	Educación Sexual desde el modelo sexológico
17	Objetivos de la educación sexual
21	El papel de educadores y familias en educación sexual
25	Sexo, sexualidad y erótica de las personas con discapacidad
31	El programa de educación sexual en los Centros de Apoyo a la Integración
37	Talleres de educación sexual en los CAIS
49	Dinámicas según el modelo sexológico
53	- Dinámicas: Sexuación
66	- Dinámicas: Sexualidad
83	- Dinámicas: Erótica, conducta y pareja
110	- Otras dinámicas
115	Vocabularios para abordar la Educación Sexual
119	El Cine y como recurso didáctico
127	La música como recurso didáctico
135	Encuentro de centros de atención a personas con discapacidad dentro del programa de educación sexual
143	Páginas Web
161	Bibliografía
167	Anexos

En la actualidad cuando se habla de sexualidad no sabemos realmente a que nos estamos refiriendo, existe una gran confusión conceptual cuando utilizamos este término, así nos sirve para referirnos a la genitalidad, o también cuando deseamos hablar de relaciones coitales, e incluso cuando queremos expresar afectos o sentimientos.

Desde un punto de vista sexológico se ha definido un marco conceptual, el Hecho Sexual Humano, que contempla de forma global la dimensión sexual del ser humano.

Así en la teoría del Hecho Sexual Humano se diferencian tres registros claramente relacionados entre sí, aunque igualmente diferenciables: la sexuación, la sexualidad y la erótica.

Entendemos por erótica las diferentes peculiaridades con las cuales cada uno manifiesta, vive y expresa su propia sexualidad. Al referirnos a sexualidad hablamos del modo de expresión del hecho de ser sexuado y se diferencian dos modos diferentes (la homosexualidad y la heterosexualidad); y por último, la sexuación o mejor el proceso de sexuación, que define el proceso que se inicia con la concepción y concluye con la muerte, y consiste en como nos vamos constituyendo como hombres o mujeres a lo largo de toda nuestra vida.

Es por tanto aquel proceso que nos convierte en hombres o en mujeres, por tanto diferencia a los individuos provocando una afinidad por el encuentro.

En la sexualidad podemos definir tres dimensiones diferentes, la dimensión relacional, la recreativa y la reproductiva, ambas íntimamente relacionadas pero también diferenciables. La dimensión relacional hace referencia a todo lo que la sexualidad posee de

interacción, de comunicación, de encuentro, de expresión de afecto, sentimientos y emociones. La dimensión recreativa engloba todo lo que la sexualidad tiene de gratificante, de placentero, de fantasioso, de ilusión, etc. La dimensión reproductiva se refiere a todos los aspectos de la procreación, la dimensión de ser padres y madres, etc.

Partiendo de esta breve exposición teórica nos damos cuenta que tras este término tan usado de "sexualidad" nos encontramos algo mucho más amplio y rico, hallamos una dimensión de la persona, que es una parte integrante de nuestra identidad y marca claramente nuestra forma de interactuar con los otros, y por ello debe ser una dimensión en la que todos deberíamos educarnos y cultivarnos como otra dimensión más de nuestra persona.

Entendiendo la necesidad de cultivar la sexualidad, es fácilmente entendible porque debemos trabajar este campo con las personas con discapacidad. Durante mucho tiempo no se ha reconocido la sexualidad de la persona con discapacidad y aún en menor medida la sexualidad de la mujer con discapacidad, se la ha considerado como una eterna niña o llegando al polo opuesto como poseedora de instintos sexuales exacerbados, con lo cual siempre se ha intentado ocultar esta dimensión de su persona.

Todo ello ha promovido las principales peculiaridades de la erótica de estas personas, marcada por una deficiente socialización sexual y de un restringido acceso a un universo íntimo propio. Pero como hemos visto la sexualidad es un elemento que forma parte de la persona, es una dimensión más, y por tanto no la podemos hacer desaparecer, parece lógico, por tanto, que aceptemos y cultivemos dicha dimensión constitutiva de su personalidad, de su identidad, que conforma un vehículo de dimensiones afectivas y psicológicas, que es una forma de estar en el mundo y de relacionarse con los otros.

Por todo lo que hemos planteado anteriormente es necesario desarrollar programas de educación sexual, con toda la población incluyendo las personas con discapacidad con especial atención por la invisibilidad que se les da en este aspecto.

Desde la sexología hablar de Educación Sexual es fundamentalmente hablar del Hecho Sexual Humano, es hablar de chicos y chicas, de hombres y mujeres que son sexuados, que se viven como sexuados y que se expresan y se relacionan como tales. Por eso el objetivo de la Educación Sexual no es otro que el contribuir a que esos chicos y chicas aprendan a conocerse, a aceptarse y a expresar su erótica de modo que se sientan felices.

La educación sexual desde este planteamiento contribuye a que cada uno pueda disfrutar de su sexualidad, así como a evitar los embarazos no deseados, la transmisión de infecciones y otros problemas que no se desean. El objetivo final de la educación sexual es que las personas se sientan a gusto como se sienten, se acepten y se relacionen siendo capaces de expresar sus deseos.

El Hecho Sexual Humano abarca a todos y a todas, se trata de hablar de sexualidades en plural, de las personas de edades, culturas, capacidades, y realidades diferentes.

Plantear la Educación Sexual desde el marco del Hecho Sexual Humano como el Hecho de los Sexos, requiere tener en cuenta sus tres realidades: La Sexuación, la Sexualidad y la Erótica.

El proceso de sexuación se refiere a construirse como hombre o como mujer, como proceso que se inicia en la fecundación y que no acabará hasta la muerte. En este proceso se van concatenando toda una serie de niveles o estructuras que progresivamente van sexuando al individuo.

Todos estos elementos estructurales y estructurantes del sexo llevan a uno de los dos resultados: hombre o mujer. Y por supuesto

cada uno de los dos estará lleno de matices por que estamos hablando de muchos niveles que son los que intervienen en el proceso (cromosómico, hormonal, gonadal, de asignación de sexo, crianza diferencial...). De forma que cada cual se situaría en un punto del continuo. Hay muchas maneras de "estructurarse" como hombre y muchas maneras de hacerlo como mujer.

De cara a nuestro trabajo en educación sexual tendríamos que tener en cuenta que los hacemos con seres únicos e irrepetibles, desde cada proceso peculiar y particular y reconocer ese valor.

La sexualidad es la manera en que cada persona tiene de vivir "el hecho de ser sexuado". Es una categoría subjetiva y no hace referencia exclusivamente a planteamientos anatomofisiológicos. La referencia más clara de la sexualidad son "las vivencias" y como cada cual se siente en su intimidad y cómo va viviendo ese proceso de construcción en hombres y mujeres. Es la manera propia de verse, sentirse y vivirse como ser sexuado, como uno de los dos sexos. El terreno de la sexualidad es el de lo peculiar, de las sexualidades en plural.

Desde una intervención educativa se tratará de que cada persona se conozca y se acepte como es y lo que es. La vivencia del hecho de ser sexuado como hombre o como mujer podrá ser sentida en su matiz homosexual o heterosexual.

La erótica se refiere a la forma concreta de expresar lo anterior, lo que somos y lo que vivimos, con múltiples formas de expresión y que es personal y particular.

En el desarrollo de la erótica entran en juego muchos factores, pero también los propios valores y creencias, la forma de pensar y de entender las relaciones sexuales y las relaciones de pareja, los sentimientos y la importancia que se den a los mismos, así como todas las demás cosas que se puedan considerar importantes. De todo esto, así como de otras influencias, acabará surgiendo un tipo de erótica propia.

También son importantes otros planos de trabajo como podría ser el Ars Amandi, es decir, “los modus operandi” o la importancia de la relación de pareja y todos los aspectos que rodean a esta.

El objetivo del educador o de la educadora dentro de este planteamiento es que cada cual se sienta a gusto con su forma de expresar la sexualidad. Las formas de expresión tienen dos vías y las dos han de ser objeto de atención. Una son los deseos, las fantasías y otras los gestos, las conductas. También son expresiones de la erótica las caricias, el abrazarse, el coger de la mano, del mismo modo que lo es el coito.

Tabla resumen

Sexo	Algo que se es...	Procesos de sexuación
Sexualidad	Algo que se siente...	Vivencias
Erótica	Algo que se desea...	Deseos
Amatoria	Algo que se hace...	Conductas

Cuadro resumen Hecho Sexual Humano

Según este modelo se trata de partir de la vivencia de las propias sexualidades y de la expresión de la propia erótica para que, a partir de las peculiaridades personales las personas puedan sentirse a gusto y por lo tanto y desde este enfoque positivo evitar situaciones que no desean (embarazos, enfermedades, violencias...).

El objetivo último de la Educación Sexual, es el que cada cual aprenda a conocerse, aceptarse y a vivir y expresar su erótica de modo que se sienta a gusto.

Este gran objetivo se concreta en objetivos más pequeños:

- Posibilitar la aceptación personal de la sexualidad en todas sus dimensiones como fuente de placer, salud, afectividad y fecundidad.
- Comprender y conocer el desarrollo sexual humano.
- Tomar conciencia y aceptar la figura corporal.
- Desarrollar la autoestima.
- Comprender y conocer los mecanismos de la reproducción.
- Conocer y analizar el deseo sexual humano, su orientación y sus manifestaciones.
- Conocer los elementos básicos de la Respuesta Sexual y los afectos y emociones asociados.
- Reconocer las necesidades afectivas y su evolución.
- Desarrollar habilidades como la comunicación, la empatía, la expresión emocional que permitan vivir la erótica y las relaciones personales de manera adecuada.
- Aprender a reconocer las situaciones de riesgo del comportamiento sexual.
- Desarrollar estrategias personales y colectivas para el análisis y la resolución de problemas que se pueden presentar en torno a la sexualidad.

Por otro lado de cara a incluir estos objetivos en programas educativos tendremos que tener en cuenta algunas estrategias pedagógicas:

- Asegurar la construcción de aprendizajes significativos. Teniendo en cuenta lo que ya conocen y lo que quieren conocer sus intereses, sus capacidades, sus necesidades.
- Contextualizar los procesos de enseñanza- aprendizaje. Tener en cuenta las características de cada grupo. El contexto del grupo es su propia realidad. Es importante que sean los educadores y educadoras los que se adapten a la realidad del grupo para trabajar en educación sexual.
- Facilitar la globalización de aprendizajes. Si hacemos educación sexual estamos hablando de hombres y mujeres que son, se viven y se expresan como tales. No se trata únicamente de hablar de fisiología, reproducción, métodos anticonceptivos, sino de contextualizar estos contenidos en la realidad individual y colectiva de cada persona y su forma de vivir, sentir y relacionarse.
- Trabajar con los grupos potenciando los procesos autónomos y cooperativos. Se trata por una parte que las personas puedan aprender por sí mismos a través de la reflexión crítica y a través del trabajo en grupo que sirve para saber que existen "otras sexualidades" distintas de la propia, y además que la "sexualidad propia es aceptada por el grupo".
- Potenciar el grupo de iguales como un elemento de gran importancia donde cada persona quiere sentirse integrado desde una orientación coeducativa teniendo en cuenta la sexualidad de los chicos y de las chicas, sus identidades, sus deseos, sus particularidades desde una positivización de las diferencias sexuales
- Desarrollar la intervención en un ambiente abierto, que facilite la participación de todas las personas. Es importante que todos y todas se sientan parte y que sean conscientes de que cada grupo está compuesto de muchas y diversas peculiaridades. Se

3

OBJETIVOS DE LA EDUCACIÓN SEXUAL

trata de trabajar con la idea de nosotros y nosotras, en la que quepan todas las sexualidades y todos los ritmos.

- Utilizar diferentes materiales didácticos teniendo en cuenta el objetivo de la actividad, el momento de trabajo, el grupo. El recurso es el que debe adaptarse a los objetivos del educador o educadora, nunca a la inversa. Se trata de seleccionar los recursos adecuados teniendo también en cuenta que la educadora o educador han de sentirse a gusto con ellos y con la metodología que emplean.
- Desarrollar una labor evaluadora en función de los objetivos planteados. Es importante tener en cuenta la evaluación del proceso y de las diferentes tareas planteadas para conseguir nuestros objetivos.

Debido a las características de socialización de las personas con discapacidad intelectual y a las dificultades de aprendizaje asociadas, debemos entender el gran protagonismo que a nivel educativo tienen los profesionales de los centros y la familia. En no pocos casos, la persona con discapacidad intelectual pasa su vida entre el centro de apoyo y el hogar familiar, teniendo por tanto un mayor impacto estos agentes en la educación. El acceso a otros canales de información y formación en muchos casos es restringido.

En este sentido podemos hablar de forma teórica de una unidad diádica educativa en el ámbito de la educación sexual en las personas con discapacidad intelectual, la compuesta por la familia y el centro.

Es por ello esencial que las dos partes integrantes de esta unidad participen, colaboren y se coordinen en la educación de las personas con discapacidad intelectual; siendo esta corresponsabilización clave para lograr el éxito en las intervenciones educativas y de modificación de conducta que afrontemos.

Desde el centro debemos ser conscientes que debemos establecer una estrategia de intervención en conjunto con la familia, llegando a consensos sobre las medidas a tomar y acuerdos sobre la forma de intervenir en el núcleo familiar y en el centro educativo. Es imprescindible llegar a ese "contrato educativo" entre la familia y el centro, con establecimiento de acuerdos y consensos, con alineación de objetivos y con compromiso de responsabilización mutua en el tema.

En ocasiones podemos pensar que este contrato nos ata y avanzamos de forma más lenta porque la familia no quiere ver el problema

o tiene un planteamiento diferente. Debemos luchar contra la frustración porque lejos de ser un lastre es un elemento esencial y es un paso importantísimo en la educación sexual de las personas con discapacidad intelectual. En primer lugar, la existencia de ese "contrato educativo" logra que pongamos el foco sobre la sexualidad de las personas con discapacidad intelectual, de repente cobra cuerpo, y existe. En segundo lugar, logramos implicar a la familia en el abordaje de este tema. Esto es esencial, no debemos olvidar que lo que deseamos es lograr la integración social de la persona con discapacidad intelectual, y en ese entorno social esta la familia. El Centro de Apoyo a la Integración (CAI) no deja de ser un medio que prepara a la persona para enfrentarse al medio social. Otro elemento esencial es que hemos establecido un canal de comunicación sobre este tema, es decir tenemos objetivos compartidos, forma de intervenir pactadas, corresponsabilización con tareas para realizar en el centro y en la familia, y lo que es más importante, estableceremos un mecanismo de evaluación y un programa de seguimiento conjunto, lo que nos permitirá ir ajustando nuestros objetivos, nuestras intervenciones de forma progresiva.

Esta continuidad en el programa es esencial, en primer lugar, porque el cambio de conductas, la adquisición de hábitos y de actitudes es un proceso largo en el tiempo; y en segundo lugar, porque esta continuidad nos dará tiempo para la evolución de las actitudes y comportamientos de la propia familia a la hora de afrontar sus miedos y sus dudas sobre la sexualidad de la persona con discapacidad intelectual. Y ese proceso de reflexión y cambio se realizará desde la confianza en los profesionales del centro y la mutua aceptación del objetivo esencial que debe motivar a educadores y familiares, la búsqueda del bienestar y felicidad de la persona con discapacidad intelectual. Debemos evitar el enfrentamiento, desde el enfrentamiento se produce el refuerzo de las posturas iniciales y no se evoluciona. Tenemos que ser conscientes que nos necesitamos mutuamente para lograr los objetivos.

Para lograr este “contrato educativo” es esencial que intentemos entender a la familia, y que no juzguemos ni actitudes ni comportamientos. Es también muy importante huir de las prisas y dar el tiempo preciso a cada persona para que piense y reflexione, y esta siempre abiertos a hablar de nuevo si lo precisan. Nosotros debemos fomentar la reflexión y si no hay comunicación no podemos realizarlo.

Otro aspecto clave de la intervención es el contexto que se refiere a la vida cotidiana en el centro donde aparecen inquietudes, preguntas, conductas...en momentos que no son el tiempo específico dedicado al taller de educación sexual. Para que esta intervención en la vida cotidiana sea efectiva es importante consensuar criterios entre los profesionales que estén en contacto en los diferentes momentos con los usuarios y usuarias del CAI. También el compartir situaciones que hayan podido producirse y las inquietudes del personal profesional para abordar aspectos relacionados con la sexualidad.

Por otra parte en los centros existen diferentes programas en los que puede incluirse de forma transversal aspectos relacionados con la educación sexual, favoreciendo así un proceso continuo, coherente y ajustado a las diferentes dimensiones de la sexualidad humana.

Se tiende a pensar que la sexualidad de las personas con discapacidad es cuanto menos “especial”. Por lo general tiende a pensarse que es una sexualidad más intensa, menos ajustada, más expuesta a peligros, más descontrolada, etc.

Algunos de los mitos más conocidos, y erróneos, sobre la sexualidad en general y sobre la sexualidad de las personas con discapacidad, son los siguientes:

- La persona discapacitada no tiene necesidad de expresión sexual.
- Subestiman las fantasías sexuales.
- El cuerpo de una persona con discapacidad no puede producir placer.
- La única satisfacción sexual a la que puede aspirar es la de satisfacer a su pareja.
- Temor a la transmisión genética de la lesión.
- Temor a que la actividad sexual acelere la enfermedad.
- A determinadas personas discapacitadas (según el tipo de discapacidad), se le atribuyen deseos perversos y excesivos, debido a su sexualidad reprimida.
- La única forma correcta y placentera de obtener placer sexual es el coito.
- El uso de medios accesorios para el placer es pecado o degradante.
- La masturbación es una enfermedad o un vicio.

Estas percepciones se relacionan con tres hechos que han de ser tenidos en consideración:

- a) La merma de privacidad de las personas con discapacidad que se deriva de su tutela.

- b) Las peculiaridades del propio proceso de socialización sexual de las personas que están determinadas no sólo por sus niveles o formas de discapacidad, sino por la voluntaria impermeabilización sexual que el resto de la sociedad les “administramos”.
- c) El miedo de las familias que relacionan sexualidad con peligro y miedo al embarazo.

Estos tres fenómenos se complementan y producen un sesgo perceptivo mediante el cual tendemos a atribuir las causas de los “desajustes” a la naturaleza sexual de estas personas y no al encuadre entre esta naturaleza sexual y sus condiciones biográficas y vitales.

5.1

PARTICULARIDADES DE LAS PERSONAS CON DISCAPACIDAD

Lo común a las personas con discapacidad intelectual son las dificultades para el aprendizaje. Desde el punto de vista del proceso de sexuación prenatal, las personas con discapacidad no se distinguen en nada del resto de las personas. O dicho con mayor rigor, se distinguen entre sí y con los demás tanto como cualquier otro individuo.

La discapacidad tiene orígenes múltiples. Tanto es así que a las personas afectadas muy raramente se les clasifica por el origen de su discapacidad, sino: o bien por las consecuencias de ésta, sobre todo por sus capacidades intelectivas y por su autonomía social; o también por el momento de la causa (si se conoce).

Desde el punto de vista del momento tienen un origen o bien prenatal (a veces genético, pero muchas veces de biografía fetal –toxicomanía, accidente en el embarazo, hiper o hiposecreción glandular, influencias externas lesivas, etc), o bien perinatal (sobre todo accidentes en el parto que afortunadamente descienden al menos en las sociedades occidentales) o bien postnatal (déficits de estimulación, accidentes, psicotraumatismos, enfermedades neurológicas o con consecuencias neurológicas, etc.).

Esta clasificación nos puede permitir entender que, mucho más que particularidades sexuales de las personas con discapacidad con frecuencia aparecen asociadas a procesos de sexuación anómalos.

Si, como hemos dicho, las personas con discapacidad se definen por su dificultad de aprender, es evidente que alguna característica sexual se derivará de ello. Sin embargo lo característico del universo de lo sexual (sobre todo en lo que a sexuación y sexualidad se refiere) es que muchos procesos son relativamente ajenos al aprendizaje (incluso en algunos que tradicionalmente hemos creído que eran sólo cuestión de aprendizaje, la investigación va demostrando que el aprendizaje juega un papel discreto y en cualquier caso más bien represor que activador). Podría en este sentido confirmarse el aserto: aunque todo es aprendizaje, el aprendizaje no lo es todo.

Habría que empezar diciendo que no hay particularidades eróticas en las personas con discapacidad, más allá de los relacionados con la propia característica central -la diversidad- de la erótica humana. Entre los matices diferenciales, además del ya señalado sobre la "evaluación", pueden considerarse dos aspectos contextuales que no siendo estrictamente eróticos sí resultan a la postre nucleares en la realización erótica de estas personas. Estos son: las particularidades derivadas de la deficiente socialización sexual y las derivadas del restringido acceso a un universo íntimo propio.

5.2 DEFICIENTE SOCIALIZACIÓN

Así como acabamos de afirmar el discreto papel del aprendizaje en lo que a procesos de sexuación y a evolución de la sexualidad se refiere, no puede decirse lo mismo en cuanto al universo de la erótica. Por ejemplo, todo cuanto tiene que ver con la erótica y la técnica amatoria suele adquirirse mediante procesos habituales de aprendizaje (bien autoexploración, bien aprendizaje vicario, bien cualquier suerte de influencia externa formal o informal).

Básicamente lo que de aprendido tiene la sexuación, la sexualidad y la erótica se aprende mediante lo que se ha llamado educación incidental o informal. Por decirlo de algún modo la información sobre "lo sexual" está en una especie de parque público simbólico a la que todos y todas tenemos algún acceso más o menos abierto o más o menos restringido.

Lo peculiar de las personas con discapacidad –además de su propia y característica dificultad para aprender- es la restricción a la que se ven sometidos respecto a cualquier contenido de naturaleza sexual. Sobre esto hay una especie de consenso cultural de difícil quiebra. Así que, entre sus propias dificultades y los obstáculos que como cultura les ponemos, lo cierto es que casi siempre la socialización sexual es escasa, torpe y desde luego nada o muy poco formalizada y elaborada. En otras palabras: no es educativa.

Este fenómeno que tradicionalmente ha querido servir a un fin: preservarles de los peligros de “lo sexual”, ha servido casi siempre precisamente para todo lo contrario. Los mecanismos de preservación que tradicionalmente se han seguido han sido fundamentalmente tres:

- a) la negación de la existencia misma de su sexualidad (mediante un mecanismo intelectual curioso consistente en negar la sexualidad infantil en primer término y presuponer su infantilidad eterna).
- b) la represión sistemática de cualquiera de sus manifestaciones eróticas (con la consecuente sistemática de cuidado y vigilancia que tantas veces ha dificultado su desarrollo no sólo sexual, sino también educativo, social, etc.
- c) la impermeabilización absoluta sobre cualquier contenido real o simbólicamente relacionado con la sexualidad.

Lo primero ha servido sobre todo para protegernos nosotros mismos de una sexualidad que nos es siempre –por unos u otros motivos– amenazante. Lo segundo ha servido para promover la conducta desajustada. Y lo tercero ha servido para dificultar aún más su ya deficiente socialización sexual.

Esto último resulta especialmente significativo, puesto que muchos de los conflictos sexuales de las personas con discapacidad devienen del desajuste entre la pulsión privada y las normas sociales. Esta tensión sujeto-grupo social, que es por cierto universal y válida para cualquier población y en cualquier cultura tiene un único medio de

5.3
RESTRINGIDO
ACCESO
AL UNIVERSO
DE LO ÍNTIMO

ser resuelta: en cuanto a las normas sociales, un mayor ajuste con las necesidades de los sujetos que las constituyen; en cuanto a los sujetos, un conocimiento y manejo adecuado de las normas sociales que rigen en su ámbito cultural.

El papel de los y las profesionales que trabajan, viven y sienten con ellos y ellas ha de ser en este sentido exactamente ese: respecto a las normas sociales un esfuerzo de ajuste e integración; respecto a ellos y ellas una función socializadora y normalizadora. Osea los dos principios que rigen la Educación Especial: integración y normalización.

El universo de lo íntimo nos es necesario a los humanos y por supuesto también a las personas con discapacidad. En el universo de lo íntimo no rigen las reglas públicas: prevalece el deseo sobre la obligación, el sujeto sobre el grupo, la intuición sobre la lógica, el placer sobre el esfuerzo, lo inmediato sobre lo mediato, etc., etc.

En medio de todo esto, determinadas poblaciones —la de las personas con discapacidad es especialmente grave— tienen muy restringido su acceso a un tiempo y un espacio de absoluta privacidad. Con ellos suele prevalecer la tutela, la prevención, la economía de medios (siempre insuficientes) y el control sobre su intimidad. Esta situación anómala (agravada por la aparente insensibilidad, sino ceguera) tiene numerosos costes, pero no serán los menores los de índole erótica.

Si algo hay que haga peculiar la erótica de las personas con discapacidad es su escasez de intimidad. Así pues, ¿cómo socializar en lo íntimo si precisamente carecen de ello?

La sexualidad de las personas con discapacidad siempre nos produce perplejidad y paradojas. Ha llegado el tiempo de darles acceso a un necesario espacio de privacidad en el que no estén sometidos a control.

El Programa forma parte de la intervención que se plantea desde el Principado de Asturias con las personas con discapacidades en sus diferentes áreas, y en concreto en el marco del área de desarrollo personal y social que incluye, junto a los programas de promoción de la autodeterminación y participación, los programas de educación sexual.

Desde esta perspectiva se plantea:

Como finalidad

Se pretende poner en marcha en los diferentes Centros de Apoyo a la Integración o Centros Ocupacionales de personas con discapacidad el Programa de Educación Sexual, centrándose en tres ejes complementarios de intervención: personas con discapacidad intelectual, familias y educadores.

Como objetivo general

Implantar un Programa de Educación Sexual en Centros de Apoyo a la Integración o Centros Ocupacionales de personas con discapacidad en colaboración con ONGs , con la implicación de familias, educadores y personas con discapacidad intelectual.

Como objetivos específicos

- Sensibilización de los diferentes agentes que intervienen en la educación de las personas con discapacidad intelectual sobre la necesidad de realizar programas de educación sexual desde sus ámbitos y favorecer actitudes de empatía y respeto hacia la sexualidad de las personas con discapacidad.

EL PROGRAMA DE EDUCACIÓN SEXUAL EN LOS CENTROS DE APOYO A LA INTEGRACIÓN

- Formación de los profesionales que trabajan con las de personas con discapacidad intelectual para que puedan realizar una educación sexual cercana a las necesidades y realidades de las personas con discapacidad de forma continua, favoreciendo una vivencia de la sexualidad de forma positiva y aceptando sus particularidades.
- Formación de las familias de personas con discapacidad intelectual para que puedan realizar una educación sexual cercana a las necesidades y realidades de sus hijos, favoreciendo una vivencia de la sexualidad de forma positiva, aceptando sus particularidades y que refuerce sus procesos de desarrollo e independencia.
- Desarrollar una acción educativa con las personas con discapacidad a través de los profesionales y las familias que les permita reconocer su sexualidad, sus particularidades y expresar sus vivencias y sentimientos como parte integral de su proceso de desarrollo personal.

Metodología

Para desarrollar este Programa de Educación Sexual es importante que exista previamente una sensibilización de los diferentes agentes educativos que están en contacto directo y continuado con las personas con discapacidad. Es fundamental un trabajo con profesionales educadores y familias tratando de conseguir su apoyo e implicación en este proceso educativo.

Partiremos de una evaluación inicial sobre cuales son las condiciones reales de la población con la que vamos a trabajar, conocer los recursos educativos y las características de los diferentes grupos. Para que el programa sea aceptado y apoyado es importante darlo a conocer, implicar y consensuarlo con las familias y con los educadores.

El Programa de Educación Sexual dirigido a familias, profesionales y a personas con discapacidad se desarrolla con el formato de Taller, siguiendo una metodología de participación, partiendo de las necesidades y la realidad de cada grupo. También se incluye de forma

transversal en los diferentes programas educativos que se llevan a cabo en el centro y en una intervención en la vida cotidiana con los usuarios y usuarias que participan en el centro.

El y la profesional que dirige cada grupo desarrolla un papel de facilitador del proceso de reflexión del grupo, centrando su trabajo en las actitudes de los participantes y proporcionando información sobre los diferentes contenidos del programa. Es el encargado de evaluar el desarrollo del programa. Es fundamental para realizar esta tarea tener en cuenta la diversidad de los grupos y de sus participantes para realizar el proceso educativo adaptado a las diferentes realidades y peculiaridades personales.

Proceso para la puesta en marcha

Para llevar a cabo este programa en los Centros de Apoyo a la Integración se han seguido una serie de fases:

- Presentación del Programa de Educación Sexual a los responsables o equipos técnicos de los Centros de Apoyo a la Integración y Centros Ocupacionales ya sean de la administración o gestionados por las ONGs con el objetivo de conseguir su implicación y participación.
- Formación de educadores y otros profesionales del centro para que sean la referencia del programa en cada centro a través de una metodología de formación de formadores en educación sexual y con el Taller de Educación Sexual como herramienta para la intervención con los usuarios y usuarias del centro. Se constituye un equipo de referencia del programa en el que participan dos o tres educadores por centro en la formación de formadores. A partir de estos educadores llegará el programa al resto del equipo y a los usuarios y usuarias del centro.
- Formación de las familias de cada centro a través de un Taller de Educación Sexual en el que pueden participar todas aquellas familias que lo deseen.

EL PROGRAMA DE EDUCACIÓN SEXUAL EN LOS CENTROS DE APOYO A LA INTEGRACIÓN

- Puesta en marcha del Programa de Educación Sexual en cada centro. Los educadores realizan los talleres de educación sexual con las personas con discapacidad del centro. También puede incluirse el programa de forma transversal en los diferentes programas educativos del centro. Se trabaja desde un planteamiento de intervención individual y desde la vida cotidiana y una intervención grupal a través del taller de educación sexual.
- Se realiza una labor de apoyo y seguimiento por parte del equipo de profesionales sexólogos a los centros que participan en el programa.

Destinatarios

Los destinatarios finales del programa de educación sexual son las personas con discapacidad que participan en los centros ocupacionales. Para llegar a ellos y ellas con el Programa de Educación Sexual se realiza previamente la formación de los educadores y las familias de cada centro para que puedan realizar una intervención continuada, adaptada a cada realidad y desde la vida cotidiana.

Evaluación

Para realizar la evaluación del Programa de Educación Sexual se realiza un proceso de evaluación en las actividades de formación de educadores y familias que refleja los siguientes aspectos: participantes en la formación, expectativas /cumplimiento de expectativas y nivel de satisfacción de los participantes. En cuanto a los centros se recoge información sobre la participación respecto a los Talleres de Educación Sexual con personas con discapacidad: nº de participantes, nº de talleres realizados /centro y otras actividades realizadas en el centro. También se recoge el material educativo y proyectos de educación sexual elaborados por cada CAI.

7.I
MODELO
DE TRABAJO

“Las personas suelen comprender mejor lo que pueden descubrir por sí mismas, que lo que nosotros podemos descubrir y aportarles”.

En base a todo lo expuesto hasta el momento y de cara a llevar a cabo el Programa de Educación Sexual presentamos un modelo de trabajo que permite diseñar un programa adaptado a la situación de cada persona según sus capacidades, necesidades y también de cara a una intervención grupal.

Siguiendo el Modelo del Hecho Sexual Humano ya presentado, habría que abordar los ejes relacionados con el sexo que se es, la vivencia de la sexualidad, la expresión erótica, las formas de relacionarse y lo relacionado con la pareja.

Cada equipo de educadores establecerá según una evaluación inicial cuales son las áreas de trabajo con cada persona o con cada grupo. Los educadores y las familias son los mejores conocedores de las inquietudes y necesidades de cada persona, de cómo llegar a ellos, conectar con sus inquietudes, de sus capacidades de aprendizaje, de su forma de comunicarse y transmitir sentimientos y emociones.

Este modelo pretende ser una herramienta de trabajo que oriente las intervenciones previamente.

En cada una de las áreas se proponen una serie de objetivos, de actividades que pueden adaptarse a cada persona o grupo y de materiales donde podemos encontrar otras actividades a la hora de poner en marcha el Programa de Educación Sexual en cada centro.

Modelo de trabajo según las variables de trabajo en diferentes áreas.

	SEXO	SEXUALIDAD	ERÓTICA	ARS AMANDI	PAREJA
	Se es...	Se siente...	Se desea...	Se hace....	Se tiene...
De que hablamos...	Soy chico, soy chica. Proceso de construcción en hombres y mujeres	Vivencias/ sensaciones/ sentimientos asociados al hecho de ser hombres/ mujeres	Fantasía, imaginario... forma de expresión de nuestras vivencias	Los modus operandi, ¿cómo montárselo?	Predisposición hacia la vida en pareja
Aspectos a trabajar	Procesos de sexuación: Físicos-sociales	Las actitudes	Deseos, expectativas	La conducta	La relación de pareja
	Evolutiva (cambios físicos y "psicológicos")	¿Cuál es su/nuestra visión de la sexualidad?	Educación sentimental y erótica	Habilidades personales	Expectativas, mitos, falsas creencias,...
	Proceso de construcción en personas sexuadas	Falsas creencias entorno a nuestra visión de la sexualidad	Ideales románticos		
	Etapas de desarrollo: identificación, constancia,...	Los valores y creencias: norma social y del grupo.	Hacerse entender: comunicación verbal/no verbal		
	Construcción social del género	Autoestima y autoconcepto (valoración personal)	Habilidades de negociación		
		Percepción de riesgo	Orientación del deseo	Intención de conducta	La primera vez
			Habilidades en el manejo del preservativo	Concepción Y anticoncepción	
				Prácticas seguras: END, ITS	
ASPECTOS PREVIOS (transversales)					
Manejo de información y conocimientos: HSH, procesos de sexuación, anatomía y fisiología, evolutiva, concepción y anticoncepción, ITS,...					
ASPECTOS EN PROCESO DE INTERACCIÓN CON EL SUJETO SEXUADO (transversales)					
El grupo de iguales Las relaciones interpersonales: familia, educadores, amigos,...					
Accesibilidad, existencia y disponibilidad de instrumentos y recursos.					

El taller reúne una serie de características que se adaptan a los objetivos que nos planteamos en la educación sexual:

- Propicia la participación activa y la reflexión de las participantes.
- Se ajustan a los grupos, a sus realidades e inquietudes.
- Trabaja a partir del conocimiento y las actitudes del propio grupo de personas sobre los temas planteados.
- Es una intervención dinámica y creativa.
- Es una intervención lúdica, divertida y atractiva.
- Favorece el descubrimiento de las cosas por una misma, aportando ejemplos, practicando las destrezas y llevando a cabo tareas en base a sus propios conocimientos.

Para desarrollar este Taller de Educación Sexual es importante que exista previamente una sensibilización de los diferentes agentes educativos que están en contacto directo y continuado con las personas con discapacidad. Es fundamental un trabajo con profesionales y con familias tratando de conseguir su apoyo e implicación en este proceso educativo.

Partiremos de una evaluación inicial sobre cuales son las condiciones del grupo de personas con el que vamos a trabajar, conocer los recursos educativos y las características de los diferentes grupos.

El Taller de Educación Sexual destinado a personas con discapacidad se desarrolla siguiendo una metodología que promueve la participación, partiendo de las necesidades y la realidad de cada grupo.

La persona que dirige el grupo desarrolla su papel como facilitadora del proceso de reflexión del grupo, centrando su trabajo en las actitudes de los participantes y proporcionando información sobre los diferentes contenidos del programa. Es la encargada de evaluar el desarrollo del programa.

Algunas cuestiones que sería interesante tener en cuenta en la realización del taller:

1. Organizar el espacio: el entorno físico en una sala de trabajo puede estimular o bloquear la participación y el desarrollo del taller. El círculo es una buena organización del espacio para fomentar la interacción, la participación y los debates en grupo. En algunos casos el mobiliario puede recolocarse con facilidad para crear diferentes escenarios.
2. En el taller las participantes son las más importantes. Cuando a los y las participantes se les llama por su nombre, se sienten importantes, tenidas en cuenta, presentes dentro del grupo.
3. Preguntar para identificar las expectativas de las participantes: podemos plantear algunas preguntas para identificar sus expectativas e intereses respecto al taller, por ejemplo: ¿Qué te han dicho de este taller? ¿Qué te gustaría saber sobre este tema?
4. Creación de un ambiente adecuado: es importante lograr un buen ambiente de grupo para abordar los temas con claridad, sinceridad y tranquilidad. Podemos recoger sus propuestas en este tema que contemplen aspectos como: confidencialidad, franqueza, hablar desde el yo, derecho de pasar, anonimato, aceptación, derecho a la discrepancia, derecho a sentirse incómoda, siempre teniendo en cuenta cada situación individual, las propias necesidades y las distintas realidades.
5. Fomentar la participación: los talleres pretenden fundamentalmente conseguir la participación activa en torno a los temas planteados. La función de la persona que dirige el grupo es la de ser facilitador de este proceso de participación. Para este fin contamos con diversas técnicas que se aplicarán teniendo en cuenta el objetivo, el grupo y el tiempo. Algunas de las que proponemos y que explicaremos con más profundidad son: técnicas de "presentación", "para tratar un tema", de "representación", "corporales"... También podemos usar técnicas y medios que, además de facilitar la participación, facilitan los procesos

enseñanza-aprendizaje, como son: la fotografía, el dibujo, la música, el teatro, el cine y el video.

6. Importancia del lenguaje como principal vehículo para desarrollar el tema de la sexualidad: las dificultades de vocabulario, máxime en el tema que nos ocupa, centrado en actitudes, sentimientos y sensaciones, que son conceptos abstractos alejados de la realidad inmediata, se pueden abordar a través de un diálogo dirigido por medio de preguntas con respuestas simples (ej. "¿Creéis que un hombre sólo puede tener un novia? o ¿también puede tener novio?"). Por medio de la palabra, y de otros vehículos de comunicación (imagen, música...) se procura dar una visión abierta, positiva y realista de la sexualidad (de ambos sexos, del deseo, y de las conductas sexuales), adecuando la información a la capacidad intelectual y al vocabulario de los usuarios.
7. Abordaje serio pero con sentido del humor, de forma lúdica y educativa, pero no escolar.
8. Características del grupo: formar grupos heterogéneos y equilibrados en cuanto a sexos, estando formado por chicas y chicos, intentando que sean lo más homogéneos posible en cuanto a inquietudes y capacidades.

Como resumen podemos decir que algunos aspectos claves a contemplar para trabajar en un taller de educación sexual son: participación, respeto a las propias ideas y experiencias, utilización de información basada en referentes científicos, discurso normalizador, actividades significativas, información y valoración, potenciación de actitudes.

7

TALLERES DE EDUCACIÓN SEXUAL EN LOS CAIS

7.2

TÉCNICAS CON LAS QUE TRABAJAR EN EL TALLER

Tipo de técnica	Descripción	Procedimiento
<p><i>Presentación</i></p> <p>Estas técnicas son especialmente útiles cuando los que asisten a un taller que no se conocen previamente.</p>	<p>Permiten iniciar el conocimiento de las personas del grupo e iniciar la participación activa haciendo la situación más espontánea y natural.</p>	<p><i>Presentación seminformal:</i> se apuntan en un cartelito su nombre y cualidades.</p> <p><i>Presentación recíproca:</i> se hacen parejas en las que uno presenta al otro al grupo.</p> <p><i>Comentario de expectativas y motivaciones</i> de cada participante.</p> <p>Aprender los nombres de los demás.</p>
<p><i>Para tratar un tema</i></p> <p>Para abordar un tema con un grupo sacando el máximo provecho de la participación de los miembros existen multitud de técnicas que han de elegirse en función de la naturaleza del tema, el tipo de grupo, los objetivos, etc. . .</p>	<p><i>1. Subgrupos</i></p> <p>Consiste en dividir un grupo grande en subgrupos que trabajarán por separado y luego pondrán en común lo realizado.</p> <p>Se utiliza para facilitar el trabajo en un grupo excesivamente amplio favoreciendo operatividad, participación, comunicación y toma de decisiones.</p>	<p>El facilitador expone con claridad la tarea o tema sobre el que se va a trabajar.</p> <p>Formar subgrupos de un máximo de 6 personas .</p> <p>Una vez finalizado el trabajo un o una portavoz de cada subgrupo expone las conclusiones o decisiones a las que se hayan llegado.</p> <p>Se comentan entre todos las conclusiones que han ido apareciendo.</p>
	<p><i>2. Tormenta De Ideas</i></p> <p>Esta técnica favorece la producción de gran cantidad de ideas de forma rápida. Es muy útil para iniciar el tratamiento de un tema planteado y para tratar ideas y soluciones no convencionales.</p> <p>Los participantes expresan las ideas que se les van ocurriendo.</p> <p>Se acepta cualquier tipo de ideas.</p>	<p>Se pide al grupo que exprese las ideas que se les ocurran.</p> <p>Se indica que se tendrán en cuenta todo tipo de ideas.</p> <p>Se toma nota de todas.</p>

Tipo de técnica	Descripción	Procedimiento
	<p>3. Discusión Dirigida</p> <p>Se estimula a las participantes a que examinen, con libertad, un asunto o problema y que expliquen sus ideas y puntos de vista discutiéndolos de forma constructiva. Hay dos fórmulas básicas de discusión:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Discusión abierta, donde las intervenciones se producen de manera espontánea, previa petición de palabra. -Discusión escalonada, en la que se establecen turnos de palabra de tiempo limitado. 	<p><i>Técnicas para moderar la discusión:</i> preguntas eco (se le devuelve la pregunta al mismo que la ha realizado), preguntas rebote (se devuelve a otro miembro del grupo), preguntas reflector (se devuelve a todo el grupo), preguntas indirectas, uso de la mirada, preguntas personales directas, preguntas directas al grupo, invitación directa a participar, recuerdo de preguntas anteriores, análisis comentado de la situación.</p>
	<p>4. Estudio De Factores</p> <p>Consiste en analizar los factores que nos conducen a adoptar una decisión determinada.</p>	<p>Se expone una situación concreta. Se analizan los factores implicados. Se exponen y discuten las ideas que surjan.</p>
	<p>5. Viñetas Situacionales</p> <p>A partir de situaciones concretas creadas por los participantes, se identifican los pasos relacionados con la situación, los obstáculos que pueden encontrarse y alternativas posibles para reducir riesgos.</p>	<p>Se selecciona una viñeta situacional. Se analizan, en subgrupos o conjuntamente, los pasos de la situación planteada. Se discuten los obstáculos y se consensúan posibles alternativas.</p>
	<p>6. Modelaje</p> <p>Se ofrecen ejemplos prácticos de cómo hacer algo o cómo practicar una habilidad. Es uno de los procedimientos más utilizados para la capacitación y enseñanza de habilidades.</p>	<p>Se seleccionan las habilidades que se van a modelar y se prepara la puesta en escena. Se demuestra la habilidad ante todo el grupo (una o varias veces). Los participantes ensayan la habilidad. Se corrigen posibles errores en la ejecución.</p>

Tipo de técnica	Descripción	Procedimiento
	<p><i>7. Preguntas Anónimas</i></p> <p>Sirve para ver qué cuestiones no han surgido por vergüenza, falta de participación, falta de tiempo...y poder abordarlas.</p>	<p>Cada participante escribe anónimamente al menos una pregunta que no ha hecho y le gustaría resolver. Se hace un listado de las preguntas y se responden</p>
	<p><i>8. Verdadero o Falso</i></p> <p>Muy útil para conocer conocimientos, actitudes, creencias, de las participantes que luego pueden discutirse.</p>	<p>Consiste en presentar una serie de afirmaciones que cada participante (o subgrupo) deberá identificar como verdaderas o falsas.</p>
	<p><i>9. Fotopalabra</i></p> <p>Es una manera muy gráfica y sencilla de mostrar actitudes, opiniones, sentimientos...que luego pueden discutirse.</p>	<p>Se colocan fotos en el suelo que reflejen distintas opiniones, sensaciones, sentimientos, conductas, en función del tema que se trata. Las participantes caminan en torno a las fotos durante unos minutos hasta que todos han elegido alguna. Cada participante puede decir qué foto ha escogido y qué le sugiere.</p>
Representación	<p><i>10. Juego de roles</i></p> <p>Fomento de la empatía y el cambio de actitudes por lo que conllevan de simulación de la realidad y vivencia de problemas y situaciones de forma personal e interiorizada.</p>	<p>“Role-playing” o ensayo de conductas: representar escenas de la vida real, adoptando cada participante alguno de los papeles que será analizado y evaluado.</p> <p>Historias: Consiste en plantear temas o situaciones reales a partir de historias que deben ser analizadas y valoradas.</p>

Tipo de técnica	Descripción	Procedimiento
Expresión artística	Dibujos, plastilina, otros materiales Fotografía, música y cine.	La expresión a través de otras formas que no tienen que ver con la comunicación verbal, permite fomentar la creatividad, la expresión de sentimientos, imágenes, visiones personales de los temas trabajados.
Corporales	Estas técnicas son esenciales en educación sexual dada la rigidez corporal y el miedo al contacto físico que se ha desarrollado en nuestra cultura. Requieren una preparación específica, para mantener al grupo controlado y también exigen respeto para que nadie se sienta presionado a hacerlas o se descompense con su puesta en práctica. Son especialmente útiles para el trabajo con actitudes Entre sus objetivos se encuentran la aceptación de la figura corporal, el aprendizaje del contacto y la comunicación, la valoración positiva del cuerpo, la mejora del estado físico y psicosexual y el trabajo de las emociones.	

Para desarrollar este taller es necesario tener en cuenta las necesidades de las personas participantes, las características de cada grupo, sus conocimientos, actitudes y habilidades para poder adaptar nuestra intervención a su realidad. Esto se realizará en una primera sesión.

Objetivos de las sesiones

- Trabajar a partir de las necesidades, capacidades y deseos de las personas del grupo.
- Abordar los cambios que se producen a nivel corporal, afectivo y relacional a lo largo de la vida.
- Trabajar sobre las actitudes, habilidades y prácticas que favorezcan prácticas seguras.
- Adoptar actitudes abiertas y comprensivas hacia las diferentes orientaciones y peculiaridades sexuales.
- Trabajar sobre habilidades de comunicación y relación.

A continuación se van describiendo las diferentes dinámicas que han formado parte de los talleres realizados por los equipos educativos en los centros que participan en el Programa de Educación Sexual. Se presentarán las dinámicas siguiendo las variables del modelo de trabajo planteado: sexuación, sexualidad, erótica y pareja.

Cada una de estas variables se introduce con un apartado de cuestiones conceptuales (“¿De qué estamos hablando?”), otro de contenidos (“¿Qué aspectos trabajar?”) con “preguntas para orientar el trabajo” y, finalmente, se presentan los “objetivos” de referencia.

Después de estos apartados aparecen las “Dinámicas” que se han realizado en diferentes centros. Para facilitar su lectura y consulta se han unificado siguiendo un esquema común que incluye:

- el título o nombre que identifica a la dinámica.
- los objetivos que persigue.
- el desarrollo o explicación de cómo ponerla en práctica.
- el tiempo necesario para realizarla.
- los recursos necesarios para llevarla a cabo, incluyendo, en algunos casos, la bibliografía utilizada como referencia.

Así mismo, tras la descripción de las dinámicas se incluye un apartado de “Más actividades” en el que se presentan brevemente otras actuaciones que se pueden realizar para trabajar en educación sexual.

También se ha incluido, al final, un apartado de “Consideraciones” u observaciones que, a modo de valoración, han realizado los equipos sobre el trabajo realizado.

Estas son todas las dinámicas que se irán detallando siguiendo las diferentes variables:

Sexuación	<ol style="list-style-type: none"> 1. El cuerpo humano 2. Un cuerpo como los demás 3. ¿Quién es este niño/a? 4. Los órganos sexuales masculinos y femeninos. 5. Figuras de plastilina 	<ol style="list-style-type: none"> 6. Cambios 7. La menstruación 8. Nuestro cuerpo 9. Caja-puzzle
Sexualidad	<ol style="list-style-type: none"> 10. Sillas 11. Imágenes y sexualidad 12. Adivina adivinanza 13. Verdadero y falso 14. La joya. 	<ol style="list-style-type: none"> 15. Mis compañeros/as, amigos/as y novios/as. 16. Tu amigo más guay. 17. Nos vamos a lavar.
Erótica, conducta y pareja	<ol style="list-style-type: none"> 18. El abrazo 19. Saludos 20. Videos 21. Abuso-afecto. 22. Anticonceptivos 23. El preservativo. 24. Árbol genealógico 25. Canciones (disco forum): sólo soy una persona... 26. Disco forum: malicunda, hogar, burka... 27. "diccionario de términos relacionados con la sexualidad" 28. Dudas... 29. Juegos: el gochín, dramatización... 30. Masaje 31. Pautas de trabajo en sexualidad. Cuadro de normas sociales y normas sexuales. Valores sexuales. 	<ol style="list-style-type: none"> 32. Roles en cuentos, películas, anuncios; en juegos, profesiones... "mío padre ye ama de casa y... ¿qué?" 33. Anticonceptivos. 34. Los regalos. 35. Los secretos. 36. ¿Qué son? 37. Amigos y pareja 38. Mi pareja 39. La reproducción 40. La familia. 41. Tengo miedo". 42. Relaciones afectivas 43. ¿qué deseamos? Orientación sexual 44. Orientación sexual 45. Métodos anticonceptivos y ITS 46. Habilidades de negociación y comunicación en pareja 47. La prevención

8.I
DINÁMICAS
SOBRE
SEXUACIÓN

¿De qué estamos hablando?:

Proceso de construcción de los seres sexuados a lo largo de su vida. El hecho de ser hombre o mujer.

¿Qué aspectos trabajar?

Sexualidad evolutiva: Aspectos que tenemos que trabajar en cada etapa evolutiva según los objetivos planteados: Cambios corporales, fisiológicos en las diferentes etapas (cuerpo, genitales chicos y chicas, aparato reproductor, eyaculación y menstruación).

Identidad Sexual: "Soy chico/ soy chica" ¿Cómo se identifica como chico o como chica? Dificultades, confusiones. Aspectos a tener en cuenta: la edad, constancia en la identidad, problemas psicológicos.

Roles de género: ¿Qué se espera de un chico/a? ¿Cómo son las chicas y los chicos? ¿Qué hacen los chicos/as que conozco? ¿Qué deben y no debe hacer un chico o una chica? ¿Qué opina el grupo de este tema?

Objetivos

1. Conocer las partes del cuerpo humano. Reconocer las partes del cuerpo humano, su morfología y fisiología.
2. Conocer y diferenciar los órganos sexuales femeninos y masculinos de forma sencilla.
3. Desarrollar una actitud positiva hacia los órganos genitales masculinos y femeninos, entendiéndose estos como una parte más del cuerpo
4. Identificarse como hombre/mujer.
5. Tomar conciencia del propio cuerpo y de las manifestaciones sexuales.
6. Valorar positivamente las diferencias entre personas.
7. Apreciar las características de las distintas etapas evolutivas.

8. Conocer los cambios que se producen a lo largo de la vida (desarrollo de caracteres sexuales masculinos versus caracteres sexuales femeninos: vello, nuez, voz, mamas...)
9. Conocer lo que sucede en la adolescencia: menstruación y eyaculación.
10. Conocer el vocabulario corporal básico.
11. Fomentar el trabajo en equipo.
12. Fomentar la creatividad e imaginación.
13. Fomentar la participación y la expresión de conocimientos y dudas.

Dinámicas

Sexuación	El cuerpo humano Un cuerpo como los demás ¿Quién es este niño/a? Los órganos sexuales masculinos y femeninos. Figuras de plastilina Cambios La menstruación La reproducción Nuestro cuerpo Caja-puzzle
-----------	---

8

8.1 DINÁMICAS: SEXUACIÓN

Título	El Cuerpo Humano
Objetivos	<ul style="list-style-type: none">- Conocer las partes del cuerpo humano.- Identificarse como hombre/mujer.- Abordar la vergüenza al hablar de las partes del cuerpo humano relacionadas con la sexualidad genital.- Fomentar el trabajo en equipo.
Desarrollo de la actividad	<p>Se dividirá a los participantes en grupos de tres personas como máximo, y se repartirá a cada uno de ellos un puzzle, en el que aparezcan representadas las partes del cuerpo. Los puzzles no tienen que referirse exclusivamente a los órganos genitales, pero deben incluirlos. Después se les dará una nueva lámina, en la que deben unir con flechas cada parte del cuerpo representada con el nombre. Finalmente, estos mismos grupos, tratarán de encontrar errores en una ficha en la que aparece representado un hombre con el cuerpo de una mujer y viceversa.</p>
Tiempo	1 hora y 30 minutos.
Recursos	<ul style="list-style-type: none">- Imagen del cuerpo humano representando un puzzle (anexo 1)- Ficha con las partes del cuerpo humano para unir con flechas (anexo 2).- Bolígrafos.- Lápices de colores.- Aula con mobiliario móvil.- Anónimo (2003): "Unidad didáctica. Educación sexual. Conocimientos corporales básicos. Diferencias entre sexos. Cuidados. Principios didácticos". Extraído de la página de Internet: http://html.rincondelvago.com/cuerpohumano_3html/Bolaños.

8

8.1 DINÁMICAS: SEXUACIÓN

Título

Un cuerpo como los demás

Objetivos

- Conocer el nombre de las distintas partes del cuerpo.
- Desarrollar una actitud positiva hacia los órganos genitales masculinos y femeninos, entendiéndose estos como una parte más del cuerpo.

Desarrollo de la actividad

Se dividirá al grupo en dos subgrupos. Cada uno de ellos tendrá un pliego de papel continuo o de embalar, desplegado en el suelo. El subgrupo uno escogerá una mujer entre sus miembros y esta se tumbará encima del papel, mientras el resto de los miembros dibujan su silueta. Cuando esta se levante, terminarán el dibujo pintándole las diferentes partes del cuerpo, así como otros atributos, como por ejemplo, el vello corporal. El subgrupo dos, hará lo mismo pero con el cuerpo del hombre. Después cada grupo expondrá las características de cada dibujo.

Tiempo

1 hora y 30 minutos.

Recursos

Papel de embalar y ceras de colores.

8

8.1 DINÁMICAS: SEXUACIÓN

Título	¿Quién es este niño/a?
Objetivos	<ul style="list-style-type: none">- Apreciar las características de las distintas etapas evolutivas.- Identificación con el modelo hombre/mujer.- Conocimiento de las distintas partes del cuerpo.
Desarrollo de la actividad	<p>Cada participante traerá una foto de cuando era pequeño (5-7 años). Estas se colocarán boca abajo en el centro del círculo que los participantes formarán en el suelo. Se les pedirá que uno a uno tomen una foto y que después traten de adivinar a quién pertenece. La persona que ha escogido la foto, explicará a quién cree que pertenece esa foto y qué cambios físicos pueden apreciarse entre el niño/a de la foto y esa persona en la actualidad.</p>
Tiempo	1 hora y 30 minutos.
Recursos	Fotografías de los participantes de cuando eran niños (5-7 años).

8

8.1 DINÁMICAS: SEXUACIÓN

Título

Los órganos sexuales masculinos y femeninos

Objetivos

- Conocer y diferenciar los órganos sexuales femeninos y masculinos de forma sencilla.
- Identificar dónde están situados cada uno de ellos y la función que realizan.
- Nombrar estos sin sentir vergüenza.

Desarrollo de la actividad

Se explicará a través de dos dibujos, uno correspondiente a los órganos sexuales masculinos y otro correspondiente a los femeninos, las distintas partes de las que están compuestos los aparatos reproductores del hombre y la mujer, así como las funciones que realizan. A continuación, formarán grupos (tres miembros como máximo), y se les darán los dibujos sin nombres; estos se les entregarán en fichas individuales con velcro, que tendrán que pegar en el lugar correcto de las láminas.

Tiempo

1 hora y 30 minutos.

Recursos

- Dibujos de órganos sexuales masculinos y femeninos (anexo 3).
- Tarjetas con velcro.
- Uncilla Vilela, M et al (1994). "La educación sexual en la adolescencia". Servicio de publicaciones del Principado de Asturias. Oviedo.

8

8.1 DINÁMICAS: SEXUACIÓN

Título	Figuras de plastilina
Objetivos	<ul style="list-style-type: none">- Reconocer las partes del cuerpo humano, su morfología y fisiología.- Mostrar una actitud natural en el conocimiento del cuerpo humano.- Fomentar la creatividad e imaginación.
Desarrollo de la actividad	<p>Cada participante deberá de hacer dos figuras con plastilina, que representen dos cuerpos humanos desnudos: uno de un hombre y otro de una mujer. Posteriormente, cada uno irá explicando las partes del cuerpo que él ha puesto en su figura. Cuando todos hayan hecho su explicación, aquellos que tengan sus figuras incompletas, deberán de completarlas.</p>
Tiempo	1 hora y 30 minutos.
Recursos	<ul style="list-style-type: none">- Plastilina de colores.- Orden hospitalaria de San Juan de Dios. Comisión interprovincial. (2007). "Personas con discapacidad intelectual. Manual de educación afectivo-sexual". Fundación Juan Ciudad. Madrid.

8

8.1 DINÁMICAS: SEXUACIÓN

Título

Cambios

Objetivos

- Distinguir chica/chico atendiendo a sus rasgos corporales.
- Conocer los cambios que se producen a lo largo de la vida (desarrollo de caracteres sexuales masculinos versus caracteres sexuales femeninos: vello, nuez, voz, mamas...)
- Conocer lo que sucede en la adolescencia: menstruación y eyaculación.
- Conocer lo que sucede en la madurez: menopausia.
- Fomentar la participación y la expresión de conocimientos y dudas.

Desarrollo de la actividad

Se desarrolla en cuatro sesiones, abordando en cada una los siguientes contenidos:

- El cuerpo de las chicas y de los chicos.
- Cambios que suceden.
- La adolescencia: menstruación y eyaculación.
- Consecuencias de la vejez: menopausia, otras maneras de vivir la sexualidad.

Sesión 1

Manejamos fotografías aportadas por los usuarios, propias y de la familia. Construimos una secuencia temporal con esas fotos y vamos observando los cambios que se producen en los cuerpos. Exposición en abierto para la libre participación de todos respondiendo a los indicadores del profesional. Trabajamos los cambios corporales más observables.

Sesión 2

Seleccionamos fotografías de revistas:

En los grupos con más necesidades de apoyo la orden es más clara y concreta; secuenciada según evolución:

Buscamos sólo niños/ sólo niñas

Buscamos sólo chicos jóvenes/chicas

Buscamos sólo hombres adultos/mujeres adultas

Buscamos sólo ancianos/ancianas.

En los grupos con menor necesidad de apoyo realizamos categorías según la foto que encontremos. ¿En qué montón tenemos que colocar esta foto?

Sesión 3

Con los recortes de revista obtenidos realizamos una selección donde obtenemos los recortes con una imagen más clarificadora en aspecto que refleje los cambios evolutivos: cambios corporales, fisiológicos en las distintas etapas (cuerpo, genitales chicos y chicas, aparato reproductor, menstruación...). Mostramos en el retroproyector y comentamos en abierto o siguiendo los indicadores del profesional (¿Qué es la persona que vemos, chico o chica? ¿Por qué lo sabemos? ¿Cómo sería su voz? ¿Tendría marcada la nuez en la garganta? ¿Tendrá el período cada 28 días? ¿Podrá dar a luz un hijo/a? ¿Cuáles son sus órganos sexuales? ¿Tendrá la menopausia en la madurez?...)

Sesión 4

Realización de un dibujo donde aparezca un chico y una chica (a poder ser desnudos) y queden patente sus diferencias. Voluntariamente cada uno cede su dibujo para ponerlo en el retroproyector (sin que se vea el nombre) para que lo veamos todos. En lluvia de ideas iremos comentando lo que nos evoca cada dibujo y qué añadiríamos o quitaríamos del dibujo.

Tiempo

45 minutos cada una.

Recursos

Retroproyector, fotografías, recortes de revista.

8

8.1 DINÁMICAS: SEXUACIÓN

Título	La menstruación
Objetivos	Se pretende que los usuarios/ as tengan amplíen su información sobre la menstruación y el ciclo menstrual.
Desarrollo de la actividad	<p>Se parte de una lluvia de ideas sobre la definición de la menstruación. En una pizarra se van anotando los conceptos relacionados que van aportando los usuarios para finalmente con todos ellos construir una definición adecuada. A continuación se trabajaron los siguientes temas. Para ello se lanzaba cada una de las preguntas a los usuarios que debían contestar con sus conocimientos iniciales:</p> <ul style="list-style-type: none">- ¿Qué sucede durante el ciclo menstrual?- ¿Cómo es un periodo menstrual típico?- ¿Qué tipos de problemas tienen las mujeres con sus periodos?- ¿A qué edad tiene una niña su primer periodo? <p>Una vez que todos han contestado a las preguntas seleccionamos de sus respuestas las mas adecuadas y las complementamos con la información de la que no disponían es un sistema de debate estructurado.</p>
Tiempo	1 hora y 45 minutos.
Recursos	Pizarra, tarjetas con preguntas.

8

8.1 DINÁMICAS: SEXUACIÓN

Título

Nuestro cuerpo

Objetivos

- Tomar conciencia del propio cuerpo y de las manifestaciones sexuales.
- Identificar distintas partes del cuerpo.
- Identificar y nombrar diferencias- semejanzas corporales hombre-mujer.
- Conocer el vocabulario corporal básico.
- Valorar positivamente las diferencias entre personas.

Desarrollo de la actividad

Siguiendo la metodología prevista para el taller (participación, respeto a las propias ideas y experiencias, referentes científicos, discurso normalizador, actividades significativas, información y valoración, potenciación de actitudes...) se plantean las siguientes actividades y dinámicas de trabajo:

- Dibujo libre "Así soy yo": Cada persona se dibuja a si misma como quiera. Después se presentan al grupo a través del dibujo.
- Fichas "Cuál es su nombre": rellenar, unir, colorear, comentar las diferentes partes del cuerpo. 1 y 2 (Programa Harimaguada) (anexo 4).
- Dinámica "Juego de las sillas": El grupo se sienta en corro y cada miembro recibe una tarjeta con una palabra/dibujo de una parte del cuerpo. En el centro una persona sin tarjeta dice uno de los nombres de las tarjetas que tienen sus compañeros y que están anotados en la pizarra. Los que tienen ese nombre intercambian sus posiciones intentando el que está en el centro ocupar su lugar.

Tiempo

De 3 a 5 sesiones de dos horas, dependiendo del nivel del grupo.

Recursos

Fichas, dinámicas, tarjetas, lápiz, colores, pizarra,...

Título	Caja-puzzle
Objetivos	<ul style="list-style-type: none">- Adquirir conocimientos básicos sobre anatomía y fisiología del cuerpo humano.- Conocer y diferenciar los órganos sexuales femeninos y masculinos.- Identificarse como hombre/mujer.- Conocer los cambios que se producen a lo largo de la vida.- Conocer cómo se produce un embarazo.
Desarrollo de la actividad	<p>Con el material incluido en una "caja-puzzle" se abordan contenidos relacionados con:</p> <ul style="list-style-type: none">- El cuerpo del hombre y la mujer- Cambios que se suceden- Identificación con el modelo hombre/mujer. Roles masculino/femenino- Embarazo-parto <p>Se realiza un trabajo individual o en pequeño grupo, adaptando el contenido de la caja a las habilidades y características de cada usuario, (los puzzles tienen varios niveles de dificultad):</p> <ul style="list-style-type: none">- Trabajo individual: Se entrega el material de la caja, y cada usuario realiza la propuesta. Al finalizar la sesión se pone en común el trabajo realizado.- Trabajo en pequeño grupo: Dividir a los usuarios en grupos de 2/3 personas y realizar la propuesta, comentando a la vez lo que estamos haciendo.- Todos los contenidos se adaptan a las necesidades de los usuarios, (dibujos con más o menos complejidad, lenguaje visual y escrito).- El contenido de la caja se irá ampliando según los objetivos de trabajo y puede usarse como apoyo en otras sesiones de trabajo.
Tiempo	1 sesión de trabajo de aproximadamente 1:30 h. para cada contenido.
Recursos	<ul style="list-style-type: none">- Caja-puzzle que incluye- Puzzle básico figura hombre/mujer (Anexo 1)- Viñetas: Órganos sexuales femeninos/masculinos (Anexo 3)- Viñetas: ¿Cómo se produce un embarazo? (Anexo 5)- Viñetas: El parto (Anexo 5)

8.2

DINÁMICAS
SOBRE
SEXUALIDAD**¿De qué estamos hablando?**

De las vivencias, de cómo se viven como chicos y chicas y de cómo se sienten.

¿Qué aspectos trabajar?

- Concepto de sexualidad.
- La sexualidad a lo largo de la vida.
- Dimensiones-funciones de la sexualidad (comunicación, placer, reproducción).
- Autoconocimiento. Aceptación de nuestra identidad sexual.
- Vocabulario.
- Comunicación.
- Respeto al derecho del otro. Saber decir NO y también saber respetar el NO ajeno.
- Intimidad y respeto. El espacio público y privado.
- Métodos Anticonceptivos
- Enfermedades de transmisión sexual y métodos de prevención.
- Actitudes de empatía y respeto hacia los demás.
- Autoconcepto y autoestima, norma social y de grupo.
- Orientación sexual.

Algunas preguntas para orientar el trabajo

- ¿Qué visión tienen de la sexualidad?
- ¿Qué es para ellos la sexualidad?
- ¿Cómo se sienten como chicos y chicas?
- ¿Cómo viven su sexualidad?

- ¿Qué dificultades/ temores tienen?
- ¿Cuáles son sus dudas? ¿Qué les gustaría saber?
- ¿Cuál es la visión personal y del grupo en estos temas?
- ¿Cómo actúa la presión de grupo en estos temas? ¿Qué piensa el grupo?
- ¿Cómo son sus actitudes respecto al tema de la sexualidad? ¿Qué opinan de algunas cuestiones? (tener relaciones sexuales, la masturbación, la pareja, la homosexualidad, el uso de métodos anticonceptivos)
- Saben a que nos referimos con las palabras heterosexual y homosexual? ¿Qué opinan de este tema? ¿Cómo viven su orientación sexual?
- Autoconcepto: ¿Qué digo de mí mismo/a? ¿Qué pienso que dicen los demás de mí?
- Autoestima: Cuál es la valoración que hago de mí mismo. ¿Qué es lo que me gusta de mí? ¿Qué cualidades, potencialidades... reconozco en mí? ¿Qué siento hacia mí mismo/a? ¿Que pienso que sienten los demás por mí?
- Percepción de riesgo para embarazo, ITS/VIH y de situaciones de violencia.
- ¿Qué conocimientos tienen sobre estos temas? ¿Cómo son? ¿Qué conocimientos deberían tener? ¿De donde provienen sus conocimientos? ¿Qué dudas plantean a nivel individual y grupal?
- ¿Que prácticas tienen? ¿Piensan que en sus prácticas corren algún riesgo o se sienten seguros? ¿Es una falsa percepción de seguridad? ¿Qué dificultades tienen en este sentido?
- Uso de métodos anticonceptivos: ¿Los conocen? ¿Qué conocen de ellos? ¿Los usan? ¿Cómo los usan? ¿Qué dificultades tienen para usarlos? ¿Saben reducir sus riesgos?

Objetivos

Sobre la visión de la sexualidad

- Crear una actitud positiva hacia la sexualidad, entendiendo ésta como forma de comunicación y fuente de salud, placer, afectividad y, cuando se desea de reproducción propiciando una visión más amplia de la sexualidad y menos genitalizada.
- Reflexionar acerca de diversos mitos y falsas creencias relacionadas con la sexualidad.

Orientación Sexual

- Visibilizar las diferentes orientaciones del deseo: homosexual y heterosexual.
- Facilitar la creación de un clima de respeto hacia las diferentes orientaciones sexuales de manera que cada uno pueda sentirse libre de expresarse tal y como desee.

Autoestima y autoconocimiento

- Trabajar sobre el reconocimiento de aspectos positivos acerca de nosotros mismos.
- Desarrollar una autoestima y autoconcepto positivos, desarrollando hábitos, actitudes y conductas saludables hacia la sexualidad.
- Fomentar un autoconcepto e imagen corporal ajustada a su realidad y libre de estereotipos y modelos de belleza potenciando los valores personales.

Relación con el grupo

- Propiciar el establecimiento de una relación de confianza con el/la niño/a para que este pueda solicitar ayuda cuando lo necesita.
- Fomentar habilidades de comunicación.

- Trabajar con el grupo de iguales y analizar la influencia que este ejerce como referente en el que cada persona buscará sentirse integrada y aceptado facilitando el establecimiento de procesos de comunicación que le permitan ser asertivo y expresar sus deseos.
- Favorecer el diálogo y la comunicación sobre temas relacionados con la sexualidad en el grupo de iguales, la familia, la escuela, el centro.
- Desarrollar un vocabulario preciso y no discriminatorio en relación a la sexualidad. Fomentar valores en la relación entre las personas basadas en el respeto.

Percepción de riesgo

- Garantizar el acceso a la información de una forma gradual y a recursos que le permitan una sexualidad libre de riesgos.
- Aprender a reconocer situaciones de riesgo asociadas a su sexualidad.
- Desarrollar y aplicar estrategias personales y colectivas, así como pautas de actuación en el análisis y resolución de problemas que se les presenten en su vida sexual.

Dinámicas

Sexualidad	Sillas Imágenes y sexualidad Diccionario de términos sobre sexualidad Adivina adivinanza Verdadero y falso La joya. Mis compañeros/as, amigos/as y novios/as. Tu amigo más guay. Nos vamos a lavar.
------------	---

8

8.2 DINÁMICAS: SEXUALIDAD

Título

Sillas

Objetivos

Abordar el tema de la sexualidad de una forma lúdica

Desarrollo de la actividad

Pedir a los participantes que formen un círculo con las sillas asegurándose de que haya una de menos. Explicar que cada persona tendrá el nombre de una parte del cuerpo relacionada con la sexualidad. Si hay quince participantes habrá tres nombres, de tal manera que cinco participantes tendrán el nombre de la misma parte del cuerpo. Se eligen personas al azar que serán las encargadas de decir el nombre de las partes del cuerpo. El monitor o monitora dará los nombres de las partes del cuerpo de manera alterna, asignándose a sí mismo un nombre. El monitor o monitora se ubicará en el centro del círculo y dirá en voz alta el nombre de los elegidos. En ese momento todas las personas que tengan ese nombre cambiarán de lugar y el monitor tratará de integrarse en el grupo, quedando otra persona en el centro del círculo. Pero si se dice "SEXUALIDAD" todos los participantes cambiarán de lugar quedando siempre una persona sin silla. Una vez concluida la dinámica el monitor comentará con el grupo la razón por la cual se han elegido esas partes del cuerpo y no otras trabajando sobre una visión amplia de la sexualidad y no centrada en la visión genital.

Tiempo

30 minutos.

Recursos

Sillas móviles.

8

8.2 DINÁMICAS: SEXUALIDAD

Título	Imágenes y sexualidad
Objetivos	Se pretende crear un clima de confianza donde las personas puedan expresarse con sus ideas, los términos que utilizan para referirse al tema y los aspectos que para ellos y ellas son importantes.
Desarrollo de la actividad	Se pide al grupo que vayan diciendo palabras que les sugiere el término sexualidad como una lluvia de ideas. Se recogen todas las palabras que digan en la pizarra, es importante dar tiempo para que las personas vayan animándose a participar y recoger las palabras tal y como las digan sin censurar ninguna expresión. Se les puede ir sugiriendo, si no surgen, aspectos que tengan que ver con "cuerpo y sexualidad", "orientación sexual", "prácticas sexuales"...La idea es que vayan saliendo los aspectos que tienen que ver con la sexualidad, la sexuación y la erótica.
Tiempo	30 minutos.
Recursos	Rotafolios o pizarra y rotuladores.

8

8.2 DINÁMICAS: SEXUALIDAD

Título

Diccionario de términos sobre sexualidad

Objetivos

- Enmarcar la sexualidad en el hecho sexual humano.
- Familiarizarse con diversos conceptos relacionados con la sexualidad.
- Fomentar el trabajo en equipo.
- Explorar el concepto de sexualidad que tiene el grupo

Desarrollo de la actividad

Sesión A.

Partiendo de un pequeño y básico diccionario de sexualidad, vamos a jugar con él. Escribimos las letras (de las que tenemos significados) por orden alfabético en la pizarra. Cada usuario dirá la letra que quiera y leeremos el término que empiece por esa letra. El usuario deberá intentar una representación con mímica. Vamos tachando a medida que ya “gastamos” las letras. De esta manera podemos hacer variantes porque con el diccionario básico podemos hacer subdiccionarios según nos interese tratar términos relacionados con las partes del cuerpo, enfermedades de transmisión sexual, relación sexual...

Sesión B.

Realizamos con anterioridad una sesión con lluvia de ideas sobre términos relacionados con la sexualidad. Los términos los tenemos escritos en la pizarra y los dejamos a la vista de todos. Repartidos en grupos de dos o tres deberán escoger uno (puede ser de los de la pizarra o nuevo) e intentar definirlo apoyándose en algunas frases o preguntas que les damos:

- Es una parte del cuerpo
- Sirve para....
- Está situado/a en ...
- Está fabricado con ...
- Se coloca en...
- Lo realiza una persona sola
- Lo realizan dos personas
- Pertenece al cuerpo de un hombre/de una mujer...
- Se puede realizar en público
- No se puede realizar en público sino que hay que hacerlo en privado.
- Es un método anticonceptivo femenino/masculino...
- Es una enfermedad que se trasmite al mantener relaciones sexuales...

Tiempo

1 hora y 30 minutos cada sesión.

Recursos

Bolígrafos. Lápices de colores.

8

8.2 DINÁMICAS: SEXUALIDAD

Título

Adivina adivinanza

Objetivos

Partir de las ideas previas que tienen sobre algunos conceptos relacionados con la sexualidad.

Desarrollo de la actividad

Se divide a los participantes en dos grupos. Se eligen tres representantes de cada equipo. Se barajan las fichas de conceptos y cada representante cogerá una de ellas, boca abajo, sin leer en ningún momento su contenido. Un miembro de cada equipo deberá intentar que su equipo adivine el concepto, que mediante mímica debe representar ante el gran grupo. Una vez finalizada la dinámica, comentar en gran grupo que conceptos han sido más difíciles de adivinar y porqué. Previo comienzo de la dinámica se pueden elegir tres o cuatro observadores que deben estar atentos a los participantes que escenifican los conceptos para, una vez finalizada la dinámica comentar los aspectos más relevantes. Se pueden seleccionar determinados conceptos que en un momento dado nos interesen, sin necesidad de que sean elegidos al azar por los participantes. Es interesante que las mujeres representen conceptos relacionados con los varones y viceversa.

Sexualidad	Coito
Vagina	Abstinencia.
Ovarios.	Masturbación femenina
Homosexualidad.	Masturbación masculina
Testículos	Reproducción
Espermatozoide	Menstruación.
Óvulo	Pene
Travestismo.	Virginidad

Tiempo

30 minutos.

Recursos

Fichas de conceptos.

8

8.2 DINÁMICAS: SEXUALIDAD

Título

Verdadero y falso

Objetivos

Partir de los conocimientos que tiene el grupo, y las actitudes respecto a diferentes temas relacionados con la sexualidad.

Desarrollo de la actividad

Dividir a los participantes en grupos de cinco o seis personas. Entregar a cada grupo una hoja de trabajo para que decidan si las afirmaciones son verdaderas o falsas. Dejar quince minutos para que tomen decisiones. Posteriormente un portador de cada grupo expondrá las conclusiones. Al final de la dinámica el monitor trabajará con el grupo sobre todas aquellas cuestiones que los participantes planteen.

	V	F
La sexualidad comienza en la vida de las personas con la llegada de la adolescencia y finaliza con la llegada de la vejez		
En las relaciones sexuales debe ser el hombre quien tome la iniciativa		
La masturbación perjudica la salud		
Las zonas placenteras están distribuidas de la cabeza a los pies		
Es imprescindible para mantener una relación sexual satisfactoria que la pareja tenga orgasmos simultáneos		
La primera vez que la mujer mantiene relaciones sexuales es imposible que se quede embarazada.		
Durante el embarazo la mujer puede mantener relaciones sexuales		
La masturbación no es cosa de mujeres		
El tamaño del pene influye en la satisfacción de la pareja		
La homosexualidad es una forma de expresar la sexualidad		
Existe riesgo de embarazo si se mantiene relaciones sexuales durante la menstruación		
El himen se puede romper con facilidad al realizar un movimiento brusco		

Tiempo

30 minutos.

Recursos

Hojas de trabajo y bolígrafos.

8

8.2 DINÁMICAS: SEXUALIDAD

Título	La joya
Objetivos	<ul style="list-style-type: none">- Verbalizar de forma positiva aspectos propios de la personalidad y del físico.- Mejorar la autoestima de los participantes.
Desarrollo de la actividad	<p>Se necesitará elaborar previamente, una caja con un espejo en el fondo. Se les dirá a los usuarios que dentro de esta, van a ver lo más importante y valioso del mundo. Uno a uno, irán pasando para mirar, a la vez, se les dirá al oído que no comenten nada de lo visto hasta que se les pregunte. Posteriormente, uno a uno, deben de ir diciendo cosas positivas de ellos mismos.</p>
Tiempo	45 minutos.
Recursos	<ul style="list-style-type: none">- Caja con espejo.- Actividad adaptada de: Grupo de trabajo de Alcorcón (1995), pag 15: "La educación afectivo-sexual de 6 a 9 años de edad". Ilmo Ayuntamiento de Alcorcón. Madrid.

8

8.2 DINÁMICAS: SEXUALIDAD

Título

Mis compañeros/as, amigos/as y novios/as.

Objetivos

- Conocerse a uno mismo.
- Aceptar las críticas de manera constructiva.
- Respetar a los demás.
- Diferenciar entre amigos/as, compañeros/as y novios/as.

Desarrollo de la actividad

Se utilizará una foto del tamaño de una cuartilla, de cada uno de los participantes, y se colocarán boca abajo en medio de un círculo formado por todos ellos. Cada uno escogerá al azar una fotografía y no podrá mostrarla a nadie. Posteriormente, uno a uno, se levantarán, se podrán frente a la persona que aparece en la foto y le dirá que es lo que más le gusta de ella y también lo que menos. Después dirá si esta persona es amigo/a, compañero/a o novio/a.

Tiempo

1 hora.

Recursos

Fotografía de la cara (tamaño cuartilla) de los participantes.

8

8.2 DINÁMICAS: SEXUALIDAD

Título	Tu amigo más guay
Objetivos	<ul style="list-style-type: none">- Analizar los sentimientos.- Valorar la afectividad.- Desarrollar la capacidad de describir cualidades y situaciones.- Exteriorizar y expresar los sentimientos.- Evitar fabulaciones sobre la existencia de novio/a.
Desarrollo de la actividad	Los usuarios participantes se sentarán en círculo, dándoles una cartulina a cada uno de ellos. Los responsables de la actividad, explicarán la diferencia entre amigo/a, novio/a. Posteriormente, los usuarios escribirán en la cartulina el nombre su mejor amigo/a y de su novio/a, en caso de tener. Después, cada uno irá leyendo en voz alta lo escrito y explicará porqué esa persona es su mejor amigo/a.
Tiempo	45 minutos.
Recursos	<ul style="list-style-type: none">- Cartulinas. Bolígrafos.- Actividad adaptada de Grupo de Trabajo de Coeducación: CEP de Alorcón (1995), pag 69: <i>“La educación afectivo-sexual de 6 a 9 años”</i>. Ilmo Ayuntamiento de Alorcón. Madrid.

8

8.2 DINÁMICAS: SEXUALIDAD

Título

Nos vamos a lavar

Objetivos

- Respetar la intimidad propia y ajena.
- Desarrollar una higiene adecuada de los órganos genitales.
- Conocimiento de falsos mitos y creencias sobre la sexualidad.

Desarrollo de la actividad

Se les explicará la importancia de mantener una higiene íntima diaria y correcta. A continuación se les explicará en que consiste el periodo menstrual, duración, síntomas y el significado que tiene para la mujer. Seguidamente, se les pasarán unos ítems dónde deberán contestar con verdadero o falso de manera individual, para después ir debatiendo las respuestas a nivel de todo el grupo.

¿VERDADERO O FALSO? Señalar la correcta

- Es adecuado ducharse diariamente V - F
- Me tengo que lavar bien mis partes íntimas V - F
- Cuando tengo la regla no puedo ducharme V - F
- Cuido más mi higiene durante la regla. V - F
- Cuando tengo la regla no puedo comer helados V - F
- Si me lavo en exceso o bruscamente puedo lesionarme V - F
- Cuando defeco me limpio por detrás V - F
- Cuando defeco me limpio por delante V - F
- Antes de tocarme mis partes íntimas, lavaré mis manos. V - F
- El pene también necesita una correcta higiene diaria V - F
- Para la higiene del pene se retira el prepucio y se limpia el glande con cuidado de no lesionarme V - F

Tiempo

1 hora.

Recursos

- Pizarra.Bolígrafos.
- Hoja de ítems V-F

8.3

DINÁMICAS
SOBRE
ERÓTICA,
CONDUCTA
Y PAREJA

ERÓTICA

¿De qué estamos hablando?

Suele decir que es el “habla sexual”, la interiorización personal, múltiple y diversa de cada sujeto sexuado y sexual. La erótica es la vivencia y expresión peculiar de la sexualidad. La erótica es el universo de lo que habitualmente decimos “sexual”. Esto es el universo de los gestos, de las conductas, de las acciones, etc.

¿Qué aspectos trabajar?

- El conocimiento del cuerpo mediante ejercicios de autoescucha corporal (sensaciones, emociones y opiniones), juego de roles y otros ejercicios de reflexión.
- Sensación positiva del placer, mediante el desarrollo sensorial, los juegos, el gusto por la música, el ritmo y las imágenes bellas.
- Comunicación y práctica de la autoescucha y la escucha del otro, respetando las emociones y sentimientos de las otras personas.
- Asunción del propio deseo, sin imponerlo ni supeditarlo a otras personas, aceptando las propias necesidades y emociones y las de las demás personas.
- Desarrollo de actitudes de armonía y encuentro entre chicos y chicas.
- Desarrollo de la autoestima y el sentimiento de amor y solidaridad con otras personas.

Algunas preguntas

- ¿Cuál es la sexualidad que les gustaría tener?
- ¿Cómo les gustaría y no les gustaría que fueran sus relaciones sexuales?
- ¿Cuál sería su relación de pareja ideal?
- ¿Qué deseos tienen?
- ¿De quién hablan de sus deseos?

- ¿Hablan con su pareja de lo que les gustaría y de lo que no?
- ¿Qué saben y opinan de las fantasías sexuales?
- ¿Qué desearían del amor?
- El/los conceptos de amor.
- Los ideales románticos.
- Diferencias entre chicos y chicas en sus ideas sobre el amor.

Objetivos

Sobre la expresión de sentimientos y los deseos

- Que tomen conciencia de sus propios deseos y necesidades afectivas y sexuales, en un ambiente de diálogo, libre de tabúes y miedos, respetando el deseo y las opciones sexuales de las demás personas.
- Favorecer la expresión de deseos, sentimientos y miedos.
- Desarrollar conciencia sensorial como fuente de placer y comunicación.

Ideales románticos

- Reflexionar sobre la idea de amor y lo que se espera del amor.
- Reflexionar sobre los conceptos de amor y sexualidad.
- Identificar las diferencias en chicos y chicas respecto a las expectativas sobre el amor y la pareja.
- Trabajar sobre cuáles son sus ideales románticos

Habilidades de comunicación

- Facilitar que sean capaces de desarrollar sus habilidades sociales para hacer valer sus deseos y respetar los de los demás.
- Fomentar la adquisición y el desarrollo de estrategias de comunicación que le faciliten la expresión y el reconocimiento de expresiones de afecto y emociones en cada etapa evolutiva.

- Aplicar el repertorio de habilidades adquiridas adecuadas a la edad, a sus capacidades, para la negociación y establecimiento de acuerdos.
- Reconocer situaciones de abuso y aprender a decir no.
- Afrontar situaciones de presión del grupo o de la pareja.

AMATORIA

¿De qué estamos hablando?

De las conductas o maneras de hacer en las relaciones entre los sexos, en las que están presentes las habilidades para la seducción, las expectativas y miedos ante las relaciones y las repercusiones de estas conductas.

¿Qué aspectos trabajar?

- Conductas o maneras de hacer en las relaciones entre los sexos.
- La seducción: estrategias y dificultades.
- El coito y otras conductas sexuales. Seguridad y riesgos.
- La primera relación sexual. Miedos y expectativas.
- Diferencias entre chicos y chicas.
- Habilidades de comunicación para afrontar situaciones de presión.
- Anatomía, fisiología, la concepción y la anticoncepción.
- La menstruación y eyaculación.
- Métodos anticonceptivos.
- Las Infecciones de Transmisión Sexual: conocimientos básicos.
- Prevención de las ITS.
- Dificultades para llevar a cabo prácticas seguras.
- Recursos comunitarios: las unidades de ITS en Asturias.

Algunas preguntas

- ¿Cómo seducen y como son seducidos?
- ¿Cómo ligan y como les gustan que les ligen?
- ¿Qué habilidades tienen para seducir?
- ¿Qué dificultades tienen para ligar?
- ¿Cuáles son sus valores respecto a la seducción?
- ¿Cuáles son sus habilidades para comunicarse?
- ¿Qué habilidades/dificultades tienen para plantear conductas seguras?

Objetivos

Sobre la relación entre los sexos y la seducción

- Reflexionar sobre el conjunto de conductas o maneras de hacer de las relaciones entre los sexos.
- Trabajar aspectos relacionados con la seducción: formas de hacer, dificultades.
- Plantear el coito como conducta de encuentro.
- Reconocer habilidades y dificultades que tienen para plantear conductas seguras en sus encuentros.

“La primera vez”

- Favorecer la comunicación sobre las expectativas, dudas y miedos acerca de la “primera vez”.
- Reflexionar sobre las implicaciones de la primera vez en la propia biografía.
- Afrontar presiones de los iguales o de la pareja respecto a la decisión de mantener relaciones sexuales.

Concepción y anticoncepción

- Reforzar la información y trabajar sobre los mitos relacionados con la anatomía, fisiología, la concepción y la anticoncepción.

- Proporcionar información básica sobre la anatomía y la fisiología de la reproducción y la anticoncepción.
- Conocer aspectos relacionados con la menstruación y eyaculación.
- Proporcionar información sobre métodos anticonceptivos.
- Explorar que dificultades tienen para utilizar los diferentes métodos anticonceptivos.

Infecciones de transmisión Sexual (ITS)

- Proporcionar información básica sobre las ITS y las formas de prevención.
- Trabajar sobre la percepción de riesgo personal y grupal.
- Explorar que dificultades tienen para realizar prácticas seguras para la prevención
- Proporcionar información sobre recursos de asesoramiento.

Uso del preservativo

- Conocer lo que saben y las dificultades que tienen para usar el preservativo.
- Trabajar sobre las dificultades que plantea el grupo a nivel de conocimientos, actitudes, habilidades de negociación, disponer de recursos.
- Identificar los pasos para usar correctamente un preservativo, las dificultades que pueden surgir y la forma de abordar estas dificultades.

PAREJA

¿De qué estamos hablando?

De las expectativas, fantasías, mitos y relaciones que se establecen entre los sexos. Las habilidades y dificultades que pueden existir en las relaciones de pareja.

¿Qué aspectos trabajar?

- Enamoramiento y amor.
- La construcción de la pareja. Expectativas y mitos.
- Diferencias en los chicos y en las chicas.
- Formas no adecuadas de relación. Decir que no.

Algunas preguntas

- ¿Qué idea tienen de pareja?
- ¿Cómo los gustaría que fuera su relación de pareja?
- ¿Que experiencia de pareja tienen?
- ¿Qué expectativas, mitos, falsas creencias tienen respecto a la pareja y al amor?
- ¿Qué esperan de la primera vez?
- ¿Qué valor le dan a la pareja los chicos y las chicas?
- ¿Cómo se sienten con su pareja actual?
- ¿Cómo les gustaría que fuera su relación de pareja en el futuro?
- ¿Qué piensan que influyen en las relaciones de pareja?
- ¿Qué habilidades/ dificultades tienen en sus relaciones?
- ¿Cuál es la visión que tiene el grupo de la relación de pareja?
- ¿Qué tipo de relaciones mantienen con sus parejas?
- ¿Mantienen relaciones sexuales seguras? ¿Qué dificultades tienen?

Objetivos

- Trabajar sobre los conceptos de enamoramiento, amor y pareja.
- Explorar que ideas previas y expectativas tienen sobre la pareja.
- Abordar los mitos sobre la pareja y reflexionar sobre ellos.
- Características de una relación saludable. Identificar relaciones que causan problemas.

Dinámicas

Erótica, conducta y pareja	<p>El abrazo Saludos Videos Abuso-afecto. Anticonceptivos El preservativo. Árbol genealógico Canciones (disco forum): sólo soy una persona... Disco forum: malicunda, hogar, burka... "diccionario de términos relacionados con la sexualidad" Dudas... Juegos: el gochín, dramatización... Masaje Pautas de trabajo en sexualidad. Cuadro de normas sociales y normas sexuales. Valores sexuales. Roles en cuentos, películas, anuncios; en juegos, profesiones... "mío padre ye ama de casa y... ¿qué?" Anticonceptivos. Los regalos. Los secretos. ¿qué son? Amigos y pareja Mi pareja La reproducción La familia. Tengo miedo". Relaciones afectivas ¿qué deseamos? Orientación sexual Orientación sexual Métodos anticonceptivos y ITS Habilidades de negociación y comunicación en pareja La prevención</p>
----------------------------	---

Vocabularios en SPC (*)

8

8.3 DINÁMICAS: ERÓTICA, CONDUCTA Y PAREJA

Título	El abrazo
Objetivos	<ul style="list-style-type: none">- Romper la tensión inicial propiciando la interacción en el grupo.- Desarrollar otros modelos de comunicación distintos del lenguaje verbal.- Conocer el propio cuerpo como vehículo de comunicación y como receptor de sensaciones.- Favorecer la expresión de sentimientos entre los miembros del grupo, mediante la comunicación no verbal.- Propiciar el conocimiento entre los y las participantes.
Desarrollo de la actividad	<p>Comenzamos viendo la proyección: “El abrazo salvador” y “aplicamos la receta” que nos ofrece, sobre la cantidad de abrazos necesarios para sentirnos mejor, mediante un juego. Proponemos usar un espacio abierto con una música suave donde cada uno se desplace al ritmo de la música (pedimos que se realice con ojos cerrados). En nuestro desplazamiento encontraremos a otras personas y nos damos un abrazo cálido. Seguimos moviéndonos y volvemos a encontrarnos con otra persona y repetimos el cálido abrazo. Comentamos en círculo, una vez que volvemos a la normalidad cómo nos hemos sentido, cómo han sido los abrazos que hemos recibido: sinceros, prolongados, estrujantes.</p>
Tiempo	45 minutos.
Recursos	<ul style="list-style-type: none">- Ordenador y cañón para la presentación.- Música suave.- Si se quiere pueden usarse pañuelos para tapar los ojos.- Gimnasio o aula con mobiliario móvil; cojines.- “El abrazo salvador”. (Anexo 6).

8

8.3 DINÁMICAS: ERÓTICA, CONDUCTA Y PAREJA

Título

Saludos

Objetivos

- Desarrollar modelos de interacción con las personas dependiendo de nuestra relación con ellas.
- Canalizar adecuadas expresiones de afecto según las personas a las que nos dirigimos.

Desarrollo de la actividad

Realizaremos la ficha que se adjunta y a partir de ella podremos avanzar en el tema de las correctas maneras de relacionarnos con personas según el grado de conocimiento que tengamos. Se complementa con dramatización de situaciones concretas: en un duelo, en un recibimiento...

Tiempo

45 minutos.

Recursos

Ficha, Bolígrafos Lápices. Ordenador y cañón.

Relaciona los **saludos** con las posibles destinatarias de las cartas

SALUDOS

DESTINATARIAS

Hola, Montse:

La alcaldesa

Queruida Carmen

Una vecina

Estimada Begoña

Una profesora

Excelentísima Sra.

Una cliente

Apreciada Raquel

Una amiga

¿A qué personas dirigirías las siguientes **despedidas**?

Un beso muy fuerte

Reciba un cordial saludo

¡Hasta la próxima!

Muchas gracias

8

8.3 DINÁMICAS: ERÓTICA, CONDUCTA Y PAREJA

Título	Videos
Objetivos	<ul style="list-style-type: none">- Explorar el concepto de sexualidad que tiene el grupo.- Reflexionar sobre aspectos relacionados con la sexualidad.- Adquirir conocimientos básicos sobre anatomía y fisiología del varón y de la mujer y específicamente de los órganos genitales y aparato reproductor.- Reflexionar sobre los roles sexuales que asignamos a varones y a mujeres.- Analizar las actitudes hacia determinados conceptos y comportamientos.- Conocer las partes del cuerpo humano.
Desarrollo de la actividad	<p>Las proyecciones se realizaron en gran grupo siguiendo siempre un patrón:</p> <ul style="list-style-type: none">- Introducción de lo que vamos a ver a cargo de la educadora.- Visionado de vídeo, diapositivas, presentaciones powerpoint...- Comentarios de los usuarios o preguntas al grupo a cargo de la profesional para fomentar la participación
Tiempo	1 hora y 30 minutos.
Recursos	<ul style="list-style-type: none">- Películas en soporte VHS y reproductor de VHS. Películas en soporte DVD y reproductor de DVD. Diapositivas y proyector de diapositivas.- Vivo Conmigo. Reflexiones sobre la sexualidad. Instituto de la Mujer.- Nuestro cuerpo. Aspectos psicológicos y sociales. Sepa lo que hace. Microdiol.- El sistema reproductor del hombre y de la mujer. Ministerio de Sanidad y Consumo.1986.

8

8.3 DINÁMICAS: ERÓTICA, CONDUCTA Y PAREJA

Título

Abuso-afecto

Objetivos

- Aprender a identificar y a responder adecuadamente a la presión del grupo. Analizar alternativas de presión cuando nos sometemos a presión negativa.
- Ayudar a practicar las diferentes formas de decir "no" ante las presiones para tener relaciones sexuales.
- Dotar de estrategias adecuadas para mantener conductas asertivas

Desarrollo de la actividad

Todos tendremos delante una ficha con la que vamos a trabajar. La educadora la tiene reproducida en la pizarra y va consultando una cuestión a cada uno. Si todos lo comparten se pasa a transcribir a la ficha personal de cada uno con el apoyo visual de la pizarra. A cada cuestión le seguirá un comentario que justifique nuestra respuesta y una resolución satisfactoria; es decir una estrategia a usar si no hemos sabido contestar o tenemos dudas. Por ejemplo: Si un desconocido te da dinero para que vayas con él a su coche...debemos entenderlo como...ABUSO O AFECTO. Si lo entendemos como abuso colocamos un aspa (un tachón X) en la columna de abuso; mientras que si lo consideramos afecto colocamos un corazón en la columna de afecto. ¿Cómo debemos contestar entonces? Con una muestra de cariño, de agradecimiento al afecto y al abuso rechazando verbalmente, yéndonos, pidiendo ayuda...

Tiempo

1 hora y 30 minutos.

Recursos

Fichas y pizarra. Lápices y bolígrafos.

8

8.3 DINÁMICAS: ERÓTICA, CONDUCTA Y PAREJA

Título	Anticonceptivos
Objetivos	<ul style="list-style-type: none">- Explorar el conocimiento que tienen los usuarios de estos métodos anticonceptivos más usuales y cercanos a nosotros.- Describir de forma lo más completa posible cada método seleccionado.- Recapacitar sobre la necesidad de leer atentamente las instrucciones y prospectos de utilización de cada método anticonceptivo.- Conocer las ventajas, inconvenientes y la correcta utilización de cada método anticonceptivo.
Desarrollo de la actividad	<p>Tenemos una caja con métodos anticonceptivos diferentes. Nos sentamos todos en el suelo en círculo en torno a la caja, que está llena de cosas, y vamos a revolver para descubrir lo que hay. Cada usuario deberá coger uno de los objetos (el que quiera) y explorarlo. Se colocarán por grupos los que hayan seleccionado objetos iguales. Por turno vamos diciendo lo que pensamos qué es, para qué sirve, cómo se coloca, orientado al cuerpo femenino o masculino, cuándo se usa, qué previene, cómo lo podemos adquirir... Todas estas indicaciones podemos tenerlas visibles en la pizarra o en cada cuaderno personal para que cada usuario se apoye en ellas a la hora de realizar la descripción. Según el nivel de cada grupo profundizaremos más o menos. Después de que cada usuario realiza su exposición el profesional intentará complementar lo que el grupo ha dicho.</p>
Tiempo	1 hora y 30 minutos.
Recursos	<ul style="list-style-type: none">- Distintos tipos de anticonceptivos.- Una sala con un suelo acogedor para sentarnos en él.- Pizarra y/o cuadernos.- “Habla con tu pareja...” Guía de prevención de la transmisión del VIH para mediadores y mediadoras juveniles. Consejo de la Juventud de España. Madrid.

8

8.3 DINÁMICAS: ERÓTICA, CONDUCTA Y PAREJA

Título

El preservativo

Objetivos

- Manipulación correcta de un preservativo.
- Identificar cada uno de los pasos que se sugieren para el uso adecuado de un preservativo.

Desarrollo de la actividad

Colocados con la clase en círculo iremos repartiendo un preservativo a cada uno. Recordaremos las medidas correctas para manipularlo y posteriormente iremos pasando el molde que tenemos de barro en forma de pene para que cada uno le pusiera y quitara el preservativo. A la vez que hacemos esto recordaremos que contagios nos evita, donde los podemos adquirir, precios, dónde y de qué manera lo debemos eliminar...

Tiempo

1 hora.

Recursos

Preservativo.

8

8.3 DINÁMICAS: ERÓTICA, CONDUCTA Y PAREJA

Título	Árbol genealógico
Objetivos	<ul style="list-style-type: none">- Enmarcar la sexualidad en el hecho sexual humano.- Reflexionar sobre aspectos relacionados con la reproducción.- Propiciar el conocimiento de nuestra existencia debido a una relación sexual entre nuestros padres y que ellos son fruto de una relación sexual entre nuestros abuelos...
Desarrollo de la actividad	<p>Partiremos de una ficha con los respectivos cuadros vacíos para ubicar nombre y el dibujo de nuestros padres y abuelos. (Árbol genealógico hasta la segunda generación).</p> <p>Se hará una primera explicación de lo que vamos a hacer y posteriormente empezaremos a profundizar en la idea de que nosotros somos seres vivos gracias a la reproducción de nuestros padres, abuelos, etc.</p>
Tiempo	45 minutos.
Recursos	<ul style="list-style-type: none">- Ficha con las cuadrículas para rellenar con las imágenes y nombres de nuestros antepasados cercanos: padres, abuelos...- Bolígrafos. Lápices de colores.- Pizarra para explicar de forma gráfica.- Adaptación de la Unidad didáctica. "Nutrición, relación y reproducción"; para los cursos de 3º y 4º (2º ciclo) de la Enseñanza Primaria.

8

8.3 DINÁMICAS: ERÓTICA, CONDUCTA Y PAREJA

Título

Canciones (Disco Forum): Sólo soy una persona...

Objetivos

- Valorar el concepto de persona y ser sexuado que tiene el grupo a través de lo que les sugiere la canción.
- Propiciar el conocimiento entre los y las participantes.
- Analizar las actitudes hacia determinados conceptos.

Desarrollo de la actividad

El profesional distribuye fotografías entre los usuarios para que reconozcan y coloquen en el mismo orden los objetos, personas, etc. que se mencionan en la canción que hemos seleccionado para la audición. (Buscamos fotos de un pez, de una moto, de un árbol de Navidad, de una flor, de una rata, de una lata, de un hombre, de una mujer y de varias personas). Repartimos las fotografías entre los alumnos y les pedimos que las coloquen en el mismo orden en el que aparecen en la canción que seguidamente van a escuchar. Pueden hacerlo poniéndolas sobre la mesa o situándose uno detrás de otro, de pie, según la foto que tengan en su poder. Una vez ordenadas se puede cantar; las partes que hacen referencia a las fotos son muy fáciles de recordar: «no soy un pez», «no soy una moto», «no soy una foto», «no soy un árbol de Navidad», «tampoco soy una flor», «no soy una rata», «no soy una lata», «no soy ni hombre ni mujer», «sólo soy una persona». Esta actividad es adaptable a otros niveles. En lugar de fotografías se pueden entregar tarjetas con los nombres de los elementos que se mencionan en la canción o con algunos de sus fragmentos, para que las ordenen, o bien el texto completo, previamente dividido. Después, pueden volver a escuchar la canción para confirmar sus hipótesis. Conversación sobre el mensaje que nos transmite la canción.

Tiempo

1 hora y 30 minutos.

Recursos

- Reproductor de música.
- Texto de la canción.
- Fotos o dibujos/Tarjetas con nombres.
- Discografía: Mecano. 1982. BMG Music Spain, S.A.

8

8.3 DINÁMICAS: ERÓTICA, CONDUCTA Y PAREJA

Título	Disco Forum: Malicunda, hogar, burka
Objetivos	<ul style="list-style-type: none">- Acercar a distintas realidades: el maltrato, la sumisión y el dominio de un sexo sobre otro, prácticas abusivas...; identificando cada cosa en la canción correspondiente.- Analizar las actitudes hacia determinados conceptos.- Propiciar el conocimiento entre los y las participantes.
Desarrollo de la actividad	A partir de varias canciones iremos haciendo un desglose de vocabulario y de expresiones que, relacionadas con el mundo de la sexualidad y la afectividad que nos permitirán ir profundizando en nuestros valores y convicciones. Conversación sobre el mensaje que nos trasmite la canción.
Tiempo	1 hora y 30 minutos.
Recursos	<ul style="list-style-type: none">- Reproductor de música.- Texto de las canciones: Malicunda, Hogar, Burka. (Anexo 7)- Discografía: "Hijas de Eva". Pedro Guerra.2001. Encargo del Auditorio Alfredo Kraus de Las Palmas de Gran Canaria.

8

8.3 DINÁMICAS: ERÓTICA, CONDUCTA Y PAREJA

Título	Dudas...
Objetivos	<ul style="list-style-type: none">- Facilitar la puesta en común y la reflexión sobre las preguntas que se hacen sobre la sexualidad y buscar sus propias respuestas.- Romper la tensión inicial propiciando la interacción en el grupo.- Explorar el concepto de sexualidad que tiene el grupo
Desarrollo de la actividad	Se colocará en el taller una urna y se animará a los usuarios a meter en la urna papelitos con las dudas que nos surjan relacionadas con la sexualidad. Se ofrece la posibilidad de formar grupos para que algunos con capacidad lecto-escritora transcriban lo que el resto de usuarios quieren preguntar. Clasificación de las dudas por temas y vamos escribiéndolas en la pizarra. Resolución de algunas en el momento y preparación de dinámicas para la explicación de otras.
Tiempo	1 hora y 30 minutos.
Recursos	Urnas, papelitos repartidos de forma accesible a los usuarios. Bolígrafos y lapiceros. Pizarra, rotuladores de pizarra.

8

8.3 DINÁMICAS: ERÓTICA, CONDUCTA Y PAREJA

Título	Juegos: El gochín, dramatización...
Objetivos	<ul style="list-style-type: none">- Romper la tensión inicial propiciando la interacción en el grupo.- Favorecer la comunicación entre el grupo.- Desarrollar otros modelos de comunicación distintos del lenguaje verbal.- Conocer el propio cuerpo como vehículo de comunicación y como receptor de sensaciones.- Favorecer la expresión de sentimientos entre los miembros del grupo, mediante la comunicación no verbal.
Desarrollo de la actividad	<p>Juegos de dramatización para intentar adivinar la palabra (vocabulario de sexualidad).</p> <p>Juegos de distensión: Repartimos una tarjeta con imagen o palabra a cada uno. Todos en círculo y de pie, con la tarjeta que la veamos todos. La educadora va diciendo frases: es una parte del cuerpo (se sientan los que no tienen parte del cuerpo)... y así sucesivamente. Los y las participantes del taller en cualquier momento pueden intentar adivinar qué es antes de que quede sólo en pie una persona.</p> <p>El gochín. Todos en círculo con un peluche o objeto cualquiera que va a representar un gochín. Cada uno debe mostrarle cariño y terminar su contacto con él dándole un beso verbalizando la parte del cuerpo donde se lo ha dado. Deben de recordar dónde le han dado el beso. (Tengo en mis manos un gochín, pequeñín, muy guapo. Le quiero mucho y por eso le voy a dar un besín en...) Cuando acabamos la ronda les explicamos a todos que ya no tenemos gochín pero que vamos a usar nuestro compañero de la derecha sustituyendo al gochín por lo que debemos tomarle en nuestro regazo, hablarle con cariño y darle el beso en el mismo lugar que se lo dimos al gochín.</p>
Tiempo	15 minutos para cada juego.
Recursos	<ul style="list-style-type: none">- Peluche u otro objeto.- Tarjetas con fotos o textos.- Imagen del cuerpo humano representando un puzzle (ver anexo 1).

8

8.3 DINÁMICAS: ERÓTICA, CONDUCTA Y PAREJA

Título

Masaje

Objetivos

- Desarrollar otros modelos de comunicación distintos del lenguaje verbal.
- Conocer el propio cuerpo como vehículo de comunicación y como receptor de sensaciones.
- Favorecer la expresión de sentimientos entre los miembros del grupo, mediante la comunicación no verbal.

Desarrollo de la actividad

Se colocarán por parejas y darán y recibirán por turno, un masaje a su compañero/a.

- Masaje rodando una pelota medicinal por todo el cuerpo.
- Masaje pasando un pañuelo de seda por zonas desnudas: cara, brazos, cuello...
- Masaje acariciando, apretando músculos...

La pauta es que la suavidad es nuestro mejor aliado y que también se obtiene una enorme satisfacción y placer haciendo sentir bien, relajado/a y a gusto a nuestro compañero/a. Terminaremos la sesión con unos minutos de relajación con música suave practicando la respiración.

Tiempo

45 minutos

Recursos

- Gimnasio. Colchonetas. Balones medicinales.
- Pañuelos de seda.
- Música suave y reproductor.

8

8.3 DINÁMICAS: ERÓTICA, CONDUCTA Y PAREJA

Título

Pautas de trabajo en sexualidad.
Cuadro de normas sociales y normas sexuales. Valores sexuales.

Objetivos

- Ayudar a practicar las diferentes formas de decir “no” ante las presiones para tener relaciones sexuales.
- Dotar de estrategias adecuadas para mantener conductas asertivas que faciliten el establecimiento de prácticas sexuales seguras.
- Aprender a identificar y a responder adecuadamente a la presión del grupo.
- Analizar alternativas de presión cuando nos sometemos a presión negativa.
- Favorecer actitudes de reflexión y cultivo hacia la sexualidad.
- Analizar las actitudes de los y las participantes hacia ciertos conceptos y conductas sexuales.

Desarrollo de la actividad

Acciones con contenido sexual en el centro. Lectura inicial, debate, norma, consecuencias. ¿Qué hacer si...?

Trabajo mediante roll playing a partir de situaciones posibles que se reflejan en la ficha que aparece como documento de debate (Pautas de trabajo en sexualidad). Debemos identificarnos en el papel del educador e iremos señalando qué vamos a permitir y qué no; y las consecuencias del incumplimiento de la norma.

Trabajo mediante roll playing a partir de situaciones que aparecen como ejemplo en la ficha “¿Qué hacer si...” Podemos colocar situaciones distintas a las seleccionadas para ampliar según nos interese con cada grupo. Con respecto a las normas sociales versus normas sexuales hacemos dos columnas y mediante lluvia de ideas iremos rellenando una norma social y otra norma específicamente sexual. La idea es que se entienda que todos por ser personas tenemos que cumplir unas normas sociales y dentro de estas hay unas normas sexuales. Explicación sobre qué son las normas sexuales según ficha que se adjunta. Con respecto a los valores sexuales escribiremos la lista en la pizarra y según vayamos escribiendo un término iremos intentando mediante lluvia de ideas, acercarnos a lo que significa para cada uno de nosotros.

Tiempo

1 hora y 30 minutos en cada sesión.

Recursos

- Retroproyector o pizarra para seguir los pasos.
- Bolígrafos. Lápices de colores. Fichas.
- Ficha normas o pautas sexuales. Valores sexuales (Anexo 7)

8

8.3 DINÁMICAS: ERÓTICA, CONDUCTA Y PAREJA

Título

Roles en cuentos, películas, anuncios; en juegos, profesiones...
"mio padre ye ama de casa y...¿ qué?"

Objetivos

- Facilitar la puesta en común y la reflexión sobre las preguntas que se hacen sobre la sexualidad y buscar sus propias respuestas.
- Reflexionar sobre los roles sexuales que asignamos a varones y a mujeres.
- Analizar las actitudes hacia determinados conceptos y comportamientos.
- Analizar críticamente los modelos de belleza y estética dominantes proponiendo valores alternativos.
- Mejorar la autoestima de los/las participantes.
- Crear conciencia de los estereotipos femeninos y masculinos.

Desarrollo de la actividad

Lectura del libro citado en el que la protagonista tiene un padre que tiene como profesión llevar la casa. Comentarios a cerca de qué nos parece a cada uno, si conocemos alguna situación de esta clase, si hay trabajos propios de mujeres o de hombres, valoraciones a cerca del resultado de ser un hombre o una mujer la que realice determinados trabajos...

Se dividirá a los participantes en grupos de tres personas como máximo, y se repartirá a cada uno de ellos una imagen de un anuncio de una revista (entre ellos escogimos el típico de carga erótica femenina/masculina para anunciar una colonia) y comentamos al respecto: quién sale, qué anuncia, tiene relación lo que vemos con lo que anuncia, qué intención tienen al anunciarlo así, etc.

Por grupos también hicimos un listado de juegos y adjudicamos como juego de chicas o de chicos (la comba, el castro, saltar a la goma, juegos de palmas, fútbol, a les piedriquines, baloncesto, puntería...) para acabar jugando todos a todo en una sesión de mantenimiento físico.
En gran grupo trabajamos sobre los roles femenino y masculino en los cuentos clásicos: Caperucita, Cenicienta (versión en película actual: Pretty Woman).

Tiempo

Varias sesiones de 45 minutos.

Recursos

- Imágenes de revistas, cuentos...
- "Mio padre ye ama de casa y... ¿qué?". Silvia Ugidos. Edit: LLibros del pexe. Gijón. 2000.

8

8.3 DINÁMICAS: ERÓTICA, CONDUCTA Y PAREJA

Título	Los regalos
Objetivos	<ul style="list-style-type: none">- Reconocer situaciones que puedan implicar abuso o “chantaje” por parte de terceros.- Desarrollar la capacidad de decir “no” ante regalos que supongan a cambio una determinada conducta o acción.
Desarrollo de la actividad	<p>Previamente al desarrollo de la actividad, se prepararán dos cajas, una con colores alegres y otra con colores oscuros. La primera será para “regalos buenos” y la segunda para “regalos malos”.</p> <p>Después, se repartirá una tarjeta a cada uno de los participantes. En ellas, habrá reflejada una situación en la que se especificará una razón para hacer un regalo.</p> <p>Alguno de los motivos están relacionados con conseguir algo a cambio (tocar determinadas partes del cuerpo. Ejemplo de tarjeta: un amigo de mi padre, me invita a un refresco, pero a cambio me pide que le acaricie el pene), y otros motivos simplemente aluden a regalos que no implican nada a cambio (regalos de cumpleaños, fiestas...Ejemplo de tarjeta: por mi cumpleaños, un amigo de papá me regaló un jersey rojo).Cada uno de los participantes, leerá su tarjeta en voz alta, reflexionará (en ese momento se explicarán determinados conceptos relacionados con el tema de los abusos), y luego la meterá en una de los dos cajas, según se haya interpretado esa situación como “regalos bueno” o “regalo malo”.</p>
Tiempo	1 hora.
Recursos	Cajas forradas. Cartulinas para tarjetas. Rotuladores de colores.

8

8.3 DINÁMICAS: ERÓTICA, CONDUCTA Y PAREJA

Título

Los secretos

Objetivos

- Denunciar ante personas de confianza la vivencia o riesgo de sufrir una situación de abuso, sin temor a sufrir represalias por ello.
- Evitar sentimientos de culpa ante un abuso.

Desarrollo de la actividad

Se dará una tarjeta cada uno de los participantes, en la que hay escrita una situación que alude a un secreto. Ellos serán lo que determinen si se trata de un "secreto bueno" o "secreto malo".

Se irá leyendo la tarjeta en voz alta, y a la vez que reflexionan, se les explicará que en ocasiones, las personas guardan secretos, pero estos pueden ser buenos (relacionados con cumpleaños, viajes...Ejemplo de tarjeta: mi hermano le compró un móvil a mamá para su cumpleaños y me pidió que guardase el secreto), o malos que en este caso, se refieren a cosas que nos hacen otros y que no son agradables (relacionados con situaciones de abuso. Ejemplo de tarjeta: un amigo de mi primero, cuando estamos solos, a veces me toca los pechos, pero me dice que me pegará si se lo cuento a alguien. Tengo mucho miedo).

También se hará mención y se incidirá sobre el tema de las personas que pueden tocarnos (familia, novio/a, médico...), y de cómo y cuándo pueden hacerlo, de esta manera, se pretender hacerles ver que no por ser personas conocidas y de confianza, pueden hacer con nosotros todo lo que quieran.

Tiempo

1 hora.

Recursos

Cartulinas. Rotuladores de colores.

8

8.3 DINÁMICAS: ERÓTICA, CONDUCTA Y PAREJA

Título	¿Qué son?
Objetivos	<ul style="list-style-type: none">- Conocer los diferentes métodos anticonceptivos que existen.- Familiarizarse con ellos.- Identificarlos de forma física.- Aprender a colocar y utilizar el preservativo de manera correcta.
Desarrollo de la actividad	<p>Se les mostrarán los diferentes métodos anticonceptivos que existen en el mercado. Ellos los observarán y manipularán mientras reciben información precisa y concreta de cada uno de ellos. A continuación, mediante fichas en las que estarán escritos los nombres irán identificando cada uno de los métodos expuestos. Se explicará cómo se utiliza y coloca cada uno de ellos. Seguidamente cada uno practicará con un molde la correcta colocación de un preservativo masculino. De igual modo se explicará y clasificará entre los anticonceptivos que previenen solamente un embarazo y la importancia del preservativo que es el único método que a día de hoy previene de embarazos y enfermedades de transmisión sexual. Para finalizar, se les facilitará un guía y se les explicará dónde pueden adquirir de manera adecuada los diferentes métodos, así como la manera correcta e higiénica de deshacerse de ellos después de su uso, en función de cada uno, respetando la higiene y el entorno.</p>
Tiempo	1 hora y 30 minutos.
Recursos	Fichas. Diferentes tipos de anticonceptivos. Guías. Molde en forma de pene.

8

8.3 DINÁMICAS: ERÓTICA, CONDUCTA Y PAREJA

Título

Amigos y pareja

Objetivos

- Reconocer la amistad y valorarla.
- Diferenciar entre el concepto de amistad y pareja.

Desarrollo de la actividad

Sentados alrededor de una mesa se dispondrán diferentes fotografías en el centro. Ellos deberán escoger aquellas imágenes que para ellos representen la amistad y la pareja. Tras elegir la fotografía cada usuario explicará por qué escogieron esa imagen. De esta manera se trabajarán ambos conceptos.

Tiempo

45 minutos.

Recursos

Fotografías de revistas.

8

8.3 DINÁMICAS: ERÓTICA, CONDUCTA Y PAREJA

Título	Mi pareja
Objetivos	<ul style="list-style-type: none">- Identificar la idea de pareja.- Comprender la diferencia entre pareja-amistad.- Conocer y comprender los sentimientos compartidos en una pareja.
Desarrollo de la actividad	<p>Deberán diferenciar entre aquellas situaciones que impliquen amistad, aquellas otras que estén relacionadas con la pareja y las situaciones en las que se encuentren implicadas ambas. En diferentes cartulinas se escribirán frases que estén relacionadas con situaciones cotidianas que pueden ocurrirles a amigos y parejas. Se distribuirá una tarjeta a cada uno de los participantes, y deberá dar su opinión acerca de si la frase se refiere a "amigos", "pareja" o es una situación común para ambos conceptos. Una vez llegada a una conclusión grupal, se irán marcando en rojo las pertenecientes a pareja, en verde las relativas a amistad y en azul aquellas que puedan referirse tanto a los "amigos" como a las "parejas".</p>
Tiempo	1 hora.
Recursos	Tarjetas. Rotuladores de colores.

8

8.3 DINÁMICAS: ERÓTICA, CONDUCTA Y PAREJA

Título

La reproducción

Objetivos

- Conocer la concepción y el proceso de embarazo en los seres humanos.
- Adquisición y diferenciación de conceptos básicos relacionados con este proceso.

Desarrollo de la actividad

Proyección del DVD: "El nacimiento" de la colección: "Érase una vez el cuerpo humano". A la vez que se produce el visionado, es necesario ir parando para explicar distintos conceptos que se van nombrando, que o bien son nuevos para ellos o tienen ideas y nociones equivocadas acerca del mismo.

Una vez se ha finalizado esta parte, se realizarán distintas preguntas para comprobar y afianzar los conceptos adquiridos.

Tiempo

1 hora.

Recursos

Reproductor DVD. DVD: "El nacimiento". "Érase una vez el cuerpo humano".

8

8.3 DINÁMICAS: ERÓTICA, CONDUCTA Y PAREJA

Título	La familia
Objetivos	Conocer y respetar distintos tipos de familias existentes así como los miembros que componen estas.
Desarrollo de la actividad	<p>Cada participante, traerá una foto de su familia, y mostrándola a los demás usuarios, describirá esta, el lugar que ocupa en ella, así como los miembros que la componen.</p> <p>A partir de sus aportaciones, se irán explicando los distintos modelos de familia existentes, y se tratarán de desmontar algunos mitos.</p>
Tiempo	1 hora.
Recursos	Fotografías de las familias.

8

8.3 DINÁMICAS: ERÓTICA, CONDUCTA Y PAREJA

Título	Tengo miedo
Objetivos	<ul style="list-style-type: none">- Conocer las distintas enfermedades de transmisión sexual.- Conocimiento de la importancia de las revisiones ginecológicas anuales y urológicas, si se manifiesta algún síntoma inusual.- Conocer las circunstancias por las que se puede adquirir alguna de estas enfermedades.
Desarrollo de la actividad	Se reparte entre los participantes unas fotocopias dónde se explican las diferentes enfermedades de transmisión sexual y sus síntomas. Cada participante leerá en voz alta. Después se les explicará más detenidamente, cada una y se tratará la importancia de acudir a revisiones anuales de ginecologías así como, si se manifiesta algún síntoma fuera de lo normal, al urólogo. A continuación, se establecerá una mesa redonda, dónde se expondrán dudas, ideas y que será moderada por los participantes.
Tiempo	1 hora.
Recursos	Fotocopias sobre ITS.

8

8.3 DINÁMICAS: ERÓTICA, CONDUCTA Y PAREJA

Título	Relaciones afectivas
Objetivos	<ul style="list-style-type: none">- Discriminar relaciones como amigos, novios, pareja, compañeros.- Reconocer sentimientos de amistad, enamoramiento y amor- Comprender conceptos como lealtad, respeto, reciprocidad, compromiso.- Explorar sentimientos y gestos que nos ayudan a comunicarnos y sentirnos bien.
Desarrollo de la actividad	<p>Hacer listado de dos ejemplos en el entorno de amigos, compañeros, novios, padres, hijos, hermanos. Hacer ellos la misma tarea con sus compañeros de grupo.</p> <p>Dinámica del "Afecto no verbal" (pag 146 guía educación sexual y mediación)</p> <p>Dinámica "El lenguaje de las manos" (pag 147 guía educación sexual y mediación)</p> <p>Ante situaciones concretas de la vida diaria deben definir si hay lealtad, compromiso, respeto o no. Pedirles ocasiones en que respondieron con reciprocidad a algo que recibieron</p>
Tiempo	2 sesiones.
Recursos	<ul style="list-style-type: none">- Salón, venda de ojos, música, papel y lápiz.- Guía Educación Sexual y Mediación. Consejo de la Juventud de Asturias.

8

8.3 DINÁMICAS: ERÓTICA, CONDUCTA Y PAREJA

Título

¿Qué deseamos? Orientación sexual

Objetivos

- Crear un ambiente de confianza. Presentar tema y aclarar diferencias
- Entender la diferencia que existe entre amistad y noviazgo
- Expresar sus deseos
- Evitar falsas creencias
- Conceptos de homosexualidad y heterosexualidad
- Conocimiento de otras formas de comunicación ¿nos gusta que nos toquen?

Desarrollo de la actividad

- Diferencias mediante charla de homosexualidad y heterosexualidad
- Diferencias mediante imágenes de libros y revistas
- Qué haría diferente si estuvieras con un amigo o con un novio
- Quién me gusta a mí: hombres o mujeres? Deseos
- Dinámica de "Afecto no verbal" ó "Lenguaje de las manos"
(146 y 147 de guía educación sexual y mediación)

Tiempo

3 sesiones de 1 hora.

Recursos

- Libros, revistas, lápiz, papel, salón, venda de ojos y música.
- Guía Educación Sexual y Mediación. Consejo de la Juventud de Asturias.

8

8.3 DINÁMICAS: ERÓTICA, CONDUCTA Y PAREJA

Título	Orientación sexual
Objetivos	<ul style="list-style-type: none">- Discriminar los diferentes tipos de orientación sexual- Reconocer la diversidad familiar.
Desarrollo de la actividad	<ul style="list-style-type: none">- Lluvia de ideas sobre tipos de orientación sexual, aclaración de conceptos. Nombra personas que conozcas de diferentes orientaciones sexuales.- Recortar fotos de personas de diferentes edades. Se prepara un papel continuo dividido en cuadrados, en cada cuadrado habrá un rótulo con un tipo de familia: nuclear, monoparental, de personas homosexuales, familia extensa, etc. De uno en uno tendrán que salir e ir colocando una foto hasta conformar las familias. (Unidad 5, sesión 10 de la guía "Ni ogros ni princesas" 1º ESO)- Dinámica "Verdadero/Falso" (pág.137) o Dinámica "Desterrando mitos" (Unidad 2, sesión 9 de la guía "Ni ogros ni princesas" 4º ESO)- Dinámica "Pili y Mili" (pág. 139 Guía educación sexual y mediación. Consejo de la Juventud de Asturias).
Tiempo	2 sesiones.
Recursos	<ul style="list-style-type: none">- Recortes de revistas, papel continuo.- "Ni ogros ni princesas" Consejería de Educación de Asturias.- Guía Educación Sexual y Mediación. Consejo de la Juventud de Asturias.

8

8.3 DINÁMICAS: ERÓTICA, CONDUCTA Y PAREJA

Título

Habilidades de negociación y comunicación en pareja

Objetivos

- Expresar adecuadamente las emociones, sentimientos y afectos en las relaciones interpersonales.
- Identificar problemas interpersonales y aprender a solucionarlos.
- Tomar conciencia de las necesidades de las personas que nos rodean.
- Utilizar un vocabulario correcto y respetuoso en todo lo relacionado con las relaciones interpersonales.

Desarrollo de la actividad

- Cómo me siento cuando... En distintas situaciones de relación interpersonal expresar cómo nos sentimos. Por turnos unos a otros comunicarán sentimientos u opiniones mediante lenguaje no verbal. Conversación telefónica para contactar una cita.
- Rol-playing de ¿Quieres salir conmigo? Verbalmente o por teléfono
- Collage de emociones: buscar en revistas imágenes de personas que expresen diferentes sentimientos y clasificarlos después en un mural.
- Ante distintas situaciones-problema de relación interpersonal de la vida habitual, encontrar soluciones.
- Debate sobre conveniencia de un lenguaje respetuoso o no.

Tiempo

3 sesiones.

Recursos

Recortes de revistas, papel continuo y pegamento, fichas.

Título	La prevención
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> - Adquirir conocimientos básicos sobre anticonceptivos. - Adquirir conocimientos básicos sobre enfermedades de transmisión sexual. - Desarrollar modos de comunicación distintos al lenguaje verbal. - Adquirir habilidades y estrategias ante situaciones que puedan suponer un abuso hacia nuestra persona. - Concienciar de la importancia de acudir a reuniones médicas y de la higiene personal.
Desarrollo de la actividad	<ul style="list-style-type: none"> - Realizar una visita al Centro de Planificación Familiar en grupos de 12/14 personas para, por profesionales sanitarios - Explicar los métodos anticonceptivos. Enseñarlos uno a uno, verlos, tocarlos, ...; aprender cómo se coloca un preservativo, y la importancia del uso del mismo para prevenir la transmisión de enfermedades. - Explicar la importancia de acudir al médico se tengan o no relaciones sexuales, el control de la menstruación en las chicas, la higiene personal,... - Pedir la autorización de los padres para esta visita. - Realizar un folleto informativo para los usuarios y familias sobre la importancia de controles médicos, prevención de enfermedades, higiene personal,... - Trabajar con la caja-puzzle: <ul style="list-style-type: none"> Viñetas: Métodos anticonceptivos. Viñetas: Embarazo y parto Viñetas: Qué nos gusta que nos digan. - Cuaderno "Aprendiendo a entendernos": <ul style="list-style-type: none"> Los "doce mandamientos". Sondear relaciones: Con quién quiero o no quiero estar. Ficha informativa sobre higiene personal. - Sesión de Psicomotricidad. Lenguaje no verbal. <ul style="list-style-type: none"> Lenguaje de las manos: Moverse lentamente por la sala con los ojos tapados y al entrar en contacto con algún compañero, tomar sus manos, notar su textura, fuerza, calor, Reconocerlas y pasar luego a otras manos. Comentar las diversas sensaciones que producen los distintos tipos de manos y cuáles resultan más agradables. Relajación. Comentario de la sesión en grupo.
Tiempo	Varias sesiones.
Recursos	<ul style="list-style-type: none"> - Caja-puzzle - Cuaderno "Aprendiendo a entendernos" (Anexo 9)

Ficha de sentimientos

Nombre de una persona	Relación	Demostraciones de afecto / sentimientos
Juan	Amigo	Salir juntos
Ana	Novia	Besos

Se hace la ficha en la pizarra y se va cubriendo con las aportaciones de todos. Después se hace un debate sobre las anotaciones, con el tema "diferentes formas de mostrar nuestros sentimientos".

El acordeón

(Cualidades positivas).

En una hoja en blanco cada participante escribe su nombre en la parte superior. Se recogen las hojas y se reparten al azar. Cada persona continúa escribiendo algo positivo de la persona que les ha tocado. La hoja se va doblando, como un acordeón, después de cada anotación para que, al pasarla a otra persona, no se lea lo escrito anteriormente. Cada persona leerá su hoja en voz alta y explicará cómo se ha sentido.

Representar sentimientos

- Cada participante tiene que expresar por señas y gestos distintas situaciones y sentimientos.
- Expresión corporal:
 - Calentamiento (movimientos de exploración del espacio con cambios de ritmo y participación de las distintas partes del cuerpo).
 - Juegos de relación (el espejo, las manos, cuerpo revuelto, esculturas, los agujeros...)
 - Exploración del cuerpo (masaje-relajación).
- Sesión de Psicomotricidad. Lenguaje no verbal.
- Lenguaje de las manos: Moverse lentamente por la sala con los ojos tapados y al entrar en contacto con algún compañero, tomar sus manos, notar su textura, fuerza, calor,... Reconocerlas y pasar luego a otras manos. Comentar las diversas sensaciones que producen los distintos tipos de manos y cuáles resultan más agradables. Relajación. Comentario de la sesión en grupo.

8

8.4 OTRAS DINÁMICAS

Nuestras raíces

Investigación sobre nuestras raíces. Elaboración de un árbol genealógico (hasta los bisabuelos/as maternos y paternos).

Dibujo y murales

- Este/a soy yo.
- El cuerpo humano, partes del cuerpo...
- Chico-chica.
- Parejas.
- Embarazo y parto.
- Métodos anticonceptivos.

Fichas y cuestionarios

(Unir, V-F, completar frases...)

- Respuesta sexual.
- Fecundación, embarazo, parto.

Charlas y debates

- Enfoque del tema, por parte de los monitores, como algo natural. Desmitificar.
- Preguntar abiertamente sobre que cosas saben, sobre que cosas dudan, sobre que esperan de las sesiones.
- Centrar el tema con preguntas dirigidas.
- Lluvia de ideas.

8

8.4 OTRAS DINÁMICAS

Juegos

- Sopa de letras: buscar en una sopa de letras siete nombres relacionados con la reproducción y escribirlos más tarde en el lugar correcto sobre un dibujo
- Adivinanzas.
- Viñetas.
- Puzzles.

Imagen

Fotos

- Presentar un conjunto de fotos y elegir la que representa la idea de sexualidad que cada uno tiene. Explicar la elección y realización de un debate (“qué entendemos por sexualidad”). Para realizar el debate nos ayudamos de unas frases guía:

Pienso que la sexualidad es...

La sexualidad sirve para...

Las personas tienen la sexualidad en...

La sexualidad aparece... y acaba cuando...

Un transexual es...

Un travestí (travestido) es...

Una persona homosexual es...

Lo que más me gustaría saber sobre sexualidad es...

- De una exposición de fotografías que previamente habíamos colocado, les pedimos que eligiesen las dos que más les gustaban y que las comentaran.

Video

- DVD “Habla con tu pareja sobre el uso del preservativo” del Consejo de la Juventud de España.

Demostraciones prácticas

- “Neceser de Higiene y Anticoncepción”: Presenta, para su manipulado, compresas, tampones, preservativos...



aborto



abuso sexual



afecto



condón



aborto

enfermedades
venéreas

eyacuación

genitales
masculinos

masturbación



prostitución

relaciones
sexuales

menstruación



senos



sexo oral



vagina



traseiro

Vocabularios en Bliss (**)



aborto



preservativo



embarazo



genitales



trasero



besar



pechos



vagina



cuerpo



menstruación



desnudo/a



vergüenza



amar



eyaculación



pastilla

(*) Los símbolos SPC son Copyright de Mayer-Johnson

(**) Los símbolos Bliss tiene la licencia el Instituto de Comunicación Blissimbólica



hombre



mujer



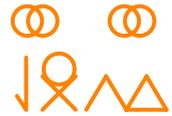
pareja



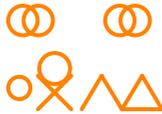
matrimonio



sexo



masturbación



sexo oral



enfermedad sexual



prostitución



tocar



bueno



malo

Jesús Arias García
CAI. Cabueñes

El poder de la imagen

Las narraciones en forma de cuentos, mitos, parábolas, fábulas, leyendas o relatos han sido utilizadas desde siempre como vehículo de transmisión cultural. En el ámbito familiar pasaban de padres/madres a hijos/as o de abuelos/as a nietos/as, pero es en el ámbito social donde se generan y transmiten la mayoría de estos mensajes. La tragedia griega tuvo un marcado carácter moralizante y en la Edad Media los romances de ciego cumplieron la misma función. Las parábolas han sido utilizadas por diferentes religiones para ilustrar sus proverbios o enseñanzas, y son utilizadas por algunas escuelas psicológicas como herramienta para conseguir un cambio de actitud. La forma de difusión de estas historias ha sido fundamentalmente oral, ya que la mayoría de la población no fue alfabetizada hasta mediados del siglo pasado. A través de los relatos hemos adquirido ciertas actitudes, perspectivas sobre la realidad y pautas de conducta que han venido definidas por las ideas dominantes en el entorno social de cada época. Estas ideas bien podrían haberse transmitido a través de doctrinas o códigos de normas, pero las narraciones se recuerdan mucho mejor porque describen personajes y hechos concretos y a menudo son una metáfora de diversos conflictos cotidianos. Su impacto emocional es mayor que el de un mero razonamiento, mandato o advertencia ya que no tratan de imponer un dogma sino que describen una situación, esperando que quien la conoce descubra por sí mismo el paralelismo con sus experiencias personales e interiorice la moraleja. Es evidente que para prevenirnos contra la pereza, la fábula de “La cigarra y la hormiga” resulta más persuasiva que cualquier tratado de economía.

De entre las diferentes formas narrativas el teatro es la que consigue conmovir más al espectador debido a su carácter multisensorial. El relato dramatizado está enriquecido con numerosos elementos paralingüísticos como el timbre de voz, la entonación, o el ritmo de la palabra, así como de otros componentes de comunicación no verbal como las posturas, los gestos o los movimientos de los actores y actrices. Estos aspectos y toda la puesta en escena logran sumergir al espectador en la situación, permitiéndole “vivir” el drama.

Con la llegada del cine se inicia un nuevo lenguaje con numerosos recursos narrativos. Algunos de ellos son heredados del teatro pero otros son nuevos, y algunos resultan casi mágicos: La música marca el tono emocional de la escena. Los planos permiten determinar la panorámica que va a tener el espectador; los encuadres y los movimientos de cámara centran la atención sobre los elementos deseados por el director, estableciendo el ritmo de la acción o incluso realizando saltos en el tiempo. El cine nos envuelve en un ambiente casi hipnótico, y su magia nos mantiene en trance mirando fijo a la pantalla.

La capacidad de sugestión y el alcance del mensaje en el cine y la televisión (que hoy en día son casi sinónimos) determina que las empresas de publicidad realicen sus mayores inversiones en este medio. Por esta razón va siendo hora de tenerlo en cuenta como un potente recurso didáctico.

Tipos de público

En el ámbito de la educación sexual, existen varios destinatarios de nuestros esfuerzos educativos: Por un lado las personas con discapacidad, por otro sus familiares y el resto de la sociedad. Nuestras intenciones pueden orientarse a facilitar la adquisición de conocimientos, pero también (y sobre todo) a facilitar el cambio de actitudes. Un ejemplo del empeño en sensibilizar a la sociedad para combatir falsas creencias o actitudes que discriminan aún más a las personas con desventaja intelectual es el esfuerzo que viene haciendo la asociación ARBOLAR, compuesta por familiares de usuarios de nuestro centro, que ha venido organizando en Gijón desde hace cinco

años un Ciclo de Cine y Desventaja Intelectual, del que ahora toma el relevo de su organización la Agencia Asturiana para la Discapacidad. En este ciclo se programan películas que tratan de hacer reflexionar al espectador sobre la realidad de las personas con desventaja intelectual. Algunos títulos que desde esta perspectiva tratan el tema de la afectividad y la sexualidad, las recogemos en el listado que hacemos a continuación ya que pueden resultar de interés. No obstante, cuando el público son las personas con desventaja intelectual no tenemos porqué centrarnos en el mundo de la discapacidad. Los modelos para estas personas son los mismos que los del resto de la población. Se identifican con los mismos iconos culturales y su psicología es la misma que la de las demás personas. Pensemos en aquellas películas que nos han emocionado porque esas mismas les emocionarán a ellos. Tenemos que cambiar esa concepción patológica de la desventaja intelectual porque las capacidades no deben ser una cuestión de estándares como si fueran pruebas de salto de altura en las que el grupo dominante establece la altura del listón. En vez de ello deberíamos reconocer la diversidad funcional de todas las personas, donde cada uno hace lo que puede (o lo que le dejan) en las diferentes facetas de la vida.

Los contenidos

¿Quién no ha visto?: Adivina quien viene esta noche, Cabaret, Casablanca, Cumbres borrascosas, Con faldas y a lo loco, Cowboy de medianoche, De aquí a la eternidad, Días de radio, Doctor Zhivago, El cartero siempre llama dos veces, El graduado, El hombre tranquilo, El rey pescador, El tambor de hojalata, El viaje a ninguna parte, Instinto básico, Irma la dulce, King Kong, La hija de Ryan, La noche de la iguana, La reina de África, La tía Tula, Lolita, Lo que el viento se llevó, Marnie la ladrona, My fair lady, Niágara, Nueve semanas y media, Ojos negros, Que bello es vivir, Rebeca, Romeo y Julieta, Sabrina, Tarzán de los monos, Terciopelo azul, Tiempos modernos, Todo lo que quiso saber sobre el sexo, Un tranvía llamado deseo, Verano del 42, Víctor o Victoria, Etc, etc, etc. Las películas con contenido sexual son multitud. Pocas no incluyen en su trama

un romance o una relación amorosa. En ellas encontramos amor, desamor, atracción, flechazos, celos, engaños, amistad, coqueteo, cariño, riñas, deseo, pasión, lujuria, placer, dolor y todo un rico mundo de sensaciones, emociones y sentimientos.

Pero en un capítulo dedicado al cine y a la sexualidad en el ámbito de la discapacidad intelectual no seríamos honestos si no abordásemos el género del cine erótico. Las imágenes de sexo han estado tradicionalmente disimuladas para burlar a los censores. La revolución sexual de los 70 impulsó la producción de películas eróticas donde aparecen los primeros desnudos y predomina un tratamiento indirecto y sugerente de las imágenes como en la serie de filmes "Emmanuelle". Pero en los años 80 este género fue derivando al que hoy conocemos como cine porno. Es un fenómeno socialmente incómodo, de consumo privado pero masivo (su importante facturación económica así lo demuestra). Es un género controvertido porque va dirigido mayoritariamente a un público masculino, y el tratamiento de la mujer es como poco discutible y a menudo reprochable. Afortunadamente existen algunas directoras que vienen ofreciendo un enfoque femenino al cine con sexo explícito, introduciendo aspectos no tratados habitualmente en este género como la seducción o los sentimientos, recuperando de alguna manera el cine erótico. En cualquier caso hemos de tenerlo en consideración ya que muchos de nuestros usuarios tienen acceso a este tipo de contenidos a través de la televisión o Internet.

La discapacidad en el cine

El papel de las personas con discapacidad en el cine ha venido marcado por la mentalidad de cada momento histórico. En las primeras producciones la discapacidad es asociada con lo extraño o lo anormal, por ejemplo en "La parada de los monstruos" Browning, T. USA, 1932. Esta asociación varía poco hasta la explosión de la conciencia social de los años 60. Véanse películas como "Jhonny cogió su fusil" Trumbo, D. USA, 1971, que muestra el terrible aislamiento de un muchacho que vive aprisionado en su mutilado cuerpo; o "Ángeles

sin paraíso" Cassavetes, J. USA, 1964, que refleja la separación familiar que sufrían los niños con retraso mental en aquella época. En los años 80 aparece una crítica social más contundente con títulos como "Los santos inocentes" Camús, M. España, 1984, un doloroso retrato de la otra España; "Máscara" Bogdanovich, P. USA, 1985, donde resaltan los primeros esfuerzos por la normalización de estas personas. "Hijos de un Dios menor" Haynes, R. USA, 1986, describe el romance que surge entre un profesor y su alumna sorda. Pero también aparecen comedias que tratan el tema de la discapacidad, como "Mi dulce pueblecito" Menzel, J. Checoslovaquia, 1985, comedia costumbrista sobre la relación con los vecinos de un chico con discapacidad. "Acción mutante" De la Iglesia, A. España, 1993, una comedia gamberra contra los estándares de normalidad de la gente guapa; "Elling" Naess, P. Noruega, 2002, que relata la reinserción social de dos discapacitados psíquicos.

Películas

Charly

Nelson, J. USA, 1968

Un hombre que padece una discapacidad intelectual desde su infancia logra desarrollar la inteligencia mediante una operación. Con su nueva personalidad comienza a vivir un romance con su doctora. Sin embargo los efectos de la operación no son permanentes.

Tim

Pate, M. Australia, 1979

Un atractivo joven con un ligero retraso mental entabla una amistosa relación con una mujer madura para la que realiza trabajos de jardinería.

Forrest Gum

Zemeckis, R. USA, 1994

Historia de un hombre que a pesar de sus limitaciones físicas e intelectuales consigue grandes éxitos en la vida, aunque lo único que él desea es estar con su verdadero amor.

Extraña petición

Greengrass, P. Gran Bretaña, 1998

Un artista es sentenciado a realizar servicios comunitarios como cuidador de una joven con una enfermedad degenerativa. Su compleja relación deriva en una proposición de carácter sexual.

Aprendiendo a vivir

Marshall, G. USA, 1999

Dos jóvenes con discapacidad intelectual se enamoran y quieren irse a vivir juntos pese a la oposición de la madre de ella.

Nacional 7

Sinapi, J. Francia, 2000

Un hombre con una enfermedad degenerativa confiesa a su enfermera que desearía hacer el amor con una mujer antes de que su enfermedad se lo impida.

Yo soy Sam

Nelson, J. USA, 2002

Sam es un padre soltero con retraso mental a quien los servicios sociales quieren retirar la custodia de su hija porque no le consideran capacitado para atenderla.

Elling

Naess, P. Noruega, 2002

Un hombre que sale del psiquiátrico se traslada con un compañero a un apartamento de Oslo, donde deben demostrar a su asistente social que pueden ser autónomos.

León y Olvido

Bermudez, X. España, 2004

León tiene síndrome de Down y su hermana Olvido ha tenido que ponerse a trabajar tras la muerte de sus padres. Los sentimientos y relaciones entre estos hermanos son intensos y ambivalentes.

No me pidas que te bese porque te besaré

Espinosa, A. España, 2007

Pocos días antes de casarse con su novia un chico se apunta en un curso de guitarra para personas con discapacidad. Sus compañeros le explican un truco para saber si quiere o no a una persona.

Páginas sobre el tema en Internet

- Guía de largometrajes sobre discapacidad editada por la Asociación andaluza de personas con discapacidad física y orgánica y COCEMFE Andalucía: http://www.canfcocemfe.org/comunicacion/publicaciones/guia_cine.pdf
- Página de la Sociedad Sexológica de Madrid sobre cine y educación en valores: http://www.auladecine.com/filmografias/sexualidad_y_educacion_en_valores.pdf
- Página de Enrique Martínez - Salanova Sánchez dedicada al cine y la educación: <http://www.uhu.es/cine.educacion/cineyeducacion/temasdiscapacidad.htm>
- Y para buscar películas: <http://spanish.imdb.com/>

M^º Nieves Mejuto Quintela
CAI. Pando

LA MAGIA DE LA MÚSICA

La música es el idioma universal que nos permite un acercamiento sin fronteras a lo largo y ancho del mundo entero.

Del poder de la música nadie duda. La hemos utilizado para divertirnos, para movernos, para relajarnos, para acunarnos; como terapia... y, también, como recurso formativo.

Como expresión artística hace mucho más agradable el tratamiento de cualquier tema, ya que genera un ambiente mucho menos rígido en el que la motivación se convierte en el principal aliado durante el proceso de trabajo. Es, en efecto, la canción un material gustoso que por su propia naturaleza permite entretener y enseñar.

Como recurso didáctico viene a llenar una gran cantidad de expectativas en el proceso de aprendizaje.

Como tal, es un elemento mediador para la consecución de los objetivos propios de la formación integral de personas con discapacidad.

LA CANCIÓN, COMO HERRAMIENTA

La canción en el trabajo cotidiano tiene buena acogida, incluso cuando el educador no logra dar con los gustos musicales. En realidad la canción puede ser un recurso didáctico de primer orden, sirviéndonos para alcanzar los objetivos que nos hemos planteado.

El tipo de música que seleccionemos para trabajar va a depender de los resultados que pretendamos conseguir.

En el trabajo con canciones:

- Podemos tomar una canción y elaborar a partir de ella una unidad didáctica; determinando objetivos y procedimientos para alcanzar esos objetivos. Por ejemplo: la canción de moda cantada por el grupo o artista de moda, la canción que vamos a interpretar en el play-back...
- Podemos buscar canciones que se ajusten a unos objetivos que ya tenemos pensados previamente. Por ejemplo: Temática de pareja, agresiones, relaciones homosexuales... Podemos llegar a confeccionar una plantilla de trabajo con objetivos, tipos de actividades, juegos... para aplicarla a cada canción.
- Podemos establecer audiciones de canciones variadas porque también la música, como manifestación del espíritu, es capaz de mostrarnos una radiografía de los sentimientos y emociones de la persona con lo cual podremos conocerla y entenderla mejor porque la relación usuario/a-educador/a se verá beneficiada. Y trabajar, de esta manera la existencia de prejuicios, miedos... Por ejemplo: podremos intentar realizar su biografía musical: canciones que asocien con situaciones vividas (Canciones con mil recuerdos o una historia única), las que tarareen, canciones que les hagan presentar un estado de alerta... Ésta actividad nos permite determinar los gustos musicales individuales y el gusto grupal, lo cual es provechoso para orientar las actividades relacionadas con el área de música en un futuro.
- Al centrarnos en las canciones con el fin de realizar el análisis de sus mensajes y el desarrollo de una actitud crítica debemos recordar que es necesario que el control sea riguroso ya que sus contenidos pueden influir negativamente en el oyente.
- Debemos seleccionar las canciones con las que vamos a trabajar porque algunas canciones pueden inspirar tanta ternura que fácilmente se obvie el análisis pertinente de los mensajes (o ideas fuerza) y de los personajes. O puede que nos encontremos repitiendo un estribillo frívolo que no refleja nuestra opinión, con

el que no nos identificamos, que “no va en serio”... y que parece inofensivo (no sabemos valorar su doble sentido) y lo repetimos sin pensar...

Objetivos:

- Caracterizar las ideas-fuerza emanadas del contexto de la música en aspectos de sexualidad.
- Identificar y reflexionar sobre las realidades y mitos de los estereotipos de la sexualidad en nuestra sociedad, y cómo las tendencias musicales pueden haber influido en ellos.
- Reconocer y expresar las sensaciones, pensamientos, emociones que nos evoca una pieza musical.
- Organizar el proceso de enseñanza-aprendizaje, desde una perspectiva lúdica.

Contenidos temáticos:

Tenemos a nuestra disposición canciones de todo el cancionero español, sin realizar ningún tipo de excepción. Las personas con discapacidad conocen las canciones del mismo modo que las demás personas: las escuchan en la radio, en los programas musicales... El hecho de tener una discapacidad no trae consigo una particularidad concreta tampoco en el tema de gustos.

Canciones tanto actuales como antiguas (en este último caso contamos con las versiones de canciones por parte de artistas de moda que nos convierten una “vieja canción” en la primera de las listas).

Tanto si intentamos una selección atendiendo a cantante, grupo... como si la selección es por ritmo (bolero, ranchera, cumbia, pasodoble, salsa, bachata, balada, merengue, batuka, blues, rock...) siempre tendremos una cantidad importante de canciones para utilizar según los objetivos que nos hemos planteado.

Busquemos el tema que busquemos, para cualquier contenido que queramos trabajar, encontraremos canciones como por ejemplo:

- Relaciones de afectividad y sus modificaciones con los “nuevos tiempos”: “Amante a la antigua” de Roberto Carlos, La chica ye-ye de Concha Velasco, Santa Lucía de Miguel Ríos...
- Tipos de relaciones (rollo de una noche): Y nos dieron las diez de Sabina...
- Homosexualidad: Mujer contra Mujer de Mecano, Manuel Raquel de Tam Tam Go, Simplemente amigos de Ana Gabriel...
- Infidelidad: Macarena de Los del Río, ¿Y cómo es él? De José Luis Perales, Soy lo prohibido de Serrat...
- Roles: Búscate un hombre que te quiera de El Arrebato, Mujer florero de Ella baila sola, Los hombres no lloran de Miguel Bosé...
- Agresiones: Malo de Bebe, Y en tu ventana de Andí y Lucas, Hogar de Pedro Guerra, El final del cuento de Hadas de Chojín (un rap que cuenta una larga historia) ...
- Declaración: Me gustas mucho de Rocío Dúrcal; Me enamora de Juanes; Sin ti no soy nada de Amaral, Me muero de La Quinta Estación, Para toda la vida de El sueño de Morfeo...
- Reconciliación: Recomendemos de Adriano Papalardo, Para que no me olvides de Lorenzo Santamaría...
- Corazón partío: La que lleva este nombre de Alejandro Sanz...
- Corazón contento: La que lleva este nombre, recuperada ahora por los chicos de OT.(Las sucesivas ediciones de OT nos pueden dar mucha cancha)...
- Enamoramiento: Por la raja de tu falda de Estopa, Me sube la bilirrubina de Juan Luis Guerra, Me pongo colorada de Papá Levante, Para toda la vida de El Sueño de Morfeo...

- Despedida: Eva Mª se fue de Fórmula V, Que lastima pero adiós de Julieta Venegas, Para no verte más de Latino Americano, Te lloré un río de Maná, Olvídamme y pega la vuelta de Pimpinela, Tengo la camisa negra de Juanes...
- Quererse estando separados: La distancia de Roberto Carlos, Luna de Ana Gabriel...
- Uso anticonceptivos: Póntelo-pónselo de Los Irónicos...
- Matrimonio: Amo a Laura de Los Happiness, A pedir mi mano viene de Juan Luis Guerra...

Pero seamos cuidadosos/as cuando utilicemos determinados temas como por ejemplo, algunas que han sido llamadas "la canción del verano", que nos hablan de estereotipos y tópicos (un joven que levanta la cortina, un negro que quiere pero no puede, de un hombre al que le dicen "el venao"...) y no dejan de parecer inofensivas.

Si lo que intentamos encontrar son canciones sobre relaciones afectivas en personas con discapacidad psíquica, nos encontraremos "Sólo pienso en ti" de Víctor Manuel; destinándola más bien a la reflexión en personas que no presenten este tipo de discapacidad.

Actividades:

Ejemplos de dinámicas con canciones pueden ser:

- Disco forum: profundizar en la situación que nos cuenta la canción (imagen del hombre, de la mujer, distintos tipos de relaciones, si eso que refleja es real o no; canciones que nos hablen de algo parecido; si estás de acuerdo o no con su mensaje...).
- Debate para expresar opiniones.
- Rellenar huecos/cambiar algunas frases; encontrar palabras relacionadas con el tema elegido, responder a preguntas según el texto de la canción; finalizar las frases de la canción...
- Anticipar el tipo de mensaje atendiendo sólo a la música...

- Expresarse corporalmente con distintos tipos de música...
- Representar situaciones que aparecen en las canciones.
- Pautas a realizar cada vez que se escuche una palabra acordada.
- Expresar mediante una canción ¿Qué piensas de ti? ¿Qué significa para ti la amistad, o un amigo (a) en particular? ¿Qué es para ti una situación feliz? ¿Qué es para ti una situación triste? ¿Cómo te sientes en este momento?.
- Relacionar canciones con una imagen mostrada.
- Expresar mediante el dibujo lo que nos quiere explicar la canción o lo que nos hace sentir.

Metodología:

Activa, participativa, adaptada a cada nivel de desarrollo y centrada en la persona como elemento clave con los y las educadores como dinamizadores y facilitadores del proceso de aprendizaje.

Utilizaremos todos los recursos que tengamos a mano para hacer la actividad lo más lúdica y enriquecedora posible. Contaremos con soporte de papel, con imagen en el cañón o en el propio ordenador, con soporte en el ordenador y/o Cd...

Si queremos darle un toque más lúdico preparemos un escenario, un micrófono, luces y vestuario y dejemos que se desinhiban, o se conviertan por un momento en artistas y dejen salir todo el potencial que tienen; que es mucho...

Evaluación

En este tipo de actividades la participación será el mejor modo de comprobar si hemos tenido éxito o no. Un buen indicador es que a la hora de salir del taller en dirección a los vestuarios, los pasillos se llenen de personas tarareando las canciones que acabamos de usar como recurso didáctico o que cuando escuchemos alguna canción nueva nos indiquen que esa canción les gusta no sólo por su melodía

sino por lo que quiere transmitir.

Debemos valorar las respuestas positivas e intentar modificar las negativas.

Y motivar a que mañana la canción con la que trabajemos sea la propuesta por cualquiera de las personas con las que trabajamos y que nos la pinchen y nos expliquen de qué habla y por qué la han escogido.

Enlaces en Internet:

Para buscar las letras de las canciones:

www.quedeletras.com

www.musica.com/letras.asp?letras=canciones

www.letrascanciones.com.mx

Para escuchar las canciones y ver vídeos:

www.youtube.com/

Para escuchar las canciones y ver el vídeo y la letra:

www.musica.com/videosfavoritos.asp?videos=alf&video=A&video=731

En esta jornada se reunió a los y las participantes del programa con la finalidad de compartir experiencias, desde un proceso lúdico y creativo como es el de la realización de talleres personas de diferentes centros. Compartir experiencias de cada centro en los que se desarrolla el programa de educación sexual y visibilizar los aspectos ligados a los afectos y sentimientos de las personas con discapacidad. Se realizaron cuatro talleres que abordaron aspectos relacionados con la educación sexual desde procesos creativos. Desarrollaremos a continuación éstos talleres.

Taller 1: “Nuestra imagen de la sexualidad”

El taller se desarrolla en distintos momentos:

Bienvenida y presentación (10’)

- Se recibe y da la bienvenida a los participantes en el espacio destinado a la actividad.
- Se presentan los dinamizadores de la actividad.
- Se presentan los contenidos y objetivos deseados:

El taller se estructura en tres actividades (“Foto-Ideas”, “Dime qué ves”, “Retrato de nuestras emociones”) que pretenden facilitar el encuentro entre los participantes para hablar sobre los afectos y los sentimientos en un ambiente relajado, pasando un rato divertido.

Desarrollo de las actividades (50’)

Tras la presentación se divide al grupo en dos. Cada grupo, acompañado por dos dinamizadores, irá realizando las actividades:

1. "Foto-ideas" (20')

Cada participante va eligiendo una de las fotos que hay repartidas en un panel o sobre la mesa. Cuando todos hayan elegido una se van presentando (nombre, edad, procedencia, gustos, aficiones,...) y, a continuación, explican por qué la foto que eligieron representa para ellos la idea de afectividad. Los dinamizadores del taller van poniendo cada foto sobre un panel, colocando junto a ella una cartulina con la palabra que mejor la defina según la descripción de quien la eligió.

2. "Dime qué ves" / "Retrato de nuestras emociones" (30', 15' para cada actividad). Estas dos actividades se realizan de forma simultánea. Cada grupo trabaja en una y luego se intercambian.

"Dime que ves" (15')

Por medio de un proyector, se presentan diversas fotografías y breves secuencias de películas que los participantes tendrán que comentar (¿qué veis?, ¿qué es lo que está pasando?, ¿por qué creéis eso?, etc.), refiriéndose sobre todo a las expresiones, sentimientos y las situaciones que se representan.

"Retrato de nuestras emociones" (15')

Los participantes posarán delante de la cámara de fotos representando los sentimientos o las emociones escritos en unas tarjetas que se irán extrayendo de una bolsa: alegría, tristeza, enfado, amistad, amor, etc.

3. Valoración de la actividad y despedida (15').

Finalmente, todos los participantes en el taller vuelven a unirse en un grupo para:

Ver y comentar las fotos que se han hecho en la actividad "Retrato de nuestras emociones",

Expresar cómo se han sentido durante la actividad,

Realizar una foto de grupo que podrá ser enviada por correo electrónico a los diferentes centros participantes.

Finalmente se realizará un agradecimiento por la participación y la despedida.

Material necesario:

- Cámara de fotos digital (con pilas)
- Trípode
- Ordenador portátil con lector de tarjetas del mismo tipo que la cámara de fotos
- Proyector de imágenes para conectar al ordenador
- Pantalla de proyección
- Altavoces para el ordenador
- Cable alargador con enchufe múltiple
- Mesa para colocar el ordenador y el proyector
- Panel o corcho para colocar unas 25 hojas de Din A-4
- Cartulinas, rotulador grueso, celo, chinchetas, tijeras.

Taller 2: “Esto es amor”

1. BROCHES. Dinámica de presentación. Sentados en círculo, los usuarios se irán presentando uno a uno e irán diciendo una palabra relacionada con los sentimientos y afectos. Seguidamente realizarán un broche, el cuál representa un corazón. Mientras realizan este se continuarán lanzando preguntas que permitan fomentar la interacción entre los participantes del taller.
2. MURAL. Con esta dinámica, los usuarios realizarán un mural. El objetivo de este es diferenciar los conceptos de novios y amigos. Para ello se harán subgrupos formados por cinco usuarios y un educador. A cada uno de ellos, se les proporcionarán unas fotografías, que los usuarios deberán de ir diferenciando y pegando en dos cartulinas (una con la palabra novios y otra con la palabra amigos). Posteriormente, las cartulinas realizadas por los distintos subgrupos, serán colocadas en papel continuo, formando un gran mural.

3. FIGURAS. Mediante esta dinámica, los usuarios sentados en círculo representarán con masa de das, lo que significa para ellos el amor.

Materiales necesarios:

- 1 metro de fieltro rojo.1 metro de fieltro blanco.
- 50 imperdibles (tamaño normal).
- 2 madejas de hilo blanco (Dalia).
- Relleno de cojín (para 50 broches).
- 5 tubos de pegamento de tela.
- 20 tabletas de das.
- 20 cartulinas de distintos colores.
- 5 metros de papel continuo.
- 3 paquetes de bluetack.
- 5 rollos de papel transparente adhesivo.

Taller 3: "Sobre la pareja"

1. Presentación

Todos nos movemos por la sala al ritmo de la música y cuando la música pare debemos saludar a la persona que tenemos más cercana. EL saludo será verbal: "Hola yo me llamo..." y deberá ir acompañado de un gesto: beso en la mejilla, apretón de manos, "choque" de manos...

Los profesionales encargados de llevar el taller sugeriremos nuevas formas de contacto.

Propondremos luego que, al parar la música, adopten posiciones y/o comportamientos propios de una pareja: cogerse de la mano, del brazo, pasar la mano por la cintura, por el hombro, acariciar una mejilla...siempre de mutuo acuerdo.

2. Mensaje en una canción

- a. Tendremos en un cesto 4 fotos repetidas en trozos de cartulinas (tantas reproducciones como personas vaya a haber en el taller) y cada persona deberá coger aleatoriamente una y colocarse en el grupo con los que tengan la misma foto: Caricia, beso, abrazo, pasión. Esto nos servirá para organizar cuatro grupos de forma aleatoria que se colocarán en torno a un pulsador.
- b. Se reproducirán trozos de canciones y ellos deberán decidir a qué categoría pertenece. Cuando lo hayan decidido deber presionar el pulsador.

Con el fin de que resulte más fácil nos apoyaremos en imágenes que nos marcarán las categorías: un corazón partido ("pareja rota"), manos entrelazadas ("pareja feliz"), imágenes mirando hacia el lado opuesto ("la pareja en crisis")...

3. Canción en grupo. A partir de una canción dada, el grupo deberá representar, cantar o hacer play-back.

4. Despedida

Como en la dinámica inicial debemos prepararnos para bailar al ritmo de la música y cada vez que se escuche la palabra clave deberemos dar un beso (en la mano, en la mejilla, soplárselo...) a la persona que tengamos más cercana. Canción: "Besos" del grupo El canto del loco.

Material necesario:

- Ordenador y altavoces o reproductor de sonido para el ordenador con potencia para escuchar la música todos en la sala.
- 4 mesas (para que se coloquen alrededor de ella los participantes de cada grupo) y en cada una un pulsador.
- Reproductor de música con micrófono para el play-back o cantar, 2 CD's.

- Alargador con varias tomas (las del ordenador y la del equipo de música).
- Soporte donde colocar las fotos que nos indiquen las categorías donde pueden ir las canciones. Serviría una pizarra vileda de chapa y sujetamos las fotos con un imán y si tiene patas mucho mejor porque así la colocamos nosotros donde encaje mejor y lo vean todos.

Taller 4: “Expresando emociones”

Objetivos:

- Expresar libremente nuestras emociones a través de la música y del contacto con los demás.
- Establecer vínculos con el resto del grupo a través del juego, la expresión corporal, la música y la expresión de nuestras emociones.

Duración:

1 hora y 15 minutos.

Materiales:

- Equipo de música (si puede ser con mando a distancia).
- Cintas de colores de unos 80cm cada una. (tres o cuatro colores). Una por participante.
- Colchonetas individuales (si el suelo es de madera o enmoquetado no harían falta).Una por participante.
- Balones medicinales o similar. Uno por pareja.

Desarrollo de la sesión:

1. Presentaciones: Sentados en círculo, decimos nuestro nombre y de qué centro venimos.

2. Nos levantamos y ocupamos el espacio. Quietos y con los ojos cerrados escuchamos una canción. No nos movemos, sólo escuchamos. Abrimos los ojos y comenzamos a mover nuestro cuerpo: primero la cabeza, cuello, hombros, cintura, cadera, piernas, piés...
3. Con los ojos tapados con las cintas, nos movemos por el espacio y si encontramos a alguien, juntamos nuestras manos y nos damos un abrazo.
4. Con los ojos ya destapados comenzamos a movernos libremente por el espacio a ritmo de la música, con la cinta en la mano. Cuando para la música, paramos también. Cuando la música vuelve a sonar volvemos a movernos. Cuando la música vuelve a parar, buscamos a los que tienen el color de la cinta igual que nosotros y nos agrupamos. Juntos y unidos por las cintas nos movemos en pequeños grupos. Al final intentamos quedar por parejas y nos movemos unidos por las manos.
5. Por parejas y unidos por las manos, escuchando una canción, con los ojos cerrados, bailamos.
6. Nos sentamos en el suelo por parejas y con ayuda de un balón nos damos un masaje en la espalda.
7. Relajación: echados en el suelo hacemos ejercicios de respiración; ojos cerrados y al ritmo de una música suave nos relajamos.
8. Despedida: sentados en círculo, comentamos lo que nos ha parecido la experiencia, si nos ha gustado o no, si hemos disfrutado.

Sexología

Asociaciones Profesionales de Sexología: Podrás encontrar documentos, materiales, artículos y enlaces con otras asociaciones y direcciones de interés en el campo de la sexología.

Asociación Mundial de Sexología

<http://www.worldsexology.org/>

Federación Latinoamericana de Sociedades de Sexología y Educación Sexual

<http://www.flasses.org/>

Asociación Estatal de Profesionales de la Sexología

<http://www.aeps.es/>

Federación Española de Sociedades de Sexología

<http://www.fess.org.es/>

Fundación Sexpol. Sociedad Sexológica de Madrid

<http://www.sexpol.org>

Asociación de Psicología, Sexología y Pareja

<http://www.lasexologia.com/>

Instituto de Ciencias Sexológicas

<http://www.sexologiaysociedad.com/>

Instituto de Sexología

<http://www.institutodesexologia.org/general.htm>

Instituto Spill

<http://www.abcsexologia.com/>

Centro de Estudio de Género y Sexología

<http://www.identidades.org/index.htm>

Portal de Educación y Salud Sexual

<http://www.sexualidadonline.com/>

Portal de Información sobre sexualidad

<http://www.informateya.com/>

Academia Internacional de Sexología Médica

<http://www.sexovida.com/>

Proyecto para la normalización del conocimiento y la vivencia de la sexualidad Sexualitarte

<http://www.sexualitarte.com/>

Salud Sexual y Reproductiva

Están incluidas las webs de asociaciones, federaciones, laboratorios y centros jóvenes que trabajan temas relacionados con la salud sexual y reproductiva. Disponen de materiales de interés muy actualizados y se pueden realizar consultas específicas sobre estos temas.

Organización Mundial de la Salud

<http://www.who.int/reproductive-health/index.htm>

Organización Panamericana de la Salud

http://www.paho.org/default_spa.htm

Federación Internacional de Planificación Familiar

<http://www.ippf.org/>

Foro Mundial de Salud Reproductiva

<http://www.hsph.harvard.edu/Organizations/healthnet/frame4/frame4.html>

Federación de Planificación Familiar de España

<http://www.fpfe.org/>

Junta de Andalucía. Cuadernos de Salud

http://www.juntadeandalucia.es/institutodelamujer/actualidad/salud_mujer.htm

Sociedad Española de Contracepción

<http://www.sec.es/>

Centro Joven de Anticoncepción y Sexualidad

<http://www.centrojoven.org/>

Asociación de Clínicas acreditadas para la Interrupción del embarazo

<http://www.acaive.com/>

Portal de Salud Sexual y reproductiva

<http://www.noah-health.org/es/healthy/men/>

Información sobre la salud sexual y reproductiva

<http://es.femalelife.com/scripts/index.php>

Manual de Salud Reproductiva en la adolescencia

<http://www.sec.es/saludreproductiva.htm>

Portal sobre Salud Sexual de las Mujeres

<http://www.noah-health.org/es/healthy/women/>

Portal sobre Salud Sexual del Hombre

<http://www.noah-health.org/es/healthy/men/>

Sociedad Española de Ginecología y Obstetricia. Información sobre métodos anticonceptivos y la píldora postcoital

<http://www.conmuchogusto.com>

Organon. Métodos anticonceptivos

<http://www.organon.es/authfiles/index.asp>

Shering

<http://www.schering.es/schering>

Recursos para la educación sexual

Webs en las que se encuentran materiales y programas de educación sexual en pdf que pueden ser de gran interés para enriquecer el programa de educación sexual planteado con nuevas actividades.

Consejo de la Juventud de Asturias. Guía de Mediación y Educación Sexual

<http://cmpa.es/>

Junta de Andalucía. Materiales y programas educativos en pdf:
Educación Sexual Infantil

http://www.juntadeandalucia.es/averroes/publicaciones/1afectivo_sexual.php3

Educación Sexual Primaria

http://www.juntadeandalucia.es/averroes/publicaciones/2afectivo_sexual.php3

Educación Sexual Secundaria

http://www.juntadeandalucia.es/averroes/publicaciones/valores/mceso_sexo.pdf

http://www.juntadeandalucia.es/averroes/publicaciones/3afectivo_sexual.php3

Coeducación

<http://www.juntadeandalucia.es/averroes/recursos/coeducacion.php3>

Educación Sexual en la infancia

<http://www.mtas.es/mujer/publicaciones/docs/17Edusex.pdf>

CEAPA: Educación sexual desde las familias

<http://www.ceapa.es/files/publicaciones/File00048.pdf>

Colectivo Harimaguada para la educación afectivo-sexual

<http://www.harimaguada.org/>

Educación en igualdad. Para trabajar las relaciones entre los sexos

<http://www.educarenigualdad.org/default.aspx>

Prevención de la violencia de género.

<http://www.educarenigualdad.org/>

Como prevenir y defenderte de las agresiones. Guía para chicas.

http://www.educarenigualdad.org/Upload/Mat_84_GuiaParaChicas.pdf

http://www.educarenigualdad.org/Upload/Mat_8_Doc_5_Notelies.pdf

Guía para apoyar a menores que han sufrido abuso sexual

http://www.educarenigualdad.org/Upload/Mat_60_BELIVE-ME.pdf

Propuestas para un lenguaje no sexista

http://www.educarenigualdad.org/Upload/Mat_54_lenguaje_c.pdf

Portal de Educación EDUCASTUR

<http://web.educastur.princast.es/>

Instituto Asturiano de la Mujer. Materiales Didácticos para la Coeducación.
Varias monografías para trabajar

<http://web.educastur.princast.es/proyectos/coeduca/>

Instituto Vasco de la Mujer

<http://www.emakunde.es/>

Guía de Asociaciones de Mujeres del País Vasco

http://www.emakunde.es/images/upload/GuiaAsoc06_c_e.pdf

Guía de actuación ante el maltrato doméstico y la violencia sexual. Emakunde

http://www.emakunde.es/images/upload/GuiaAsoc06_c_e.pdf

Centro de documentación del Instituto Asturiano de la Mujer

<http://sidra.princast.es/opac/jsp/busquedaAvanzada.jsp>

Guía de salud y sexo seguro para gais

http://www.stopsida.org/_esp/_publicaciones_cas/_publicaciones_roll/libro_salud2.pdf

http://www.stopsida.org/_esp/_publicaciones_cas/_publicaciones_roll/guia%20sexo%20seguro.pdf

Unidad didáctica sobre homosexualidad

http://www.fundaciontriangulo.es/educacion/dossier1998/e_dossier1998.htm

Juego interactivo informático para trabajar sobre prevención de VIH

<http://elmundosalud.elmundo.es/elmundosalud/2004/06/22/hepatitissida/1087918673.html>

Revista de Sexología Identidades

<http://identidades.org/hemeroteca.htm>

Portal de Salud del Principado de Asturias. Salud Póxima
Enciclopedia Ilustrada de la Salud (documentos e imágenes)
Diccionario Médico

<http://consejeria.adam.com/content.aspx?productid=5>

Portal de Educación Principado de Asturias

<http://www.educastur.es/>

Bibliografía de Educación Sexual comentada

<http://www.ilo.org/public/english/protection/trav/aids/publ/indexes.htm>

Cine y Educación

Festival Internacional de Cine de Gijón

<http://www.gijonfilmfestival.com/>

The Internet Movie Database:

<http://www.imdb.com/>

Cine y educación. Universidad de Huelva

<http://www.uhu.es/cine.educacion/>

Los derechos sexuales y reproductivos a través del cine. Eualter

<http://www.eualter.org/material/cineiddssrr/>

Revista de Medicina y Cine/Journal of Medicine and Movies

<http://www3.usal.es/~revistamedicinacine/>

Ministerio de Cultura: Bases de datos de películas. Filmoteca española

<http://www.mcu.es/cine/index.jsp>

Base de datos: Literatura, Arte y Medicina. New York University School of Medicine

<http://endeavor.med.nyu.edu/lit-med/lit-med-db/about.html>

Agora. Grupo de estudios e investigaciones educativas en tecnologías de la comunicación, orientación e intervención socioeducativa

<http://www.uhu.es/agora/>

POV (Point of view) para educadores:

<http://www.pbs.org/pov/classroom.php>

The Education of Shelby Knox

http://www.incite-pictures.com/Shelby_Knox.html

<http://www.pbs.org/pov/pov2005/shelbyknox/>

Cine y enfermedades infecciosas

<http://www3.usal.es/~micromed/movies.htm>

3.000 escenarios contra un virus

<http://www.tv5.org/TV5Site/webtv/index.php?rub=1&srub=16>

15 mujeres africanas contra el SIDA

<http://www.tv5.org/TV5Site/webtv/index.php?rub=1&srub=47>

Cine y salud. Gobierno de Aragón

<http://portal.aragob.es/>

Aula de Cine. IES Pirámide. Huesca

<http://www.auladecine.com/>

Irudi Biziak. Cine en la enseñanza

<http://www.irudibiziak.com/index.html>

Grupo Embolic

<http://www.grupembolic.com/Default.htm>

Cine y educación. Proyecto en Argentina de educación desde el cine

<http://www.cineyeducacion.com.ar/index.html>

Octeto. Canal digital de tecnología educativa

<http://cent.uji.es/octeto/node>

Educared. El cine y la enseñanza

<http://www.educared.org.ar/ppce/debate/cine/index.asp>

Consultas on line

Estas páginas tienen un servicio de consulta on line que pueden utilizar tanto los profesionales como los y las jóvenes para plantear sus dudas en diferentes temas.

Asociación Goxoki. Consulta Joven

<http://www.goxoki.com/>

Centro Joven de Información Sexológica

<http://www.riojainternet.com/asexorate/>

Sexo Joven Online

<http://www.sexojuvenonline.com/>

Recursos en sexualidad y anticoncepción para jóvenes. Consultas Jóvenes en todo el estado español.

<http://www.fpfe.org/guiasexjuven/>

Consultorio virtual sobre VIH/SIDA

<http://www.fundamind.org.ar/consultorio/prevencion.asp>

Asociación de Educación Sexual y Planificación Familiar Atseginez

<http://www.atseginez.org/>

Información para jóvenes en temas de salud

<http://www.formajoven.org/>

Campaña Cruz Roja Sexo con seso

<http://www.sexoconseso.com/index2.htm>

Discapacidades

Fundación Asturiana de Atención a Personas con Discapacidad

<http://www.fasad.es/>

Servicio de Información sobre Discapacidad. Universidad de Salamanca

<http://sid.usal.es/>

COCEMFE, Confederación Española de Personas con Discapacidad Física y Orgánica.

<http://www.cocemfe.es/>

<http://www.cocemfeasturias.es/index.htm>

Colectivo Psicoarte para trabajar con personas con discapacidad

<http://webs.demasiado.com/psicoarte/>

Centro Español de Documentación sobre discapacidad

<http://www.rpd.es/>

Portal de las personas con discapacidad

<http://www.discapnet.es/>

Enlaces sobre discapacidad, Fundaciones y Asociaciones españolas

http://www.imagina.org/enlaces/ldis_aso.htm

Comité español de representantes de personas con discapacidad

<http://www.cermi.es/cermi/>

FEAPS

<http://www.feaps.org/>

Servicio de Atención Sexológica al discapacitado

<http://www.discesex.com/>

Red de Mujeres con Discapacidad

<http://www.redmcd.org/doc/264>

Revista Minusval. Artículos relacionados con la sexualidad y la discapacidad

<http://www.minusval2000.com/relaciones/textos.html>

Discasex. Programa de Educación Sexual para Personas con Discapacidad Física de la Consellería de Bienestar Social de la Comunidad Valenciana

<http://www.discasex.com/Article36.html>

Discapnet. El portal de la discapacidad. Fundación ONCE

http://salud.discapnet.es/CASTELLANO/SALUD/EDUCACION/EDUCACION_SEXUAL/Paginas/pagina_principal.aspx

Las familias y la educación sexual

http://www.down21.org/educ_psc/sexualidad/hablar_sexualidad.htm

World Association for Sexual Health. Declaración de los Derechos Sexuales.

http://www.worldsexology.org/about_sexualrights.asp

Identidad y Orientación sexual

Asociaciones y otras organizaciones de colectivos de gays, lesbianas, transexuales, bisexuales (GLTB). Materiales muy interesantes para trabajar en educación sexual.

Portal sobre Transexualidad

<http://www.identidades.org/index.htm>

Asociación Española de Transexuales

<http://www.transexualia.org/>

Federación Estatal de Gays, Lesbianas, Gays y Transexuales

<http://www.felgt.org/>

Centro de Identidad de Género de Andalucía

<http://personales.mundivia.es/trans/>

CTC- Colectivo de Transexuales de Cataluña

<http://www.transsexualitat.org/Pnuke/index.php>

Grupo de Transexuales Masculinos de Barcelona

<http://www.transmasculins.org/>

G.T.F.A. Ileta Ledo. Grupo de Transexuales de Navarra

<http://www.terra.es/personal8/gtaf.na/>

Colectivo El Hombre Transexual

<http://www.elhombretransexual.net/>

Asociación de Transexuales de Euzkadi

Transexualidad-euskadi@telefonica.net

Colectivo de Lesbianas, Gays, Transexuales y Bisexuales de Madrid.

<http://www.cogam.org/>

Federación Estatal de Lesbianas, Gays, Transexuales y Bisexuales.

<http://www.felgt.org/>

Asociación pro derechos de gays, lesbianas, transexuales y bisexuales de Castilla León (Salamanca)

<http://es.geocities.com/igualesweb/>

Asociación de Lesbianas, Gays, Transexuales y Bisexuales de Euskadi

<http://www.hegoak.com/>

Fundación Triángulo

<http://www.fundaciontriangulo.es/>

Asociación de Gays, Lesbianas, Transexuales y Bisexuales del País Vasco

<http://www.gehitu.net/>

Federación Española COLEGAS de Asociaciones de Lesbianas, Gays, Bisexuales y Transexuales

<http://www.colegaweb.net/>

Servicio de Información para Gays y Lesbianas y su entorno de Vitoria- Gasteiz

<http://www.vitoria-gasteiz.org/enfasis/>

XEGA Asociación Asturiana de gays, lesbianas, transexuales y bisexuales.

<http://www.xega.org/>

Asociación de gays y lesbianas con hijos e hijas

<http://www.galehi.org/>

VIH /SIDA

Organizaciones a nivel mundial que trabajan diferentes aspectos relacionados con el VIH/SIDA con materiales muy interesantes y actualizados. Fundaciones a nivel estatal y organizaciones civiles que trabajan por los derechos de las personas afectadas por el VIH.

Naciones Unidas y VIH/SIDA. Documentos

http://www.un.org/spanish/aids/aids_materials.htm

Organización de Naciones Unidas sobre temas de VIH/SIDA.

Documentos sobre VIH/SIDA

<http://www.unaids.org/en>

Organización Internacional del Trabajo. Publicaciones sobre VIH/SIDA

<http://www.oit.org/public/spanish/index.htm>

Fondo de las Naciones para la Infancia UNICEF

<http://www.unicef.org/spanish/aids/index.php>

Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo (PNUD)

<http://www.undp.org/spanish/>

Fondo de Población de las Naciones Unidas (UNFPA).

Documentos sobre la prevención del VIH en pdf.

<http://www.unfpa.org/sitemap/sitemap-esp.htm>

Publicaciones de la OIT /UNAIDS en español

<http://www.ilo.org/public/english/protection/trav/aids/publ/indexes.htm>

Fundación para la Investigación y la Prevención del Sida en España

<http://www.fipse.es/>

Fundación Anti Sida España

<http://www.fase.es/>

Fundación de Ayuda contra la Drogadicción

<http://www.fad.es/>

Sociedad Española Interdisciplinaria del SIDA. Sociedad Científica

<http://www.seisida.net/>

Condoma. Web sobre diferentes tipos y marcas de preservativos

<http://www.condonia.com/>

Fundación La Caixa

<http://sidasaberayuda.educared.net/nou/index.html>

Unión para la ayuda y protección de los afectados por el SIDA

<http://www.unapro.org/>

Proyecto Europeer. Educación para la prevención del VIH entre iguales

<http://www.europeer.lu.se/index.996---1.html>

Organización Stop-Sida. Materiales sobre sexo seguro y salud para gais.

<http://www.stopsida.org/>

Comité Ciudadano Anti-SIDA

www.comiteantisida-asturias.org

Centro de Documentación y recursos pedagógicos de referencia de las asociaciones de lucha contra el sida del Estado Español.

<http://www.sidastudi.org/>

Red Comunitaria sobre el VIH SIDA del estado español. Completa Guía de entidades que trabajan en este tema.

<http://www.red2002.org.es/>

Coordinadora nacional de agrupaciones y organizaciones de personas viviendo con VIH/SIDA

<http://www.vivopositivo.org/>

Asociaciones de mujeres y de hombres

Red de centros y bibliotecas de mujeres

<http://www.cird.bcn.es/cird/castella/einfor/einfor8.htm>

Portal de documentación, legislación y organizaciones que trabajan sobre este tema

<http://www.malostratos.com/>

Federación de Mujeres Jóvenes

<http://www.mujeresjovenes.org/>

Mujeres en Red. Portal de género en Internet.

<http://www.mujeresenred.net/>

Comunidad virtual de interés para la creación, el intercambio y la difusión del conocimiento con enfoque de género

<http://www.singenerodedudas.com/>

Fundación Mujeres. Organización No Gubernamental especializada en el campo de la igualdad de oportunidades entre hombres y mujeres

<http://www.fundacionmujeres.es/>

Hombres por la Igualdad

<http://www.hombresigualdad.com/default.htm>

PÁGINAS WEB

Colectivo de Hombres por las relaciones igualitarias

<http://www.coriac.org.mx/>

Hetaira. Colectivo en Defensa de los derechos de las prostitutas.

<http://www.colectivohetaira.org/>

Programa dirigido para Trabajadores Masculinos del Sexo

<http://www.sindudas.org/>

Violencia de género

Guía para familiares de mujeres que han sufrido malos tratos

<http://www.malostratos.org/images/pdf/guia%20padres.pdf>

Guías para mujeres maltratadas. Junta de Castilla La Mancha

http://www.educarenigualdad.org/Upload/Mat_30_guiamalostratosMAQUETA.pdf

Guía para chicas: No te líes con chicos malos de María José Urruzola

http://www.educarenigualdad.org/Upload/Mat_30_guiamalostratosMAQUETA.pdf

Materiales didácticos para la prevención de la violencia de género en primaria, secundaria y adultos. Junta de Andalucía

http://www.juntadeandalucia.es/averroes/publicaciones/violencia_genero.php3

Centro Reina Sofía para el Estudio de la Violencia

<http://www.gva.es/violencia/>

Red Estatal de organizaciones feministas contra la violencia de género

<http://www.redfeminista.org/>

Instituciones

Ministerio de Sanidad y Consumo

<http://www.msc.es/>

Plan Nacional sobre Drogas

<http://www.pnsd.msc.es/>

Plan Nacional sobre Sida

<http://www.msc.es/ciudadanos/enfLesiones/enfTransmisibles/sida/home.htm>

Consejo de la Juventud de España

<http://www.cje.org/>

Instituto de la Juventud. INJUVE. Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales

<http://www.injuve.mtas.es/injuve/portal.portal.action>

Instituto de la Mujer

<http://www.mtas.es/mujer/programas/educacion/index.htm>

Gobierno del Principado de Asturias

www.princast.es

Consejo de la Juventud del Principado de Asturias

www.cmpa.es

Programa de Prevención y Atención a las Personas Afectadas por el VIH-SIDA en Asturias (PAVSA).

http://www.princast.es/servlet/page?_pageid=2533&_dad=portal301&_schema=PORTAL30

"Mujer y discapacidad: un análisis pendiente" (2002) Consejería de Asuntos Sociales del Principado de Asturias.

Altable C. "Educación Sentimental y Erótica para Adolescentes" (2000), Madrid, Niño y Dávila Editores.

Amezúa E. "Teoría de los Sexos" (1999). Revista Española de sexología, Incisex, Madrid.

Caballo VE. (1998) Manual de técnicas de terapia y modificación de conducta. Madrid: Siglo XXI Editores, 1998.

Confederación Española de Organizaciones a favor de las personas con discapacidad intelectual. Código Ético. http://www.feaps.org/confederacion/documentos/codigo_etico.pdf

Cruz Martín-Romo (2003) "Educación de las Sexualidades". Revista Española de sexología, Incisex, Madrid 2003.

De Dios del Valle R., García Ruiz M., Suárez Álvarez O. Discapacidad intelectual y sexualidad: conductas sexualmente socialmente no aceptadas. Documentos Técnicos nº18. Consejería de Vivienda y Bienestar Social del Principado de Asturias.

De la Cruz Martín-Romo C. (2004) Educación Sexual de personas con parálisis cerebral y afines (Plan de formación continua). Madrid: ASPACE.

García José Luis Educación sexual y afectiva en personas con minusvalías psíquicas.

García Ruiz M, Dios del Valle R (2002). Discapacidad Psíquica y Educación Sexual. Gijón: Federación de Asociaciones Pro-personas con discapacidad psíquica de Asturias.

García Ruiz M. (2004) "Programa de Educación Sexual para mujeres con discapacidad". FASAD.

García Ruíz M. (2004) Educación Sexual y Mediación. Oviedo: Consejo de la Juventud del Principado de Asturias.

García Ruiz M., De Dios del Valle Ricardo (2002). "Discapacidad Psíquica y Educación Sexual". F.A.P.D.A.S.

Instituto Valenciano de la Atención a los discapacitados (2004). Privacidad, intimidad y salud sexual de las personas con discapacidad intelectual. Valencia.

López Sánchez F. (2002). Sexo y afecto en personas con discapacidad. Madrid: Biblioteca Nueva.

Lydia Zijdel. "Taller de Autoestima. Manual de Formación completa en materia de Empowerment para mujeres y/o niñas con discapacidad y hombres y/o niños con discapacidad". Proyecto Promociona sistemas locales de igualdad de oportunidades. FAEDIS. (No publicado).

Organización Panamericana de Salud, Organización Mundial de la Salud. Declaración de Montreal sobre la discapacidad intelectual. http://www.declaracionmontreal.com/docs/declaration_espanol.pdf

Rathus SA, Nevid JS, Fichner-Rathus L. (2005). Sexualidad Humana. Madrid: Pearson. Prentice Hall.

Santamaría C., López P.,(2003). "Conflictos y dificultades para la inclusión social de las personas con discapacidad". Proyecto Promociona sistemas locales de igualdad de oportunidades. FAEDIS.

Verdugo Alonso MA. (1995). Personas con discapacidad. Perspectivas psicopedagógicas y rehabilitadoras. Madrid: Siglo XXI Editores.

Verdugo Alonso MA. (1997). Programa de Habilidades Sociales. Salamanca: Amarú Ediciones.

Verdugo, M.A. (1989/1997). Programa de Habilidades Sociales (PHS). Programas Conductuales Alternativos. Salamanca: Amarú.

Verdugo, M.A. (1996). Programa de Habilidades de Orientación al Trabajo (POT). Programas Conductuales Alternativos. Salamanca: Amarú.

Verdugo, M.A. (2000). Programa de habilidades de la vida diaria (PVD). Programas conductuales alternativos. Salamanca: Amarú.

Otros Documentos

Reproducción Humana. Colección "Ciencia Fácil". Sena Editorial, S. A., 1986.

La Educación Sexual en la Adolescencia. Consejería de Salud y Servicios Sanitarios del Principado de Asturias. Servicio de Publicaciones del Principado de Asturias, 1994.

¿Qué me está pasando?. Proyecto Ciencia 12-16. Serie 1º. Ciclo de Secundaria: 2º. E. S. O.. Cuadernos Aula. CPR de Coslada. Curso 96/97.

Programa de Educación Sexual: 7 / 10 Años, 11 / 14 Años, 15 / 18 Años. Editorial Everest, S. A.. León, 1999.

Educación en Valores. El Respeto a la Diferencia por Orientación Sexual. Homosexualidad y Lesbianismo en el Aula. Guía Didáctica. Xente Gai Astur, XEGA, 2002.

La Erótica del Encuentro. Jornadas Discapacidad y Vida Sexual. Edita COCEMFE-Asturias. Gijón, Noviembre de 2003.

Programa de Educación Sexual para Mujeres con Discapacidad. Talleres de Autoestima. Línea de Inclusión Social de Mujeres con Discapacidad. Fundación FASAD, 2004.

Programa de Educación Afectivo-Sexual para Asturias. Ente Moceda. Actividades. Consejería de Salud y Servicios Sanitarios del Principado de Asturias, Junio de 2004.

Educación Sexual y Mediación. Conseyu de la Moceda del Principau d' Asturias. Consejería de Salud y Servicios Sociales del Principado de Asturias, 2004.

Módulo Específico de Formación en Género y Discapacidad. Fundación FASAD, 2004.

El Libro de la Sexualidad. Ed. El País.

Habla con Tu Pareja sobre el Uso del Preservativo en vuestras Relaciones Sexuales. Guía de Prevención de la Transmisión del VIH para Mediadores y Mediadoras Juveniles. Campaña de Prevención del Sida. Consejo de la Juventud de España. Ministerio de Sanidad y Consumo.

Guía de Anticonceptivos y Sexualidad. Salud I. Instituto de la Mujer. Ministerio de Cultura. 1985.

Maternidad/Paternidad. El Parto y el Posparto. Salud II. Instituto de la Mujer. Ministerio de Asuntos Sociales. Ministerio de Sanidad y Consumo. 1993.

BIBLIOGRAFÍA

Las Enfermedades de Transmisión Sexual. Salud IV. Instituto de la Mujer. Ministerio de Asuntos Sociales. Ministerio de Sanidad y Consumo. 1988.

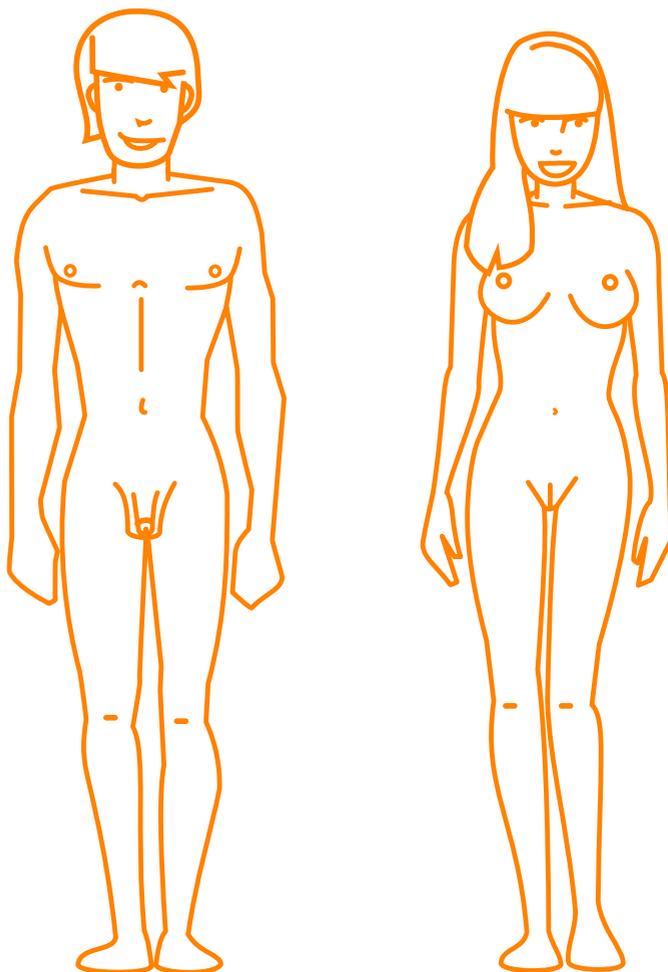
La Menopausia. Salud V. Instituto de la Mujer. Ministerio de Asuntos Sociales. Ministerio de Sanidad y Consumo. 1991.

La Mujer y el Sida. Salud VII. Instituto de la Mujer. Dirección General de la Mujer. Ministerio de Asuntos Sociales. 1992.

Violencia contra las Mujeres. Salud XII. Instituto de la Mujer. Ministerio de Asuntos Sociales. 1995.

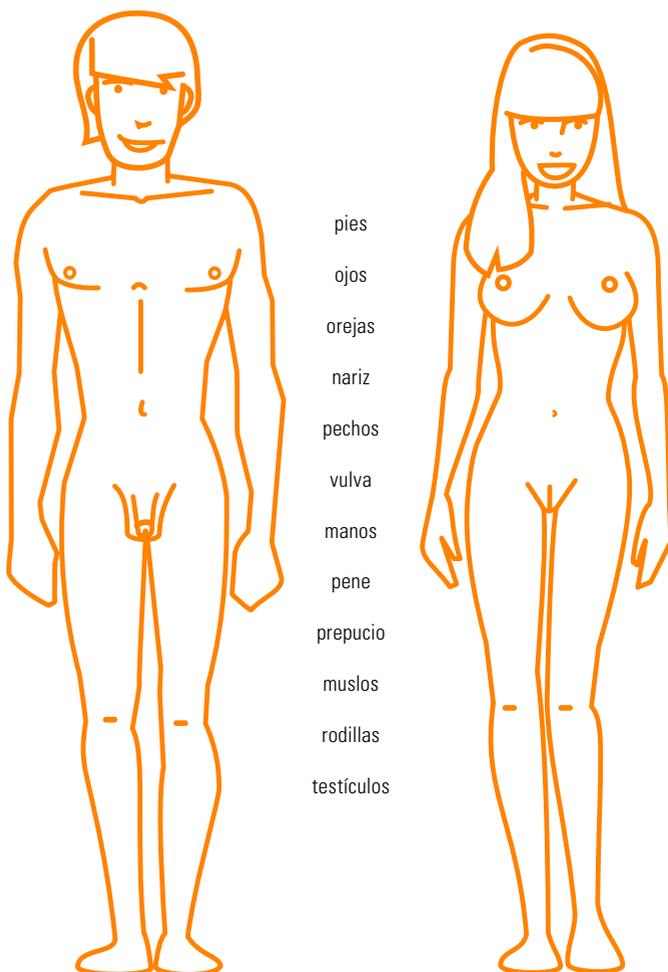
1. Imagen del cuerpo Humano (dibujo de adultos)
2. Parte del cuerpo para unir con flechas (dibujo de adultos)
3. Órganos Sexuales masculinos y femeninos
4. "Cual es su nombre"
5. Como se produce un embarazo y el parto
6. Texto "El abrazo salvador"
7. Las normas o pautas sexuales. Los valores sexuales
8. Textos de canciones; Malicunda, Hogar, y Burka
9. Cuaderno "Aprendiendo a entendernos"

ANEXO 1

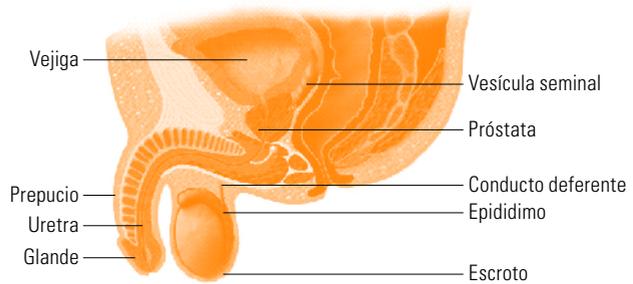
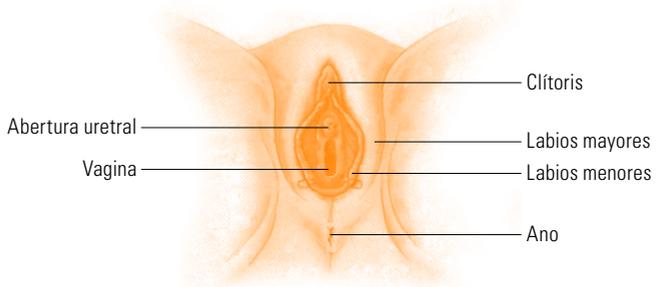
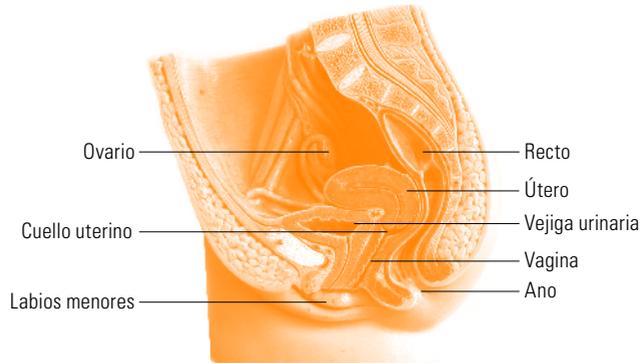


ANEXO 2

Une mediante flechas cada palabra con la parte del cuerpo del chico y de la chica que corresponda:

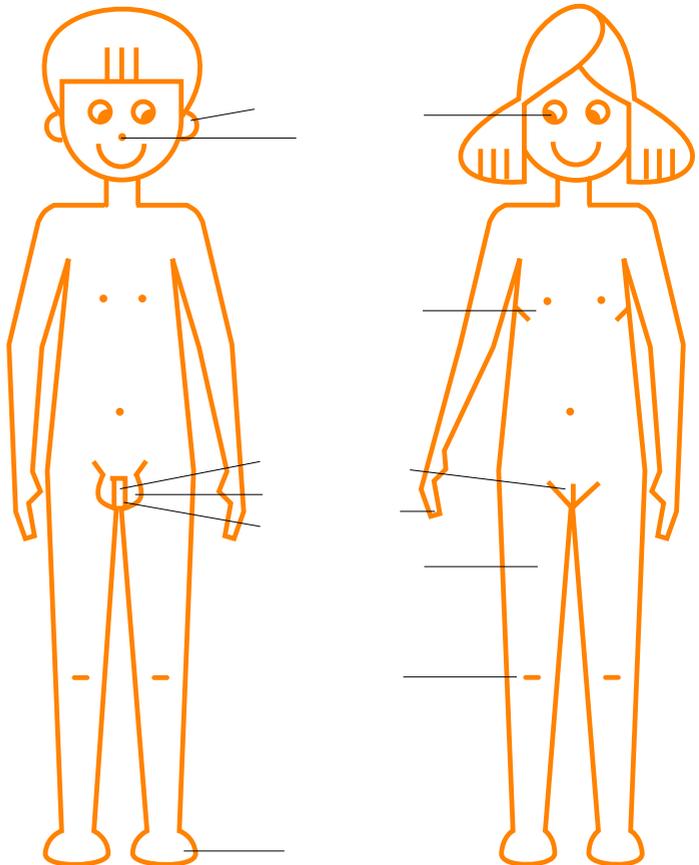


ANEXO 3



ANEXO 4

¿Cuál es su nombre?



ANEXO 5. Cómo se produce un embarazo y el parto.



ANEXO 6: Texto “El abrazo salvador” En archivo adjunto

TODOS NECESITAMOS ABRAZAR Y SER ABRAZADOS

Es una forma de transmitir cariño las personas sexuadas.

Es una forma de comunicación sexuada, sexual y erótica.

Es una forma de llenar las deficiencias afectivas del otro sexuado.

Razones para practicar el abrazo sexuado:

- El abrazo sexuado es una necesidad.
- Es una respuesta natural a los sentimientos de afecto del otro.
- Preserva la salud física y psíquica.
- Es una forma de terapia.
- Es una de las mejores medicinas.
- El contacto físico tiene efectos beneficiosos.
- Nos hace ver con mejores ojos nuestra propia persona.
- Es muy agradable.
- Ahuyenta la soledad.
- Aquieta los miedos.
- Abre las puertas de los sentimientos.
- Fortalece la autoestima.
- Fomenta el altruismo.
- Demora el envejecimiento.
- El abrazo es ecológico.
- Hace más felices los días felices.

- Hace soportables los días insoportables.
- Imparte sentimientos de arraigo.
- Llenas los vacíos de la vida.
- No necesita un sitio especial.
- Continúa ejerciendo efectos beneficiosos aún después de la separación.
- Etc...

CONCLUSIÓN: El abrazo especialmente recomendado para todo el mundo y sobre todo para las relaciones sexuales positivas y constructivas de las personas.

Anexo 7: Las normas o pautas sexuales

¿Qué son las normas o pautas sexuales?

- Son una indicación, una sugerencia, una reflexión de la relación sexual sana para cada persona.
- Buscan la salud sexual, conductas saludables, dentro de un contexto determinado.
- La norma auténtica cultiva, estimula y desarrolla lo sano, saludable y positivo de la sexualidad; Sólo debe prohibir algo cuando es negativo y dañino para la sexualidad sana y saludable.

¿Qué sentido deben tener las normas o pautas sexuales?

- Permiten que una sexualidad integrada en la escala de valores del individuo sea vivida en actitud de positividad.
- Que sea vivida no como algo traumático sino de manera sana y saludable.
- Nos ayudan a evitar consecuencias negativas irreparables.
- Nos ayudan a disfrutar paso a paso de una experiencia sexual que es, de por sí, simplemente maravillosa.
- Nos enseñan a vivirla de una manera total, más plena y realizadora de la persona.
- Nos orientan para aprenderla a vivir de una manera más libre, responsable y comprometida.
- Nos aportan ayuda para vivir todas las funciones o significados de la sexualidad.
- Para que hombres y mujeres se relacionen sexualmente con amor, ternura, caricia y ecuanimidad.
- Nos animan a vivir la sexualidad de una manera más rica, variada y creativa.
- Cada individuo y pareja, encontrará aquellas normas que, según su educación, edad, cultura, religión, etc., considere las más convenientes y sanas, respetando en otros el mismo derecho.

Anexo 7: Los valores sexuales

- Libertad
- Igualdad
- Amor
- Placer
- Comprensión
- Diálogo
- Compromiso
- Fidelidad
- Sinceridad
- Gratuidad
- Amistad
- Comunicación
- Realización
- Respeto al otro
- Salud
- Madurez
- Intimidad
- Entendimiento
- Confianza
- Reciprocidad
- Orgasmo mutuo
- Responsabilidad

Anexo 8: Textos de canciones

Pedro Guerra - Burka (Hijas de Eva)

Pies que no pueden hacer ruido al andar,
mujeres condenadas tras el velo,
dedos que no pueden escribir ni contar,
labios que no pueden sonreír ni cantar.
Brazos que no pueden recibir ni abrazar,
mujeres condenadas tras el velo,
mentes que no pueden decidir ni pensar,
ojos que olvidaron el placer de mirar.

Muertas en vida,
dolidas del alma,
personas heridas,
mujeres fantasma.

Pasos encerrados sin unir ni venir,
mujeres condenadas tras el velo,
letras denegadas sin nombrar ni decir,
besos que no alcanzan labios donde existir.

Vidas que no sacian ni el amor ni la sed,
mujeres condenadas tras el velo,
rejas que eliminan cuanto se quiere ver,
burkas enrejadas, libertad tras la red.

Muertas en vida,
dolidas del alma,
personas heridas,
mujeres fantasma

Pedro Guerra - Hogar (Hijas de Eva)

¿Qué hacer cuando el hogar no es la morada
donde me encuentro a salvo del dolor?

¿Qué hacer cuando no sé dónde esconderme
y el tiempo nunca juega a mi favor?

¿Qué hacer cuando el amor golpea y deja marca?

¿Qué hacer cuando no puedo separarme
de aquello que me hiere y me hace mal?

¿Qué hacer cuando me acosa y me persigue
y tengo miedo de la oscuridad?

¿Qué hacer cuando el amor
ya no es amor ni es amor ni es nada?

Y cada vez más sola,
más triste y más atrapada.

Y cada vez más débil,
más al borde de la nada.

¿Qué hacer cuando el hogar es el infierno
donde se quema todo lo que soy?

¿Qué hacer cuando he perdido la confianza
rompiéndose en pedazos la razón?

¿Qué hacer cuando el amor golpea y deja marca?

¿Qué hacer cuando la luna ya no alumbra
la senda que nos lleva a la verdad?

¿Qué hacer cuando no hay nadie que me cuide
y todo lo que tengo es soledad?

¿Qué hacer cuando el amor
ya no es amor ni es amor ni es nada?

Y cada vez más sola,
más triste y más atrapada.

Y cada vez más débil,
más al borde de la nada.

Pedro Guerra - Malicunda (Hijas de Eva)

En Malicunda juraron que nunca más.
Niñas nómadas que cruzan el desierto
cuidando los rebaños, guardando los corderos,
esperando el día en que la vieja aquitana
circuncide su sexo con cortes de navaja.
Entonces serán mujeres de provecho
que sus padres cambiarán por 5 ó 6 camellos,
porque 5 ó 6 camellos valen una mujer
siempre y cuando esté intacta la puerta de su piel.

En Malicunda juraron que nunca más.

Fue en Malicunda que se hizo el juramento,
y el eco fue llegando a oídos del gobierno.
Que pare el rastro de niñas mutiladas,
mujeres que no cuentan, mujeres que son nada,
y así hasta que termine y no vuelva a oirse nunca
el corte del acero en todo Malicunda,
ni en ningún rincón del mundo y sean iguales
para hombres y mujeres las prácticas sexuales.

En Malicunda juraron que nunca más.

Anexo 9: Cuaderno "Aprendiendo a entendernos"

Se ha elaborado un cuaderno personalizado, que basado en fichas, actividades y materiales ya editados, ha abordado los contenidos de Educación Afectiva y Sexual de forma significativa con cada usuari@:

- Elaborando "Los Doce Mandamientos".
- Seleccionando el género asociado a su símbolo: "Soy chic@ y tengo..."
- Dibujando el propio cuerpo: Nombrar las partes que lo diferencian.
- Describiéndose individualmente: "Así soy yo. Mi retrato".
- Siendo descritos por el grupo: "Así me ven los demás. Su retrato".
- Sondeando relaciones: Con quien quiero, y con quién no quiero estar.
- Eligiendo pareja a través de revistas (cortar y pegar).
- Dando adjetivos a la pareja elegida (piropos).
- Realizando fichas informativas sobre higiene íntima personal: Explicando cómo lo hacían / Eligiendo de revistas los productos que utilizaban para ello.
- Simulando una situación de agresión por medio de un cómic o historieta: "¿Qué le puede hacer un agresor a su víctima?"

"Los Doce Mandamientos en una relación afectivo-sexual"

1. No utilices nunca la fuerza. No dejes que utilicen sobre ti la fuerza.
2. Respeta la palabra NO.
3. Informa a tu familia/tutores de tus relaciones.
4. Evita confusiones: prepárate y déjate asesorar por los profesionales de la salud.

5. Responsabilízate. las consecuencias de una relación afectan a los dos miembros de la pareja.
6. Habla abiertamente sobre tus temores.
7. Respeta la privacidad de la relación frente a terceros.
8. Respeta los sentimientos de los otros: sé sensible y considerado con las expresiones que haces.
9. El acoso y los abusos violan tus derechos: denúncialos.
10. Haz con los demás lo que te gustaría que hiciesen contigo. Trata a tu pareja con el respeto y cuidado que te gustaría que tuviesen contigo.
11. Cuida tu cuerpo. No olvides las revisiones médicas. Tu aparato genital es una parte más de tu cuerpo. Vigila y controla: menstruación, próstata y E.T.S.
12. No te metas en las relaciones ajenas.

