

Guía curricular y metodológica formativa en

DERECHOS SEXUALES, DERECHOS REPRODUCTIVOS Y EL DERECHO DE VIVIR LIBRE DE VIOLENCIA

Guía curricular y metodológica formativa en

DERECHOS SEXUALES, DERECHOS REPRODUCTIVOS Y EL DERECHO DE VIVIR LIBRE DE VIOLENCIA

Descriptores Temáticos:

<Salud sexual y reproductiva> <Género> <Enfoques pedagógicos> <Derechos Humanos>

Material elaborado por:

CENTRO DE PROMOCIÓN DE LA MUJER gregoria apaza

Titulo:

Guía curricular y metodológica formativa en Derechos Sexuales y Derechos Reproductivos y el Derecho de vivir libre de violencia.

Primera Edición

El Alto, Bolivia, Agosto de 2016

Elaborado por:

Lic. Lilian Violeta Sanizo Lezano

CONSULTORA

Corrección de Estilo

Lic. Beatriz Condori Quispe

COORDINADORA DE CIUDADANIA ACTIVA Y PREVENCIÓN DE VIOLENCIA- CPMGA

Lic. Cristiam Espíndola Molina

RESPONSABLE NACIONAL DE ADVOCACY – CIES SALUD SEXUAL SALUD REPRODUCTIVA

Lic. Zoraida Paez Panca

TECNICA EN ATENCION SICOLOGICA - CPMGA

Lic. Elizabeth Morales Rodríguez

TECNICA EN COMUNICACION INSTITUCIONAL - CPMGA

Depósito Legal:

Edición:

Alan Castro

Diseño e ilustración:

Pilar Montesinos

Impresión:

Punto de Encuentro

Impreso en Bolivia - *Printed in Bolivia*

CONTENIDO

1. INTRODUCCIÓN 7

II. CONTEXTUALIZACIÓN DEL ÁREA DE INTERVENCIÓN 8

2.1. Datos demográficos 8

2.2. Salud sexual y salud reproductiva 9

2.3. Derechos y participación política social 10

III. MANUAL PARA EL DESARROLLO DE PROCESOS DE INTERAPRENDIZAJE 11

3.1. Anotaciones sobre el Enfoque de Interaprendizaje 11

3.2. Cómo utilizar el manual 15

3.3. Sobre la población a la que va dirigido este manual 15

3.4. Sobre las Sesiones y su continuidad 16

3.5. Algunos consejos para el trabajo. 16

3.6. Sobre las personas que deben aplicar o facilitar esta guía 17

3.7. Sobre los materiales necesarios para el proceso 18

3.8. Bibliografía complementaria 19

3.9. Enfoques pedagógicos 19

3.9.1. Enfoques teóricos – metodológicos 19

3.9.2. Enfoques técnicos – pedagógicos 19

V. CONTENIDOS TEÓRICOS 24

4.1. LA ADOLESCENCIA DESDE EL EJERCICIO DE DERECHOS HUMANOS 24

- Ser adolescentes en nuestros días 24

- ¿Qué es ser adolescente? 24
- Situación de los/as adolescentes en el ámbito político 25
- Situación de los/as adolescentes en el ámbito económico 27
- Realidad social de los/as adolescentes 28
- Identidad cultural de las/os adolescentes 30
- Deberes y derechos de las/os adolescentes 31
- ¿Qué son los deberes humanos? 38
- Normativas a nivel internacional que protegen los derechos de las/os adolescentes 40
- Normativas a nivel nacional que protegen los derechos de las/os adolescentes 41

4.2. DERECHOS HUMANOS Y DERECHOS SEXUALES Y DERECHOS REPRODUCTIVOS DE LOS Y LAS JÓVENES 45

- Derechos sexuales y derechos reproductivos 46
- Derechos de los y las jóvenes 50

4.3. SER MUJER Y HOMBRE, CUESTIÓN DE GÉNERO 51

- Género vs. sexo 51
- La construcción social de género 51
- Identidad de género 52
- Género, raza y clase social 53
- Género e interculturalidad 53
- Relaciones de poder, relaciones poder 53
- ¿Qué significa equidad e igualdad entre hombres y mujeres? 55

4.4. DESCUBRIENDO DE MI CUERPO DESDE MI EXPERIENCIA

- Nuestras sexualidades – educación sexual 56
- Mitos y tabúes sobre la sexualidad 56

4.5. SEXUALIDAD Y DERECHOS 57

- Sexualidad 45
- Modelo sistémico de la sexualidad 45
- Holones de la sexualidad 63
- Dimensión política de la sexualidad 65

4.6. GÉNERO 65

4.7. SALUD SEXUAL Y SALUD REPRODUCTIVA. 67

- ¿Qué son las infecciones de transmisión sexual? 68
- ¿Qué hacer ante una sospecha de infección de transmisión sexual? 73
- El VIH y el SIDA 74
- Formas de prevención. 75

4.8. DERECHOS SEXUALES Y REPRODUCTIVOS 75

- ¿Qué son los Derechos Sexuales? 75
- La situación de las mujeres en el marco de los DSDR 757

- Normas que respaldan los DSDR 79

4.9. MI PRIMERA EXPERIENCIA DE AMOR Y MIS RESPONSABILIDADES 86

- Noviazgos sin violencia 86
- ¿Qué es un noviazgo violento? 87
- Particularidad de la violencia en el noviazgo 89
- Novios machistas 91

4.10. MATERNIDAD Y PATERNIDAD, UN TEMA DE DECISIONES 94

- ¿Ser papá y mamá cambia tu situación social? 94

4.11. EMBARAZO ADOLESCENTE Y SU PREVENCIÓN – MÉTODOS 96

- Anticoncepción 97
- Barreras basadas en el género para el acceso a anticoncepción 97
- El aborto 98

4.12. AUTOESTIMA 100

- ¿Qué es la autoestima? 100
- Factores que influyen en el Desarrollo de la Autoestima y el Autoconcepto 101

4.13. PLAN DE VIDA 106

4.14. TEMA EXCLUSIVO PARA PADRES DE FAMILIA 107

- Convivencia con la familia: relaciones familiares 107
- Tipos de padres y madres familia 108
- Violencia intrafamiliar 110

V. PROCESO METODOLÓGICO 116

5.1. Módulo I: la adolescencia desde el ejercicio de derechos humanos 116

- Sesión1: ser adolescente en nuestros días 116
- Sesión 2: sexualidad y derechos de los/as adolescentes – parte 1 124
- Sesión 3: sexualidad y derechos de los/as adolescentes – parte 2 129
- Sesión 4: sexualidad y derechos de los/as adolescentes – parte 3 132

5.2. Módulo II: ser mujer y hombre, cuestion de género 134

- Sesión 1: género y sexualidad – parte 1 134
- Sesión 2: género y sexualidad – parte 2 137

5.3. Módulo III: descubriendo mi cuerpo desde mi experiencia 140

- Sesión 1: nuestras sexualidades – parte 1 140
- Sesión 2: nuestras sexualidades – parte 2 143
- Sesión 3: salud sexual y salud reproductiva – parte 1 146
- Sesión 4: salud sexual y salud reproductiva – parte 2 150
- Sesión 5: salud sexual y salud reproductiva – parte 3 153
- Sesión 6: derechos sexuales y derechos reproductivos 155

5.4. Módulo IV: mi primera experiencia de amor y mis responsabilidades 159
- Sesión 1: noviazgos y/o enamoramientos sin violencia 159
- Sesión 2: maternidad y paternidad, un tema de decisiones 163
- Sesión 3: autoestima 165

5.5. Módulo V: preveniendo la violencia desde una perspectiva de la masculinidad 169
- Sesión 1: ser hombre en nuestra cultura y su impacto en la vida de las personas 169
- Sesión 2. Procesos personales de construcción de la masculinidad 174
- Sesión 3. Sexualidad, relaciones de pareja y sentimientos desde la masculinidad (parte I). 180
- Sesión 4. Sexualidad, relaciones de pareja y sentimientos desde la masculinidad (parte II). 188

5.6. Metodología propuesta para el taller de padres y madres de familia 194

5.7. Metodología propuesta para capacitar a profesores/as de unidades educativas 201

VI. Transformando nuestra realidad 206

Anexo 1 207

Anexo 2 209

VII. BIBLIOGRAFÍA 212

1. INTRODUCCIÓN

La presente Guía Curricular para Formación en Derechos Sexuales y Derechos Reproductivos y Violencia Contra las Mujeres dirigida a adolescentes, padres de familia y profesores, se encuentra en el marco del Plan de Negocios "Mejora de la Salud y Reducción de la Violencia contra las Mujeres por medio del Fortalecimiento de los Derechos Sexuales y Reproductivos en Bolivia", firmado entre WOMANKIND Worldwide (WOMANKIND) y el Centro de Promoción de la Mujer Gregoria Apaza, que para su implementación ha recurrido a la conformación de un consorcio de ONG.s de los departamentos de Cochabamba, Santa Cruz, Potosi (CIES), Cobija (Vivir Bien), Tarija (ECAM). Cuyo principal objetivo es reducir la violencia contra las mujeres (VCM), garantizando que a los derechos sexuales y reproductivos (DSR) de las mujeres se les otorgue un lugar preponderante en las agendas política, de educación y de salud en Bolivia.

En esta perspectiva la Guía Curricular se constituye en una herramienta orientada a: Promover el Ejercicio de los Derechos Sexuales y Reproductivos y Fortalecer las capacidades de Adolescentes, Padres de Familia y Profesores que se constituirán como agentes de cambio.

Estructuralmente, la Guía tiene tres partes: a) Una introductoria, que expresa la mirada educativa, metodológica y filosófica de ésta, b) Una procedimental, de trabajo operativo en el proceso educativo y c) otra de contenidos de referencia, para quienes desarrollen el proceso educativo.

Metodológicamente, la guía posee una perspectiva constructivo-participativa, que propone que el aprendizaje se genera a través de la experiencia y del aprender haciendo. De ahí que su propuesta procedimental se base en la utilización de técnicas vivenciales para generar una dinámica de reflexión y análisis. Por otra parte, desde una perspectiva filosófica, la Guía plantea como eje articulador el recorrido de un camino orientado a la emancipación. Este fin último, la emancipación, será el resultado de un proceso de empoderamiento a través de los enfoques de género e interculturalidad, ahora también reconocidos como instrumentos, es decir, la despatriarcalización y la descolonización.

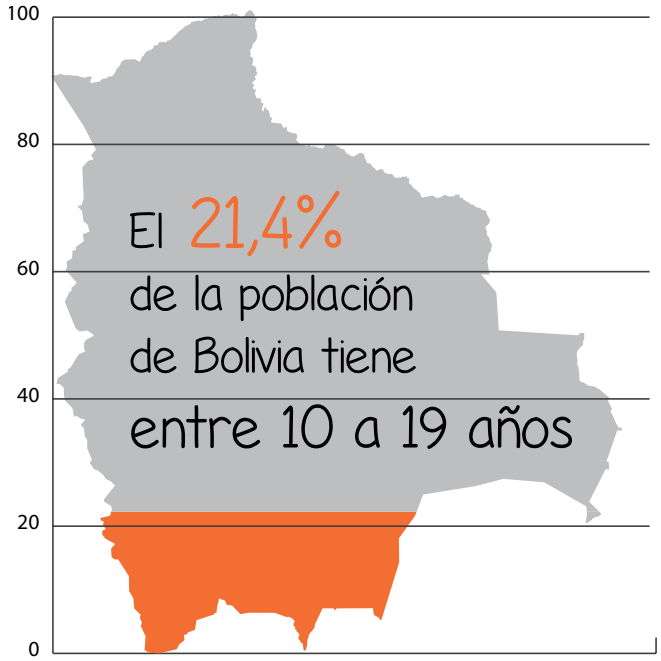
En relación a los contenidos se ha buscado especialmente la agilidad en su acceso, por lo cual la extensión de estos es mínima y ofrece la información suficiente para desarrollar el proceso educativo.

II. CONTEXTUALIZACIÓN DEL ÁREA DE INTERVENCIÓN

2.1. DATOS DEMOGRÁFICOS

De acuerdo con datos del INE[1], la población total del país es de 10.027.254, de los cuales son adolescentes, entre los 10 y 19 años, el 21,40% (2.145.838). El 51,11% de esta población adolescente son varones y 48.89% mujeres.

Este contexto demográfico determina que adolescentes y jóvenes deban ser considerados/as como un grupo estratégico de inversión social, no sólo por su número poblacional, sino también porque se define la posibilidad de asegurar el crecimiento económico presente y en el largo plazo así como la sostenibilidad del bienestar y desarrollo de la población, constituyéndose en un "bono generacional" de desarrollo económico y social.



1 Censo Nacional de Población y Vivienda 2012.

2.2. SALUD SEXUAL Y SALUD REPRODUCTIVA

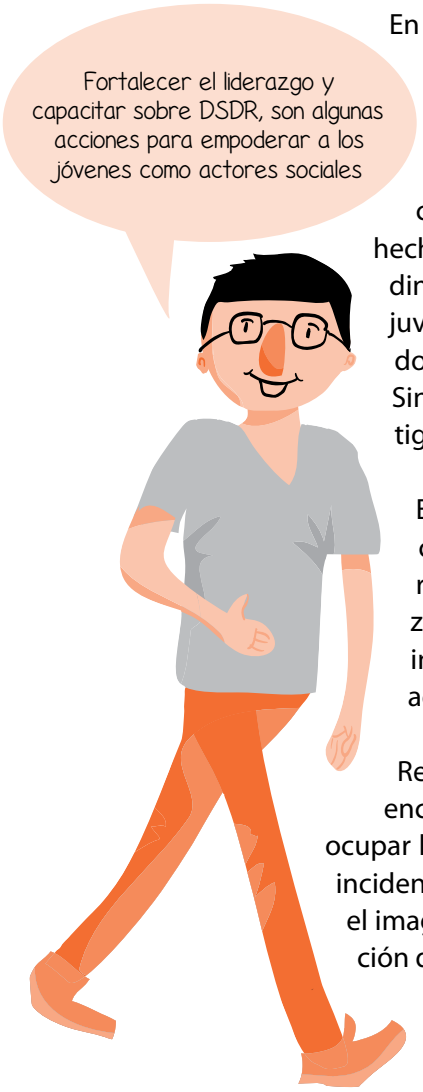
Si bien la gran mayoría de los problemas relacionados a salud sexual y salud reproductiva, se manifiestan entre adolescentes y jóvenes, esto se encuentra profundamente ligado al no reconocimiento del desarrollo de la sexualidad como un proceso continuo y progresivo de capacidades y competencias de autocuidado que comienzan en la infancia y continúan a lo largo de las diferentes etapas de desarrollo, y a problemas de inequidad de géneros, especialmente a través de la intervención educativa familiar, del sistema formal de educación y de la sociedad en general, antes que la intervención exclusiva del área de salud.

Las dificultades en torno a salud sexual y salud reproductiva se han manifestado en los indicadores de inicio cada vez más temprano de la vida sexual activa (14 años), el bajo nivel de uso de anticonceptivos, incremento en la tasa de fecundidad adolescente, elevados índices de embarazo no planificado, mortalidad materna adolescente asociada a la realización de abortos en condiciones de inseguridad. Siendo las adolescentes de zonas rurales y de pueblos indígenas las que muestran mayores índices de fecundidad, embarazo no planificado y mortalidad materna. También se establece la tendencia a la baja de la edad de transmisión del VIH – SIDA, afectando a adolescentes hombres y mujeres, en particular en poblaciones que desconocen sus derechos y, en parte, debido a la no utilización de protección durante las relaciones sexuales y la asunción de conductas de riesgo. Algunos indicadores son:

- El inicio de la actividad sexual se encuentra entre los 14 y 16 años. En tierras bajas la edad de inicio de la actividad sexual es en promedio menor a la región occidental.
- Las adolescentes entre 15 y 19 años presentan una tasa específica de fecundidad de 88 por mil mujeres, superior a la observada en la ENDSA 2003 que era de 84 por mil, teniendo una mayor incidencia en el área rural.
- 18 de cada 100 adolescentes mujeres entre 15 y 19 años estuvo alguna vez embarazada.
- En el eje troncal, más del 70% de los embarazos de adolescentes fueron no planificados.
- La mortalidad materna en adolescentes no ha disminuido en los últimos años como lo ha hecho en los demás grupos etarios. Las mujeres y especialmente las adolescentes indígenas, corren el riesgo de morir 4,4 veces más que las del área urbana. El 47% de las mujeres que fallecieron por razones reproductivas tenían menos de 30 años. De ellas 71% eran analfabetas.
- El 90% de los y las adolescentes han recibido información sobre temas de sexualidad y salud reproductiva, sin embargo, el uso de anticonceptivos es del 27%.
- Solamente el 2,2 % de hombres de 15 a 19 años utilizaron condón en su última relación sexual. (ENDSA 2008).
- El 90% de los hombres y el 85% de las mujeres adolescentes conocen o tienen información respecto al VIH. Cerca del 76% de los hombres y el 64% de las mujeres entre 15 y 24 años identifican el condón como método de protección ante las ITS y el VIH.
- El 28% de los casos de VIH reportados, se encuentran entre los 15 a 24 años.

2.3. DERECHOS Y PARTICIPACIÓN POLÍTICA SOCIAL

De acuerdo con la Encuesta Nacional de Adolescencia y Juventud 2008 (VIO – UNFPA)[2], el conocimiento de los derechos en su generalidad es bastante bajo para adolescentes y jóvenes, alcanzando sólo a un 16% (quienes nombran alguno de ellos). En relación a los derechos sexuales y derechos reproductivos, cerca del 50% de los y las encuestadas desconoce los mismos, siendo los más citados el derecho a recibir información con un 13%, decidir si tener hijos o no con un 10%, tener relaciones sexuales con un 9%. En el contexto del nuevo marco constitucional que garantiza el ejercicio de los derechos sexuales y derechos reproductivos para mujeres y hombres, los datos ofrecidos con anterioridad constituyen una muestra del ejercicio deficitario de estos derechos.



En relación a la participación política social, el 50% de los y las adolescentes encuestados, no pertenece a ninguna agrupación juvenil, correspondiendo de este total el 57% a mujeres adolescentes y jóvenes. Si bien el accionar de manera organizada constituye a cualquier grupo poblacional en "actor social", estos datos también reflejan el hecho de que tanto adolescentes como jóvenes se mueven en dinámicas no corporativas, que responden más bien a tribus juveniles que se alinean a través de consumos culturales donde el poder y la política se ejercen desde otras lecturas. Sin embargo, sería necesario profundizar en términos investigativos este escenario.

En este contexto es llamativo que el 58% de los y las adolescentes y jóvenes del estudio encuestados, refiere que la razón para no adscribirse a ningún tipo de grupo organizado es la falta de tiempo, que guardaría relación con la incorporación al ámbito laboral o actividades de formación académica.

Respecto a posiciones de liderazgo, el 14% de los y las encuestadas que forman parte de alguna organización refiere ocupar la posición de líder, siendo una de las ciudades de mayor incidencia la ciudad de El Alto. Es importante comprender que en el imaginario social, el liderazgo se encuentra ligado a la ocupación de un determinado cargo o puesto de autoridad, sin considerar el liderazgo en otras dimensiones, especialmente el servicio e influencia sobre la comunidad, de ahí que los datos posiblemente hagan solamente referencia a ese imaginario. No obstante, en su generalidad, adolescentes y jóvenes tienden a ser excluidos/as generacionalmente.

2 "Encuesta Nacional de Adolescencia y Juventud 2008", UNFPA, La Paz, 2009.

III. MANUAL PARA EL DESARROLLO DE PROCESOS DE INTERAPRENDIZAJE

3.1. ANOTACIONES SOBRE EL ENFOQUE DE INTERAPRENDIZAJE

Es importante que la persona que facilite este proceso cuente con un marco metodológico que enriquezca su trabajo durante el taller; por eso se brindan algunas claves sobre el tema del interaprendizaje.

Para entrar en el juego pedagógico

En el proceso pedagógico es conveniente partir de la realidad de las personas que participan en los talleres y tomar en cuenta que las personas viven las experiencias de diferentes maneras. Por eso, es preciso reconstruirlas para que puedan reflexionar y aprender sobre ellas. De esta manera pueden hacer cambios para mejorar. Es importante que el trabajo durante los talleres se haga a partir de las sensaciones, los afectos y las vivencias personales.

Una vez que hemos trabajado sobre la experiencia personal, es posible avanzar hacia la reflexión, hacia los conceptos. Es favorable trabajar con pocos –pero claros– conceptos y apoyar los conocimientos nuevos en la experiencia previa y en los conocimientos adquiridos. La producción de conocimientos puede ser placentera. Para ello, es conveniente dar pie al disfrute, a la alegría de construir experiencias y conceptos. Recurrir permanentemente a la creatividad y a la invención.

La metodología participativa plantea que en los procesos de interaprendizaje participativos y vivenciales existen tres grandes momentos: 1) partir de la práctica, 2) reflexionar sobre la práctica y crear conceptos, y 3) la vuelta a la práctica. Conceptualizaremos cada uno de estos momentos:

El primer momento metodológico: partir de la práctica

Esto implica partir de la realidad, las necesidades y los problemas de las personas; de lo conocido, lo cercano a ellas. Es un proceso que lleva a valorar la experiencia acumulada y los conocimientos adquiridos en la vida de las personas.

En este primer momento pedagógico es imprescindible:

- Adecuar los contenidos de este módulo a los participantes y a su realidad, de manera que estos contenidos tengan sentido para cada uno y cada una.
- Ubicar datos, cifras, diagnósticos, investigaciones y sistematizaciones sobre la temática que se trabaja y la realidad de las personas participantes. Es decir no debemos asumir que el contenido expuesto en la presente guía es el contenido final, sino más bien el facilitador/a, deberá revisar información complementaria en función al objetivo de cada actividad.
- Cuestionar e interrogar permanentemente la realidad, promoviendo la investigación para conocer y profundizar en los problemas y necesidades de las personas.
- Sensibilizarnos sobre los problemas que se viven en la cotidianidad para dar la pertinencia al proceso educativo.
- Romper con la educación tradicional de la persona que sabe, para construir, en cambio, una forma alternativa desde las necesidades, sufrimientos y vacíos de las personas.

El segundo momento metodológico: la producción colectiva de conocimientos

La teorización en la educación participativa

La producción colectiva de conocimientos es el segundo gran momento en los procesos de interaprendizajes participativos y vivenciales. Esta etapa se basa en la premisa de que el saber no es propiedad de los/as intelectuales y académicos/as, ni tampoco es algo acabado y estático que puede ser transmitido de una persona a la conciencia de otra.

En los procesos de interaprendizaje o educación participativa el saber se considera como algo inacabado, vivo y dinámico, que se construye colectivamente. Los conocimientos se producen en el propio proceso educativo, no en forma individual como resultado de una mente brillante, sino en forma conjunta, con el aporte de todas las personas, con la orientación de una facilitadora o facilitador y tomando en cuenta otras experiencias, la teoría existente y el conocimiento acumulado por la humanidad.



¿Qué es la producción colectiva de conocimientos?

Se trata de un proceso en el cual se integran elementos o ideas en forma ordenada por medio de la participación colectiva, basada en las experiencias y conocimientos del grupo, para llegar a construir teoría y nuevos conocimientos que permitan mejorar la práctica.

¿Qué se necesita para construir colectivamente el conocimiento?

Existen ciertas condiciones que ayudan a que se realice este proceso de construcción colectiva del saber:

- **Ambiente y actitudes humanas adecuadas**

  Se necesita que exista un clima de confianza entre las personas participantes, que les permita sentirse a gusto, no tener temor de ser rechazadas, aprender de las demás personas; además de motivación para compartir y apertura al diálogo.

  Para lograr esto resulta muy importante que se valore la experiencia y los conocimientos que cada persona puede aportar, el respeto mutuo, un verdadero convencimiento de que colectivamente se produce mejor que en forma individual y una actitud disciplinada y ordenada que facilite el avance de la discusión.



- **Pensamiento crítico**

  Esto significa no aceptar pasivamente todas las ideas, sino desarrollar un hábito que duda de todas las concepciones culturales. Esto lleva a que cada tema se debata, a que cada hecho se problematice, se cuestione, se razone, se evalúe. No se debe aceptar ninguna idea sólo porque la dijo una persona que es una autoridad en la materia, porque se leyó en un libro o en el periódico.

- **La participación consciente y activa**

  Esto significa no hablar muchas veces ni acaparar la palabra, sino aportar ideas en el momento en que son útiles al debate. Se debe motivar a las personas participantes a no dejar de participar porque creen "que no es importante lo que van a decir" o porque "otra persona ya lo dijo mejor". Se promueve la confianza en la propia capacidad de crear y de compartir con otras personas. La participación consciente y activa implica desarrollar el hábito de no ser sólo receptores de las ideas de otras personas.

- **La creatividad**

  Es un ingrediente indispensable en la producción colectiva de conocimientos. Si las personas participantes no son receptoras del saber, entonces tendrán que ser creadoras de saberes nuevos. No se memoriza ni se repiten definiciones, sino que se construyen conceptos que expliquen la realidad en que se actúa. No se copian métodos usados en otras realidades, sino que se adaptan a la propia manera de hacer las cosas adecuadas a las necesidades.

- **Aprovechar los conocimientos y experiencias acumuladas**

  Producir conocimientos colectivamente no significa despreciar el conocimiento producido por otras personas, ya que éste enriquece el del grupo. No se trata de partir de cero, sino de tomar en cuenta lo que se ha avanzado. No se trata de despreciar los libros, sino de tomar en cuenta el producto de otros procesos de conocimiento y de otras prácticas sociales, cuestionándolas, dándoles usos críticos y a partir de allí, producir los conocimientos propios. Lo colectivo, lo social, no significa tampoco anular el aporte individual, sino recogerlo y potenciarlo.

El tercer momento metodológico: la vuelta a la práctica en la metodología participativa

Este tercer momento metodológico procura la transformación de la realidad. Su sentido más profundo es transformar las ideas, prácticas y el ambiente en que viven y actúan las personas participantes, mejorando, cambiando o transformando problemas, necesidades y vacíos.

3.2. CÓMO UTILIZAR LA GUÍA

El presente instrumento es una guía, es decir, es un documento que indica, paso a paso, cómo llevar a cabo cada actividad. Sin embargo, debe utilizarse con flexibilidad, de acuerdo con las características de los participantes, de sus experiencias y de la dinámica que estos le den al taller. Por esto, resulta conveniente realizar algunas aclaraciones sobre la utilización del módulo.

Sobre las Sesiones y actividades:

- Cada Sesión trata sobre un tema específico. Además, cuenta con una Sesión Introductoria, que debe realizarse previa al resto.
- Cada Sesión está compuesta por varias actividades. Cada actividad tiene la siguiente estructura, con el fin de facilitar el uso de la guía:
  - Objetivo que persigue la actividad.
  - Materiales requeridos para el desarrollo de la actividad.
  - Tiempo total necesario para el desarrollo de la actividad.
  - Procedimiento: contiene las indicaciones que la persona que facilita el taller debe seguir para desarrollar una actividad o las instrucciones que debe brindar a los participantes para el desarrollo del taller.
  - Nota para el facilitador: contiene sugerencias para las personas que facilitan el taller, tales como definiciones sobre la violencia, apoyo conceptual sobre un tema específico, argumentos para rebatir afirmaciones machistas o que justifiquen la violencia y explicaciones para cerrar las actividades.

3.3. SOBRE LA POBLACIÓN A LA QUE VA DIRIGIDO ESTE MANUAL

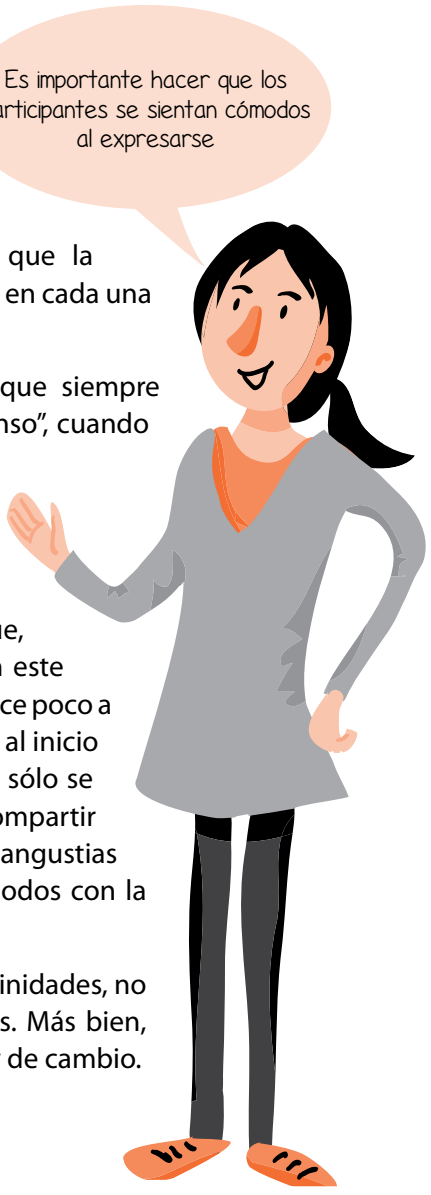
- Esta guía está dirigida a dos tipos de población: 1) jóvenes de 10 a 25 años y 2) facilitadores/as de Organizaciones no Gubernamentales (ONG) y población adulta de las comunidades. El supuesto es que estas personas manejan conocimientos básicos de lectura y escritura.
- Considerando que algunos elementos de la experiencia de vida de estas poblaciones son similares, pero que otros son muy diferentes y particulares, algunas Sesiones tienen actividades específicas para cada uno de los grupos. En los casos en que sea así, será indicado en el documento. Por lo tanto, el resto de las actividades serán comunes.
- Es preferible que la cantidad de participantes oscile entre 15 y 25 personas.

3.4. SOBRE LAS SESIONES Y SU CONTINUIDAD

- Cada sesión cuenta con varias actividades. Ambas tienen una secuencia lógica, por lo que es necesario desarrollarlas en el orden que se presentan, de principio a fin. Sin embargo en función a las Necesidades Básicas de Aprendizaje de los adolescentes y jóvenes se pueden priorizar los módulos y establecer una secuencia de los mismos, respetando la secuencia para el desarrollo de las actividades que se encuentran contenidas en cada módulo.
- Una vez iniciada una sesión, ésta debe ser concluida. Eventualmente, se puede dejar la siguiente sesión para otro día.

3.5. ALGUNOS CONSEJOS PARA EL TRABAJO

- Es importante que la persona que facilita procure, en todo momento del taller, que los participantes traten de hablar desde su experiencia y desde sus sentimientos. Esto es especialmente importante pues los hombres no siempre expresan fácilmente cómo se sienten. Por esto, es fundamental que la persona facilitadora pregunte cómo se sintieron en cada una de las diferentes actividades.
- También es útil pedirles a los participantes que siempre hablen en primera persona: "yo siento", "yo pienso", cuando hablen de sí mismos.
- Debe tomarse muy en cuenta que, especialmente al principio de los talleres, es más difícil que los participantes se sientan cómodos hablando de sus intimidades. Así es que, si bien es necesario impulsarlos a que asuman este reto, es también necesario que el proceso se realice poco a poco. Por esta razón, se recomienda, sobre todo al inicio –o cuando se crea necesario–, que se diga que sólo se debe contar lo que cada participante quiera compartir con el resto. Esto permitirá ir disminuyendo las angustias de los participantes y que se sientan más cómodos con la actividad.
- Si bien existen elementos comunes a las masculinidades, no se debe encasillar o estereotipar a los hombres. Más bien, debe existir un proceso de búsqueda personal y de cambio.



- Debe tenerse muy presente que todos los hombres y mujeres vivimos en contextos distintos, y que, por lo tanto, no puede hablarse de que exista un sólo tipo de masculinidad, o vivencia de la sexualidad. En este sentido, debe señalarse que el taller no busca evaluar quién tiene la razón, sino tomar conciencia sobre los hechos de nuestra vida. También debe decirse que muchas veces no nos sentamos a pensar y a conversar sobre estos hechos y que haciéndolo podemos aprender de la experiencia.
- Sin embargo, durante las dinámicas de grupo y en cualquier momento del taller, nunca se debe pasar por alto los comentarios machistas, que denigran a las mujeres y a otros hombres o que justifican la violencia contra las mujeres, o que vulneran derechos. Por insignificantes que parezcan, estos comentarios son muy relevantes y si los dejamos pasar, restan fuerza al proceso de formación. Estos comentarios deben ser refutados en algún momento del proceso de aprendizaje y deben darse argumentos de la manera en que ellos afectan negativamente a las personas hacia quienes van dirigidos.
- Por lo anterior, la persona facilitadora debe tener siempre en cuenta lo que implican las diferentes formas de violencia hacia las mujeres, aún cuando este manual dedique varias actividades específicas a cada una de ellas.

3.6. SOBRE LAS PERSONAS QUE DEBEN APLICAR O FACILITAR ESTA GUÍA

Es importante señalar que la persona que facilita este proceso es la encargada de promover la participación, la reflexión y el diálogo de todas las personas que reciban el taller, siempre fomentando el respeto, la tolerancia hacia las diferencias, de manera tal que el ambiente sea adecuado para lograr buenos resultados.

La persona que facilita es la encargada de:

- Proponer al grupo las actividades que permitirán abordar cada una de las actividades de todas las Sesiones.
- Promover una activa participación de todos los y las miembros del grupo.
- Impulsar el diálogo abierto y respetuoso de todos y todas las participantes de tal forma que todos/as se sientan confiados/as en expresarse con libertad.
- Dar la palabra de manera democrática.
- Apoyar el trabajo de los subgrupos y despejar dudas.
- Rescatar las vivencias, sentimientos, percepciones, etc., de los y las participantes con el fin de conseguir el objetivo de cada actividad.
- Aportar elementos de orden teórico-conceptual que enriquezcan el aprendizaje de los y las participantes.
- Contribuir con la administración del tiempo.

- Evitar que el grupo se disperse, ligando los diferentes elementos que surgen en cada discusión, de acuerdo con el objetivo de cada actividad.
- Estar siempre pendiente de los comentarios machistas, violentos y misóginos (que denigran a las mujeres) con el fin de refutarlos.
- El facilitador/ra respetará las opiniones de los miembros del grupo. Sin embargo, esto no significa que deba estar de acuerdo, ni mucho menos apoyar los prejuicios y estereotipos que dañan la integridad de las personas que las ridiculizan y desvalorizan, tanto a las mujeres como a los hombres.

Por otra parte, deben tenerse en cuenta varios factores:



Es importante que el facilitador/a genere mayores posibilidades de empatía, pues comparten una experiencia común de género.

Es recomendable que, además de la persona que facilita, exista el apoyo de una persona co-facilitadora. Ella podría ayudar a agilizar los aspectos logísticos (entregar y recoger materiales, pegar y despegar papeles y aportar ideas).

La persona que facilita debe estudiar todo el módulo antes de desarrollar las actividades en él previstas y, preferiblemente, primero debe haber recibido el proceso de capacitación que se brinda a lo largo de este manual.

3.7. SOBRE LOS MATERIALES NECESARIOS PARA EL PROCESO

Durante el taller o las sesiones de formación, varios materiales serán necesarios para el trabajo en subgrupos, tales como:

a) Pliegos grandes de papel sábana, en los cuales cada subgrupo apuntará las conclusiones de lo que fue discutido;

b) Marcadores gruesos, que servirán para escribir en ese papel sábana, de manera tal que resalte y pueda ser visto por el resto de las personas participantes;

c) Rollos de cinta adhesiva o masking tape, para pegar estos pliegos; Papel tamaño carta, para el trabajo individual;

d) Lápices o lapiceros, necesarios para escribir en el papel tamaño carta;

e) Otros materiales que faciliten el proceso.

3.8. BIBLIOGRAFÍA COMPLEMENTARIA

Esta guía procura apoyar conceptualmente a los facilitadores del proceso, brindando elementos teóricos específicos en cada actividad mediante las "Notas para el facilitador". No obstante, siempre es importante ampliar el conocimiento sobre los temas de DSDR, masculinidad, la violencia. Por ello, se brinda una bibliografía mínima complementaria que puede ser de gran utilidad para profundizar en dichas temáticas.

3.9. ENFOQUES PEDAGÓGICOS

3.9.1. Enfoques teórico–metodológicos

La Guía Curricular, en su perspectiva teórico–metodológica respecto al proceso educativo, debe articular dos elementos fundamentales que le dan dinámica y definen las características de su implementación. Por un lado, se encuentran los ejes temáticos que refuerzan el abordaje de los Derechos Sexuales, Derechos Reproductivos y Violencia contra las mujeres (esencialmente Género, Sexualidad, Noviazgos sin violencia, Métodos Anticonceptivos, VIH/SIDA, autoestima y convivencia en la familia). Y por otro, las características de la población objetivo (adolescentes, padres de familia y profesores/as).

En este contexto, los enfoques teórico-metodológicos responden, por una parte, a las necesidades eminentemente pedagógicas y educativas que aportan el sustento base de carácter técnico, y por otro lado, se encuentran los enfoques que orientan y contribuyen al análisis y problematización de la situación individual, generacional y social de los/as adolescentes.

3.9.2. Enfoques técnico–pedagógicos

Enfoque cognitivo comportamental

Este enfoque permite desarrollar el proceso educativo dentro de un marco multidimensional que va desde lo individual a lo social. Esencialmente, recupera el aprendizaje generado por las técnicas grupales a través de la articulación de los componentes emocionales, conductuales y de pensamiento, relacionados con el entorno (como lo social). De esta manera, las actividades se orientan hacia el descubrimiento de las capacidades individuales y hacia el desarrollo de conductas de autocuidado, que sirvan para interactuar con el contexto social. Finalmente, lo propuesto permite trabajar sobre el aquí y el ahora, permitiendo a los/as participantes reflexionar sobre su realidad inmediata.

Enfoque constructivista

Reconoce la participación activa de quienes forman parte del proceso en la construcción y deconstrucción de sus realidades, recuperando las creencias, percepciones, conocimientos y experiencias a través de los contenidos y técnicas propuestos. De esta manera, las actividades se constituyen en espacios de aprendizaje, pero esencialmente de interacción e intercambio, dando espacio a la vivencia de los/as participantes (incluida la persona que facilita), generando así un aprendizaje significativo.

Enfoque sistémico

El enfoque sistémico permite la fluidez de las acciones de quien facilita, en diferentes niveles; desde el manejo de las técnicas, la interacción y la dinámica que generan, hasta el nivel de manejo de contenidos. Así también permite que el proceso pueda ser desarrollado desde unidades independientes (experiencias individuales, temas específicos), pasando a la totalidad, que implica un nivel de mayor complejidad (el grupo). De esta manera, el proceso se constituye como una red de interrelaciones, de intercambio de información, mutuamente influenciables (a través del intercambio de conocimientos y experiencias), cuya situación de inicio es diferente a su situación final, gracias a lo propuesto por el propio grupo.

Enfoques político–sociales

El proceso educativo, así como los materiales educativos, se ha construido con los enfoques que marcan la actual coyuntura.

En la actual coyuntura es evidente que existe una transformación radical en el relacionamiento entre el aparato de poder (gobierno e institucionalidad) y la sociedad civil (adolescentes y jóvenes organizadas/os), habiéndose dado una inclusión masiva al poder de sectores antes excluidos y desposeídos. Esta inclusión produce una nueva manera de interacción social entre poder y sociedad civil. Son ahora los sectores excluidos quienes ostentan el poder, elaboran y aprueban leyes, ejecutan presupuestos, entre otras acciones; lo que significa que las demandas que involucran planes sostenidos de incidencia están bajo la responsabilidad de sectores nuevos que se enfrentan al hecho de renovar sus estrategias y marcos de referencia para conseguir sus metas. Es aquí donde se propone reflexionar sobre conceptos como descolonización, despatriarcalización, interculturalidad, enfoque de derechos, empoderamiento y emancipación.

1. Se entiende interculturalidad como el reconocimiento e interacción activa con la diversidad (cultural, política, de opción sexual, entre otras), así como la profundización en sus mecanismos de construcción de poder entre hombres, mujeres y culturas. Una interculturalidad real es aquella que promueve el diálogo entre matrices civilizatorias (o civilizaciones) no con el afán de imponer unas sobre las otras sino más bien de disputarse estrategias y mecanismos de poder, para así hablar de interculturalidad en el ejercicio político y en la redistribución del poder.

2. Se entiende la descolonización[3] como el mecanismo puesto en acción para recuperar los saberes propios, para revalorizar nuestras prácticas, sobre todo aquellas que construyen igualdad entre mujeres y hombres. Este concepto puede también ser comprendido como un instrumento de deconstrucción de lo definido hegemónicamente (por imposición) y de la recuperación de las propias voces, experiencias y propuestas de las mujeres subordinadas.

   Para efectos didácticos, se entenderá la descolonización como un proceso que significa despegarse de las formas europeas y norteamericanas del conocimiento presentadas como las únicas y como las válidas, y más bien iniciar un proceso de pensar haciendo, recuperando y revalorizando otras formas de conocer y ver la realidad que han sido desarrolladas por los pueblos (aymaras, guaraníes, aztecas, incas, etc.), mismas que han sido ocultas/negadas y desvalorizadas permanentemente por una forma de pensar y conocer que se constituyó en dominante y discriminadora.

   La descolonización propone nuevas formas de pensar el género, la libertad, la igualdad y lo étnico. Propone una convivencia humana más allá de prejuicios raciales, patriarcales/sexistas y homofóbicos impuestos por la modernidad colonial y capitalista. Busca crear un mundo donde la diferencia entre las y los humanos sea valorada más allá de las divisiones raciales, de género y de clase (aunque sin olvidar las referencias que implican cada una de estas identidades), lo que propone tanto el reconocimiento de la dignidad de cada una y uno y la redistribución de los bienes concentrados ahora en las manos de pocos.

   Poner en duda los conocimientos impuestos por la colonización, realizar una crítica local de las instituciones y proponer estrategias para construir nuevos conocimientos desde la identidad de las mujeres y los pueblos es una iniciativa descolonizadora. La recuperación de los saberes y las nuevas perspectivas que emergen desde la mujeres indígenas es una respuesta crítica ante la colonización, pues permite comenzar a deconstruir y reconstruir ideas innovadoras sobre modelos de convivencia, preservación del medio ambiente y nuevas formas de aprender y Vivir Bien.

3. Se reconoce la despatriarcalización[4] como el mecanismo que desmantela prácticas machistas enraizadas ancestralmente que subordinan, desvalorizan y excluyen a las mujeres en ámbitos sociales, económicos, políticos y culturales.

3 La colonización es fruto de la primera fase de internacionalización del capital y del proceso de acumulación originaria del capital que fue la base de la riqueza de los países del norte a costa de la explotación de los recursos naturales y humanos de las colonias. El proceso de acumulación originaria del capitalismo colonial en América Latina tuvo como base al racismo y al sexismo, ya que a la expropiación de la tierra se sumó la violencia contra la cultura de los pueblos indígenas. Los mecanismos más importantes que usó el Estado para ello fueron, principalmente, la religión y el mercado. Así, la condición colonial expresa el ejercicio del poder de clase basado en la sub-alternización (disminución) de la diferencia étnico-racial y en la expropiación de los medios de producción (la tierra).

4 El patriarcado se entiende como un sistema de relaciones familiares, sociales y políticas de dominación, subordinación y opresión que se funda en la distribución desigual de poder entre hombres y mujeres y la división sexual y jerarquizada del trabajo; sustentadas todas en la supuesta supremacía de lo masculino y en la consideración de lo femenino como inferior y subordinado, dando origen a formas de pensar que suponen a la mujer como sujeto dominado e inferior. En términos generales, entonces, el patriarcado es un orden (sistema) social que genera una forma de pensar cuyos mandatos apuntan al dominio masculino y a la subordinación femenina.

Ahora bien, este proceso de recuperación y visibilización de la identidad de las mujeres subordinadas tiene un fin último, y es el de contribuir al actual proceso de despatriarcalización. La despatriarcalización no es más que la visibilización, transformación y modificación de prácticas patriarcales enraizadas en nuestra cultura y sociedad (Vega, 2011: 131) a través de las políticas públicas, normativas locales y apuestas estatales que cuestionan y llevan al límite las prácticas patriarcales, haciendo esfuerzos sostenidos de transformar las mismas.

El patriarcado es un sistema social en el cual se concibe como "natural" la subordinación y exclusión de las mujeres en diversos ámbitos



La desigualdad entre hombres y mujeres, construida a partir de la asignación desigual y jerarquizada de trabajo, ámbitos y funciones, es un patrón cultural que proviene del ejercicio del poder; que se presenta como un hecho "natural", cruza todos los ámbitos de la vida cotidiana, personal, familiar, económica, política, social, cultural, ideológica; está presente en todas las culturas, en todas las clases sociales y en todas las sociedades. Esta naturalidad de la desigualdad revela el porqué las mujeres no tienen las mismas condiciones y oportunidades que los hombres para ejercer sus derechos humanos y ha provocado también que las sociedades no se cuestionen sobre la igualdad entre hombres y mujeres.

Se trata de eliminar el sistema opresivo de género, raza y clase que fue instaurado en las sociedades y pueblos americanos y que ha transformado las formas de organización, reproducción social y de relacionamiento entre las personas (entre hombres y mujeres; entre hombres; y entre mujeres) y en las diferentes esferas del poder (la familia, el Estado). El sistema de género y raza, impuesto a través del colonialismo —que abarca la subordinación de las mujeres del "tercer mundo" en todos los aspectos de la vida (económica, social y política)—, rompió con nociones que reconocían positivamente el poder de las mujeres, como también la homosexualidad y entendían al género en términos igualitarios.



NO ES POSIBLE DESCOLONIZAR SIN DESPATRIARCALIZAR

"Ambos procesos se nutren mutuamente, por lo que la emancipación de los pueblos y las mujeres solo será posible cuando los nudos del colonialismo interno y el patriarcado se desmoronen por obra de las políticas públicas y el protagonismo político de hombres y mujeres desde sus identidades, sentires y saberes en todas sus edades"

4. El enfoque de derechos, en este contexto de permanentes desmontajes, es el marco conceptual y práctico sobre el cual descansan las acciones individuales y colectivas en materia de derechos sexuales y derechos reproductivos. Se trata del marco que pasa de la identificación de necesidades y demandas hacia la exigencia de las mismas en ámbitos exigibles y justiciables.

   Estos enfoques (interculturalidad, descolonización, despatriarcalización, derechos) descansan en DOS CONCEPTOS (posteriormente convertidos en prácticas) que son el EJE CONDUCTOR del proceso educativo:

5. Empoderamiento. Comprendido como la adopción de prácticas, habilidades y competencias específicas de una temática –en este caso, igualdad de género– que implique el ejercicio pleno y goce de los derechos –en este caso, derechos sexuales y derechos reproductivos. Una adolescente mujer empoderada es aquella que tiene información específica, ejerce sus derechos, puede demandarlos y hacer respetar los mismos. Implica el paso de la identificación de necesidades y demandas vitales hacia la intervención y acción de exigibilidad –inclusive justiciabilidad– de los derechos por los/las garantes de los mismos (institucionalidad). Estar empoderada significa conocer, ejercer y demandar derechos para el ejercicio de una vida plena, libre de violencia, subordinaciones, opresiones y exclusiones. Todo el proceso educativo transcurre en este concepto. ¿Pero se empodera para qué? ¿Qué buscan las adolescentes empoderadas? ¿Cuál es la salida del empoderamiento?

6. Emancipación. Si las prácticas anteriores son adquiridas en procesos sostenidos, se logran hábitos y competencias más o menos permanentes en las adolescentes mujeres, de reivindicación y exigencia de respeto a sus derechos; lo que específicamente se refiere al derecho a decidir sobre su cuerpo, el ejercicio y goce de su sexualidad, sobre su capacidad reproductiva, sobre su cotidianidad. Estas prácticas conducen a la emancipación. Y emanciparse significa despojarse del tutelaje en el que viven las mujeres adolescentes y jóvenes. Primero tuteladas por el padre o la madre, luego tuteladas por la pareja y finalmente siempre tuteladas por el Estado, la sociedad y sus tradiciones impuestas, la mayoría de éstas opresoras, subordinantes, desvalorizantes y excluyentes. De lo que se trata es de romper las prácticas minoritarias en las que viven la mayoría de las mujeres para caminar hacia la reafirmación de la condición de libertad y la dignidad.

Una sociedad descolonizada y despatriarcalizada sostendrá y reproducirá mucho mejor una adolescencia empoderada y emancipada.

IV. CONTENIDOS TEÓRICOS

4.1. LA ADOLESCENCIA DESDE EL EJERCICIO DE DERECHOS HUMANOS

Ser adolescentes en nuestros días

Como lo plantea María de la Villa Moral Jiménez[5], continuar hablando de la adolescencia es continuar perpetuando una concepción única de ser adolescente, es decir, seguir invisibilizando las desigualdades.

En ese sentido, la propuesta es hablar de adolescentes, hombres y mujeres, reflejando así la diversidad de ellos y ellas, y asumiendo que estas nociones son construcciones sociales, que determinan, de acuerdo a la época y el lugar, las formas de "ser", lo que se espera de "la adolescencia", pero también lo que se produce: estereotipos (ejemplo: los hombres que hacen danza son homosexuales), estigmatizaciones (ejemplo: las y los adolescentes son irresponsables), homogenizaciones (cuando se habla de la "familia", como si hubiera una sola forma de ser familia, y la realidad demuestra que hay diversas formas de construir una familia); lo que ha generado una serie de exclusiones, vulnerándose así los derechos.

¿Qué es ser adolescente?

La adolescencia es considerada una de las etapas cruciales en la vida de cada individuo porque en ella se constituyen periodos diferenciados de formación y definición en la construcción de la personalidad y del ingreso activo en la vida social.

Llegar a la adolescencia para el ser humano significa dejar de ser niños/as y caminar hacia la vida adulta, entrar en una segunda etapa educativa de la vida en la qaprenderán a ser ciudadanos y ciudadanas. Pero, además, la adolescencia es una etapa socialmente evolutiva. Es decir, por un lado, las diversas formas de ser adolescentes (no existe una única adolescencia)

5 Revista Electrónica Iberoamericana. Facultad de Psicología, Universidad de Oviedo, España. 1998

son el producto directo de cada medio social y, por otro, expresan sus dificultades y conflictos en términos sociales.

Con la anterior afirmación, se quiere comprender que existen diversas adolescencias que tienen que ver con barrios y territorios concretos, con espacios y comunidades humanas que producen maneras de ser adolescente, en función al grupo; aunque existen pautas de un ser común y están ya delimitadas por las instituciones sociales, como por ejemplo, la familia, la escuela, la iglesia, los medios de comunicación, etc.

En la etapa adolescente podríamos decir que se da un proceso intenso de socialización. Estamos en la etapa socializadora por excelencia, especialmente en todo aquello que tiene que ver con el descubrimiento y compresión de la sociedad adulta y de sus reglas de funcionamiento. En gran medida la adolescencia es un proceso de transición, un proceso de incorporación a una realidad juvenil y adulta distinta de la infantil.

Es en esta etapa de desarrollo en la que el grupo de amigos/as del colegio y la familia delimitan con mucha más fuerza lo que es ser hombre o ser mujer. Quienes se salen de estos esquemas son juzgados socialmente como "anormales", porque se da por supuesto que hay conductas y símbolos que los hacen hombres y mujeres y quien no siga las reglas estará afuera.

El punto de partida es comprender que hay diversas formas de ser adolescentes, que varía según el lugar en que se viva, y que hay posibilidad de modificar sus condiciones hacia una participación e inclusión cada vez más significativa. Poder modificar significa también entender que las sociedades han generado una idea en la que hay "superiores e inferiores", a partir de la cual adolescentes, jóvenes, mujeres, indígenas y las diversidades sexuales son consideradas/os otros y otras inferiores.

Situación de los/as adolescentes en el ámbito político

La ley de la Juventud (Ley 342), en su ARTÍCULO 26. (PARTICIPACIÓN POLÍTICA), establece:

I. El Estado fomentará la participación política de las jóvenes y los jóvenes en las instancias de toma de decisiones y representación, de acuerdo a la Constitución Política del Estado y la Ley del Régimen Electoral.

II. Las Organizaciones políticas, sindicales, gremiales, académicas, barriales, culturales, indígena originario campesinos, las comunidades interculturales, afrobolivianos y otros, deberán garantizar la participación de las jóvenes y los jóvenes en su organización y estructura.

III. Los partidos políticos, agrupaciones ciudadanas, pueblos indígena originario campesinos, garantizarán mecanismos para la participación política de las jóvenes y los jóvenes, en todos los procesos eleccionarios.

Sin embargo los/las adolescentes son los que tienen una importante participación y son utilizados para campañas políticas de los partidos políticos, pero no acceden a tomar decisiones en los espacios públicos y no pueden plantear propuestas de desarrollo de la comunidad.

Por ello creemos que un/a ciudadano/a es aquella persona miembro activo de una comunidad que trabaja por el bien común de la comunidad, ya sea un/a adolescente, joven o una persona adulta.

Por otro lado la misma ley reconoce en su ARTÍCULO 11 sus DERECHOS SOCIALES, ECONÓMICOS Y CULTURALES:

1. A la protección social, orientada a la salud, educación, vivienda, servicios básicos y seguridad ciudadana.
2. A un trabajo digno con remuneración o salario justo y seguridad social.
3. A gozar de estabilidad laboral y horarios adecuados que garanticen su formación académica.
4. Al apoyo y fortalecimiento a sus aptitudes, capacidades y conocimientos empíricos.
5. Al reconocimiento de pasantías, voluntariado social juvenil comunitario, internado, aprendizaje y otros similares como experiencia laboral, en las formas de organización económica comunitaria, estatal, privada y social cooperativa.
6. A no sufrir discriminación laboral por su edad, situación de discapacidad, orientación sexual e identidad de género.
7. A la protección de la maternidad de las jóvenes y la paternidad de los jóvenes.
8. A la salud integral, universal, accesible, oportuna, diferenciada, con calidad y calidez, intracultural e intercultural.
9. A solicitar y recibir información y formación, en todos los ámbitos de la salud, derechos sexuales y derechos reproductivos.
10. A una rehabilitación progresiva de las jóvenes y los jóvenes afectados por el consumo de bebidas alcohólicas, drogas y/o sustancias que generan adicción y/o dependencia física y psicológica.
11. A una educación y formación integral, gratuita, humana, plurilingüe, descolonizadora, productiva, intracultural, intercultural y alternativa.
12. Al reconocimiento de sus creaciones e invenciones técnicas, tecnológicas, científicas y artísticas.
13. Al acceso a becas en todos los niveles de su educación y formación.
14. Al acceso a una vivienda en condiciones de dignidad.
15. A la recreación y esparcimiento saludable.
16. Al acceso a la práctica del deporte en sus diversas disciplinas, en igualdad de condiciones y con equidad de género.
17. A los intercambios de saberes y conocimientos en el interior y exterior del Estado Plurinacional de Bolivia.
18. A la promoción y apoyo de la iniciativa económica plural productiva.
19. Al crédito accesible.

20. Al acceso a una justicia restaurativa.
21. Al medio ambiente natural y saludable, que permita su desarrollo individual y colectivo en armonía con la madre tierra y el medio ambiente.
22. Al acceso y uso de tecnologías de información, comunicación e internet.

Situación de los/as adolescentes en el ámbito económico

Los/las adolescentes cumplen un papel fundamental en el desarrollo de la economía. Es en varios ámbitos en los que los/las adolescentes aportan a la manutención de sus familias. Muchos de ellos/as cumplen una doble función, de día trabajan y de noche estudian, y en otros casos llevan de forma paralela sus responsabilidades educativas con el apoyo de labores domésticas (en el caso de las mujeres con mayor recurrencia) o trabajos de contrato para apoyar a mejorar la economía de la familia. Esta situación muchas veces afecta su desarrollo educativo y se ven limitados/as al no acceder a una educación superior.

Si bien muchos de los/las adolescentes se dedican a trabajar, los hombres en trabajos más pesados (como en empresas de carga) y las mujeres en otros trabajos informales (como vendedoras, o en algunos casos de secretarias), otras adolescentes forman su propia familia a muy temprana edad y por consecuencia no pueden continuar sus estudios. Otro sector se va al exterior porque creen que en Bolivia no hay futuro; se van a países vecinos (los más requeridos son Argentina, Brasil), pero últimamente se incursiona en países europeos. Ellos y ellas van a esos países a trabajar como costureros de ropa, empleados de limpieza, niñeras y otros oficios de apoyo doméstico y eventuales donde las condiciones de trabajo son precarias y existe una explotación laboral por parte de sus empleadores, pues según las personas que regresaron, les hacen trabajar más de 18 horas diarias. Otros de los sectores en los que las adolescentes incursionan laboralmente son el sector de los/as lustrabotas, los/as voceadores/as.



Realidad social de los/as adolescentes

Las pandillas, el alcoholismo, la drogadicción, la violencia, la prostitución, el maltrato y las violaciones son algunos de los problemas latentes y preocupaciones de los/as adolescentes en nuestro país; para algunos porque corren riesgos y se constituyen en víctimas potenciales y para otros porque no saben cómo salir de estos problemas.

Muchos de estos problemas nacen a raíz de conflictos familiares, económicos, falta de atención de los padres, muchas discusiones entre los padres, etc. Los/as adolescentes buscan alternativas para salir de estas situaciones y lamentablemente las alternativas son también destructivas.

Violencia contra las mujeres

La violencia contra la mujer es uno de los problemas latentes en nuestro país y en todo el mundo. En el sistema patriarcal en el que estamos, la mujer debe soportar todas las agresiones que sufre desde niña en su familia, en la adolescencia y juventud, en su relación con su enamorado, y peor aún cuando forma su familia. La mujer se ve sometida con creencias y estereotipos que hacen de ella un objeto y no un ser humano.

Machismo

Dentro de la formación de los adolescentes y jóvenes existe una gran brecha en cuanto a la formación de los hombres, pues hablar de hombre significa hablar de fuerte, macho, enérgico, viril. Dentro del comportamiento de los hombres no debe expresar sentimientos naturales y emocionales, como vulnerabilidad, tristeza o miedos, pues es visto ante sus pares, familia y sociedad como signos de debilidad y falta de hombría. Es un daño grande que ocasionan en el comportamiento del hombre, pues por librarse de esos sentimientos que no son aceptados por la sociedad esos sentimientos se transforman en ira, violencia contra las mujeres e hijos, porque según la sociedad esos son sentimientos de mujeres y no de hombres.



El Alcohol

El alcohol hoy por hoy está al alcance de todos los/as adolescentes y jóvenes. Muchos adolescentes y jóvenes justifican al principio este hábito para huir de sus problemas comunes de la edad (problemas familiares, amorosos, notas bajas en el colegio, etc.); sin embargo, muchas veces es una forma de explorar nuevas experiencias y presiones que el grupo de pares ejerce sobre estas personas. Luego, sin darse cuenta, el alcohol se convierte en hábito de sus vidas, que los "ayuda" a desenvolverse, a bailar con más ganas, a molestar chicas o chicos y ni siquiera se dan cuenta que es algo muy peligroso y puede perjudicarlos en su desenvolvimiento personal.

Las Drogas

Las drogas son otro problema demasiado preocupante. La droga es cada día más distribuida y llega con más facilidad a la gente adolescente, quienes empiezan a consumir drogas por curiosidad, porque un amigo les invita, porque su grupo le obliga o porque alguien lo engaña diciéndole que es otra cosa, como un cigarrillo, un medicamento, etc.

Cuando uno entra al consumo de drogas es muy difícil salir de ellas. La adicción es cada vez peor, cada día uno necesita consumir más y ahí es cuando empieza a robar, a asaltar y a cometer diferentes delitos, para así poder acceder a comprar más droga.

La Prostitución

La prostitución se constituye en un problema que afecta a los/las adolescentes de cada uno de los departamentos de nuestro país, en el cual la incursión de mujeres cada vez más jóvenes se da de forma indiscriminada. Muchas mujeres toman este camino por diferentes causas, como ser:

- Por trabajo. Las mujeres que se dedican a ser trabajadoras sexuales optan por este trabajo porque se dice que se gana buen dinero.
- Violaciones. Es otra causa para que las jovencitas ingresen a este mundo, ya que después de la violación el autoestima cae y tienen miedo de volver a sus casas por temor al qué dirán de ella si regresa. Cuando su dignidad les ha sido arrebatada, las adolescentes son más propensas a ser manipuladas por hombres que comercializan su cuerpo.
- Otras de las causas es la violencia que ejercen los empleadores sobre las trabajadores sexuales, quienes están amenazadas de muerte si abandonan su puesto de trabajo.

Las Violaciones

Las violaciones contra las adolescentes tiene un alto índice, se han visto que están también muy relacionadas con el alcohol, las drogas y las pandillas. Primero los/as adolescentes y jóvenes que consumen drogas y alcohol sufren trastornos mentales que les hacen actuar de manera inesperada por ellos mismos.

En el caso de las pandillas, muchas de estas se organizan exclusivamente para cometer este tipo de actos en demostración de su valentía y su poder y se obligan unos a otros a hacerlo. No se dan cuenta del gran daño que ocasionan a la otra persona. Muchas mujeres adolescentes son víctimas de este tipo de actos que en la mayoría de los casos se queda en la impunidad, y unos pocos son los que se atreven a denunciar, pero estos pocos casos son los que se negocian entre los padres para no continuar con los procesos judiciales respectivos. De esta manera, la mujer adolescente no tiene la seguridad ni el apoyo social y muchas veces ni siquiera cuenta con su propia familia.

Estudiar o trabajar

Hoy en día es muy común que los jóvenes quieran conseguir su propio dinero, en algunos casos para ayudar a su familia, cubrir sus estudios, en otros para cumplir sus deseos de vestimenta, alimentación o vivienda, y otros solamente para sus gustos personales. También hay adolescentes a quienes les interesa más su capacidad intelectual y por eso solo se dedican al estudio.

Un tercer grupo de jóvenes opta por hacer las dos cosas al mismo tiempo (trabajar y estudiar). Alternan el trabajo con sus estudios; en este caso a veces las cosas se dificultan, pero con un poco de esfuerzo y sacrificio muchos/as adolescentes logran culminar sus estudios.

Identidad cultural de las/os adolescentes

Para comprender respecto a la identidad de los/as adolescentes, primero debemos reconocer que existe una diversidad cultural o multiculturalismo.

Las diversidades culturales son en muchos casos regidas por conexiones con estructuras de dominación y poder, es decir, la diversidad se encuentra fundada en relación a supuestas estructuras de poder y privilegio y no de acuerdo a las raíces étnicas de grupos, comunidades y ciudades, como es el caso de cada uno de los departamentos de Bolivia.

Estas estructuras de poder y privilegios no son evidentes si tratamos a la diferencia como meros derechos culturales. La clave aquí es vincular la diferencia con las relaciones de poder que la acompañan, esta lógica devela el racismo: en este sentido debemos conocer y reconocer los mecanismos (económicos, sociales, culturales y simbólicos) que articulan la diferencia con la discriminación.

El principio de igualdad y el acceso a la justicia para todo adolescente pasa por la discriminación que enfrenta en razón de su sexo y raza, por lo tanto su lucha debe ser fortalecida y construida a partir de su identidad como adolescente.

La identidad cultural o étnica es un sentimiento que resulta de la suma de símbolos, valores y prácticas étnico-culturales positivas. Esta permite que el sujeto logre ser persona a través del sentimiento de pertenencia y continuidad histórica. Estas dan trascendencia a la vida de los individuos.

Existen cuatro formas de identificación:

- Asimilación: Borra la identidad étnica, se asimila a la cultura dominante, a la global.
- Integración: conocer los propios valores, historia y práctica étnica y también conocer los valores de la sociedad global.
- Negación: Negar la cultura de origen (étnica) y negar la cultura global
- Marginamiento: Negar la cultura global y reivindicar solo la cultura étnica.

Deberes y derechos de las/os adolescentes

¿Qué son los derechos humanos?

Son los derechos que son inherentes a nuestra naturaleza y sin los cuales no podemos vivir como seres humanos. Son libertades, expresiones, acciones que la sociedad y las leyes nos reconocen a todos y todas, siempre y cuando no vayan en contra de otras personas. Es decir, es la capacidad jurídica de realizar actos en busca del mejoramiento del nivel de vida de la persona.

Los principios en los que se basan los Derechos Humanos son:

- Indivisibilidad: Todos los derechos son un todo. Tan relevante es un derecho civil o político como un derecho económico o cultural.
- Permanencia e imprescriptibilidad: Los derechos humanos se encarnan en las personas que son las que los ejercen durante el transcurso de su vida.
- Progresividad: Pueden ir generando nuevas dimensiones y ámbitos a los derechos humanos a través del desarrollo de las sociedades.
- Universalidad: Son para todos y todas en cualquier lugar del mundo.
- Integralidad: Abarcan todos los ámbitos de la existencia humana.
- Interdependencia: Los derechos se complementan. Cuando uno está afectado, esto tiene implicancias en el ejercicio de otros.

En este sentido, el Art. 60 de la Constitución Política del Estado Plurinacional plantea que "es deber del Estado, la sociedad y familia garantizar la prioridad del interés superior de la niña niño y adolescente que comprende la preeminencia de sus derechos, la primacía en recibir protección, socorro en cualquier instancia, la prioridad en la atención de los servicios públicos y privados y el acceso a una administración de justicia pronta, oportuna y con asistencia de personal especializado".

Entonces, los derechos de los/as adolescentes tienen que ver con la capacidad de realizar actos en la vida cotidiana respetando su dignidad en virtud de su calidad de Humano/a.

A continuación se detalla los derechos fundamentales de los/as adolescentes según descritos en el Código Niña/o y Adolescente:

ARTÍCULO 16. (DERECHO A LA VIDA)

I. *La niña, niño o adolescente tiene derecho a la vida, que comprende el derecho a vivir en condiciones que garanticen para toda niña, niño o adolescente una existencia digna.*

II. *El Estado en todos sus niveles, tiene la obligación de implementar políticas públicas que aseguren condiciones dignas para su nacimiento y desarrollo integral con igualdad y equidad.*

ARTÍCULO 17. (DERECHO A UN NIVEL DE VIDA ADECUADO)

I. *Las niñas, niños y adolescentes, respetando la interculturalidad, tienen derecho a un nivel de vida adecuado que asegure su desarrollo integral, lo cual implica el derecho a una alimentación nutritiva y balanceada en calidad y cantidad, que satisfaga las normas de la dietética, la higiene y salud, y prevenga la mal nutrición; vestido apropiado al clima y que proteja la salud; vivienda digna, segura y salubre, con servicios públicos esenciales. Las madres, padres, guardadoras o guardadores, tutoras o tutores, tienen la obligación principal de garantizar dentro de sus posibilidades y medios económicos, el disfrute pleno de este derecho.*

II. *El Estado en todos sus niveles, debe garantizar el ejercicio pleno de este derecho, respetando la pertenencia de la niña, niño y adolescente a una nación y pueblo indígena originario campesino, afroboliviano e intercultural.*

III. *El Estado en todos sus niveles, a través de políticas públicas y programas, debe asegurar a favor de las niñas, niños y adolescentes, condiciones que permitan a madres, padres, guardadoras o guardadores, tutoras o tutores, cumplir con las responsabilidades establecidas en el presente Artículo.*

ARTÍCULO 18. (DERECHO A LA SALUD). *Las niñas, niños y adolescentes tienen el derecho a un bienestar completo, físico, mental y social. Asimismo, tienen derecho a servicios de salud gratuitos y de calidad para la prevención, tratamiento y rehabilitación de las afecciones a su salud.*

ARTÍCULO 19. (ACCESO UNIVERSAL A LA SALUD). *El Estado a través de los servicios públicos y privados de salud, asegurará a niñas, niños y adolescentes el acceso a la atención permanente sin discriminación, con acciones de promoción, prevención, curación, tratamiento, habilitación, rehabilitación y recuperación en los diferentes niveles de atención.*

ARTÍCULO 21. (ATENCIÓN MÉDICA DE EMERGENCIA)

I. *Las niñas, niños y adolescentes tienen derecho a recibir atención médica de emergencia. Los centros y servicios de salud pública, están obligados al cumplimiento de esta norma de forma inmediata en casos de emergencia.*

II. *Los centros y servicios de salud privados, deben prestar atención médica inmediata a las niñas, niños y adolescentes, cuando la ausencia de atención médica o derivación de la o el afectado a otro centro o servicio de salud, implique peligro inminente de su vida o daños graves a su salud.*

III. *En los casos previstos en los parágrafos anteriores, queda prohibido negar la atención de la niña, niño y adolescente, alegando razones de ausencia de los padres o representantes, carencia de documentos de identidad o de recursos económicos.*

IV. *El incumplimiento de este derecho constituye una infracción que será sancionada conforme a lo establecido en el presente Código.*

ARTÍCULO 22. (DERECHO A LA SALUD SEXUAL Y REPRODUCTIVA)

I. *El Estado en todos sus niveles, garantiza el desarrollo, procesos de información, sensibilización y capacitación relacionados a los derechos sexuales, derechos reproductivos, sexualidad integral, la provisión de servicios de asesoría, así como la atención y acceso a insumos para el cuidado de la salud reproductiva, mediante servicios diferenciados.*

II. *Las niñas, niños y adolescentes, de acuerdo a su desarrollo físico y psicológico, tienen derecho a recibir información y educación para la sexualidad y para la salud sexual y reproductiva, en forma prioritaria por su padre y por su madre, guardadora o guardador y tutora o tutor, y dentro del sistema educativo.*

ARTÍCULO 23. (ACCIONES PARA LA PREVENCION DEL EMBARAZO ADOLESCENTE)

I. *El Ministerio de Salud, en coordinación con las Entidades Territoriales Autónomas, implementará acciones en base a lineamientos de la Política de Salud Familiar Comunitaria e Intercultural.*

II. *El Ministerio de Salud fijará cada cinco (5) años, un índice de embarazo adolescente aplicable a todo el territorio nacional, mismo que será monitoreado anualmente.*

III. *Las Entidades Territoriales Autónomas que tengan un índice de embarazo en adolescentes por encima del fijado por el Ministerio de Salud, deberán realizar acciones diferenciadas y podrán realizar las reasignaciones presupuestarias necesarias para la disminución de este índice.*

ARTÍCULO 24. (PROTECCIÓN A LA MATERNIDAD). *Corresponde al Estado en todos sus niveles, proteger la maternidad garantizando el acceso a:*

a. *Atención gratuita con calidad y buen trato a la madre, en las etapas pre-natal, parto y post-natal, con tratamiento médico especializado, dotación de medicamentos, exámenes complementarios y en su caso, apoyo alimentario o suplementario;*

b. *Las madres gestantes privadas de libertad o en otra situación;*

c. *En caso de la niña o adolescente embarazada se priorizará la prestación de servicios de apoyo psicológico y social, durante el periodo de gestación, parto y post-parto;*

d. *Las condiciones necesarias para una gestación, alimentación y lactancia adecuada, así como las oportunidades necesarias para la continuidad de su desarrollo personal en los niveles educativos y laborales, tanto públicos como privados; y*

e. *La promoción, acceso gratuito y consejería de pruebas voluntarias y confidenciales de VIH/SIDA a las mujeres embarazadas, con la información necesaria, garantizando su realización sin costo alguno y post-consejería; así como la atención integral multidisciplinaria, incluyendo consejería psicológica, cesárea programada y tratamiento antirretroviral para mujeres embarazadas con VIH/SIDA.*

ARTÍCULO 29. (DERECHOS DE LAS NIÑAS, NIÑOS Y ADOLESCENTES EN SITUACIÓN DE DISCAPACIDAD)

I. *Las niñas, niños y adolescentes en situación de discapacidad física, cognitiva, psíquica o sensorial, además de los derechos reconocidos con carácter universal, gozan de los derechos y garantías consagrados en este Código, además de los inherentes a su condición específica. El Estado en todos sus niveles, deberá garantizar medios y recursos para la detección temprana en los primeros años de vida y el correspondiente apoyo de estimulación y cuidado de la salud.*

II. *La familia, el Estado en todos sus niveles y la sociedad, deben asegurarles el acceso a servicios integrales de detección temprana, atención y rehabilitación, oportunas y adecuadas, así como el pleno desarrollo de su personalidad, hasta el máximo de sus potencialidades. Los corresponsables garantizan a la niña, niño o adolescente en situación de discapacidad, los siguientes derechos:*

ARTÍCULO 33. (DERECHO AL MEDIO AMBIENTE). *Las niñas, niños y adolescentes tienen derecho a un ambiente sano y ecológicamente equilibrado y preservado.*

ARTÍCULO 35. (DERECHO A LA FAMILIA)

I. Las niñas, niños y adolescentes tienen derecho a vivir, desarrollarse y educarse en un ambiente de afecto y seguridad en su familia de origen o excepcionalmente, cuando ello no sea posible o contrario a su interés superior, en una familia sustituta que le asegure la convivencia familiar y comunitaria.

II. La niña, niño o adolescente no será separado de su familia, salvo circunstancias excepcionales definidas por este Código y determinadas por la Jueza o Juez Público en materia de Niñez y Adolescencia, previo proceso y con la finalidad de protegerlo.

ARTÍCULO 115. (DERECHO A LA EDUCACIÓN)

I. Las niñas, niños y adolescentes tienen derecho a la educación gratuita, integral y de calidad, dirigida al pleno desarrollo de su personalidad, aptitudes, capacidades físicas y mentales.

II. Las niñas, niños y adolescentes tienen derecho a una educación de calidad y calidez, intracultural, intercultural y plurilingüe, que les permita su desarrollo integral diferenciado, les prepare para el ejercicio de sus derechos y ciudadanía, les inculque el respeto por los derechos humanos, los valores interculturales, el cuidado del medio ambiente y les cualifique para el trabajo.

ARTÍCULO 119. (DERECHO A LA INFORMACIÓN)

I. La niña, niño o adolescente tiene derecho a recibir, buscar y utilizar todo tipo de información que sea acorde con su desarrollo. El Estado en todos sus niveles, las madres, los padres, guardadoras o guardadores, tutoras o tutores, tienen la obligación de asegurar que las niñas, niños y adolescentes reciban información veraz, plural y adecuada a su desarrollo.

II. El Estado deberá establecer normativas y políticas necesarias para garantizar el acceso, obtención, recepción, búsqueda, difusión de información y emisión de opiniones por parte de niñas, niños o adolescentes, mediante cualquier medio tecnológico y la debida protección legal, para asegurar el respeto de sus derechos.

III. Los medios de comunicación están obligados a contribuir a la formación de la niña, niño o adolescente, brindando información de interés social y cultural, dando cobertura a las necesidades informativas y educativas de esta población, promoviendo la difusión de los derechos, deberes y garantías establecidos en el presente Código, a través de espacios gratuitos, de forma obligatoria. Asimismo deberán emitir y publicar programas y secciones culturales, artísticos, informativos y educativos plurilingües, así como en lenguaje alternativo, dirigidos a la niña, niño o adolescente, de acuerdo a reglamentación.

ARTÍCULO 120. (DERECHO A LA CULTURA). *La niña, niño y adolescente tiene derecho a:*

a. Que se le reconozca, respete y fomente el conocimiento y la vivencia de la cultura a la que pertenece o con la que se identifica;

b. Participar libre y plenamente en la vida cultural y artística de acuerdo a su identidad y comunidad.

ARTÍCULO 121. (DERECHO A RECREACIÓN, ESPARCIMIENTO, DEPORTE Y JUEGO)

I. Las niñas, niños y adolescentes tienen derecho a la recreación, esparcimiento, deporte y juego.

II. *El ejercicio de estos derechos debe estar dirigido a garantizar el desarrollo integral de la niña, niño y adolescente, y a fortalecer los valores de solidaridad, tolerancia, identidad cultural y conservación del ambiente.*

III. *El Estado en todos sus niveles, promoverá políticas públicas con presupuesto suficiente dirigidas a la creación de programas de recreación, esparcimiento y juegos deportivos dirigidos a todas las niñas, niños y adolescentes, especialmente a quienes se encuentran en situación de discapacidad.*

IV. *Las instancias responsables de la construcción de infraestructuras educativas, deportivas, recreativas y de esparcimiento, deberán aplicar parámetros técnicos mínimos de accesibilidad para que las niñas, niños y adolescentes en situación de discapacidad, puedan ejercer y gozar plenamente y en igualdad de condiciones de todos sus derechos reconocidos en el presente Código.*

ARTÍCULO 122. (DERECHO A OPINAR)

I. *La niña, niño o adolescente, de acuerdo a su edad y características de la etapa de su desarrollo, tiene derecho a expresar libremente su opinión en asuntos de su interés y a que las opiniones que emitan sean tomadas en cuenta.*

II. *Las opiniones pueden ser vertidas a título personal o en representación de su organización, según corresponda.*

ARTÍCULO 123. (DERECHO A PARTICIPAR)

I. *Las niñas, niños y adolescentes tienen derecho a participar libre, activa y plenamente en la vida familiar, comunitaria, social, escolar, cultural, deportiva y recreativa, así como a la incorporación progresiva a la ciudadanía activa, en reuniones y organizaciones lícitas, según su edad e intereses, sea en la vida familiar, escolar, comunitaria y, conforme a disposición legal, en lo social y político.*

II. *El Estado en todos sus niveles, las familias y la sociedad, garantizarán y fomentarán oportunidades de participación de las niñas, niños y adolescentes en condiciones dignas.*

ARTÍCULO 124. (DERECHO DE PETICIÓN). *Las niñas, niños y adolescentes tienen derecho a efectuar de manera directa peticiones, individual o colectivamente, de manera oral o escrita ante cualquier entidad pública o privada sin necesidad de representación, y a ser respondidos oportuna y adecuadamente.*

ARTÍCULO 126. (DERECHO A LA PROTECCIÓN EN EL TRABAJO)

I. *Las niñas, niños y adolescentes tienen derecho a estar protegidas o protegidos por el Estado en todos sus niveles, sus familias y la sociedad, en especial contra la explotación económica y el desempeño de cualquier actividad laboral o trabajo que pueda entorpecer su educación, que implique peligro, que sea insalubre o atentatorio a su dignidad y desarrollo integral.*

II. *El Estado en todos sus niveles, ejecutará el Programa de Prevención y Protección Social para Niñas, Niños y Adolescentes menores de catorce (14) años en actividad laboral, con proyectos de protección social para apoyar a las familias que se encuentren en extrema pobreza.*

III. *El derecho a la protección en el trabajo comprende a la actividad laboral y al trabajo que se desarrolla por cuenta propia y por cuenta ajena.*

ARTÍCULO 141. (DERECHO A LA LIBERTAD). *La niña, niño y adolescente, tiene derecho a la libertad personal, sin más límites que los establecidos en la Constitución Política del Estado y en el presente Código. No pueden ser privados de ella ilegal o arbitrariamente. Asimismo tienen derecho a:*

a. *Libertad de transitar por espacios públicos sin más restricciones que las establecidas por disposición legal y las facultades que corresponden a su madre, padre, guardadora o guardador y tutora o tutor;*
b. *Libertad de pensamiento, conciencia, opinión y expresión;*
c. *Libertad de creencia y culto religioso;*
d. *Libertad de reunión con fines lícitos y pacíficos;*
e. *Libertad de manifestación pacífica, de conformidad con la ley, sin más límites que las facultades legales que corresponden a su madre, padre, guardadora o guardador y tutora o tutor;*
f. *Libertad para organizarse de acuerdo a sus intereses, necesidades y expectativas para canalizar sus iniciativas, demandas y propuestas;*
g. *Libertad para asociación con fines sociales, culturales, deportivos, recreativos, religiosos, económicos, laborales, políticos o de cualquier otra índole, siempre que sean de carácter lícito; y*
h. *Libertad para expresar libremente su opinión y difundir ideas, imágenes e información de todo tipo, ya sea oralmente, por escrito o por cualquier otro medio.*

ARTÍCULO 142. (DERECHO AL RESPETO Y A LA DIGNIDAD)

I. *La niña, niño y adolescente, tiene derecho a ser respetado en su dignidad física, psicológica, cultural, afectiva y sexual.*
II. *Si la o el adolescente estuviere sujeto a medidas socio-educativas privativas de libertad, tiene derecho a ser tratada y tratado con el respeto que merece su dignidad. Gozan de todos los derechos y garantías establecidos en la Constitución Política del Estado, sin perjuicio de los establecidos a su favor en este Código; salvo los restringidos por las sanciones legalmente impuestas.*

ARTÍCULO 143. (DERECHO A LA PRIVACIDAD E INTIMIDAD FAMILIAR)

I. *La niña, niño y adolescente tiene derecho a la privacidad e intimidad de la vida familiar.*
II. *La privacidad e intimidad familiar deben ser garantizados con prioridad por la familia, el Estado en todos sus niveles, la sociedad, y los medios de comunicación.*

ARTÍCULO 144. (DERECHO A LA PROTECCIÓN DE LA IMAGEN Y DE LA CONFIDENCIALIDAD)

I. *La niña, niño y adolescente tiene derecho al respeto de su propia imagen.*
II. *Las autoridades judiciales, servidoras y servidores públicos, y el personal de instituciones privadas tienen la obligación de mantener reserva y resguardar la identidad de la niña, niño y adolescente, que se vea involucrado en cualquier tipo de proceso y de restringir el acceso a la documentación sobre los mismos, salvo autorización expresa de la autoridad competente.*
III. *Cuando se difundan o se transmitan noticias que involucren a niñas, niños o adolescentes, los medios de comunicación están obligados a preservar su identificación, así como la de su entorno familiar, en los casos que afectare su imagen o integridad.*

IV. *Las instancias competentes podrán establecer formatos especiales de difusión, de acuerdo a reglamento.*

ARTÍCULO 145. (DERECHO A LA INTEGRIDAD PERSONAL)

I. *La niña, niño y adolescente, tiene derecho a la integridad personal, que comprende su integridad física, psicológica y sexual.*

II. *Las niñas, niños y adolescentes, no pueden ser sometidos a torturas, ni otras penas o tratos crueles, inhumanos o degradantes.*

III. *El Estado en todos sus niveles, las familias y la sociedad, deben proteger a todas las niñas, niños y adolescentes contra cualquier forma de explotación, maltrato, abuso o negligencia que afecten su integridad personal.*

ARTÍCULO 146. (DERECHO AL BUEN TRATO)

I. *La niña, niño y adolescente tiene derecho al buen trato, que comprende una crianza y educación no violenta, basada en el respeto recíproco y la solidaridad.*

II. *El ejercicio de la autoridad de la madre, padre, guardadora o guardador, tutora o tutor, familiares, educadoras y educadores, deben emplear métodos no violentos en la crianza, formación, educación y corrección. Se prohíbe cualquier tipo de castigo físico, violento o humillante.*

ARTÍCULO 148. (DERECHO A SER PROTEGIDAS Y PROTEGIDOS CONTRA LA VIOLENCIA SEXUAL)

I. *La niña, niño y adolescente tiene derecho a ser protegida o protegido contra cualquier forma de vulneración a su integridad sexual. El Estado en todos sus niveles, debe diseñar e implementar políticas de prevención y protección contra toda forma de abuso, explotación o sexualización precoz de la niñez y adolescencia; así como garantizar programas permanentes y gratuitos de asistencia y atención integral para las niñas, niños y adolescentes abusados, explotados y erotizados.*

II. *Son formas de vulneración a la integridad sexual de niñas, niños y adolescentes, las siguientes:*

   a. *Violencia sexual, que constituye toda conducta tipificada en el Código Penal que afecte la libertad e integridad sexual de una niña, niño o adolescente;*

   b. *Explotación sexual, que constituye toda conducta tipificada en el Código Penal, consistente en cualquier forma de abuso o violencia sexual, con la finalidad de obtener algún tipo de retribución;*

   c. *Sexualización precoz o hipersexualización, que constituye la sexualización de las expresiones, posturas o códigos de la vestimenta precoces, permitiendo o instruyendo que niñas, niños o adolescentes adopten roles y comportamientos con actitudes eróticas, que no corresponden a su edad, incurriendo en violencia psicológica; y*

   d. *Cualquier otro tipo de conducta que vulnere la integridad sexual de niñas, niños y adolescentes.*

III. *Las niñas y adolescentes mujeres gozan de protección y garantía plena conforme a previsiones del Articulo 266 del Código Penal, de forma inmediata.*

ARTÍCULO 157. (DERECHO DE ACCESO A LA JUSTICIA)

I. *Las niñas, niños y adolescentes, tienen el derecho a solicitar la protección y restitución de sus derechos, con todos los medios que disponga la ley, ante cualquier persona, entidad u organismo público o privado.*

II. *Toda protección, restitución y restauración de los derechos de la niña, niño y adolescente, debe ser resuelta en ámbitos jurisdiccionales y no jurisdiccionales, mediante instancias especializadas y procedimientos ágiles y oportunos.*

III. *Las niñas, niños y adolescentes, tienen el derecho de acudir personalmente o a través de su madre, padre, guardadora o guardador, tutora o tutor, ante la autoridad competente, independiente e imparcial, para la defensa de sus derechos y que ésta decida sobre su petición en forma oportuna.*

IV. *La preeminencia de los derechos de la niña, niño y adolescente, implica también, la garantía del Estado de procurar la restitución y restauración del derecho a su integridad física, psicológica y sexual. Se prohíbe toda forma de conciliación o transacción en casos de niñas, niños o adolescentes víctimas de violencia.*

¿Qué son los deberes humanos?

Los deberes, son normas que establece el Estado, a través de la Constitución Política del Estado y otras leyes, su reconocimiento y cumplimiento es obligatorio para todos los/las habitantes del territorio nacional. Es decir, son las obligaciones jurídicas impuestas por el Estado a través de normas generales, obligatorias y de orden público. Son generales porque llegan a la sociedad en su conjunto; son obligatorias porque se puede hacer uso de la fuerza pública para que se cumplan; y son de orden público porque son irrenunciables, sean estos respecto a derechos u obligaciones.

Los deberes de los adolescentes se relacionan:

- **Con el Estado:**

  Este se refiere a acatar la constitución política del estado y las leyes del país, defender los valores democráticos y la dignidad nacional, participar en las instancias públicas con responsabilidad. Coadyuvar con el pleno ejercicio de la justicia.

- **Con la sociedad:**

  Tiene relación con respetar los derechos de los demás, participar y asumir colectiva e individualmente en tareas y acciones relativas a su desarrollo integral. Defender y respetar los derechos humanos. Actuar en el marco de la solidaridad, tolerancia y equidad de género. Participar en la vida política, económica, social y cultural de país. En el marco de los valores y principios democráticos. En este marco se encuentra la familia.

- **Con la naturaleza:**

  Se refiere a resguardar y proteger la sostenibilidad de su entorno ecológico. Proteger y resguardar la calidad de un medio ambiente saludable.

Protección laboral de los/las Adolescentes:



El trabajo es un derecho que tienen los/as adolescentes, al igual que el derecho a la seguridad social, es decir, a recibir atención médica gratuita de acuerdo con los artículos 14, 15, 16 y 17 del CODIGO NIÑO, NIÑA Y ADOLESCENTE (CNNA), y la LEY GENERAL DEL TRABAJO (LJT). Para el ejercicio de este derecho no es necesario tener un sueldo fijo. Este derecho no se ejerce debido a que no todos/as los/as adolescentes conocen; incluso lo desconocen los propios funcionarios del sistema de salud. Esto se da por la falta de políticas que promuevan el ejercicio de este derecho.

Las y los adolescentes menores de 18 años y mayores de 14 son quienes mayormente trabajan, sin embargo no pueden realizar los mismos trabajos que las personas mayores de edad. No pueden trabajar en horarios nocturnos. Los empleadores deben asegurarse de que los y las adolescentes trabajadores/as tengan horas libres para poder estudiar y divertirse. Según la Ley General del Trabajo y el Código Niño, Niña y Adolescente, queda prohibida toda forma de trabajo de los niños, niñas y adolescentes menores de 14 años.

En el artículo 157 de Código Niña/a y adolescentes plantea lo deberes fundamentales que se debe cumplir en la adolescencia. Este articulo plantea que el/la adolescente tiene el deber de mantener una actitud de respeto en la vida de relación familiar, educativa y social, así como de emplear sus energías físicas e intelectuales en la adquisición de conocimientos y desarrollo de sus habilidades y aptitudes. Especialmente deberán cumplir:

- Asumir su responsabilidad como sujeto activo en la construcción de la sociedad.
- Defender, cumplir y preservar sus derechos y los derechos de los demás.
- Respetar y preservar el patrimonio pluricultural y multiétnico que constituyen la identidad nacional.
- Defender y preservar las riquezas naturales y la ecología del país.

Estos deberes pueden traducirse en:

- Respetar y obedecer a sus padres, maestros y a todas las personas, siempre que sus órdenes no lesionen los derechos o contravengan las leyes.
- Respetar los derechos, ideas, opiniones y costumbres de los demás, aunque no sean iguales a las nuestras.

- Cuidar, en la medida de sus posibilidades, a sus ascendientes en su enfermedad y ancianidad.
- Respetar las leyes que rigen la sociedad, tener buena conducta en la escuela y portarse bien en casa.
- Cuidar y respetar su vida y su salud que tiene relación con respetarse a sí mismos/as. Nuestro cuerpo, nuestro pensamiento y nuestros sentimientos son lo más importante que tenemos.
- Conservar el medio ambiente.
- Prestar, en la medida de sus posibilidades, el servicio social o ayuda comunitaria, cuando las circunstancias así lo exijan.

Normativas a nivel internacional que protegen los derechos de las/os adolescentes

Todos los países del planeta Tierra poseen normas que protegen a sus ciudadanos, principalmente a los/as niños/as y adolescentes de diversas actividades que van en contra de su formación e integridad. En este sentido, es oportuno conocer las normas internacionales y nacionales que amparan los derechos fundamentales de la adolescencia, normas que en muchos casos son desconocidas por los/as ciudadanos/as, autoridades, operadores de servicios, maestros/as, etc. Esta situación provoca que se vea como normal la violación de los derechos de los/as adolescentes. Por ejemplo: vemos a diario niños y adolescentes que trabajan en condiciones no favorables para su salud, reciben maltrato familiar, son abusados/as sexualmente, son maltratada/os en espacios de atención pública y privada, son expulsadas del colegio cuando están embarazadas, no pueden acceder a métodos anticonceptivos para prevenir el embarazo adolescente y otras situaciones.

Norma Internacional protege los derechos de las/os adolescentes: En esta se identifica a:

- Declaración de los derechos del niño: También llamada la Declaración de Ginebra, aprobada el 16 de septiembre de 1924 en la Liga de las Naciones. Es el primer tratado internacional sobre los Derechos de los Niños. A lo largo de cinco capítulos, la Declaración otorga derechos específicos a los niños y adolescentes, así como responsabilidades a los adultos.
- Convención sobre los derechos del niño: Aprobada por la Asamblea General de las Naciones Unidas el 20 de Noviembre de 1989, es un tratado internacional de las Naciones Unidas por el que los estados acatan los derechos del niño. La convención está compuesta por 54 artículos que consagran el derecho a la protección de la sociedad y el gobierno, el derecho de los menores de 18 años a desarrollarse en medios seguros y a participar activamente en la sociedad. La Convención de los Derechos del Niño reconoce a los niños como sujetos de derecho, pero convierte a los adultos en sujetos de responsabilidades. Por ejemplo, en su artículo 28 reconoce el derecho a la educación del niño/a.

- Convención para la eliminación de todas las formas de discriminación hacia la mujer.
- Convenio Nª 138 – OIT, relativo a la edad mínima de admisión al empleo.
- Convenio Nª 182 – OIT recomendación 190 – OIT, relativos a la prohibición de la peores formas de trabajo infantil y la acción inmediata para su eliminación.
- Convención interamericana sobre obligaciones alimentarías.
- Convención interamericana sobre tráfico internacional de menores.
- Protocolo facultativo de la convención sobre los derechos del niño, relativo a la participación de niños en los conflictos armados – Protocolo facultativo de la convención sobre los derechos del niño, relativo a la venta de niños, la prostitución infantil y la utilización de niños en la pornografía.

Normativas a nivel nacional que protegen los derechos de las/os adolescentes:

Desde que la Asamblea General de las Naciones Unidas aprobó en noviembre de 1989, la Convención Internacional sobre los Derechos del Niño (CDN) en Bolivia promulgó el 27 de octubre de 1999 el nuevo Código del Niño, Niña y Adolescente (CNNA), el país ha recorrido un largo camino en la lucha por la defensa de los derechos de la niñez y la adolescencia. Un camino en el que han participado diversos sectores de la sociedad y diferentes instancias del Estado. Este texto supone un antes y un después en el tratamiento jurídico de la infancia. Frente a la vieja teoría de la "situación irregular", la nueva doctrina de la "protección integral" consagra la consideración de todos los niños, niñas y adolescentes como sujetos de derechos y no como simples objetos de compasión o represión.

Bolivia fue el octavo país del mundo en ratificar la Convención, en mayo de 1990, incorporándola a su ordenamiento jurídico como Ley de la República, y por tanto, directamente aplicable. No obstante, dado el carácter general de la norma internacional, se hizo necesario adaptar la legislación boliviana a esta nueva visión.

Primeras reformas legales:

- Como consecuencia, en 1992 se aprobó el Código del Menor. Este fue un primer avance en la adecuación de la ley de la niñez y la adolescencia a la Convención sobre los Derechos del Niño. Sin embargo, en el Código del Menor todavía existía todo un resabio de la protección irregular.
- Después de tres años de su entrada en vigor, se inició un proceso de revisión del Código del Menor, sobre todo por parte de las Instituciones y la sociedad civil más comprometida con la infancia. De esta forma, a partir de los años 1995-1996 nuevamente se empezó a elaborar un nuevo proyecto de ley en trabajos de equipos interinstitucionales, para que realmente se cumpliera la adecuación de la legislación boliviana a la Convención.
- Otro documento importante que impulsó la revisión del Código del Menor fue el primer informe del Comité de los Derechos del Niño: "El Comité recomienda que el Estado parte

adopte todas las medidas a su alcance para garantizar que el actual proceso de reforma de su legislación sobre los derechos del niño se ajuste plenamente a los principios y disposiciones de la Convención".

El Código del Niño, Niña y Adolescente:

Como iniciativa de diversas instituciones se presentó una propuesta de modificación del Código del Menor con una amplísima participación de la sociedad y de las diferentes instancias del Estado. El 27 de octubre de 1999 se promulgó el nuevo Código del Niño, Niña y Adolescente.

El nuevo Código del Niño, Niña y Adolescente utiliza los términos "niño, niña y adolescente" en lugar del término "menor". La adopción de este título responde a la necesidad de superar el carácter peyorativo que se le ha dado al "menor" en Latinoamérica.

La norma que protege a los/as adolescentes es el Código Niño, Niña y Adolescente, actualmente en proceso de revisión y modificación. Esta norma se complementa con otras normas que se detallan a continuación:

- Ley de Protección Legal a Niñas/os y Adolescentes, promulgada el 8 de noviembre de 2010. La presente Ley tiene por fundamento constitucional los Artículos 60 y 61 de la Constitución Política del Estado en cuanto la función primordial del Estado de proteger a la niñez y la adolescencia. Su fin es proteger la vida, la integridad física, psicológica y sexual, la salud y seguridad de todas las Niñas, los Niños y Adolescentes.

  Esta ley promueve las modificaciones al código penal en artículos como: Substracción de una Niña, Niño, Adolescente o Jurídicamente Incapaz, Inducción a la Fuga de una Niña, Niño, Adolescente o Jurídicamente Incapaz, homicidio, lesiones graves, Lesión Seguida de Muerte, Contagio de Enfermedades de Transmisión Sexual o VIH SIDA, Abandono de Niñas o Niños, Violación en Estado de Inconsciencia, Estupro, Abuso Deshonesto, proxenetismo, Pornografía de Niñas, Niños o Adolescentes y de Personas Jurídicamente Incapaces.

- Ley de protección a las niñas, niños y adolescentes víctimas de violencia sexual en la familia, promulgada el 25 de agosto 2010.
- Ley del Sistema Nacional de Seguridad Ciudadana para Una Vida Segura.
- Ley Integral Contra la Trata y Tráfico de Personas.
- Ley integral contra todas las formas de violencia hacia las mujeres.

Atribuciones de instancias de denuncia que intervienen en la defensa de los derechos de las/os adolescentes según el Código Niño/a y Adolescente

El Código Niña/o Adolescente plantea que las instancias responsables de denuncia son las siguientes:

- Comisión municipal de la niñez y adolescencia: Cada Concejo Municipal debe tener conformado una Comisión Municipal de la Niñez y la Adolescencia como instancia propositiva, consultiva y fiscalizadora de las políticas y acciones de protección en favor de niños, niñas y adolescentes. Sus atribuciones son las siguientes:
  - Cada Comisión Municipal contará con la participación de representantes de instituciones de la sociedad civil que estén relacionadas directamente con las actividades de prevención, atención, protección y defensa de la niñez y adolescencia de su jurisdicción.
  - Formular y poner a consideración del Honorable Concejo Municipal políticas de protección y defensa para la niñez y adolescencia de su jurisdicción;
  - Fiscalizar la ejecución de las políticas, acciones y programas de protección y defensa de niños, niñas y adolescentes
- Juzgados: El personal de los juzgados está constituido por el Juez de la Niñez y Adolescencia, por un secretario abogado, un auxiliar, un oficial de diligencias y un Equipo Interdisciplinario de apoyo y asesoramiento, conformado de acuerdo con el presente Código.

  El Juez de la Niñez y Adolescencia conocerá y decidirá acciones para lograr la plena vigencia de los derechos individuales, del niño, niña o adolescente de acuerdo con las siguientes atribuciones:

  - Conocer y resolver la suspensión, pérdida y extinción de la autoridad paterna.
  - Conocer y decidir las solicitudes de Guarda, Tutela, Adopción Nacional e Internacional y llevar un registro documentado de los sujetos de la adopción.
  - Colocar al niño, niña o adolescente bajo el cuidado de sus padres, tutores, guardadores o parientes responsables, excepto en casos de divorcio o separación judicial.
  - Conocer y resolver las denuncias planteadas sobre actos que pongan en peligro la salud o desarrollo físico, moral del niño, niña o adolescente, adoptando las medidas necesarias, siempre que estas denuncias no estén tipificadas como delitos en la legislación penal.
  - Conocer y resolver los requerimientos del Ministerio Público, para el procesamiento de infracciones atribuidas a adolescentes.
  - Disponer las medidas necesarias para el tratamiento, atención y protección del niño, niña o adolescente en las situaciones que dispone este Código.
  - Aplicar medidas a los padres o responsables
  - Conocer y resolver las irregularidades en que incurran las entidades de atención de la niñez y adolescencia, aplicando las medidas que correspondan.
  - Inspeccionar semanalmente, por sí mismo y en coordinación con instituciones gubernamentales o privadas, los recintos policiales, centros de detención y privación de libertad y los establecimientos destinados a la protección y asistencia de la niñez

y adolescencia, adoptando las medidas que estime pertinentes.

- Aplicar sanciones administrativas, en caso de infracciones a normas de protección establecidas en este Código.
- Disponer las medidas cautelares que fueren necesarias y emitir los Mandamientos de Ley.

- Defensorías de la Niñez y Adolescencias. Las Defensorías de la Niñez y Adolescencia son un servicio municipal gratuito de protección y defensa socio-jurídica dependiente de cada Gobierno Municipal. Constituye la instancia promotora que vela por la protección y el cumplimiento de los derechos de los niños, niñas y adolescentes establecidos por este Código y otras disposiciones:

  Sus atribuciones son:

  - Intervenir, cuando se encuentren en conflictos los derechos de niños, niñas o adolescentes con los padres, tutores, responsables o terceras personas, para hacer prevalecer su interés superior.
  - Presentar denuncia ante las autoridades competentes por infracciones o delitos cometidos en contra de los derechos de niños, niñas y adolescentes e intervenir en su defensa en las instancias administrativas o judiciales sin necesidad de mandato expreso.
  - Conocer la situación de niños, niñas y adolescentes que se encuentren en instituciones públicas o privadas y centros o locales de su jurisdicción, donde trabajen, vivan o concurran niños, niñas y adolescentes y, en su caso, impulsar las acciones administrativas que fueren necesarias para la defensa de sus derechos.
  - Brindar orientación interdisciplinaria a las familias, para prevenir situaciones críticas y promover el fortalecimiento de los lazos familiares.
  - Disponer las medidas de Protección Social a niños, niñas y adolescentes, previstas por este cuerpo legal.
  - Promover la difusión y defensa de los derechos de la niñez y adolescencia con la participación de la comunidad en estas acciones.
  - Velar por el cumplimiento de las sanciones municipales a locales públicos, bares, centros de diversión, espectáculos públicos, lugares de trabajo y otros, que contravengan disposiciones relativas a la integridad moral y física de los niños, niñas y adolescentes.

- Ministerio Público: Los Fiscales de la Niñez y Adolescencia desempeñan sus funciones en los asientos donde funcionan Juzgados de la Niñez y la Adolescencia. En caso de ausencia, falta o impedimento de los Fiscales de la Niñez y la Adolescencia, serán reemplazados por los Fiscales de Partido de Familia. Son atribuciones del Fiscal de la Niñez y la Adolescencia, además de las generales establecidas por Ley:

  - Concertar la remisión antes de iniciar el proceso, y en caso de estar iniciado, requerir ante el Juez la remisión, como forma de exclusión del proceso.

- Dirigir el levantamiento de diligencias de policía judicial en los casos de adolescentes infractores en conflicto con la Ley penal.
- Requerir la presencia y/o información de personas naturales o jurídicas, en los casos establecidos por el presente Código. En caso de inasistencia de los mismos a los actos procesales, ordenará su presencia bajo apercibimiento de Ley.
- Requerir la estricta aplicación de sanciones administrativas ante la autoridad competente, a quienes hubieran violado las normas que protegen al niño, niña o adolescente, sin perjuicio de promover la responsabilidad civil o penal.



"No hay obligación más sagrada que la que el mundo tiene para con los niños/as y adolescentes. No hay deber más importante que velar porque sus derechos sean respetados, su bienestar esté protegido, sus vidas estén libres de temores y necesidades y puedan crecer en paz"
Kofi Annan

4.2. DERECHOS HUMANOS Y DERECHOS SEXUALES Y DERECHOS REPRODUCTIVOS DE LOS Y LAS JÓVENES

Características: Los derechos humanos tienen el carácter de:

- Universales: Que se aplica (o debería) aplicarse a todas y todos los seres humanos sin distinción de ninguna índole.
- Inalienables: Que son irrenunciables.
- Indivisibles: Que no se pueden separar uno del otro, y uno no es más importante que otro, no hay una clasificación de qué derecho prima sobre otro.
- Interdependientes: Que todos los derechos humanos están vinculados.
- Progresivos: Que tienden a avanzar, es decir, que lo conquistado ya no puede retroceder, ni puede prescribirse, ni en su eficacia, ni en los procedimientos para conservarlo y cumplirlo.
- Imprescriptibles: Que tienen permanencia en el tiempo, por lo que no pueden desaparecer o cesar en su re-conocimiento.

Los derechos humanos son normas básicas que deben ser exigidas y cumplidas por cualquier ser humano por el sólo hecho de serlo.

Las normas sobre DD.HH. aparecieron como generaciones destinadas a tratar temas específicos, por lo que se clasifican en de Primera, Segunda y Tercera generación.[6] Los DD.HH. se clasifican artificialmente y para fines explicativos siguiendo el proceso evolutivo que tuvieron, pero en su conjunto representan una sola unidad.

Primera Generación: Derechos Humanos civiles y políticos. Los DD.HH. civiles y políticos son los más conflictivos. Están referidos a la libertad de las personas y al ejercicio de autoridad. Se refieren a la libertad de la persona a la vida, la seguridad, la integridad y los derechos de participación individual en la formación de los poderes del Estado (participación pública).

Segunda Generación: Derechos Humanos económicos, sociales y culturales. Estos DD.HH. están relacionados más con la dignidad humana de tener derecho a la vida, derivando su derecho en el acceso al empleo, al salario justo, a la educación.

Tercera Generación: Derechos Humanos de solidaridad y de los pueblos. Da impulso a los DD.HH. colectivos de los pueblos. Determina el derecho al desarrollo armónico, el derecho a la autodeterminación nacional, el derecho a la paz, el derecho a un medio ambiente sano, que en definitiva es la seguridad para lograr las condiciones de convivencia pacífica.

Derechos sexuales y derechos reproductivos

Son derechos humanos, y como tales mantienen el carácter de indivisibles, irrenunciables, interdependientes y progresivos. Los derechos sexuales son derechos de autodeterminación, que suponen "un reconocimiento de autodeterminación en la integridad corporal para asumir el derecho de goce".

Los derechos reproductivos son derechos sociales y económicos, en los que existe la tutela del Estado, cuya condición de tutela debería contemplar, sin restricciones, políticas de planificación familiar, de anticoncepción, políticas de interrupción voluntaria del embarazo, de salud reproductiva.



La Conferencia de El Cairo (ICPD, 94) señaló nuevos rumbos y significó fundamentalmente un cambio de paradigmas en relación a los temas de población. Se introdujo el concepto de Salud Reproductiva y Derechos Reproductivos de las personas como un Derecho Humano, desligándose los temas de población de la dimensión exclusivamente demográfica para introducirlos en el campo de la Salud, la Educación y los Derechos.

6 Documento de trabajo, Farit Rojas/Católicas por el Derecho a Decidir, abril 2010, Bolivia

A partir de Cairo, las políticas de población ya no priorizarán el control de la natalidad y planificación familiar, sino estarán en su concepción asociadas al desarrollo de políticas intersectoriales. Esto significa que la Salud Reproductiva será entendida en términos de derechos de las personas a:

Derechos Reproductivos

1. Decidir sobre el número y espaciamiento de hijos/as en función de sus necesidades, deseos y expectativas.
2. Acceder a métodos anticonceptivos seguros y de calidad.
3. Acceder a servicios de Salud Reproductiva integrales y de calidad.
4. Acceder a información clara y precisa sobre su cuerpo, sus funciones y procesos reproductivos, que le permitan tomar decisiones, faciliten los procesos de autoconocimiento y autocuidado.
5. No ser discriminada/o por sus opciones reproductivas.
6. El derecho a la maternidad libremente decidida.
7. El derecho a recibir orientación, atención integral y tratamiento técnico profesional durante el embarazo, parto, puerperio y lactancia.
8. El derecho a la autonomía e integridad corporal. Incluye el derecho de la mujer a tomar sus decisiones libres relativas a su sexualidad y reproducción sin sufrir discriminación, criminalización, coacción y violencia. El derecho a la autonomía e integridad corporal de la mujer incluye el derecho a la interrupción voluntaria del embarazo.
9. El derecho de las mujeres a no ser discriminadas en el trabajo o el estudio por razón de embarazo, maternidad y/o interrupción del embarazo.
10. El derecho a acceder a la orientación, prevención y tratamiento de problemas de infertilidad, infecciones de transmisión sexual, cáncer cérvicouterino, mamario y prostático.
11. Acceso a nuevas tecnologías reproductivas.



En el marco de ICPD, la Salud Reproductiva y los Derechos Reproductivos incluyen la Salud Sexual y los Derechos Sexuales. La Conferencia Internacional sobre la Mujer en Beijing destacará la Salud Sexual y los Derechos Sexuales como Derechos Humanos. De forma que los Derechos Sexuales de las mujeres en particular y de las personas en general se referirán a:

Derechos Sexuales

1. El derecho al conocimiento del propio cuerpo, sus procesos y funciones sexuales y reproductivas.
2. El derecho a la no discriminación en función de la orientación sexual.
3. El derecho a disfrutar de una vida sexual libre de violencia y/o coerción sexual.
4. El derecho a la información y educación en sexualidad.
5. El derecho a servicios de Salud Sexual y Salud Reproductiva accesibles, adecuados y de calidad.
6. El derecho a gozar una sexualidad placentera, libremente decidida y consentida, sin más límites que los derechos de otras personas.
7. El derecho a la integridad corporal y la autonomía en el control del cuerpo, la imagen y la identidad individual.
8. El derecho a la expresión de su sexualidad, su orientación sexual e identidad de género en el espacio social, el campo político y específicamente en la participación política, en la formación, ejercicio y control de los Órganos de Poder.
9. El derecho a alcanzar el más alto nivel de goce y placer sexual.
10. El derecho a elegir sus parejas y prácticas sexuales sin más límite que los derechos de otras personas.
11. El derecho de todo ser humano a una vida sexual previniendo los riesgos de! embarazo no deseado.
12. El derecho de alcanzar el más alto nivel de salud sexual.
13. El derecho a la confidencialidad en la atención de la sexualidad.
14. El derecho de acceder a una educación integral para la vida afectiva y sexual desde temprana edad posibilitando, el bienestar, el desarrollo de la persona y el ejercicio de la sexualidad en forma plena, libre e informada.

En este sentido, los Derechos Sexuales y Reproductivos deben orientar, propiciar y proteger las prácticas responsables, libres e informadas de las personas, siendo universalmente aceptadas al contextualizarse bajo el principio de equidad en las relaciones entre hombres y mujeres, de manera que puedan cumplir eficaz y eficientemente un papel de garantía y beneficio, simbólico y práctico para ambos y para cada uno de los componentes de una pareja.

En nuestro país, la propuesta de Ley Marco sobre Derechos Sexuales y Reproductivos (la cual aún no fue aprobada) destaca a la sexualidad ligada al placer y no eminentemente a la reproducción. Además es importante el énfasis que se hace en relación al acceso a los servicios, sin

discriminación y en confidencialidad, además de la necesidad de incorporar estas temáticas de forma efectiva en los ámbitos educativos, como una forma de combatir los estereotipos y las actitudes contrarias al respeto a los derechos humanos. Sin embargo, aunque constituyen un avance en su proposición, queda de manera inmanente la sensación de la sexualidad como reducida o extremadamente vinculada a las relaciones sexuales coitales, no identificando la sexualidad en su verdadera dimensión.

Esta situación hace que en la praxis vayan a existir muchos vacíos legales, en función de la dificultad de los organismos estatales y de aquellos llamados a garantizar el ejercicio de los derechos, de poder identificar la sexualidad en sus diversas manifestaciones, tendiendo esto nuevamente a estigmatizar aquellas conductas vinculadas a las relaciones sexuales.



Derechos de los y las jóvenes

Tomamos tres documentos de referencia, el anteproyecto de Ley de Juventudes (Bolivia 2008), la Nueva Constitución Política del Estado y la Convención Iberoamericana de Derechos de la Juventud (2008).

Ley de Juventudes

Artículo 9 (Derechos), Inciso e. Salud. Mediante servicios oportunos, eficientes, especializados, que garanticen su buen estado biológico, fisiológico, psíquico y emotivo.

Artículo 61 (Salud sexual y Reproductiva, paternidad y maternidad): El Estado desarrollará Programas de educación en salud sexual y reproductiva para los y las jóvenes, como una política pública obligatoria en todos los niveles educativos, y promoverá prioritariamente asistencia gratuita y directa en general a la juventud que haya procreado y en particular a las madres jóvenes solteras.

Constitución Política del Estado

Artículo 66: Se garantiza a las mujeres y a los hombres el ejercicio de sus derechos sexuales y sus derechos reproductivos.

Convención Iberoamericana de Derechos de la Juventud

Artículo 23: Derecho a la Educación Sexual

1. Los Estados parte reconocen que el derecho a la educación también comprende el derecho a la educación sexual como fuente del desarrollo personal, afectividad y expresión comunicativa, así como la información relativa a la reproducción y sus consecuencias.
2. La educación sexual se impartirá en todos los niveles educativos y fomentará una conducta responsable en el ejercicio de la sexualidad, orientada a su plena aceptación e identidad, así como a la prevención de las enfermedades de transmisión sexual, el VIH, los embarazos no deseados y el abuso o violencia sexual.

4.3. SER MUJER Y HOMBRE, CUESTIÓN DE GÉNERO

Género vs. sexo

El Género surge como una propuesta alternativa que comprende las desigualdades entre hombres y mujeres como una construcción social y cultural y, por lo tanto, susceptible de cambios y de transformación.

Hace referencia a los roles, responsabilidades y oportunidades asignados al hecho de ser hombre y ser mujer; a las relaciones socioculturales entre mujeres y hombres, y niñas y niños. Son específicos de cada cultura y cambian a lo largo del tiempo, entre otras razones, como resultado de la acción política. En todas las sociedades hay diferencias y desigualdades entre mujeres y hombres respecto a las actividades que realizan, en el acceso y control de los recursos, así como en las oportunidades para tomar decisiones.

¿Qué es Sexo?

Por sexo se entiende a las condiciones biológicas y físicas (cromosomas, genitales externos e internos, estados hormonales y características sexuales secundarias) que conducen a la determinación del sexo masculino o femenino.

¿Qué es Género?

Entonces por género se entiende una serie de atributos y funciones, que van más allá de los biológico/reproductivos, construidos social y culturalmente y que son adjudicados a los sexos, de acuerdo a características corporales, para justificar diferencias y relaciones de opresión entre los mismos.

El género se aprende y se interioriza a través de lo que llamamos socialización. La socialización es un complejo y detallado proceso cultural donde se va conformando la identidad y desarrollando las formas de cómo cada persona valora y actúa en el mundo. Este proceso ocurre a lo largo de la vida; esta perspectiva es reforzada por los padres, maestros, costumbres sociales, cultura, etc.

La construcción social de género

La construcción social de género se refiere a que el aprendizaje de género es un proceso muy temprano; se puede decir que todos pasan por una máquina que los convierte en dos géneros, hombres o mujeres. Esto se da en tres tiempos:

1ro. La atribución de género que se da al nacer (identificación), los seres humanos son receptores de un discurso social que da estereotipos de la masculinidad/feminidad.

2do. El niño o niña construye su identidad de género a medida que se va relacionando, en el proceso de socialización genérica; allí se moldean comportamientos y juicios.

3ro. Entre los 3 a 5 años los niños saben a qué género pertenecen y ya saben lo que tienen que hacer y lo que no se puede hacer, además de cómo se espera que lo hagan.



"Se nace hembra o macho, se hacen mujeres y hombres, es un proceso de enseñanza/aprendizaje que dura toda la vida".

La masculinidad y la feminidad son construidas y se transmiten de generación en generación, siendo consideradas como naturales cuando en realidad pueden cambiar. Esta socialización genérica implica discursos, ideologías y prácticas sociales de género concordantes al discurso dominante en cada sociedad. "La cultura marca a los sexos con el género y el género marca todo lo demás: social, religioso, político, y lo cotidiano". El género forma parte de nuestra identidad individual y social.

Identidad de género

Entonces, la identidad de género es una construcción psíquica, pero no solo es subjetiva; implica también los otros componentes de una persona. Quiere decir que se juegan aspectos sexo-biológicos, como aspectos sociales (creencias, valores, estereotipos de roles, identidades genéricas, relaciones entre hombres y mujeres). La identidad, el quién soy es algo que se adquiere y se construye a lo largo de la vida y por medio de la interacción entre las personas y las instituciones (padres, maestros, iglesia, grupos, radio, TV,). Cada persona construye su realidad externa e interna. La construcción de la identidad es un proceso permanente atravesado por tensiones entre lo que somos, lo que nos dicen que somos y/o tenemos que ser y lo que queremos ser. De tal manera, se puede construir una identidad optada y no forzada.

El género hace referencia a los hombres y las mujeres y a las relaciones de género.

Género no es igual a mujer. El género se refiere a la forma en que la cultura o la sociedad sitúan a hombres o mujeres. El análisis de género no se basa en el estudio de la mujer, sino en los análisis de las normas, derechos, obligaciones y relaciones que sitúan a hombres y mujeres de forma distinta en la sociedad.

Cuando se piensa en la realidad de una persona, hombre o mujer, lo primero que se representa es el entorno en el que viven: su pueblo o ciudad, su pareja, sus hijos, su trabajo, sus intereses y la forma en que emplean su tiempo libre. Todos estos aspectos de su vida están organizados a través de un conjunto de relaciones sociales que determinan la forma en que se hacen las cosas, las actividades necesarias para realizarlas, las personas concretas que deben realizar esas actividades, los recursos que pueden manejar estas personas para llevar a cabo dichas actividades y el control que pueden tener sobre las mismas. Dentro de ese conjunto de relaciones sociales existen normas o relaciones específicas asignadas a las personas por el hecho de ser hombres o mujeres, que se llaman relaciones de género.

Género, raza y clase social

El género no está desligado de otros atributos de la identidad: raza, clase social, edad, orientación sexual, etc.

Poner el acento en la dimensión de género de las personas no significa, en absoluto, dejar de lado otros aspectos fundamentales de la identidad, como la raza, la edad, la clase social, la religión o la orientación sexual. Cuando se piensa en género, se debe hacerlo no aislándolo de estos atributos, porque en la realidad se encuentran entretejidos e interrelacionados. Dentro del grupo genérico "mujeres" y "hombres" se hallan realidades de vida muy diferentes: mujeres y hombres, campesinos y urbanos, negros y blancos, homosexuales y heterosexuales, pobres y afortunados, jóvenes y mayores, y toda la gama intermedia de posibilidades. El género modifica los otros atributos de la identidad personal y social. Hombres y mujeres pueden compartir situaciones de pobreza, de discriminación racial, social, etc., pero la forma en que experimentan estos problemas y las oportunidades para enfrentarlos, son diferentes en función de su género.

Género e interculturalidad



"El género es cambiante y específico de cada cultura. Cambia a lo largo del tiempo"

Es posible que una persona a lo largo de su vida modifique su visión de género y la forma de actuar, simplemente al vivir, porque cambia la persona, cambia la sociedad y con ella pueden transformarse valores, normas y maneras de juzgar los hechos.

Relaciones de Género, relaciones poder



"Las relaciones de Género son Relaciones de Poder"

Las relaciones de género son relaciones de poder que sitúan al conjunto de las mujeres en una posición de desigualdad respecto a los hombres, es decir, de subordinación. Estas relaciones se expresan tanto individual como colectivamente, tanto en el ámbito privado del hogar como en el de las instituciones políticas. Así, por ejemplo, las mujeres en el ámbito del hogar pueden no tener acceso y control independiente sobre recursos económicos o ser objeto de violencia doméstica. Pueden no tener acceso y control sobre medios anticonceptivos o sobre su propio cuerpo. En las instituciones políticas, incluidas las de salud, sus intereses y visiones suelen estar poco representados, o bien pueden tener problemas para hacer oír su

voz. Los hombres, sin embargo, en principio, por el hecho de nacer varones, están legitimados para generar y controlar sus propios recursos, tener una vida independiente y no ocuparse de las tareas del hogar, tienen el derecho y el poder de representarse, de actuar y de hablar en nombre propio.

Por ello, la posición de las mujeres en las relaciones de género se define como subordinada. Ello no significa que todas las mujeres concretas estén sometidas a cada hombre concreto, sino que la organización social de las relaciones de género sitúa al conjunto de las mujeres en una posición de inferioridad respecto del conjunto de los varones. Pueden no tener acceso y control sobre medios anticonceptivos o sobre su propio cuerpo.

GÉNERO Y PODER

- El poder es constitutivo de toda interacción social.
- El poder es intrínseco en los actores sociales.
- El poder es relacional, envuelve relaciones de autonomía y de dependencia.
- El poder permite tanto como limita.
- El poder no solo es dominación sino también resistencia y contra-respuesta de los dominados.
- El poder es entendido como proceso, en cómo los actores construyen rutinariamente, mantienen y también transforman sus relaciones de poder.

¿Qué significa equidad e igualdad entre hombres y mujeres?



"La equidad entre mujeres y hombres implica el hecho de ser justo con ambos"

La equidad conduce a la igualdad. La igualdad entre hombres y mujeres significa que estos tengan el mismo estatuto y opten a las mismas condiciones para realizar plenamente sus derechos humanos, así como las mismas condiciones para contribuir al desarrollo nacional, político, económico, social y cultural y beneficiarse de los resultados. La igualdad es, por tanto, la igual valoración por la sociedad de las similitudes y de las diferencias entre las mujeres y los hombres, y de los roles diferentes asumidos por estos.

La igualdad entre hombres y mujeres se refiere a la igualdad de derechos, responsabilidades y oportunidades de los hombres y las mujeres, de los niños y las niñas.

La igualdad no es un tema de mujeres, sino que debe comprometer tanto a hombres como a mujeres. La igualdad no significa que hombres y mujeres tengan que convertirse en lo mismo sino que sus derechos, sus responsabilidades y oportunidades no dependan de si han nacido varones o mujeres.

La igualdad de género incluye aspectos cuantitativos y cualitativos. Los cuantitativos se refieren a la igual distribución de mujeres y hombres en todas las áreas de la sociedad. Los cualitativos se refieren a la necesidad de otorgar igual peso al conocimiento, experiencia y valores de hombres y mujeres como un medio de enriquecer y dirigir todas las áreas del desarrollo social.

En conclusión, la igualdad y equidad de género plantean desmontar una estructura, es decir, despatriarcalizar y descolonizar; lo que supone embarcarse sistemáticamente en las transformaciones posibles en el ámbito educativo. De ahí que la incorporación de una perspectiva de género en un programa educativo determinado, en el desarrollo de una currícula o de una guía, implica tomar en cuenta las diferencias y las desigualdades existentes entre hombres y mujeres, la resignificación de hitos históricos, y la inclusión de actores y actoras excluidos/as en todo el ciclo del proceso educativo; esto es, diagnóstico, definición de objetivos, selección de contenidos, métodos, recursos didácticos y formas de evaluación. Desarrollar acciones educativas, develando las brechas de género en su dimensión multiétnica y multicultural significa contribuir a una mayor equidad e igualdad social.

4.4. DESCUBRIENDO MI CUERPO DESDE MI EXPERIENCIA

Nuestras sexualidades – educación sexual

¿Qué es Sexo?

El sexo se refiere a los atributos Fisiológicos que identifican a una persona como hombre o mujer:

- El tipo de órganos genitales: pene, testículos, vagina, útero, senos.
- El tipo de hormonas predominantes que circulan en el cuerpo: estrógeno, testosterona.
- Capacidad de producir semen u óvulos.
- Capacidad de dar a luz y amamantar.

¿Qué es Sexualidad?

El término sexualidad se refiere a una dimensión fundamental del hecho de ser un ser humano. Basada en el sexo, incluye al género, las identidades de sexo y género, la orientación sexual, el erotismo, la vinculación afectiva y el amor y la reproducción. Se experimenta o se expresa en forma de pensamientos, fantasías, deseos, creencias, actitudes, valores, actividades, prácticas, roles y relaciones. La sexualidad es el resultado de la interacción de factores biológicos, psicológicos, socioeconómicos, culturales, éticos y religiosos o espirituales. Si bien la sexualidad puede abarcar todos estos aspectos, no es necesario que se experimenten ni se expresen todos. Sin embargo, en resumen, la sexualidad se experimenta y se expresa en todo lo que somos, sentimos, pensamos y hacemos.



La palabra sexualidad no designa solamente las actividades y el placer dependientes del aparato genital, sino toda una serie de excitaciones y actividades existentes desde la infancia, que producen un placer que no puede reducirse a la satisfacción de una necesidad fisiológica fundamental y que se encuentra también a título de componentes en la forma llamada normal del amor sexual.

El amor humano no tiene que ver con el sexo solamente, el sexo es una de las cosas importantes que se da en el amor.

Todos los individuos tienen sentimientos, actitudes y convicciones en materia sexual, pero cada persona experimenta la sexualidad de distinta forma, porque viene decantada por una perspectiva sumamente individualizada. Se trata en efecto, de una perspectiva que dimana tanto de experiencias personales y privadas como de causas públicas y sociales.

No podemos conocer la sexualidad humana, sin tener en cuenta sus múltiples dimensiones. El aprendizaje de la sexualidad en todas sus facetas no sólo se reduce al conocimiento del individuo y de la naturaleza del ser humano, sino que también viene determinada por el medio en que se encuentra. La sexualidad es un tema que ha despertado el interés del hombre, desde los tiempos primitivos a nuestros días; y su estudio contribuye a una inmejorable preparación para el afrontamiento de distintos cambios sexuales, tanto fisiológicos como conductuales que se producen a lo largo de la vida.

Sexualidades

Hablar de las sexualidades no es referirse solamente a las preferencias sexuales, sino que a lo largo de la vida vamos experimentando de manera distinta la sexualidad con los distintos factores, los culturales, los etarios (de distintas edades), los emocionales, los relacionados con determinadas acciones.

Por ello es importante hablar de educación para la sexualidad, que significa desarrollar un proceso educativo que permita a las personas vivir su sexualidad de manera saludable, placentera y responsable. Esto quiere decir, que las personas tengan la capacidad de resolver problemas, elegir, asumir posiciones y tomar decisiones sobre su sexualidad.

Mitos y tabúes sobre la sexualidad

Mitos en torno a la sexualidad de la mujer:

- Cualquier mujer que lleve la iniciativa en las relaciones sexuales es una inmoral.
- No se pueden tener relaciones sexuales coitales si la mujer tiene la menstruación, porque puede haber peligro de infecciones.
- No llevar sujetador es malo.
- Cuando la mujer no tiene orgasmo es frígida.
- La mujer debe responder a los requerimientos sexuales de su pareja.
- Cuando la mujer dice "no" no hay que créele, realmente esta diciendo sí y se hace la "santa", por lo que hay que seguir adelante forzando la relación sexual completa, esto es lo que ella realmente está buscando.
- La ausencia de himen prueba que una mujer ya no es virgen.
- Durante el embarazo no se pueden tener relaciones sexuales.

- Se siente mayor placer cuando el tamaño del pecho es mayor.
- Una mujer que tiene la menstruación no debe bañarse, ni tocar las plantas, ni hacer deporte.
- La mujer que lleva preservativos en el bolso es una loca.
- La mujer debe esperar a que el hombre le proporcione el orgasmo.
- Hay vaginas demasiado anchas para algunos penes.
- La primera vez que se realiza coito se siente dolor y se sangra.
- Tras la menopausia la mujer deja de ser sexual.

Mitos en torno a la sexualidad del hombre:

- El hombre siempre está dispuesto y debe llevar la iniciativa en las relaciones sexuales.
- Cuanto mayor sea el tamaño del pene mayor placer se obtiene y mayor placer se proporciona a los demás.
- Cuando un hombre pierde su erección es que no encuentra a su pareja sexualmente atractiva.
- El hombre siempre sabe sobre sexualidad y sobre cómo llevar las relaciones sexuales.
- Un verdadero hombre no llora ni expresa sus sentimientos.
- Las bebidas alcohólicas son un potenciador de la erección y del deseo sexual.
- Un hombre siempre se excita cuando se encuentra en una situación sexual.

Mitos en torno a la relación:

- Sexualidad es igual a coito. Si no realizas penetración no has tenido una relación sexual completa.
- Existen normas que dicen lo que es normal y anormal en sexualidad.
- La relación sexual es siempre natural y espontánea. Planear tener relaciones implica que no se disfrute igual.
- El coito debe evitarse durante el embarazo.
- Es una desviación el tener fantasías sexuales durante la relación sexual con otra persona.
- La sexualidad comienza cuando se empiezan a tener relaciones con penetración.
- Todos los problemas de pareja se arreglan en la cama. Si realmente funciona el sexo la pareja funciona.
- Durante la relación sexual no se deben plantear al otro/a los propios deseos. Cada persona sabe lo que necesita en ese momento la otra.
- La educación sexual potencia que se tengan relaciones sexuales.

Mitos sobre la respuesta sexual humana:

- El orgasmo es más placentero si ambas personas llegan a la vez.
- El hombre debe aguantar hasta que la mujer haya tenido su orgasmo.
- Por naturaleza los hombres tienen mucho más deseo que las mujeres.
- Hay dos tipos de orgasmo en la mujer, vaginal y clitoridiano.
- Cuando el hombre eyacula termina la relación sexual.
- El orgasmo es obligatorio en la relación sexual. Sin orgasmos no hay sexualidad.
- Soy frígida porque no siento nada.
- Una mujer adulta debe tener el orgasmo durante la penetración.

Es importante que desde el análisis de la sexualidad los/as adolescentes reconozcan que el cuidado, el sentimiento y sus decisiones sobre su cuerpo son responsabilidad propia de ellos mismos. Este análisis abre las puertas para seguir explorando temáticas que conciernen a los a la Salud Sexual y Reproductiva como también al hecho de conocer y ejercer sus Derechos Sexuales y Derechos Reproductivos.



4.5. SEXUALIDAD Y DERECHOS

Sexualidad

En su planteamiento del "Modelo Sistémico de la Sexualidad", Eusebio Rubio parte de dos factores fundamentales para la comprensión de la sexualidad. El primero, es que la sexualidad es un todo abstracto, es una construcción humana y por ende depende de factores culturales, individuales, del entorno, etc. (naturaleza de la sexualidad). El segundo, tiene que ver con el estudio científico de la sexualidad, el método científico de estudio, la forma en la que tratamos de acercarnos a un determinado hecho, suceso o problema (naturaleza de la ciencia).

Existen diversas formas de ver, comprender y aproximarse al significado de la sexualidad. Estas se encuentran vinculadas a un contexto, a una cultura, a un momento histórico y al desarrollo de las ciencias que se encuentran vinculadas a su estudio, lo cual plantea un escenario heterogéneo sin duda, pero a su vez define su esencia estrictamente humana. Al respecto, Masters y Johnson nos dicen:

"…No se puede comprender la sexualidad humana sin reconocer de antemano su índole pluridimensional.""… en última instancia, el aprendizaje de la sexualidad en todas sus facetas se reduce al conocimiento del individuo y de la intrincada naturaleza del ser humano."

En torno al mismo tema, Rubio sostiene: "…la sexualidad, es ante todo, una construcción mental de aquellos aspectos de la existencia humana que adquieren significado sexual, y por lo tanto, nunca es un concepto acabado y definitivo, pues la existencia misma es continua y cambiante"

Complementariamente, recurriendo nuevamente a Masters y Johnson, planteamos la multidimensionalidad de la sexualidad, identificando las siguientes dimensiones:

a) Dimensión biológica

b) Dimensión psicosocial

c) Dimensión conductual

d) Dimensión clínica

e) Dimensión cultural

Desde esta perspectiva, la sexualidad se nos presenta en primer término como esencialmente vinculada al conocimiento y, por ende, desarrollo de los seres humanos, pero también como un elemento complejo, diverso y no acabado. Es así, que para su comprensión y para su operativización en un proceso educativo de desarrollo de habilidades para la vida, se hace necesario contar con un referente teórico que permita acercarse desde las diferentes disciplinas a su comprensión y manejo.

Recurrimos en este marco al enfoque sistémico de la sexualidad, planteado por Eusebio Rubio, que nos permite una reflexión sobre la sexualidad humana, como son los holones de la reproductividad (erotismo, vinculación afectiva y género), bajo el paraguas de los pilares en los que se asienta el desarrollo de la sexualidad: a) biofisiológico, b) psicológico y c) social, articulado a la identificación de los tres pilares de la vivencia de la sexualidad, a) El pilar biofísico, b) el pilar psicológico y c) el pilar social, que brindan el contexto de construcción de los holones.

MODELO SISTÉMICO DE LA SEXUALIDAD

En su planteamiento del "Modelo Sistémico de la Sexualidad", Eusebio Rubio parte de dos factores fundamentales para la comprensión de la sexualidad. El primero, es que la sexualidad es un todo abstracto, es una construcción humana y por ende depende de factores culturales, individuales, del entorno, etc. (naturaleza de la sexualidad). El segundo, tiene que ver con el estudio científico de la sexualidad, el método científico de estudio, la forma en la que tratamos de acercarnos a un determinado hecho, suceso o problema (naturaleza de la ciencia).[7]

Inicialmente es necesario establecer el planteamiento de los pilares esenciales, sobre los cuales la sexualidad es construida y partir de los cuales se va desarrollando, para ir cobrando de manera progresiva un significado tanto individual, como social. Los tres pilares fundamentales de la sexualidad humana, son:

Pilar biofisiológico[8]

El pilar biofisiológico, se encuentra relacionado con la estructura y funcionamiento del organismo humano, existiendo diferentes niveles:

		HOMBRE	MUJER
IV.	Cromosómico	XY	XX
V.	Hormonal	Testosterona	Estrógeno
		Andrógeno	Progesterona
VI.	Gonadal	Testículos	Ovarios
		Espermatozoides	Óvulos
VII.	Estructura Sexual	Pene	Vulva

El cuerpo[9]

La base de la construcción y vivencia de la sexualidad es el cuerpo, con todos los órganos y funciones que lo componen. Se trata de un cuerpo que está en constante movimiento, que se nutre, madura, funciona, envejece, se enferma, se alivia, tiene un flujo interno de cargas hormonales que llevan mensajes y tiene la potencialidad de reproducirse. El cuerpo tiene

7 En base a: RUBIO Aurioles Eusebio, "Introducción al Estudio de la Sexualidad Humana", CONAPO, Mexico, 1994

8 MASTERS William, JOHNSON Virginia, "La sexualidad humana I", Grijalbo, Barcelona, 1987

9 En: CONAPO, "Antología de la Sexualidad Humana", Pg. 21, Porrúa Ed, México, 1994

manos con las que trabaja pero que también tocan y acarician, piernas que llevan a conocer el mundo, pulmones para respirar, ojos para ver y los órganos sexuales o reproductivos. El cuerpo es pues la herramienta fundamental de la existencia humana, es el que permite la interacción con el entorno, pero también con los otros/as y con uno/a mismo/a. Es a partir de sus sensaciones que el cerebro es capaz de construir los significados y por tanto las experiencias y las historias individuales, ligadas al placer, al dolor, los colores, los sabores, al tacto y todo lo que se integra para construir una identidad estrechamente arraigada al cuerpo. Del cuerpo provendrán la construcción de la imagen corporal, la autoimagen, el referente de las capacidades individuales, la construcción del sentirse atractivo/a en comparación con un modelo social. El cuerpo es también un medio para la comunicación a través de nuestra construcción del ser hombre y ser mujer, de los adornos, de los olores, de los signos que le damos, y transmite parte de lo que somos. En resumen, el cuerpo es la piedra fundamental de la existencia humana y de su sexualidad, de ahí la necesidad de reconocernos como seres corpóreos y no solamente espirituales y de ahí la necesidad de no contraponer lo corporal a lo espiritual o viceversa, revalorizar los dones del cuerpo, sus placeres, sus necesidades y su importancia.

Pilar psicológico

Se encuentra vinculado a la estructura psíquica, procesos cognitivos y estructura afectiva de las personas, en base a los cuales construye una representación de la realidad, en su interacción con el entorno y consigo mismo, a través de un continuo aprendizaje. El pilar psicológico es el que permite dar un significado a la experiencia, es a través del cual se va construyendo toda la estructura afectiva del/la sujeto, sus sistemas de creencias, sus sistemas de valoración y de representación, no sólo del entorno y de la realidad, sino fundamentalmente de sí mismo/a.

Pilar Social

El pilar social se encuentra relacionado con el comportamiento y características de los/las individuos en cuanto seres sociales, en sus diferentes esferas (pareja, familia, entorno), donde se evidencian patrones y pautas de comportamiento, creencias, normas, moral y valores que son compartidos por las y los miembros de un grupo social en específico, se modifican en el tiempo y son variables de un grupo social a otro, además de coadyuvar a la estructuración de un contexto sociocultural que determina las formas de interacción entre las personas. Es el marco contextual en el que la/el ser humano se desarrolla y que se traduce en un punto de referencia a través del cual el aprendizaje cobra un sentido.

En relación a estos tres pilares fundamentales para la construcción de la sexualidad, es preciso, una vez más, remarcar que desde el enfoque sistémico, la visión de estos debe ser integrada, se debe tener una visión de totalidad, donde cada uno/a contiene al otro/a y las relaciones, articulación e interacción entre ellos/as, son las que determinan una mayor riqueza en cuanto a su posibilidad de explicar la naturaleza de la/el ser humano. La esencia del enfoque sistémico se encuentra en la importancia de la compresión de las relaciones existentes entre sus diferentes componentes, antes que en la visión de estos como entes separados. Si bien se puede realizar un acercamiento a uno de los pilares con mayor especificidad, en función de la necesidad u objetivos, esta visión limita las posibilidades del conocimiento.



En relación a estos tres pilares fundamentales para la construcción de la sexualidad, es preciso, una vez más, remarcar que desde el enfoque sistémico, la visión de estos debe ser integrada, se debe tener una visión de totalidad, donde cada uno/a contiene al otro/a y las relaciones, articulación e interacción entre ellos/as, son las que determinan una mayor riqueza en cuanto a su posibilidad de explicar la naturaleza de la/el ser humano. La esencia del enfoque sistémico se encuentra en la importancia de la compresión de las relaciones existentes entre sus diferentes componentes, antes que en la visión de estos como entes separados.

Si bien se puede realizar un acercamiento a uno de los pilares con mayor especificidad, en función de la necesidad u objetivos, esta visión limita las posibilidades del conocimiento.

Holones de la sexualidad [10]

Holón de la reproductividad humana

El holón de la reproductividad humana incluye la potencialidad humana de reproducir, no solamente características biofisiológicas, sino también patrones socioculturales, ideología, y todos aquellos componentes que estructuran la complejidad de la vivencia de las y los individuos. Desde esta óptica la reproductividad es también familiar, generacional y ante todo un hecho social.

Holón del género

En relación al holón del género, el punto de partida para su comprensión es precisamente la base biológica (dimorfismo–sexo), a través de la cual se va construyendo la identidad de género. El género es pues la construcción humana que hacen las y los individuos respecto a su pertenencia a uno u otro sexo. Resulta evidente que el significado de ser mujer o de ser hombre se encuentra ampliamente influido tanto por patrones socioculturales, pero también por las experiencias individuales.

"…entendemos género como la serie de construcciones mentales respecto a la pertenencia o no del individuo a las categorías dimórficas de los seres humanos: masculina y femenina, así como las características del individuo que lo ubican en algún punto del rango de diferencias…

La identidad misma, es decir, el marco mental interno de referencia de nuestro ser está construido en el género como elemento central". (Rubio, 1994).

10 RUBIO Aurioles Eusebio," Introducción al Estudio de la Sexualidad Humana", CONAPO, Mexico,1994

Holón del erotismo

El holón del erotismo se refiere a la capacidad humana para sentir placer, a través de las sensaciones experimentadas por el cuerpo. Estas sensaciones asumen un significado de acuerdo con la cultura a la que se pertenece y con las vivencias personales, lo que hace del erotismo también una categoría construida.

"…El erotismo nos remite a las experiencias más comúnmente identificadas como sexuales… es preferible identificar al erotismo con el componente placentero de las experiencias corporales (individualmente vividas o más frecuentemente en interacción con otro..." (Rubio, 1994)

Holón de la vinculación afectiva interpersonal

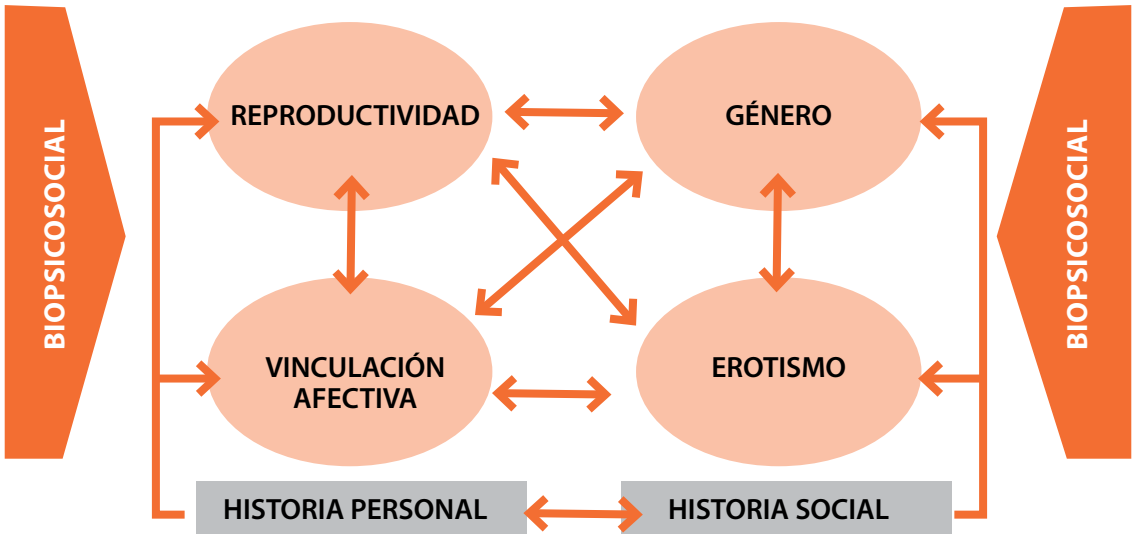
El holón de la afectividad humana, tiene que ver con el desarrollo de los vínculos afectivos desarrollados por los seres humanos, tanto históricamente como especie, como en las historias individuales de cada persona. Se define específicamente como:

"…la capacidad humana de desarrollar afectos intensos (resonancia afectiva) ante la presencia o ausencia, disponibilidad o indisponibilidad de otro ser humano en específico, así como las construcciones mentales. Individuales y sociales que de ellos se derivan".

Si bien se reconoce que el amor es una de las principales formas de vinculación, es necesario comprender que también se debe incluir todas las emociones que el ser humano es capaz de experimentar, así como los significados que se les asigna, pues de ellos deriva la enorme complejidad de la interrelaciones humanas.

El enfoque sistémico de la sexualidad, cubre prácticamente todas las áreas de desarrollo y vivencia de la/el ser humano, lo que implica poder tener una visión de la sexualidad como totalidad, que rompe las barreras de la genitalidad y del coito.

MODELO SISTÉMICO DE LA SEXUALIDAD (adaptación propia)



Complementariamente, es necesario visibilizar la historia personal y la historia social de cada individuo/a, como elementos que le dan forma a la vivencia de la sexualidad humana. En este sentido se las puede definir de la siguiente manera:

Historia personal: Son todos los hechos, situaciones y experiencias que afronta la/el individuo en el transcurso de su desarrollo personal, los cuales a través de un proceso cognitivo discriminativo se constituyen en referentes para la estructuración de nuevas formas de afrontamiento, interacción personal e intrapersonal, que a su vez determinan su representación de la realidad en el aquí y en el ahora.

Historia social: Es la construcción colectiva estructurada a través del tiempo, que determina patrones o paradigmas vigentes por una o varias generaciones, a nivel de conducta, costumbres, valores, creencias, que son compartidas por un grupo en particular y que adquieren cierto nivel de fiabilidad al ser ratificados por sus componentes (familia - grupos sociales - culturas).

Dimensión política de la sexualidad

En tal medida, somos capaces de comprender que la sexualidad nos define como seres humanos y que nos otorga una identidad, que a partir de ésta a su vez se construye el significado del ser hombre y ser mujer, que esta construcción determina posiciones y asignación del uso y manejo del poder, que define los espacios públicos y privados de participación para hombres y mujeres, que define roles y funciones, que nos determina dentro de un espacio de convivencia, que a partir de ellos exigimos nuestros derechos, y que por ende nos caracteriza.

4.6. GÉNERO

De acuerdo con el Plan Nacional para la Igualdad de Oportunidades, 2008 (PIO), género "es una categoría que hace a la construcción diferenciada de las identidades y roles de mujeres y hombres en la sociedad. Identidades y roles constituidos a partir de una estructura patriarcal de larga data, que no conoce fronteras históricas ni territoriales.

Bajo esta categoría las personas adquieren una identidad permanente, las personas, aún antes del nacimiento, son mujeres u hombres, al margen de sus respectivas sexualidades. Ese orden coloca a las mujeres –sin distingos de clase, edad, etnia, religión o cualquier otra categoría de diferenciación– en posición de subordinación respecto de los hombres, aunque, por supuesto, con matices de todo tipo. Bajo esta categoría no cabe el criterio de vulnerabilidad; las mujeres, por el sólo hecho de ser mujeres, no son "vulnerables".

Es una categoría que se refiere a la construcción diferenciada de las identidades y roles de mujeres y hombres en la sociedad. Identidades y roles constituidos a partir de una estructura patriarcal de larga data, que no conoce fronteras históricas ni territoriales, y que es alimentada

y alentada por el modo de producción capitalista, donde tales roles e identidades no sólo se han cosificado (convertir en cosa, objeto un/una ser humano) y estereotipado, sino que se han convertido en objetos de consumo.

Esta categoría, que es aportada por la ideología del feminismo, permite develar las brechas de desigualdades existentes entre hombres y mujeres en la conformación patriarcal de las sociedades. Asimismo, desde esta óptica, es posible comprender que las y los seres humanos están sujetos/as a adquirir la identidad "políticamente correcta", es decir, la identidad heterosexual, que ha acarreado una serie de discriminaciones a hombres y mujeres que han construido identidades sexuales y genéricas distintas como el ser y sentirse gays, lesbianas, bisexuales, trans.

En este orden, sin duda, se coloca a las mujeres –sin distinción de edad, clase, etnia, religión, orientación sexual, o cualquier otra categoría de diferenciación– en una relación de subordinación respecto de los hombres.

Así se entiende que "Género se refiere a los atributos, las oportunidades y las limitaciones económicas, sociales, políticas y culturales relacionadas con ser hombre o mujer. Las definiciones sociales de lo que significa ser hombre o mujer varían de una cultura a otra y cambian con el transcurso del tiempo. Género es un término sociocultural que expresa ciertas características y roles relacionadas con ciertos grupos de personas con referencia a su sexo y sexualidad". Desde la propuesta del PIO, la noción de género adquiere otro sentido pues demanda su lectura desde el cuestionamiento a la estructura social patriarcal y colonizadora.

Por ello, desmontar dicha estructura, es decir, despatriarcalizar y descolonizar, supone embarcarse sistemáticamente en las transformaciones posibles en el ámbito educativo. De ahí que la incorporación de una perspectiva de género en un programa educativo determinado, en el desarrollo de una currícula o de una guía implica tomar en cuenta las diferencias, las desigualdades existentes entre hombres y mujeres, la resignificación de hitos históricos, y la inclusión de actores y actoras excluidos/as en todo el ciclo del proceso educativo; esto es, diagnóstico, definición de objetivos, selección de contenidos, métodos, recursos didácticos y formas de evaluación. Desarrollar acciones educativas, develando las brechas de género en su dimensión multiétnica y multicultural significa contribuir a una mayor equidad e igualdad sociales.

Igualdad de géneros

Se refiere a lograr que mujeres y hombres gocen en condiciones de igualdad, de los mismos derechos humanos, de los bienes y recursos que la sociedad produce, y de las oportunidades, sin exclusión de las identidades genéricas y sexuales.

La igualdad de género permite a las mujeres y los hombres gozar de los mismos derechos humanos, de los bienes que la sociedad valora, de las oportunidades, los recursos y los beneficios de los resultados de desarrollo. El hecho de que las categorías de género cambien con el transcurso del tiempo significa que la programación del desarrollo puede tener un impacto en la desigualdad de género, ya sea aumentándola o reduciéndola".

Equidad de géneros

"Es el proceso de ser justo con mujeres y hombres. Para lograr justicia, deben existir medidas para compensar las desventajas históricas y sociales que impiden a las mujeres y los hombres funcionar sobre una base equitativa. Las estrategias de equidad de género se usan para lograr con el tiempo la igualdad de género. La equidad es el medio; la igualdad el resultado de políticas, programas, instituciones y distribución de los recursos más equitativos".

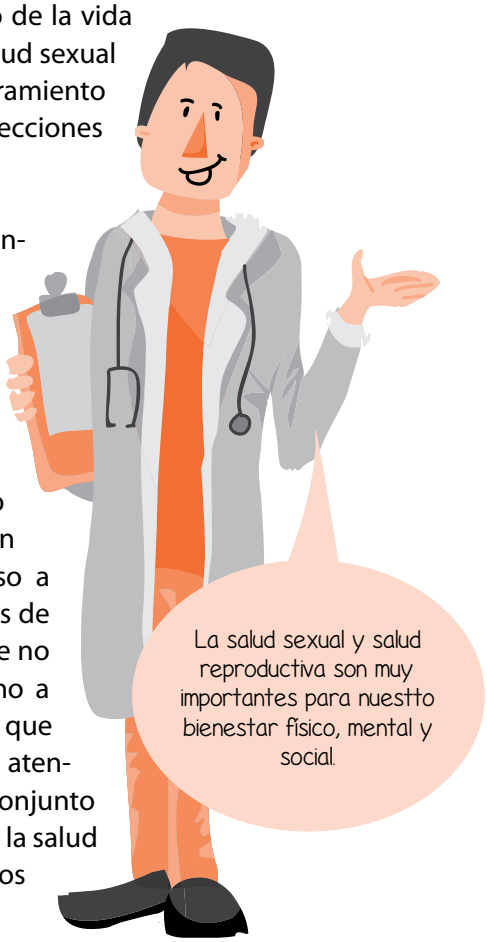
La equidad de géneros implica, sobre todo, llevar a cabo procesos de equiparación y de reparación de aquellos colectivos (principalmente mujeres, comunidad gay, lésbica, trans y bisexual, indígenas, personas con discapacidad) y pobres que han sido históricamente excluidos de las decisiones y de los beneficios de sus sociedades.

"Las estrategias de equidad de género se usan para lograr con el tiempo la igualdad de género. La equidad es el medio; la igualdad es el resultado".

4.7. SALUD SEXUAL Y SALUD REPRODUCTIVA

La salud sexual está encaminada al mejoramiento de la vida y de las relaciones personales, y los servicios de salud sexual no deberían estar meramente orientados al asesoramiento y la atención en materia de reproducción y de infecciones de transmisión sexual.

La salud reproductiva es un estado general de bienestar físico, mental y social, y no de mera ausencia de enfermedades o dolencias, en todos los aspectos relacionados con el sistema reproductivo y sus funciones y procesos. Las personas son capaces de disfrutar de una vida sexual satisfactoria y sin riesgos, de procrear y tener la libertad para decidir hacerlo o no hacerlo, cuándo y con qué frecuencia. El hombre y la mujer tienen el derecho a obtener información y tener acceso a métodos seguros, eficaces, asequibles y aceptables de su elección para la regulación de la fecundidad que no estén legalmente prohibidos, así como el derecho a recibir servicios adecuados de atención de la salud que permitan los embarazos y los partos sin riesgos. La atención de la salud reproductiva se define como el conjunto de métodos, técnicas y servicios que contribuyen a la salud y al bienestar reproductivo al evitar y resolver los problemas relacionados con la salud reproductiva.



¿Qué son las Infecciones de Transmisión Sexual?

Las Infecciones de Transmisión Sexual (ITS) son un tipo de enfermedades que normalmente se transmiten durante las relaciones sexuales.

Incluyen varios tipos de infecciones diferentes. Pueden afectarnos repetidamente porque el haberlas padecido no genera protección y tampoco hay vacunas contra ellas. Pueden ocasionar serias y permanentes consecuencias: esterilidad, dolor crónico y otros procesos graves. Otras enfermedades de este grupo son menos agresivas y, tratadas, no provocan consecuencias tan negativas.

Las ITS se propagan con bastante rapidez y facilidad. El 85% de los casos aparecen entre los quince y los treinta años, en relación con la edad de inicio de relaciones sexuales, de su variabilidad y con la falta de uso de medidas preventivas. La extensión de estas enfermedades está relacionada con:

- La frecuencia y variabilidad de pareja en las relaciones sexuales.
- La falta de información: cuando no hay información suficiente, se ignoran los síntomas y no se instaura el tratamiento adecuado. Esto contribuye a que se extiendan.
- Si se padece alguna de estas enfermedades y se oculta, no comunicándolo al compañero sexual, para que él o ella también sigan el tratamiento, se contribuye a su propagación.
- Hay algunas infecciones de transmisión sexual que no tienen síntomas llamativos y la persona que las padece puede no saberlo, a no ser que realice una revisión médica.

Las Infecciones de Transmisión Sexual más frecuentes, Síntomas y Tratamiento

Gonorrea (gonococia)

Es una enfermedad contagiosa que afecta a un alto número de personas en nuestro país. Es causada por un microbio (un diplococo, llamado Neisseria gonorrhoeae), que vive en las áreas más templadas y húmedas del organismo, principalmente en la uretra (conducto urinario) y cuello uterino. Es transmitida por contacto sexual. No se contagia por el uso de servicios públicos, toallas, etc.

- **Síntomas**

No siempre existen, pero pueden aparecer de tres días a tres semanas después del contacto sexual con una persona infectada.

En hombres

- Dolores primero en el pene Y después en el área de la ingle.

- Esterilidad debida a un estrechamiento de la uretra.
- Infecciones localizadas en articulaciones o en otros tejidos.
- Secreción purulenta, de color amarillento, por el pene (más tarde puede ser fina y cremosa).
- Sensación de escozor al orinar.

En mujeres

- Enfermedad inflamatoria pélvica
- Infección en las trompas de Falopio, ovarios y área pélvica
- Esterilidad, porque la cicatrización puede destruir áreas de las trompas de Falopio (incluso con tratamiento de la enfermedad)
- Leve aumento de la secreción vaginal (flujo).
- Sensación de escozor al orinar.
- Dolores abdominales inespecíficos o sensación de cansancio.

A menudo, los síntomas en mujeres afectadas son débiles y es fácil que pasen inadvertidos. Los síntomas pueden desaparecer en pocas semanas, pero la enfermedad continua en el cuerpo. Aunque sólo se tenga la sospecha de tener gonorrea debe buscarse atención médica. El tratamiento es sencillo y muy efectivo. Pero, si no se trata adecuadamente, puede tener complicaciones y consecuencias.

- **Diagnóstico y tratamiento**

El diagnóstico requiere un examen médico, así como análisis de laboratorio de las secreciones del pene, vagina, garganta y/o ano. El estudio, después del tratamiento, es necesario para comprobar que además de desaparecer los síntomas la enfermedad se ha curado.

Sífilis

Es una enfermedad contagiosa y peligrosa, es causada por un germen microscópico (treponema pallidum), transmitida casi siempre por contacto sexual y también se pueden transmitir al feto a través de la placenta durante el embarazo.

- **Síntomas:**

La enfermedad evoluciona por etapas, cada una de ellas presenta síntomas característicos. En ocasiones desaparecen, dando la falsa sensación de curación, pero la enfermedad puede continuar progresando si no se trata.

- 1ª etapa (de una a doce semanas después del contacto): Ulceración rojiza (denominada chancro sifilítico) que se localiza en el área de contacto (normalmente en los genitales,

a veces en la boca o en ano). Estas úlceras duran de una a cinco semanas.

- 2ª etapa (de uno a seis meses después del contacto): Erupción (manchas) en pecho, espalda, brazos y piernas; Nódulos linfáticos (bultos) en cuello, axilas, ingles, etc. ; Fiebre, dolor de garganta y sensación de malestar genera; Algunos de los síntomas disminuyen, pero el dolor y la erupción pueden repetirse.
- 3ª etapa (de tres años o más después del contacto): Ulcera en la piel y en órganos internos, Artritis. Inflamación de las articulaciones de pies, manos, rodillas, etc.; pérdida de sensibilidad en brazos y piernas; dolores e incapacidad debido a lesiones de corazón, vasos sanguíneos, médula espinal y/o cerebro.
- **Posibles complicaciones (si no se trata):**
- Lesiones en el corazón.
- Lesiones en los vasos sanguíneos, con el resultado de fallos cardiacos y, en ocasiones, la muerte.
- Lesiones en el cerebro y médula espinal, causando parálisis, trastornos psíquicos, demencia e incluso la muerte y malformaciones y muerte en el recién nacido.
- Si la madre no es tratada, la enfermedad puede pasar al feto (si es detectada a tiempo, la sífilis congénita se puede curar).
- **Diagnóstico y tratamiento:**

El diagnóstico incluye examen médico y de laboratorio. Si se presentan síntomas, deben ser examinadas en el laboratorio muestras de sangre y pus de las secreciones.

El tratamiento con antibiótico (normalmente penicilina) cura la sífilis. Es preciso un seguimiento para asegurar que el tratamiento ha sido efectivo.

Herpes Simple

Está causada por un virus (herpes virus hominis). Es transmitida por contacto sexual, normalmente vaginal, anal u oral-genital. Pero también lo puede ser por contacto a través de las manos.

Síntomas:

- Dolores e inflamaciones con picores alrededor de los genitales, entre los dos y veinte días después del momento de la infección y que dura dos o tres semanas.
- Fiebre, síntomas parecidos a los de la gripe.
- Escozor al orinar.
- Posibles complicaciones:

- Reaparición de los síntomas, algunas veces relacionados con situación de estrés.
- Incremento del riesgo de cáncer de cuello de útero en la mujer. Riesgo de muerte, lesiones cerebrales, etc, en hijas/os de mujeres infectadas. El riesgo de aborto o nacimiento prematuro también se incrementa.

Diagnóstico y tratamiento:

El diagnóstico se realiza por exploración que debe ser confirmado por análisis de laboratorio. Como para todas las enfermedades de origen vírico, el tratamiento curativo es problemático, aunque se pueden utilizar algunos medicamentos para mejorar los síntomas y aliviar los nuevos brotes. Las mujeres infectadas deberán hacerse como mínimo una citología anual. Si se está embarazada, deberá informar al tocólogo y mantener un seguimiento periódico.

Chlamydia

Sus síntomas, a menudo, son similares a los de la gonorrea. Está causada por una bacteria que afecta a la uretra en los hombres, y al cuello uterino en las mujeres. Es transmitida por contacto con mucosas de la vagina, boca, ojos, uretra o recto.

- **Síntomas:**

Son más fácilmente reconocibles en el hombre que en la mujer.

- Secreción transparente al principio y más tarde cremosa, por el pene de una a tres semanas después de la infección,.
- Frecuente necesidad y, a veces, dolor al orinar.
- En mujeres, los síntomas son:
- Secreción vaginal
- Dolores en el bajo vientre

Tanto en hombres como en mujeres los síntomas no son siempre fáciles de detectar.

- **Posibles complicaciones:**

- Si la enfermedad no se trata, en los hombres pueden inflamarse los conductos espermáticos y bloquearse. En las mujeres puede ocasionar enfermedad inflamatoria pélvica y obstruir las trompas de Falopio. Como consecuencia, puede producirse esterilidad, en ambos casos.

- **Diagnóstico y tratamiento:**

El diagnóstico se realiza en base a la historia clínica, examen de las secreciones y análisis específicos. Se trata con antibióticos. La tetraciclina es la más eficaz actualmente.

Vaginitis

Esta palabra hace referencia a la inflamación de la vagina, aunque a veces se utiliza para describir la inflamación de los genitales femeninos en general. No siempre la causa de una vaginitis es una infección, pero lo más frecuente es que se produzca por organismos microscópicos que infectan la vagina.

Síntomas: picores, inflamación y secreción.

Las vaginitis pueden ser producidas por diferentes gérmenes. Las más frecuentes son las producidas por:

- Trichomonas:

  Es un parásito protozoo que puede sobrevivir algunas horas en ropas y toallas húmedas, etc, pero lo más frecuente es que se transmita por contacto sexual.

  Síntomas: Las mujeres tienen una secreción vaginal espumosa, amarillenta y maloliente que causa irritación y picores. Los hombres tienen pocos o ningún síntoma.

- Cándidas

  Es un hongo que coloniza las mucosas húmedas y calientes y que se puede transmitir por ropas, objetos...etc, y también por contacto sexual. Su crecimiento también puede estar motivado por el uso de antibióticos, diabetes, disminución de las defensas, estrés, etc.

  Síntomas: Produce un aumento de la secreción vaginal que se vuelve blanca y espesa, y a veces va acompañada de picor intenso. En ambos sexos, el tratamiento médico es eficaz. Se deben tratar los dos miembros de la pareja.

Condilomas

Se adquiere por vía sexual y la causa es un virus altamente contagioso.

- Síntomas: Las mujeres, a veces, presentan lesiones verrugosas o aplanadas en la vagina, en el cuello del útero o en los genitales externos. Los hombres pueden no presentar síntomas o también lesiones verrugosas.
- Tratamiento: Se emplean métodos como el láser, fármacos, electrocoagulación, etc. Cuando están muy extendidos, su tratamiento es más difícil.

¿Qué hacer ante una sospecha de Infección de Transmisión Sexual?

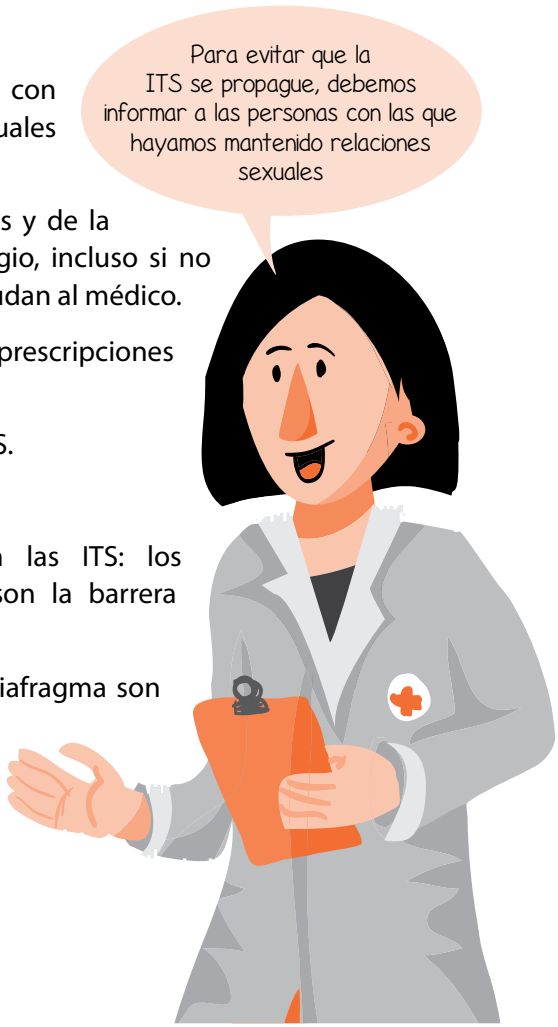
Casi todas las ITS pueden ser curadas. Cuanto antes te pongas en tratamiento, menos riesgo hay de problemas permanentes. El diagnóstico y tratamiento no suelen ser dolorosos ni costosos.

Dónde conseguir ayuda:

- Médico general
- Especialistas en Ginecología y Obstetricia.
- Especialistas en Dermatología.
- Especialistas en Urología
- Centros de Planificación Familiar.
- Centros especializados en Enfermedades de Transmisión Sexual

Si han diagnosticado una ITS es conveniente:

- Avisar a tu pareja o a las personas con quienes hayas tenido relaciones sexuales recientemente.
- Informarles de la enfermedad que tienes y de la posibilidad que pueden tener de contagio, incluso si no presentan síntomas. Recomienda que acudan al médico.
- Seguir exactamente las instrucciones y prescripciones de tu médico.
- Prevenir es la mejor forma de evitar las ITS.
- La protección es posible a través de:
- Anticonceptivos que protegen contra las ITS: los preservativos, femenino y masculino, son la barrera mecánica más efectiva a la infección.
- Las cremas y óvulos espermicidas y el diafragma son menos eficaces.
- Evitar cualquier contacto sexual con una persona que tiene ITS hasta que esté curada.



El VIH y el SIDA

¿Qué es el VIH?

Es el Virus de Inmuno Deficiencia Humana causante del SIDA. Este virus daña la capacidad que tiene el organismo para combatir las infecciones.

¿Cuándo y cómo actúa EL VIH?

Cuando el VIH ingresa en el organismo de una persona destruye o inhabilita aquellas células que ayudan a luchar contra diferentes enfermedades, infecciones y cánceres.

¿Qué es el SIDA?

El SIDA es la fase avanzada de la infección causada por el virus de inmunodeficiencia humana (VIH). El sistema inmunológico debilitado no tiene defensas para combatir las infecciones, por lo que se pueden presentar enfermedades 'oportunistas', es decir que aprovechan la debilidad del organismo para atacarlo. Estas infecciones pueden ser 'recurrentes', vuelven una y otra vez y se agravan hasta causar la muerte.

EL SIDA es el SÍNDROME DE INMUNO DEFICIENCIA ADQUIRIDA, que significa:

Síndrome:	Es el conjunto de signos y síntomas que caracterizan una enfermedad.
Inmuno:	Se refiere al sistema inmunológico del organismo encargado de defender a nuestro cuerpo de las enfermedades.
Deficiencia:	Indica que el sistema de defensa del organismo no funciona correctamente.
Adquirida:	Es decir que no se hereda, es transmitido por un virus.

¿Cómo se transmite el VIH?

- Vía sexual, la más común, a través del contacto íntimo con las secreciones corporales que puede darse durante la penetración sin protección, ya sea vaginal anal u oral.
- Vía sanguínea, que se presenta durante las transfusiones con sangre contaminada por VIH, si no se toman las debidas precauciones de examinarla antes de su utilización. También se puede infectar si se comparten jeringuillas, navajas o instrumentos corto punzantes, instrumentos quirúrgicos, odontológicos o agujas de tatuaje que no hayan sido debidamente esterilizados y hayan sido usados por o en una persona viviendo con VIH.
- Vía perinatal o vertical, de una madre viviendo con VIH a su bebé, durante el embarazo, el parto y/o la lactancia. Depende del nivel de infección de la madre para que se infecte el niño. Alrededor del 30% de niños y niñas nacidos de madres con VIH, nacen con el virus.

Formas de Prevención.

- SEXUAL: Abstinencia, retardo en el inicio de las relaciones sexuales (adolescentes y jóvenes), fidelidad, preservativo.
- SANGUÍNEA: No utilizar instrumentos corto punzantes sin esterilizar (Ej. hojas de afeitar, cuchillas, agujas de acupuntura, de tatuajes o ritos ceremoniales, o las utilizadas en la medicina tradicional.)
- Para transfusiones de sangre es necesario exigir un análisis previo.
- VERTICAL 0 PERINATAL: Si la mujer vive con VIH y está embarazada deberá buscar atención médico para someterse a tratamiento con retrovirales para proteger al feto.
- Si la infección del niño/a nacido de madre con VIH se da al momento del parto, deberán recibir tratamiento antirretroviral tanto la madre como su hijo/a. "El objetivo final debe ser una prevención eficaz tanto mujeres como hombres para evitar que contraigan la infección inicialmente a base de información que puede ser proporcionada en diferentes centros de educación sexual."

5.8 DERECHOS SEXUALES Y REPRODUCTIVOS

¿Qué son los Derechos Sexuales?

Los derechos sexuales se refieren al ejercicio de la sexualidad de todas las personas; expresan la manera que cada persona define para configurar su identidad sexual, identificándose, o no, con los patrones masculinos o femeninos establecidos socialmente; la manera en que vive su sexualidad y quién es objeto de su deseo sexual.

Los derechos sexuales están relacionados con el ejercicio de la sexualidad plena, libre, con decisión propia y autónoma como acto de la vida humana, sin distinción alguna de sexo, género, orientación sexual e identidad de género, cultura, grupo social, edad, capacidades diferentes. Toda persona tiene derecho a construir identidades propias más allá de los mandatos y roles de género social y culturalmente establecidos.

¿Qué son los Derechos Reproductivos?

Los derechos reproductivos tienen que ver con la autonomía necesaria para el ejercicio de la propia capacidad reproductiva. Están relacionados con la decisión de tener o no tener hijos y en qué número, con la elección del momento adecuado para la reproducción y la forma en que ésta se dará y con quién hacerlo. Son derechos que inciden principalmente en la vida de las mujeres, por lo tanto son ellas quienes deben decidir en libertad sobre estos derechos.

¿Por qué hablar de derechos sexuales y derechos reproductivos?

Porque son derechos humanos, y lo son porque comienzan cuando se nace, son para todos y todas, se trata de la dignidad y la libertad, y sólo terminan cuando se muere. Son parte de la vida, la intimidad, la integridad física, psicológica, y social de las y los seres humanos.

Como todos los derechos humanos, los derechos sexuales y derechos reproductivos son parte de las luchas sociales, y sobre todo de las mujeres. En nuestro país, estos derechos están garantizados por el Art. 66 de la Constitución Política del Estado: "Se garantiza a las mujeres y a los hombres el ejercicio de sus derechos sexuales y sus derechos reproductivos"; lo que significa aportar desde la sociedad civil para que esta garantía se haga realidad en nuestra cotidianidad.

Un elemento clave para comprender dónde y cómo se concreta el ejercicio de estos derechos son los conceptos de sexualidad y reproducción. La sexualidad es todo aquello que se siente, piensa, dice, hace, desde que se nace hasta que se muere. La reproducción, es parte de la sexualidad y se refiere al periodo en que se es fértil, es decir, que se puede producir un embarazo.

Desde esta mirada, los derechos sexuales se refieren básicamente a:

- Derecho a vivir una sexualidad responsable, plena, afectiva, libremente decidida y consentida.
- Derecho a la integridad y dignidad corporal, libre de toda forma de violencia.
- Derecho a alcanzar el más alto nivel de salud sexual sin discriminación alguna.
- Derecho a elegir pareja de manera libre, voluntaria y responsable sin más límites que el derecho de las otras personas.
- Derecho a una vida sexual responsable previniendo los riesgos de embarazos no deseados o no planificados, infecciones de transmisión sexual, vih y sida y cáncer cérvico uterino.
- Derecho a la confidencialidad y privacidad en la atención de la sexualidad.
- Derecho a acceder a orientación y consejería en sexualidad.
- Derecho a ser informadas/os en el idioma de origen respetando la pluralidad cultural.
- Derecho a acceder a una educación integral, intra e intercultural, laica y oportuna.
- Derecho a tomar decisiones de manera responsable sobre su cuerpo, su imagen y su identidad.

Los derechos reproductivos tienen que ver principalmente con:

- Derecho a la libre elección de la maternidad y paternidad responsables sin discriminación.
- Derecho a acceder a anticoncepción y a una planificación familiar plena.
- Derecho a la elección responsable y acceso libre e informado de métodos anticonceptivos.
- Derecho a la elección libre, informada y responsable de la medicina tradicional en temas reproductivos.
- Derecho a recibir orientación, atención integral en caso de embarazo, parto, puerperio, lactancia y sus complicaciones.
- Derecho a acceder a servicios integrales de salud en caso de interrupción del embarazo, libre de toda forma de criminalización, coacción, violencia, discriminación en todas sus formas.
- Derecho a la autonomía e integridad corporal para tomar decisiones libres e informadas sobre la sexualidad y la reproducción.
- Derecho a no ser discriminada/o en el trabajo por razón de embarazo, maternidad, paternidad, interrupción del embarazo, vih/sida.
- Derecho a no ser discriminada/o en el sistema educativo por razón de embarazo, maternidad, paternidad, interrupción del embarazo, VIH/SIDA.
- Derecho a vivir libre de violencia sexual en todas sus formas; entre ellas: violación, acoso sexual, trata de personas, violencia sexual comercial, esterilización forzada, embarazo forzado, interrupción forzada del embarazo.

Estos derechos se los puede ejercer sólo si hay las condiciones para decidir, y decidir es ejercer derechos humanos.

Si bien se toman decisiones todos los días, en todos los espacios y por miles de motivos diferentes, las que se lo hace con una misma/o y con otros/as: con compañeros/as, amigos/as, familia, escuela, etc., las decisiones en lo que hace a los derechos sexuales y derechos reproductivos se dan en el espacio más intimo: el cuerpo. Pero para decidir, se necesita ciertas condiciones básicas: información, educación, acceso a servicios médicos.

Considerando las desigualdades e inequidades en nuestro país, las posibilidades de decidir no son las mismas para todas las personas puesto que hay diferencias, entre hombres y mujeres, entre hombres, entre mujeres. Las mujeres pobres, por ejemplo, tienen menos oportunidad de decidir que las mujeres que no lo son. Se sabe que a mayor pobreza, hay menor educación, y por tanto, menor posibilidad de ejercer el derecho a decidir.

Y a la luz de las desigualdades entre hombres y mujeres, dada la naturalización de la violencia contra ellas, dada su inferiorización, su descalificación, las mayores vulneraciones se dan contra ellas. De ahí la importancia de trabajar sobre la base de la información y la educación desde una perspectiva de valorización del aporte de las mujeres a las familias, a las comunidades, a la sociedad, para conocer los derechos que nos asisten, para ejercerlos, y para exigir el respeto y garantía de aquellos que siguen siendo vulnerados como: acceso pleno a métodos anticonceptivos modernos, acceso a información y educación sexual, acceso a servicios de aborto legal y seguro, servicios insuficientes para la prevención y atención de la violencia contra las mujeres, entre otros.

La situación de las mujeres en el marco de los DSDR

En Bolivia, las mujeres que habitan las zonas rurales y periurbanas, además de ser mujeres que viven en la pobreza o la extrema pobreza, son las que menos oportunidades tienen para ejercer sus derechos sexuales y reproductivos y a vivir una vida libre de violencia. No conocen sus derechos y si los conocen por lo general no los ejercen por las prohibiciones, las normas, las costumbres, los tabúes y las sanciones estructurales que devienen del sistema de dominio patriarcal, de la expropiación y de la codificación de los cuerpos de las mujeres. Pero también, por la inexistencia o limitada posibilidad que tienen para acceder a servicios integrales de salud sexual y reproductiva, que respondan a sus demandas y necesidades básicas.



El acceso a la justicia se vuelve otro de los grandes obstáculos con los que se enfrentan, la impunidad frente a la sanción contra todas las formas de violencia contra las mujeres, incluida la violencia extrema que termina en asesinatos (feminicidio) de niñas, adolescentes, jóvenes y mujeres adultas, es otra deuda pendiente de una democracia aún excluyente y discriminatoria que vulnera los derechos humanos y las libertades fundamentales. Lo que significa que aún las políticas públicas en marcha sobre estos temas, no han llegado a las poblaciones en situaciones de alta vulnerabilidad y que hay un largo camino que transitar. La violación de los derechos sexuales y los derechos reproductivos constituye un grave atentado contra la dignidad de las personas y a la libre autodeterminación. Estos están vinculados con:

- Violación a los Derechos Sexuales: Es toda acción u omisión que impida, restrinja, castigue, estigmatice y sentencie moral y socialmente a mujeres y hombres que deciden disfrutar de una vida sexual libre, sana, placentera y plena. Así mismo, es todo acto que ponga en riesgo o vulnere la autodeterminación sexual, lesionando la libertad

de decidir y el desarrollo psico-sexual de las mujeres y/o de toda persona con una orientación sexual diferente a la normativa-heterosexual y a las identidades de género. Son las miradas o palabras lascivas, hostigamiento, prácticas sexuales no voluntarias, acoso, manoseo, violación sexual, explotación sexual, trata de mujeres. Como todo acto, comentario reiterado o conducta con connotaciones sexista, racistas y homofóbicas.

- Violación a los Derechos Reproductivos: Es la acción u omisión que impida, limite o vulnere el derecho de las mujeres a acceder a información, orientación, atención integral y tratamiento técnico profesional, durante el embarazo, parto, puerperio y lactancia; a decidir libre y responsablemente el número y espaciamiento de hijas/os que desea tener; a elegir cómo ejercer una maternidad segura de acuerdo a sus usos, costumbres y/o creencias, siempre que no atente contra la salud y vida de las mujeres; a elegir libre e informada métodos anticonceptivos seguros, efectivos, de calidad y a costos accesibles; acceder a orientación y consejería, prevención y tratamiento de problemas de infertilidad, infecciones de transmisión sexual, VIH y SIDA, cáncer cérvico-uterino y otras enfermedades, así como penalizar y criminalizar el aborto producto de un embarazo no deseado. O, por el contrario, es la presión que ejerce la pareja, la familia u otro sobre la mujer embarazada para que bajo temor, intimidación o castigo se la obligue a interrumpir un embarazo en contra de su voluntad, incluyendo la violencia física y psicológica ejercida por la pareja, familiares o terceras personas.

Normas que respaldan los DSDR

Bolivia ha conquistado, a lo largo de las últimas décadas, avances importantes en el reconocimiento formal de los derechos sexuales y los derechos reproductivos y para vivir una vida libre de violencia. El desafío, sin embargo, sigue siendo lograr condiciones materiales, sociales, institucionales, políticas e ideológicas para garantizar el ejercicio de estos derechos.

El mandato constitucional, las leyes, las normas, los códigos y sus procedimientos deben garantizar los derechos sustantivos para que mujeres y hombres, las y los adolescentes, jóvenes, las diversidades sexuales y genéricas y las diversas naciones y pueblos indígenas, originarios y campesinos puedan ejercer efectivamente estos derechos en sus vidas cotidianas.

La acumulación social y política que como movimientos tenemos en esta materia de exigibilidad ciudadana y control social, son elementos claves para dar continuidad a los procesos iniciados hace más de tres décadas en la búsqueda del reconocimiento y legitimidad de la agenda de los derechos sexuales y los derechos reproductivos y a vivir una vida libre de violencia.

Las mujeres bolivianas empezamos un camino trascendental para la transformación de las relaciones de género, al instituir en el proyecto de transformación social de los últimos años, un sujeto político que empieza a fragmentar la hegemonía de poder masculino. "Gracias al trabajo desplegado por grupos organizados, los argumentos a favor de las mujeres lograron calar en la conciencia pública, lugar en el que hoy es imposible eximir de la discusión la problemática alrededor de la equidad de género. En ese sentido, el logro más significativo y duradero del movimiento de mujeres fue el haber logrado la visibilización de este tema y, por lo tanto, establecerlo como un problema de la agenda política nacional"

La Constitución Política del Estado Plurinacional de Bolivia incorpora más de 25 artículos relacionados a la igualdad, la equidad y la no discriminación y, por lo tanto, se convierte en una herramienta política de fundamental importancia en la lucha contra la violencia hacia las mujeres y en la defensa y promoción de los derechos sexuales y los derechos reproductivos como derechos constitucionales.

La violencia contra las mujeres es un fenómeno múltiple y tiene dimensiones y características específicas según cada contexto político, económico, social y cultural. Sin embargo, ninguna cultura, cosmovisión religiosa o ideología - política puede ni debe justificar la naturalización de la violencia contra las mujeres ya que al hacerlo por acción u omisión se convierten en cómplices directos de un delito penal que debe ser sancionado con todo el peso de la ley.

La igualdad reivindica el derecho al placer sexual por parte de las mujeres, denunciando que la sexualidad femenina ha sido históricamente negada por la supremacía masculina, se pone en entredicho todo lo que limita, reprime y oprime la sexualidad femenina, así como la exigencia a la heterosexualidad. Cuestiona, con todas sus consecuencias políticas, que la capacidad de reproducir conlleve "natural y espontáneamente" la obligación de crianza de los hijos y cuidado de la familia. Además, analiza el trabajo doméstico, su falta de remuneración y cómo juega este factor en la opresión de las mujeres.

A partir de la promulgación de la nueva CPE se han elaborado nuevas leyes y normas nacionales que complementan, ratifican y garantizan estos derechos formalmente en el reconocimiento de que somos un país plurinacional con identidades propias y con necesidades diversas que deben ser atendidas para posibilitar el ejercicio de los derechos sexuales y derechos reproductivos y la posibilidad de vivir una vida libre de violencia.

En relación a los derechos sexuales y los derechos reproductivos la CPE establece:

- El Estado respeta y garantiza la libertad de religión y de creencias espirituales, de acuerdo con sus cosmovisiones. El Estado es independiente de la religión (Art. 4)
- Los derechos que proclama esta constitución no serán entendidos como negociación de otros derechos no enunciados (Art - 13 II)
- La clasificación de los derechos establecida en esta Constitución no determina jerarquía alguna ni superioridad de unos derechos sobre otros. (Art 13- III)
- Los tratados y convenios internacionales ratificados por la Asamblea Legislativa Plurinacional, que reconocen los derechos humanos y que prohíben su limitación en los Estados de excepción prevalecen en el orden interno. Los derechos y deberes consagrados en esta Constitución se interpretarán en conformidad con los Tratados internacionales de derechos humanos ratificados por Bolivia (Art. 13-IV)
- Todo ser humano tiene personalidad y capacidad jurídica con arreglo a las leyes y goza de los derechos reconocidos por esta Constitución, sin distinción alguna (Art 14)
- El Estado prohíbe y sanciona toda forma de discriminación fundada en razón de sexo, color, orientación sexual, identidad de género, origen, cultura, nacionalidad, ciudadanía,

idioma, credo religioso, ideología, filiación política o filosófica, estado civil, condición económica o social, tipo de ocupación, grado de instrucción, discapacidad, embarazo u otros que tengan por objetivo o resultado menoscabar el reconocimiento, goce o ejercicio, en condiciones de igualdad, de los derechos de toda persona (Art 14-II)

- El Estado garantiza a todas las personas y colectividades, sin discriminación alguna, el libre y eficaz ejercicio de los derechos establecidos en esta Constitución, las leyes y los Tratados internacionales de derechos humanos (Art 14-III)
- Garantiza a las mujeres y a los hombres el ejercicio de sus derechos sexuales y sus derechos reproductivos.

En relación a vivir una vida libre de violencia se establece:

- Toda persona tiene derechos a la vida y a la integridad física, psicológica y sexual. Nadie será torturado, ni sufrirá tratos crueles, inhumanos, degradantes o humillantes. No existe la pena de muerte (Art.15)
- Todas las personas, en particular las mujeres, tienen derecho a no sufrir violencia física, sexual o psicológica, tanto en la familia como en la sociedad (Art. 15-I)
- El Estado adoptará las medidas necesarias para prevenir, eliminar y sancionar la violencia de género y generacional, así como toda acción u omisión que tenga por objeto degradar la condición humana, causar muerte, , dolor o sufrimiento físico, sexual o psicológico tanto en el ámbito público como privado (Art. 15-III)
- Se prohíbe y sanciona toda forma de violencia contras las niñas, niños y adolescentes, tanto en la familia como en la sociedad (Art.61)
- Se prohíbe el trabajo forzado y la explotación infantil (Art. 61.I)
- El Estado en todos sus niveles, protegerá el derecho a la salud, promoviendo políticas públicas orientadas a mejorar la calidad de vida, el bienestar colectivo y el acceso gratuito de la población a los servicios de salud" (Art. 35).

En relación particular a las mujeres, determina que:

- Tienen derecho a la maternidad segura, con una visión y práctica intercultural; gozarán de especial asistencia y protección del Estado durante el embarazo, parto y en los periodos prenatal y postnatal" (Artículo 45);
- Las niñas, niños o adolescentes son titulares de los derechos reconocidos en la Constitución, con los límites establecidos en ésta y de los derechos específicos inherentes a su proceso de desarrollo, a su identidad étnica, sociocultural, de género y generacional y a la satisfacción de sus necesidades, intereses y aspiraciones (Art.58)
- La CPE plantea la construcción de una sociedad en la cual "la educación fomentará el civismo, el diálogo intercultural y los valores ético morales. Los valores incorporarán la equidad de género, la no diferenciación de roles, la no violencia y la vigencia plena de los derechos humanos" (Art. 79).

En concordancia con la CPE contamos con los siguientes planes y leyes nacionales.

El Plan Nacional para la Salud y el Desarrollo Integral de los y las adolescentes Bolivia 2008 se inscribe en el marco de la Convención de los Derechos del Niño y de los sucesivos compromisos internacionales a favor de los derechos de la población, para asegurar que los y las adolescentes sean reconocidos/as como sujetos de derecho, titulares de un conjunto de libertades y garantías que aseguren su protección integral, y se procuren espacios para su participación plena en la sociedad.

Por otra parte, busca el fortalecimiento de la oferta de servicios en salud sexual y reproductiva, con énfasis en la promoción de los derechos sexuales y reproductivos, en la prevención del embarazo no deseado, de las ITS y VIH y SIDA y el acceso a servicios de orientación en anticoncepción.

En ese sentido, propone el diseño de un paquete de educación sobre sexualidad, diferenciado por edades, que pueda ser reproducido en establecimientos educativos y en otras instituciones formadoras de recursos humanos. Y también promociona la participación juvenil a través de la identificación de líderes o grupos organizados que puedan insertarse en las estructuras de gestión del sistema de salud y posibilitar la asignación de recursos para actividades a favor de la adolescencia.

El Plan Nacional para la Igualdad de Oportunidades Bolivia 2008 señala la necesidad de mejorar la salud de las mujeres, ampliar la cobertura de servicios, promover los derechos sexuales y los derechos reproductivos en el marco del reconocimiento pleno de la diversidad cultural y étnica del país, erradicar la violencia en razón de género y sancionar las prácticas discriminatorias de exclusión y subordinación, a través de mecanismos institucionales e instrumentos normativos.

El Plan Nacional de Acción de Derechos Humanos Bolivia "Para Vivir Bien" 2009-2013 reconoce los derechos sexuales y los derechos reproductivos y promueve la necesidad de impulsar la aprobación de una Ley de Derechos Sexuales y Reproductivos que regule y posibilite su ejercicio. Sin embargo, el Plan reconoce que "si bien se ha hecho el reconocimiento de los derechos sexuales y derechos reproductivos a través de la ratificación de la mayoría de los documentos internacionales, existe un desconocimiento y desinformación generalizada sobre el contenido de estos derechos y su normativa por parte de la población en general, lo cual deriva en falta de respeto de los mismos por los profesionales de salud en especial"

No existe una ley o política pública específica sobre derechos sexuales y derechos reproductivos que recoja los compromisos internacionales del Estado boliviano; tampoco se cuenta con datos y estadísticas oficiales sobre la problemática, lo cual deriva en falta de protección a los derechos de las adolescentes embarazadas, la prevención de cáncer del cuello uterino, mamario y prostático, la prevención de infecciones de transmisión sexual, además de la anticoncepción y/o planificación familiar. Uno de los problemas fundamentales es el elevado número de abortos provocados en mujeres jóvenes debido a la falta de información adecuada sobre la existencia y el uso de métodos anticonceptivos. Las cifras no pueden ser determinadas debido a que estos se realizan de forma clandestina. La mortalidad materna también se encuentra relacionada con esta problemática.

El Plan Estratégico Nacional de Salud Sexual y Reproductiva (Bolivia 2009 – 2015), propone adecuar la legislación y normativa a la CPE a favor del ejercicio de los derechos sexuales y derechos reproductivos y promover procesos de coordinación interinstitucional e intersectorial para la salud sexual y reproductiva en el marco político y filosófico de la normativa internacional conquistada en este campo.

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS 1946) se establece que la salud es "un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades. El goce del grado máximo de salud que se pueda lograr es uno de los derechos fundamentales de todo ser humano sin distinción de raza, religión, ideología política o condición económica o social"

Temas fundamentales que aborda el Plan:

- Anticoncepción
- El Aborto en condiciones de riesgo
- Infecciones de transmisión sexual (ITS) y VIH/SIDA
- Violencia basada en género
- Cáncer de cuello uterino
- Cáncer de mama
- Salud reproductiva de los y las Adolescentes
- Personas mayores
- Personas con capacidades diferentes
- Derechos sexuales y derechos reproductivos

La Ley Contra el Racismo y Toda Forma de Discriminación (Bolivia 2010) busca establecer mecanismos y procedimientos para la prevención y sanción de actos de racismo y toda forma de discriminación en el marco de la Constitución Política del Estado Plurinacional y los Tratados Internacionales de Derechos Humanos.

Sus principios generales son:

a) Interculturalidad. Entendida como la interacción entre las culturas, que se constituye en instrumento para la cohesión y convivencia armónica y equilibrada entre todos los pueblos y naciones para la construcción de relaciones de igualdad, equidad y respeto.

b) Igualdad. Todos los seres humanos nacen libres e iguales en dignidad y derecho. El Estado promoverá las condiciones necesarias para lograr la igualdad real y efectiva adoptando medidas y políticas de acción afirmativa y/o diferenciada que valoren la diversidad, con el objetivo de lograr equidad y justicia social, garantizando condiciones equitativas específicas para el goce y ejercicio de los derechos, libertades y garantías reconocidas en la Constitución Política del Estado, leyes nacionales y normativa internacional de Derechos Humanos.

c) Equidad. Entendida como el reconocimiento de la diferencia y el valor social equitativo de las personas para alcanzar la justicia social y el ejercicio pleno de los derechos civiles, políticos, económicos, sociales y culturales.

d) Protección. Todos los seres humanos tienen derecho a igual protección contra el racismo y toda forma de discriminación, de manera efectiva y oportuna en sede administrativa y/o jurisdiccional, que implique una reparación o satisfacción justa y adecuada por cualquier daño sufrido como consecuencia del acto racista y/o discriminatorio.

La Ley de Protección a las Víctimas de Delitos Sexuales Contra la Libertad Sexual (Ley Nº 2033) tiene por objeto proteger la vida, la integridad física y psicológica, la seguridad y la libertad sexual de todo ser humano.

La Ley integral (Ley N° 348) tiene como objetivo garantizar a las mujeres una vida libre de violencia bajo tres pilares fundamentales: prevención, protección y sanción.

1. Reconoce la violencia de género como cualquier acción u omisión que cause muerte, sufrimiento o daño físico, psicológico o sexual a una mujer.
2. Reconoce el FEMINICIDIO como delito, siendo la forma más extrema de violencia contra la mujer por ser mujer.
3. Crea nuevos tipos penales: esterilización forzosa, violencia familiar o doméstica, actos sexuales abusivos, acoso sexual, violencia patrimonial, económica.
4. Establece medidas de prevención en los ámbitos educativo, salud, laboral y de comunicación.

La Ley para la Prevención del VIH-SIDA, protección de los Derechos Humanos y Asistencia Integral Multidisciplinaria para la personas que viven con el VIH-SIDA (Ley N°3729) tiene como objetivo garantizar los derechos y deberes de las personas que viven con el VIH-SIDA, así como del personal de salud y de la población en general. Ello implica:

- Priorizar la educación a la población en general y la información adecuada para la prevención del VIH con una visión integral y de desarrollo.
- Establecer políticas y ejecutar programas para la prevención, atención y rehabilitación del VIH-SIDA y la protección de los derechos.
- Definir las competencias y responsabilidades del Estado, sus instituciones y las personas naturales o jurídicas relacionadas con la problemática del VIH-SIDA.
- Establecer mecanismos de coordinación interinstitucional e intersectorial para implementación efectiva de las políticas y programas para prevención, asistencia integral multidisciplinaria y rehabilitación de las personas que viven con el VIH-SIDA, mediante el uso de medicamentos antirretrovirales y profilácticos, exámenes laboratoriales requeridos, vigilancia epidemiológica e investigación del VIH-SIDA.

La Convención Interamericana para Prevenir, Sancionar y Erradicar la Violencia contra la Mujer (Ley Nº 1599), de conformidad al artículo 59, atribución 12ª de la Constitución Política del Estado, se aprueba y ratifica la Convención Interamericana para prevenir, sancionar y erradicar la violencia contra las mujeres ("Convención de Belem Do Para", adoptada el 9 de junio de 1994 en Belén Do Para, Brasil, en el Vigésimo Cuarto Periodo Ordinario de Sesiones de la

Asamblea General de la Organizaciones de los Estados Americanos y firmada por Bolivia el 14 de septiembre de 1994.)

La Ley de Deslinde Jurisdiccional (Justicia para Vivir Bien Bolivia 2010) reconoce la igualdad de género y promueve que todas las jurisdicciones asumidas constitucionalmente respeten, promuevan, protejan y garanticen la igualdad entre hombres y mujeres, el acceso a la justicia, el acceso a cargos o funciones en la toma de decisiones y en el desarrollo del procedimiento de juzgamiento y la aplicación de sanciones. Asimismo, las jurisdicciones deben garantizar que las niñas, niños, adolescentes, jóvenes y adultos mayores y personas con discapacidad, tengan las mismas posibilidades para acceder al ejercicio de sus derechos sociales, económicos, civiles y políticos; deben respetar y garantizar el ejercicio de los derechos de las mujeres, prohíben y sancionan toda forma de violencia contra niñas, niños, adolescentes y mujeres. Es ilegal cualquier conciliación respecto a este tema.

La Ley Marco de Autonomías y Descentralización (Ley Nº O31-2010) constituye un instrumento normativo que permitirá articular la Constitución Política del Estado con los Estatutos Autonómicos y las Cartas Orgánicas Municipales. Se sustenta en tres principios: autonomía, solidaridad y unidad. Señala que las entidades territoriales autónomas garantizan el ejercicio pleno de las libertades de mujeres y hombres y la igualdad de género reconocidos por la CPE.

La Ley Avelino Siñani y Elizardo Pérez (Ley Nº 70) define que toda persona tiene derecho a recibir educación en todos los niveles de manera universal, productiva, gratuita, integral e intercultural, sin discriminación. La educación constituye una función suprema y de primera responsabilidad financiera del Estado, que tiene la obligación indeclinable de sostenerla, garantizarla y gestionarla; es unitaria, pública, universal, democrática, participativa, comunitaria, descolonizadora y de calidad; es intracultural, intercultural y plurilingüe en todo el sistema educativo.

Establece la laicidad de un Estado plural y espiritual, el mismo que reconoce y garantiza la libertad de conciencia y de fe y de la enseñanza de religión, así como la espiritualidad de las naciones y pueblos indígena originario campesinos; fomenta el respeto y la convivencia mutua entre las personas con diversas opciones religiosas, sin imposición dogmática y propiciando el diálogo interreligioso; se propone contribuir a la erradicación de toda forma de violencia en el ámbito educativo, así como promover una sociedad despatriarcalizada, cimentada en la equidad de género, la no diferencia de roles, la no violencia y la plena vigencia de los derechos humanos.

Es importante señalar que la Ley Nº 70 es concordante con la CPE en lo que se refiere al derecho que tienen todas las personas a recibir una educación con calidad. Cabe resaltar que no existe mención alguna a la salud ni a los derechos sexuales y reproductivos, pero sí a la necesidad de establecer un Estado laico, a terminar con la violencia y a promover una sociedad despatriarcalizada en condiciones de igualdad de género.

Existen anteproyectos de ley en el marco de la nueva normativa nacional que se están construyendo en relación a los derechos sexuales y los derechos reproductivos y a vivir una vida libre de violencia contra las mujeres.

El Pacto de Unidad por el Derecho a la Vida de las Naciones y Pueblos Indígenas y Campesinos, conformado por la CSUTCB, CNMCIOB "BS", CSCIB, CIDOB y CONAMAQ, emitió una resolución que determina "iniciar el proceso de construcción participativo y representativo de manera integral, intersectorial, interorganizacional, interinstitucional e intergeneracional del Anteproyecto de Ley de Derechos Sexuales y Reproductivos, desde las percepciones integrales de las naciones y pueblos indígenas, originarios y campesinos". Esta resolución implica:

- Propuestas desde las organizaciones sociales, la sociedad civil y organizaciones no gubernamentales (ONGs) para despenalizar el aborto en Bolivia.
- La Asociación de Concejalas de Bolivia (ACOBOL) está trabajando sobre la aprobación del proyecto de Ley contra el acoso y la violencia política en razón de género.
- Diversas organizaciones sociales e instituciones han presentado el Anteproyecto de la Ley integral para garantizar a las mujeres el respeto y una vida digna libre de violencia.

4.9 MI PRIMERA EXPERIENCIA DE AMOR Y MIS RESPONSABILIDADES

Noviazgos sin violencia

¿Qué es una pareja?

La pareja puede constituirse como el relacionamiento de dos personas que se eligen mutuamente para compartir aspectos de su vida con cierta continuidad de tiempo.

La elección de pareja es algo personal y particular, depende de las expectativas y deseos que cada uno tiene y que no siempre conoce clara y conscientemente.

Cuando dos personas deciden ser pareja establecen pautas entre ambos y en base a éstas realizan un "acuerdo". Este no siempre es explícito, pero siempre regula la forma de relacionarse, determina la independencia, la dedicación de tiempo, los espacios de libertad, etc. Con el tiempo este acuerdo se irá modificando y así se escribirá la historia de la pareja.



En la historia de la pareja se advierte que no siempre aquello que cada uno espera se cumple, porque difícilmente la otra persona es idéntica al modelo que construimos internamente a partir de nuestra propia historia, de cómo creemos que tiene que ser la otra persona.

Etapas del emparejamiento

- La primera etapa se caracteriza por la idealización del otro, es decir, cada uno cree que la otra persona es ese modelo idealizado que esperaba: "El príncipe azul" o " La mujer ideal".
- Al final de esta etapa viene la fusión-confusión, donde todo se hace juntos, perdiéndose el límite entre uno y otro. La pareja invade todo lo que se vive, se piensa, se siente.
- La confrontación, la falla, la decepción por el no cumplimiento de las expectativas.
- La nueva oportunidad y la consolidación.
- El enamoramiento.
- El Noviazgo.

Enamoramiento

Se puede considerar al enamoramiento como la primera forma de relacionarse comunitariamente con base en las relaciones afectivas y eróticas. El enamoramiento se caracteriza por su fuerza y apasionamiento, pues corresponde generalmente al ciclo vital vinculado con la adolescencia y juventud de las personas, y a la etapa inicial de encuentro íntimo entre hombres y mujeres. A diferencia de las relaciones conyugales mediadas por el matrimonio o el concubinato, el enamoramiento no se formaliza en un hogar familiar. Esto significa que queda fuera de los códigos formales regulatorios de la familia, que las relaciones de proximidad eróticas no tienen fines de procreación, y que su despliegue puede darse en distintos espacios físicos: la calle, centros de recreación nocturnos, parques, cuartos en alojamientos, otros lugares.

¿Qué es un noviazgo violento?

La pareja está muy enamorada, cualquiera puede verlo. En la escuela y cuando salen con sus amigos, siempre buscan estar juntos. Presumen su amor.

Pero si él o ella coquetea con otras personas, entonces se enojan, se insultan y pueden incluso abofetearse.

La reconciliación es lo mejor. Pellizcos en los cachetes, leves nalgadas o palmaditas en la nuca o espalda. Y las palabras de siempre: "No pasa nada. A ti es a quien quiero". Y asunto arreglado.

Tan recurrente es la escena que ambos se acostumbran. Con algunas variantes, así nace la violencia en el noviazgo. Si se permite, del reclamo se pasa al insulto; del insulto a los golpes; de los golpes al sometimiento y de éste a la violencia sexual.

Las conductas violentas en las relaciones de pareja no formales no son percibidas como tales ni por las víctimas ni por los agresores, pues generalmente se confunden maltrato y ofensas con amor e interés por la pareja. Aproximadamente a partir de los 13 o 14 años y hasta antes del matrimonio, los adolescentes y jóvenes comienzan a aprender y a ensayar nuevas formas de comportamiento acordes con su creciente libertad e independencia de la familia de origen, para adoptarlas en su vida futura. Georgina Zárate (psicoanalista y académica de la Facultad de Ciencias Políticas y Sociales de la UNAM) afirma que es imposible pensar una relación amorosa sin una dosis de sentimiento hostil, porque así nos enseñaron desde la infancia: "Un buen día –explica– nos damos cuenta que mamá, papá, o ambos, no nada más nos tratan amorosamente, sino que también nos regañan, nos pegan, nos gritan, se enojan, nos amenazan con la pérdida de su amor. Y eso se reproduce, de algún modo, en relaciones posteriores que son, todas, ambivalentes, con sus dosis de amor y de odio."

Los tipos de violencia en el noviazgo son física, verbal, psicoemocional, económica y sexual, que no son excluyentes entre sí. (Instituto de las Mujeres del Distrito Federal, México).

Las consecuencias en la persona agredida son depresión, baja autoestima, aislamiento, fracaso escolar y bajo rendimiento laboral.

Pero es tan cotidiana esta violencia que no es fácil detectar su trascendencia social, y esta invisibilidad es uno de los factores que desencadenan la violencia intrafamiliar. Georgina Zárate afirma que en la adolescencia está presente un mecanismo psicológico que favorece relacionarse de manera agresiva: "Es más fácil para los chicos/as acercarse al otro con actitudes violentas. Si observas en una secundaria, chicas y chicos se pegan entre sí constantemente, como si fuera un juego, porque para ellos es más fácil tocarse golpeándose que tocarse amorosamente; lo que quieren es acariciarse porque andan excitados, pero como no se atreven a reconocer sus deseos, porque eso les causa bronca, entonces la forma de hacerlo es por medio del golpe."

El maltrato a la pareja puede ocurrir en cualquier momento, desde la primera salida juntos o hasta transcurridos varios años de relación, pero su diferencia ante otros tipos de violencia es el proceso de socialización y adquisición de roles de género en los adolescentes, mismos que determinan el dominio como comportamiento masculino y la sumisión como femenino, sumados a la idealización del "amor romántico" que todo lo puede superar y todo lo perdona, así como por el carácter informal y efímero de la relación. Y aunque tales patrones de conducta sean parecidos a los identificados en parejas formales, no es frecuente que el noviazgo presente niveles de maltrato físico similares a los del matrimonio o relaciones equivalentes; es decir, entre novios los golpes no son la manifestación ordinaria de la violencia, pero en el ámbito del "juego" son comunes, y eso lleva a que su gravedad parezca mínima.



Esta "normalización" de la violencia en los patrones de convivencia es el origen del maltrato. "El papá le pega a los hijos y les dice: 'si te pego es porque te quiero'. Y eso se introyecta, se asume y se reproduce", (asegura Georgina Zárate) Por su parte, Daniel Ramírez (asistente del Proyecto de Jóvenes de APIS Fundación para la Equidad, A.C.) señala que el problema tiene que ver con la educación, pues "a los hombres se nos ha dado un poder mayúsculo por encima de las mujeres, y seguramente por eso todas las relaciones están impregnadas de algún tipo de violencia." Agrega que hay actitudes que muchas veces no se identifican como violencia, pero que crean un malestar y no queda claro por qué. Por ello, dice, la violencia se ha redimensionado para abarcar aquellas actitudes que no tienen que ver con jaloneos y golpes, pero que de todos modos causan algún tipo de daño; por ejemplo, los actos dirigidos a vigilar, perseguir, humillar y manipular al otro u otra.

No obstante, si es aplicado a un ámbito de las relaciones de pareja y/o conyugales, y sus correspondientes marcos ideológicos, se puede observar que también en el enamoramiento la violencia es parte de su cotidianidad, porque parte del supuesto de la superioridad física de los hombres y porque se trata de adolescentes y jóvenes, mujeres y hombres que han sido educados en el temor de las mujeres a los hombres y en las creencias de que estos son físicamente más fuertes. Pero, además, porque son adolescentes y jóvenes que se han desarrollan en un espacio familiar donde han internalizado la violencia como algo cotidiano y hasta como requisito de la relación conyugal, sin necesidad de que las relaciones violentas sean verbalizadas o conscientemente transmitidas.

Particularidad de la Violencia en el Noviazgo

Con todo, por corresponder a una etapa del ciclo vital específica y llena de grandes y rápidos cambios físico biológicos y psicológicos, la violencia ejercida en el enamoramiento tiene sus peculiaridades.

En lo físico biológico, estos cambios en las personas están vinculados con las proporciones del cuerpo, desarrollo de las características sexuales primarias y secundarias; por lo que las propias formas corporales se convierten en base de la construcción de las relaciones de proximidad o violencia. Las propias formas del cuerpo son objeto de asignación de atributos y valores que moldean la fuerza superior física de los hombres y dan lugar a la ratificación de esa superioridad a través de actitudes.

Es previsible que la violencia erótica sea la más característica de esta etapa vinculada a la pubertad e inicio de la vida sexual, puesto que los rasgos de personalidad de los/as adoles-

centes y jóvenes, que se forman en estas etapas, cobran importancia en relación a su desarrollo sexual y heterosexual.

Esto nos remite a los cambios psicológicos vinculados con el desarrollo de la identidad del yo de los adolescentes y jóvenes como individuos en sí mismos. No obstante, en este proceso, les importa más los rasgos de conducta y personalidad más evidentes, la forma de manifestación exterior, antes que la personalidad interna: lo que se traduce en una propensión a acentuar los roles sexistas, sobre todo dentro de su grupo de iguales: grupos de adolescentes y jóvenes hombres y mujeres, desde los que se relacionan hombres y mujeres dentro de una marcada relación sexual.

Por otra parte, en la adolescencia y la juventud existe una gran impaciencia por ser adulto y por satisfacer las pulsiones sexuales. De allí que los deseos sexuales inicialmente se hallen alejados de la noción de amor y la relación sexual se conciba como acto de participación y gratificación individual.

En consecuencia, la relación sexual constituye un desafío que hay que experimentar en un marco de gran inseguridad, no solo por la inexperiencia sino también por el desafío de las normas vigentes en la casa, escuela, y la sociedad en su conjunto.

Si se considera que el enamoramiento se desarrolla sobre los supuestos ideológicos de confianza sobre las relaciones de hombres y mujeres en un marco de dominio masculino, sin embargo, esos supuestos dejan "desarmadas" a las mujeres que entienden su obediencia como capacidad de entrega y espontaneidad.

Así, la aproximación íntima de la adolescente y la joven a su pareja, muchas veces no es más que su apropiación como objeto de consumo que utiliza para valorizarse. En casos, para ajustarse a las reglas del grupo de pares, para pasar de contemplación de una publicidad que estimula la satisfacción de deseos sexuales a la experimentación directa. Todo ello induce a una propensión a la violencia como modalidad de relacionamiento en el enamoramiento y/o noviazgo, puesto que las sexualidad se presenta como conjugación de impulsos, sentimientos, pasiones, reacciones orgánicas, formación de valores, interpretación de la sociedad.



Tipos de Violencia

Violencia Física.- Todo acto de fuerza que cause daño, dolor, sufrimiento físico a una persona, cualquiera sea el medio utilizado y las consecuencias que tenga.

Violencia Psicológica.- Toda acción que cause dolor, perturbación emocional, alteración nerviosa o disminución de la autoestima de la mujer o el hombre agredida/o. También es la intimidación o amenaza que infunde miedo, temor de sufrir.

Violencia Sexual.- Todo gesto., maltrato o imposición en el ejercicio de la sexualidad que obligue a tener aproximaciones o prácticas sexuales mediante el uso de la intimidación, amenaza, fuerza física o simplemente apropiación indebida y sin permiso.

Ciclo de la Violencia

Se han desarrollado algunas teorías en relación a la existencia del ciclo de la violencia que tiene tres fases: Inicio de la tensión (incidente agudo de agresión), fase de arrepentimiento y reconciliación y una fase de tensa calma. Este ciclo describe el incidente violento en su origen y consecuencia, y se supone que se produce constantemente; es decir, es importante conocer la frecuencia de la violencia.

Novios machistas

La tendencia es que los hombres que manifiestan actitudes machistas desarrollen su conducta hacia actitudes controladoras y agresivas.

Lo que queremos reflexionar es si un enamorado machista podría ser más adelante un esposo o un compañero agresor. Para entender mejor este problema, responderemos a los cuestionamientos más comunes:

¿Está la conducta agresiva del hombre muy ligada a las creencias machistas?

Sí, venimos de una sociedad machista y por lo tanto vemos esto como algo normal, aunque no es así. Es mejor prevenir el machismo que lamentar sus consecuencias.

Hay que aclarar que no todos los hombres presentan conductas violentas; sin embargo hay casi una relación de 100% entre las conductas violentas y el pensamiento machista.

¿Cuál es la definición de hombre machista?

El machismo tiene que ver con problemas de pérdida de control, con ser posesivo y querer dominar a la pareja. Cuando los hombres machistas pierden el control terminan agrediendo.

¿Muchas mujeres dirán que esos hombres las protegen?

Las mujeres son socializadas para esperar hombres machistas. El machismo es una necesidad de demostrar el poder en todo lado que estoy, y de que los demás me den a entender que saben que yo tengo ese poder.

¿Siempre el noviazgo va a ser esa campanada para identificar a los hombres machistas?

A veces podrían no demostrarse esas actitudes en el noviazgo y/o enamoramiento y se presentará solo en la etapa de convivencia, porque ahí es más difícil ocultar esas cosas. Si hay actitudes machistas en el noviazgo tienden a mantenerse o aumentar en la próxima etapa.

¿Hay signos de que en un noviazgo existan rasgos machistas?

Sí y también existen signos anteriores. Desde la etapa infantil hay signos machistas que se ponen en práctica en la adolescencia.

Los signos de machismo en los niños son la misoginia, o sea, aquellas actitudes o expresiones que desvalorizan a la mujer; el androcentrismo, es decir que el hombre es el centro de las cosas y discrimina a todas las personas que no representan ese prototipo masculino; y los roles rígidos y estereotipados que indican que los hombres no hacen quehaceres domésticos y no lloran.

¿Los hombres reconocen que son machistas?

Sí lo reconocen, pero generalmente lo hacen cuando el mundo se les viene encima y terminan su relación de pareja. Las nuevas generaciones tienden a detectar más el machismo, porque la mujer ha cambiado su rol, ya no aguanta tanto como antes y las mismas instituciones están eliminando estas conductas.

¿Puede el hombre cambiar una vez que reconoce que es machista?

Sí, puede cambiar. La pregunta sería: ¿puede cambiar solo? Yo diría que no, pues necesita ayuda y requiere hablar con otras personas.

¿Por qué muchas mujeres buscan hombres machistas?

Hombres y mujeres hemos sido sometidos a un proceso de aprendizaje. En la socialización aprendemos cómo tenemos que ser y qué tenemos que esperar del otro, eso es la socialización del género. A las mujeres se les ha enseñando que frente a ese «macho» deben manifestar su atracción.

Nosotros no abogamos por hombres "finitos", sino por cambios en la manera de pensar. Los cambios no son personales, sino culturales. Por ejemplo, la educación cumple una función

muy importante y en la escuela podría promoverse esa equidad de género, no como una materia nueva sino como un debate de ideas.

Si yo como mujer logro identificar a un hombre machista y digo que él va a cambiar, ¿realmente cambia?

Cambia a través de un proceso, que implica reconocer que se tiene un problema y buscar ayuda (por medio de lectura, conversaciones con otros hombres y atención psicológica).

Los cambios no son espontáneos. Los autores hablan de micromachismo, que se aplica en casos donde los hombres dicen que no son machistas, porque hacen oficios domésticos y no les pegan a sus parejas, pero tienen conductas invisibles o sutiles como no escuchar a la otra persona y descalificar sus ideas.

Es común que la gente diga que esos hombres son muy buena gente, pero es diferente relacionarse con la pareja y con las otras personas.

¿Por qué siempre alargamos el asunto? ¿Por la esperanza de que cambien o porque no puedo romper esa cadena machista?

Son mucha las razones. Estos temas casi no se hablan por falta de espacios, de manera que quedan invisibles. Además, se cree que las actitudes machistas van a cambiar después, por obra y gracia del Espíritu Santo.

Cuando se están violentando mis derechos, yo tengo que parar esa situación. No se trata de que esa persona sea buena o no, sino de que yo me sienta cómodo con la relación.

Si un hombre sale con sus amigos a las tres de la mañana se ve normal, pero si lo hace una mujer es mal visto, ¿por qué esa diferencia?

Las mujeres y los hombres deben tener sus espacios. En una relación de pareja se debe conversar y negociar, para que los dos tengan las mismas oportunidades.

En una relación de equidad deberías poder expresar lo que sientes y llegar a acuerdos; en una relación de igualdad tratas de hacer lo que el otro hace.

¿Qué pueden hacer los hombres que reconocen que son machistas?

A los hombres les recomendamos hacer un alto, empezar a verse hacia adentro y buscar apoyo profesional, especialmente de un psicólogo que le ayude a reconstruir su vida. En el caso de los jóvenes, sería bueno que los líderes de grupos hagan charlas y talleres para prevenir el machismo desde temprana edad.



Detectar un enamorado machista ayuda a evitar más adelante a un marido agresor.

4.10.MATERNIDAD Y PATERNIDAD, UN TEMA DE DECISIONES

¿Ser papá y mamá cambia tu situación social?

El hecho de constituirse en padre o madre dentro de una relación de pareja, sea ésta de forma voluntaria o involuntaria, conlleva cambios estructurales en la interacción cotidiana de las personas, para lo que muchas veces no se ésta preparado. Es así que una primera instancia a la que se llega es la Separación de los padres, donde la formalización de la unión conyugal implica salir de la familia de origen, hecho que inevitablemente es un desprendimiento del que ha sido el contexto primario más significativo, como determinante de múltiples aspectos del comportamiento de cada cónyuge, quien además, de una manera automática, no consciente, los reproducirá en este nuevo núcleo de convivencia.

Cuando existe un embarazo no planeado y, por cuestiones culturales y de presión social, existe una unión conyugal a causa de ello, las reacciones de los padres oscilan entre diversos grados de rechazo y aceptación. Para la pareja se convierte en un evento altamente estresante el comunicar a sus familias la inminencia de estos hechos; de manera que si además los miembros hacen una pobre aplicación de las estrategias de afrontamiento, pueden acelerarse consecuencias verdaderamente dramáticas, como el suicidio, intensa crisis de angustia y depresión, o aún la aparición de trastornos psicóticos, reacciones que son más frecuentes en las mujeres, pero no descartables en los hombres. Ellos pueden acudir también a mecanismos de evasión y de pasividad, como huir, abandonar a su compañera total o parcialmente y aumentar el consumo de alcohol o de estimulantes.



La posición de la mujer parece ser aquí más vulnerable, porque culturalmente tiende a pesar sobre ella mayor censura y culpabilización, de modo que si va a vivir a la casa de su compañero, se favorecerá su subvaloración y por tanto aceptará un rol pasivo, tanto en la relación conyugal, como con la familia política. Como consecuencia, si la relación con el compañero era de por sí débil, estas tensiones la afectarán aún más, de forma tal, que en lugar de darse apoyo, habrá distanciamiento y quizá hostilidades, referidas casi siempre a reproches mutuos por la incapacidad del otro para aportar mejores condiciones de vida.

En otros términos, la no separación física de la familia de origen en el momento de la conformación de la pareja, muy común en adolescentes y jóvenes que no tienen las capacidades económicas sociales para lograr un adecuado nivel de independencia, atribuible a la insuficiente autonomía personal de los cónyuges, se asocia con: alteraciones de la estructura de la pareja como sistema, en cuanto a la confusión de límites que genera: bajo nivel de cohesión; tendencia al caos en la organización; serias interferencias en los procesos de comunicación, de resolución de problemas y de definición de acuerdos de convivencia; así como desequilibrio en la distribución del poder, por conflicto de lealtades entre el cónyuge y la familia de origen.

Todo esto implica una importante elevación de las tensiones acumuladas, a las cuales deben sumarse los estresores de tipo económico, laboral y a veces legal, cuando la familia de la mujer asume una postura de persecución del hombre, al definirlo como el culpable del embarazo. Esta acumulación de dificultades explica que, de las parejas así conformadas, el 50% terminen con la separación (Zamudio y Rubiano, op. cit.) después de haber vivido intensos conflictos que provocan desgaste emocional en los cónyuges, estancamiento en su desarrollo personal e inicio del involucramiento del pequeño hijo en la querella marital.

Cuando las relaciones de pareja como padres y madres presentan los problemas y situaciones anteriormente explicados es muy común observar en nuestro medio el abandono del hombre a la mujer con el hijo, siendo entonces que las madres abandonadas durante el embarazo del primer hijo, experimentan un evento que ha sido ubicado por Holmes y Rahe (op.cit) en el segundo lugar de su escala de estresores, por su intensidad como suceso traumático, superado tan solo por la muerte del cónyuge. Sus efectos negativos se amortiguan si la mujer cuenta con un buen apoyo familiar y social, así como con suficientes recursos económicos y psicológicos para afrontar la pérdida, la cual es de por sí agravada por la presencia de los siguientes factores concomitantes:

- Reducción de la autoestima: El abandono quiebra el sentido de identidad, pues la mujer se inculpa a sí misma y se define como alguien de poco valor, que no mereció el amor del padre de su hijo, sentimiento que empeora si fue dejada por él para unirse a otra persona.
- Vivencia de pérdida y de engaño: Toda ruptura deja un vacío inevitable, pero éste será mayor si la historia de experiencias positivas en la relación había llevado a confiar en su estabilidad.
- Catástrofes adicionales: Como pueden ser el rechazo familiar, las complicaciones del embarazo, la aparición de crisis de tipo psicológico, etc.
- Manejo de las situaciones de abandono: Muchas mujeres no se resignan a aceptar el hecho y se dedican a perseguir al padre del hijo, aún a riesgo de su seguridad personal, con lo cual se exponen a más maltratos y privaciones que menguan por lo tanto las oportunidades de esperar a su hijo en condiciones saludables.

4.11. EMBARAZO ADOLESCENTE Y SU PREVENCIÓN – MÉTODOS

La sexualidad y la reproducción son dos cosas distintas. Durante toda la vida tenemos sexualidad, pero solo somos fértiles (podemos tener hijos) durante un periodo de tiempo aproximadamente en la mujer desde los 11 hasta los 50 años.

Los métodos preventivos permiten decidir cuántos hijos y en qué momento se quieren tener. A pesar de ello, y por falta de información, existen todavía muchos hijos/as no deseados.

El embarazo puede ser el episodio más feliz o desdichado, dependiendo del contexto psicosocial en que se produzca. Si se produce en el seno de una pareja que lo desea y se encuentra para llevarlo a buen término, será una buena experiencia. Si se trata de un embarazo no deseado en una adolescente o joven, se puede convertir en una tragedia y una experiencia traumática, tanto si se interrumpe como si se termina con el nacimiento del bebé. Para ella, el futuro bebé, los padres, los familiares, los amigos, los servicios sanitarios y educativos se pueden constituir como ajenos a su estado gestacional, llegando en algunos casos a ser rechazada por todas estos sistemas.

Recuerda que:



El embarazo puede producirse cualquier día del ciclo menstrual de la mujer.

No es necesario que se produzca una eyaculación dentro de la vagina para que se produzca un embarazo. Mucho antes de eyacular, el varón segrega el líquido pre-eyaculatorio, que puede contener espermatozoides suficientes para producir un embarazo.

Las adolescentes y jóvenes corren el doble riesgo de experimentar anemia y complicaciones en el parto, así como un mayor riesgo de mortalidad propia durante el mismo. Por otra parte, la relación coital y el embarazo precoz se suelen asociar con el cáncer cervical y las complicaciones uterinas.

Desde un punto de vista psicosocial, las investigaciones realizadas demuestran que los hijos de mujeres adolescentes experimentan muchos más problemas de conducta y problemas en la escuela, que la de los partos en no adolescentes. Las tasas de separaciones y divorcios son mucho mayores entre las parejas formadas de manera forzada por un embarazo no deseado. La paternidad temprana es un escenario abonado para el abuso y el abandono infantil.

Desde el punto de vista educativo, en el país, el sistema de enseñanza no tiene prevista esta circunstancia. Antes de la inclusión del Código Niño, Niña y Adolescente inclusive se discrimi-

naba a las adolescentes que se habrían embarazado, negándoles incluso la entrada al colegio por temor a que puedan influir desfavorablemente en otros estudiantes. Las madres adolescentes terminaban, por lo general, convirtiéndose en personas aisladas socialmente.

Anticoncepción

Se debe informar a los/as adolescentes ante de tener relaciones sexuales coitales sobre los métodos anticonceptivo como el CONDÓN, método que también protege de las enfermedades de transmisión sexual, VIH/SIDA y embarazos no deseados. Si este método falla por alguna circunstancia, esta la anticoncepción de emergencia también conocida como la PILDORA DEL DÍA DESPUÉS. Se debe tomar esta píldora antes de los 5 días después de haber tenido relaciones sexuales, porque su efecto consiste en eliminar los espermatozoides.

Barreras basadas en el género para el acceso a anticoncepción

En el análisis del contexto en el que se va a actuar, es necesario estar especialmente atento a las barreras culturales que pueden afectar a la toma de decisiones autónoma de las mujeres.

Entre las barreras culturales basadas en el género que dificultan el uso de anticonceptivos están:

Barreras normativas y jurídicas: los gobiernos y funcionarios ejecutivos no asignan una alta prioridad a financiar los servicios de Planificación Familiar por considerar que se trata de "programas para la mujer".

- Algunos países restringen ciertos métodos, y en otros las leyes estipulan que la mujer necesita el permiso del marido o las adolescentes el de sus progenitores para usar métodos anticonceptivos.
- Barreras ocasionadas por los prejuicios de los proveedores de servicios, es decir, los encargados/as de los servicios pueden actuar basándose en prejuicios, imponer sus opiniones a las usuarias o no respetar sus decisiones. Tal vez no ofrezcan a las mujeres toda la gama de opciones anticonceptivas, aduciendo que la mujer no comprenderá o escogerá "equivocadamente", o den informaciones incorrectas, como la reversibilidad de la esterilización en lugares donde no existe un acceso posible al procedimiento.
- Barreras comunitarias: puede haber recelos respecto a los anticonceptivos por suponer que contribuyen a la promiscuidad femenina, prejuicios que no se expresan en relación a los varones.
- Barreras relacionadas con la relación de pareja: algunas mujeres temen que sus parejas desaprueben el uso de anticonceptivos e incluso que les castiguen por ello.
- Barreras relacionadas con la edad: tal vez se espere de las mujeres jóvenes casadas que "prueben" su fertilidad, o de las mujeres jóvenes solteras que se abstengan de mantener relaciones sexuales.

El Aborto

Un aborto es la terminación de un embarazo. Es la muerte y expulsión del feto antes de los cinco meses de embarazo. Después de esta fecha, y hasta las 28 semanas de embarazo se llama parto inmaduro y parto prematuro si tiene más de 28 semanas. Se dice que hay aborto completo cuando se expulsa con el feto la placenta y las membranas. Hay retención placentaria cuando se expulsa solamente el feto y se dice que hay restos uterinos cuando sólo se expulsa una parte del producto de la concepción. A veces es difícil distinguir realmente lo que se ha expulsado, dadas las alteraciones que sufre no sólo el feto, sino la placenta y las membranas.

Clasificación:

Teniendo en cuenta las causas que originan el aborto, se clasifican en:

- Aborto espontáneo o natural
- Aborto provocado
- Aborto terapéutico

Aborto espontáneo o natural

El aborto espontáneo se debe tanto a defectos paternos como maternos. Respecto a los primeros, es digno de señalar que del 40% al 50% de los abortos espontáneos de origen materno son atribuidos a la sífilis, muchas veces desconocida, ignorada, o negada a sabiendas. El restante 50% se debe a alcoholismo habitual y crónico, agotamiento físico o intelectual, vejez entre otras.

La causa de orden materno son variadas. Las malformaciones de cada uno de los órganos del aparato genital femenino; los pólipos, fibromas, cánceres, las endometritis, entre otras. También algunas enfermedades como diabetes, hipertensión, o enfermedades producidas por infecciones bacterianas o virales son causantes de aborto espontáneo.

Como causas conjuntas, paternas y maternas, y que actúan a la vez, podemos citar los matrimonios muy jóvenes, los tardíos, la vejez prematura o la decrepitud de uno de los cónyuges, la miseria, el hambre, la privaciones, el terror, la desesperación, el alcoholismo común, la sífilis o la tuberculosis, también padecidas conjuntamente. Todas estas causas pueden actuar en el momento propulsor de la fecundación.

Otras causas de aborto espontáneo son las malformaciones del embrión.

Aborto provocado

Algunos pueblos no consideran como acto criminal el aborto provocado, ya que entre ellos es conceptuado como un acto natural. Este criterio se ha mantenido en ciertas civilizaciones y hoy es practicado en ciertas sociedades.

En Europa Occidental el aborto es más o menos duramente reprimido, según la política de natalidad llevada por los países en cuestión. Sin embargo, y pese a la persecución penal de que es objeto, sus prácticas se desarrollan clandestinamente y, muy a menudo, sin las necesarias garantías de higiene y asepsia, lo cual provoca graves lesiones o la muerte de la embarazada.

Dentro de este grupo se incluye el aborto producido por imprudencia. Su distintiva es su carácter negativo de omisión voluntaria o imprudencia, unido a la aceptación de los resultados abortivos.

Aborto terapéutico

Es el que tiene por objeto evacuar científicamente, por medio de maniobras regladas, la cavidad uterina, vaciándola de todo sus contenido. Este aborto lo verifica un médico especializado y se toman las medidas precisas para salvaguardar la vida de la paciente, seriamente amenazada. Se realiza cuando la vida del feto se considera perdida (producto muerto) o representa un gravísimo peligro para la madre.

Para reflexionar:

- A través de la historia alrededor del mundo y en muchas religiones las mujeres han utilizado el aborto como parte de su cuidado de salud.
- No todas las mujeres creen que está bien abortar, pero toda mujer debería tener el derecho de tomar su propia decisión.

Las mujeres deciden abortar por muchas razones:

- No poder mantener al bebé en ese momento.
- Los padres se enojarían y estarían desilusionados, y hasta podrían echarlas de la casa.
- El pensamiento de que: Si tenemos este bebé no vamos a poder terminar la secundaria, ni podremos ir a la universidad y nos quedaremos sin una carrera.
- El papá del niño o de la niña no va a ayudar.
- Tener esta niña no sería saludable ni para la madre, ni para el bebé.
- No se cuenta con dinero para cuidar a un bebé.
- Existe un embarazo por causa de incesto o violación.

4.12. AUTOESTIMA

¿Qué es la autoestima?

Autoestima es el respeto, valoración y aprecio que las personas sienten por sí mismas; consideración que se fundamenta en su condición de personas y la dignidad que les es inherente. La autoestima de cada persona es producto del contexto sociocultural en el que se desarrolla su vida; es decir, la influencia directa de la familia, la escuela y la comunidad en general.

Además, es el conjunto de rasgos corporales, mentales y espirituales que configuran la personalidad. Esta se aprende, cambia y se la puede mejorar. Es a partir de los 5-6 años cuando se empieza a formar un concepto de cómo cada persona es percibida por la gente mayor (padres, maestros), compañeros, amigos, etcétera y las experiencias que van adquiriendo.

Según como se encuentre la autoestima, ésta es responsable de muchos fracasos y éxitos, ya que una autoestima adecuada, vinculada a un concepto positivo de "mí mismo", potenciará la capacidad de las personas para desarrollar sus habilidades y aumentará el nivel de seguridad personal, mientras que una autoestima baja enfocará a la persona hacia la derrota y el fracaso.

Desde un enfoque de género, la valoración personal que cada persona ha construido para sí, está fuertemente relacionada con los mandatos de género reinantes en la trayectoria de vida de cada persona. En lo que respecta a las mujeres, el mandato social de "ser para otros" encierra el no poder "darse permiso" para pensar en ella, para encontrarse, para "recuperar el egoísmo", autorizarse (ser autora) de sus propias decisiones.



"La dimensión tradicional de la autoestima de las mujeres es dependiente o subsidiaria de la estima de los otros. En la infancia es más generalizado el hecho de que las expectativas de los otros funcionen como *mandatos*, tanto por la diferencia de edad, como por el autoritarismo prevaleciente. Pero es un signo de mayor opresión cuando en la juventud, la adultez o la vejez, las expectativas de los otros son también mandatos. Los hay que atraviesan la vida y son reiterados por personas diferentes en relaciones distintas. Es evidente que la dimensión tradicional de la autoestima es una construcción identitaria patriarcal que coloca a las mujeres en dependencia vital bajo control y, muchas veces, también bajo sometimiento. La identidad de las mujeres como *seres-para-otros* es la base de la autoestima mediada por la estima de los otros. La clave personal de cada una está en romper la implicación perversa entre estima y poder, entre estima y opresión". (Marcela Lagarde y de los Ríos)

Factores que influyen en el Desarrollo de la Autoestima y el Autoconcepto

1. Afectivo: El desarrollo de la autoestima dependerá del tipo de relaciones que se establezcan a lo largo de la existencia de la persona, para lo cual es esencial que la persona se encuentre en un clima de afecto y amor, no sólo en el hogar, sino en todo ambiente para desenvolverse en el transcurso de su vida.
2. Confianza: Es la base para la seguridad de toda persona, sin ella todo crecimiento posterior será más vulnerable. La confianza se construye de diversas maneras; evitando los mensajes mezclados (que consiste en la contradicción del lenguaje corporal con el verbal, genera confusión, inseguridad y desconfianza). Evitar mensajes suaves para cubrir sentimientos fuertes.
3. El no Enjuiciamiento: Para educar al otro no se debe ser juez. El hecho de ser juzgado constantemente y en exceso crea una persona extremadamente autocrítica, insegura y descontenta consigo misma.
4. Necesidad de Sentirse Apreciado: Todo ser humano necesita sentirse aceptado tal cual es, sentirse valorado, querido como ser único y especial, esto favorece a que la persona se conozca y quiera a sí misma, el trato respetuoso hacia el otro manifiesta nuestro aprecio.
5. Respeto por los Sentimientos y Opiniones del Otro: El desarrollo de una adecuada autoestima se ve afectada al no respetarse la validez de los sentimientos. Muchas veces se dice al otro que sus emociones son erróneas, exigiendo que renuncie a sus experiencias personales internas. Frente a los sentimientos de una persona lo importante es la empatía y comprensión, de lo contrario se obtendrán emociones fingidas o reprimidas. Cuando alguien tiene problemas para aceptar a los demás puede ser un índice de inseguridad y de que su autoestima es baja.
6. La Empatía: Para desarrollar la seguridad de una persona es muy importante que esta se sienta comprendida. Una forma de comprensión es la empatía, que consiste en penetrar en el mundo del otro, ponerse en su lugar, comprendiendo sus sentimientos. La persona empática no está para coincidir ni discrepar, sino para comprender sin juicios, no trata de modificar los sentimientos del otro, sino de comprenderlos. La empatía consiste en oír con afecto y sin cuestionamiento.



7. Concepto de Sí Mismo: Las personas exitosas tienen un alto concepto de sí mismos, son optimistas frente a su futuro, tienen confianza en su habilidad en general. Son queridos por los otros, son corteses y honestos con los demás.
8. Ambiente Social: Es importante en cuanto la autoestima está determinada por la opinión que siente que tienen los demás de él; el concepto de sí mismo ya viene moldeado por las experiencias familiares. Si la persona es valorada en el ámbito social, aumentará su autoestima positiva.

Influencia de la familia en la Autoestima

Existen padres, madres, docentes o cuidadores que humillan, desprecian, no prestan atención, se burlan o se ríen del niño(a) cuando pide ayuda, siente dolor, tiene un pequeño accidente, necesita que lo defiendan, expresan miedo, piden compañía, se aferra buscando protección, tiene vergüenza, etc.. Estas actitudes se completan con otras totalmente opuestas, demostrándole al niño(a) que es "querido y bonito", creándole una gran confusión. Pero estas muestras de cariño son aparentes, adjudicándole un rótulo a su identidad, que trae como consecuencia un peso negativo en la formación y en el desarrollo de sus capacidades.

En el momento en que la persona afectada es adulta, transmitirá la humillación o el maltrato a personas más pequeñas o vulnerables. Es una cadena hereditaria de abuso y poder, ya que el desprecio y la vergüenza vivida en la infancia son la fuente de los problemas que afectan en la vida adulta y los causantes de la baja autoestima.

La autoestima y la comunicación están muy relacionadas, porque según como se diga algo, el efecto será positivo o negativo, de aprendizaje o de resentimiento, que se transmite desde la infancia hacia el futuro. Por esta razón, se entiende que los padres y madres que dañan la autoestima de sus hijos no siempre lo hacen intencionalmente, ya que ellos fueron educados del mismo modo.

Ninguna forma de maltrato es educativa y ningún mensaje o comunicación que culpabiliza, critica, acusa, insulta o reprocha es un buen estímulo para nadie.

Influencia de la Sociedad en la Autoestima

La sociedad cumple una función muy importante para la persona, ya que a partir de la cultura de esta, la familia adopta diferentes pautas o formas de vida que son transmitidas a sus miembros y determinan o ayudan a formar la personalidad de cada uno, teniendo a esta como modelo social.

Las personas que tienen poca confianza en su capacidad dentro de la sociedad, tienden a buscar roles sometidos y evitan las situaciones que requieren asumir responsabilidades.

En nuestra sociedad el nivel de autoestima de una persona está, en cierta medida, ligado a lo que hace para ganarse la vida. Los criterios mediante los cuales, las personas, se evalúan a sí mismas son culturales.

Toda persona se ve a sí misma desde el punto de vista de los grupos en que participa y todo aquello que piensen de uno influirá positiva o negativamente en la personalidad o forma de pensar.

Influencia de la Escuela en la Autoestima

Es fundamental que los padres y maestros o docentes, sean capaces de transmitir valores claros. Es muy importante que se les enseñe a los niños, el significado de esos valores. En todos los ambientes el niño(a) tiene las mismas necesidades básicas de amor y seguridad, el derecho de ser una persona de valor y tener la oportunidad de triunfar.

Los maestros pueden favorecer u obstaculizar el proceso por el cual uno puede encontrarse a sí mismo. Es por esto que el educador tiene mucha responsabilidad en este tema.

Baja Autoestima

Todos tienen en el interior sentimientos no resueltos, aunque no siempre conscientes. Los sentimientos ocultos de dolor suelen convertirse en enojo, y con el tiempo ese enojo se vuelve contra las mismas personas, dando así lugar a la depresión.

Cuando una persona no logra ser auténtica se le originan los mayores sufrimientos, tales como enfermedades psicológicas, depresión y ciertos rasgos que crean una serie de insatisfacciones y situaciones de dolor, como por ejemplo, timidez, vergüenza, temores.

Otra de las causas por las cuales las personas llegan a desvalorizarse, es por la comparación con los demás, destacando de estos las virtudes en las que son superiores; por ejemplo, sienten que no llegan a los rendimientos que otros alcanzan. No llegan a comprender que todas las personas son diferentes, únicas e irrepetibles, por lo que se consideran menos que los demás.

La persona va creciendo y formando su personalidad dentro del ambiente familiar, que es el principal factor que influye en la formación de la misma, ya que incorpora a ésta los valores, reglas y costumbres que a veces suelen ser contraproducentes.

Algunos de los aspectos que se mencionaron son incorporados a la familia por medio del "modelo" que la sociedad les presenta, y éste es asimilado por todos los grupos sociales.

Pero la personalidad de cada persona no sólo se forma a través de la familia, sino también con lo que ésta cree que los demás piensan de ella y con lo que piensa de sí misma.

Actitudes que Indican Autoestima Baja

- Autocrítica dura y excesiva consigo mismo.
- Hipersensibilidad a la crítica, por la que se siente atacada(o); echa la culpa de los fracasos a los demás o a la situación.

- Indecisión crónica, no por falta de información, sino por miedo exagerado a equivocarse.
- Deseo innecesario por complacer, por el que no se atreve a decir NO, por miedo a desagradar y a perder la buena opinión del otro.
- Perfeccionismo.
- Culpabilidad, exagera la magnitud de sus errores, sin llegar nunca a perdonarse por completo.
- Hostilidad, irritabilidad a flor de piel, siempre a punto de estallar aún por cosas de poca importancia, propia del supercrítico a quien todo le sienta mal, todo le disgusta, todo le decepciona, nada le satisface.
- Tendencias defensivas, un negativo generalizado (todo lo ve negro: su vida, su futuro y, sobre todo, su sí mismo) y una inapetencia generalizada del gozo de vivir y de la vida misma.

Media Autoestima

Es simplemente la mediocridad y los sentimientos de inferioridad que una persona puede llegar a sentir. Son las personas que están conscientes, pero que no realizan ningún esfuerzo para cambiar, pues los costos les parecen muy altos.

Alta y Buena Autoestima

La alta autoestima es el narcisismo. El narcisismo es el amor excesivo hacia uno mismo o de algo hecho por uno mismo. Por eso se dice que una persona es narcisista cuando está enamorado de sí mismo; es decir, de lo que piensa, de lo que hace, de cómo es, de cómo se viste, etc., pero no del propio ser, sino de la imagen del yo.

Alguien con una buena autoestima no necesita competir, no se compara, no envidia, no se justifica por todo lo que hace, no actúa como si "pidiera perdón por existir", no cree que está molestando o haciendo perder el tiempo a otros, se da cuenta de que los demás tienen sus propios problemas en lugar de echarse la culpa "por ocasionar molestias".

¿Cómo se manifiesta la autoestima positiva? En el interior de cada persona:

Con un rostro, actitud, manera de hablar que refleja el placer que siente la persona de estar viva. Serenidad al hablar de los logros y fracasos directa y honestamente, ya que se tiene una relación amistosa con los hechos. Comodidad al dar y recibir cumplidos, expresiones de afecto, aprecio, etcétera. Apertura a las críticas y comodidad para reconocer errores, porque la autoestima no está atada a una imagen de "perfección". Flexibilidad para responder situaciones y desafíos, comodidad con una actitud positiva en uno mismo y en los demás. Capacidad para preservar la armonía y dignidad en condiciones de estrés.

Otras Características de la Autoestima Positiva

- Cree firmemente en ciertos valores y principios, está dispuesta a defenderlos aún cuando encuentre fuerte oposiciones colectivas, y se siente segura como para modificar esos valores si nuevas experiencias indican que estaba equivocada.
- Es capaz de obrar según crea más acertado, confiando en su propio juicio, y sin sentirse culpable cuando a otros le parece mal lo que haya hecho.
- No emplea demasiado tiempo preocupándose por lo que haya ocurrido en el pasado, ni por lo que pueda ocurrir en el futuro.
- Tiene confianza por su capacidad para resolver sus propios problemas, sin dejarse acobardar por los fracasos y dificultades que experimente.
- Se considera y realmente se siente igual, como persona, a cualquier otra persona, aunque reconoce diferencias en talentos específicos, prestigio profesional o posición económica.
- Da por supuesto que es una persona interesante y valiosa para otros, por lo menos para aquellos con quienes se asocia.
- No se deja manipular por los demás, aunque está dispuesto a colaborar si le parece apropiado.
- Reconoce y acepta en sí mismo una variedad de sentimientos e inclinaciones tanto positivas como negativas y está dispuesto a revelarlas a otra persona si le parece que vale la pena.
- Es capaz de disfrutar diversas actividades como trabajar, jugar, descansar, caminar, estar con amigos, etc.
- Es sensible a las necesidades de los otros, respeta las normas de convivencia, reconoce que no tiene derecho a mejorar o divertirse a costa de los demás.

Poder de la Autoestima

Se puede decir que la autoestima es una poderosa fuerza dentro de cada persona. Por lo tanto, la autoestima desempeña un importantísimo papel en las elecciones y decisiones que dan forma a la vida.

Hay que decir que la autoestima no es un don gratuito que sólo se necesita pedir. Su posesión a través del tiempo representa un logro ya que esta debe ser auténtica. La autoestima es una experiencia íntima; habita en el alma de cada persona. Ahora bien, alcanzar el éxito sin alcanzar una autoestima positiva es para la persona condenarse a sentirse un impostor que espera ansiosamente ser descubierto. Pues bien, la aclamación no es autoestima, ya que aunque otros lo aclamen no crea en la persona autoestima, ni conocimiento, ni las aptitudes, etc.

El poder de la responsabilidad es muy importante ya que los individuos son responsables de sus elecciones y acciones, por lo que es indispensable para la autoestima positiva.

4.13.PLAN DE VIDA

Al final, como fruto de todo el proceso se encuentra el proyecto de vida que abre al futuro y a las demás personas. El proyecto de vida propio se asienta en las consecuencias inmediatas de la autoestima. El proyecto o plan de vida es como el crédito que uno se da para vivir y usar su poder. El plan de vida es saber qué le interesa a cada uno para dedicar su tiempo, qué tiene que hacer hoy, según la meta que persigue, lo orienta y le da sentido a su esfuerzo.

Saber:

- Qué se quiere, en función de intereses y aficiones.
- Qué conviene, a tenor del aprecio y respeto que se tiene por uno mismo.
- Qué se puede hacer, según su competencia, habilidades y formación.

La sociedad más que nunca necesita mujeres estables, maduras que se respeten a sí mismas. Toda la vida es un continuo re-descubrimiento de su esencia de mujer, y deben apreciarse sanamente por lo que son. Pero si no tienen un concepto adecuado de ellas mismas, fácilmente pueden amargarse.

Contribuir al desarrollo de la autoestima de las mujeres es una pauta de las acciones de género en todo el mundo. Lograrlo es, de hecho, un avance y tiene un sentido político ligado a la acción emancipadora y libertaria de las mujeres.

Desde hace varias décadas, mujeres de todo el mundo han planteado la necesidad de reparar las heridas y eliminar los sufrimientos provocados por la violencia de género, la asfixia y la falta de alternativas debidas a la opresión. Esta conciencia y el sentirse bien aquí y ahora, son signo de la causa feminista de las mujeres. Con el avance y la capacidad real de incidir en cambios a favor de las mujeres, se ha ido estableciendo una vía política para lograrlo. Las mujeres están decididas a apropiarse del derecho a pensar por sí mismas y a democratizar la atención de la subjetividad femenina.



Por ello, nos dice Marcela Lagarde en su libro: "como nos abocamos a transformar radicalmente el mundo, cada una precisa, así mismo, cambiar radicalmente. Para las feministas, cada mujer es la causa del feminismo. Cada mujer tiene el derecho auto-

proclamado a tener derechos, recursos y condiciones para desarrollarse y vivir en democracia. Cada mujer tiene derecho a vivir en libertad y a gozar de la vida".

La auto-estima de la que aquí se habla es la que persigue una relación amorosa y ordenada hacia la mujer como mujer. Es la auto-estima que busca recobrar en ella lo que tiene un auto-concepto deformado para poder ser mejor y de esta manera ser más eficaz con sus acciones, formas de relacionarse, y responder a la tarea individual con mayor capacidad para impactar la sociedad. Por lo tanto, efectivamente, es necesario que tenga claro el valor que tiene como persona. Esto es, no estar centrada totalmente en lo que ella quiere, desea y merece para sí misma. Esto es particularmente importante, pues la mujer en el día a día aún puede verse infravalorada, maltratada o vejada. La mujer debe comprender su valor. Si no son mujeres con una autoestima sana, les será muy difícil el poder entender las dificultades en pareja, superar los obstáculos económicos y tener una vida digna.

4.14.TEMA EXCLUSIVO PARA PADRES DE FAMILIA

Convivencia con la familia: relaciones familiares

Para delimitar las relaciones interpersonales que se desarrollan al interior de la familia, desarrollaremos una definición de lo que significa la familia:

"La familia puede analizarse de diferentes maneras, pero para el desarrollo del presente tema analizaremos a la familia como un sistema social y natural, que puede ser estudiado en términos de su estructura, o forma como está organizado en un momento dado, y sus procesos o formas en las cuales cambia a través del tiempo."

Entonces, la familia es un sistema en la medida en que está constituida por una red de relaciones; es natural, porque responde a necesidades biológicas y psicológicas inherentes a la supervivencia humana; y tiene características propias, en cuanto a que no hay ninguna otra instancia social que hasta ahora haya logrado reemplazarla como fuente de satisfacción de las necesidades psicoafectivas tempranas de todo ser humano.

Relaciones entre padres e hijos

La especificidad de la familia como sistema reside además en un conjunto particular de roles y de reglas implícitas de funcionamiento, a partir de las cuales se organizan las responsabilidades y la interacción familiar, se prescribe y se limita la conducta de los miembros para mantener la estabilidad del grupo. Los roles de madres, padres e hijos son exclusivos de la familia y encarnan expectativas sociales que a su vez movilizan patrones de interacción correlativos a normas de orden cultural, las cuales se acoplan a cada familia según su idiosincrasia y su marco de referencia particular.

En esta adquisición de roles que se da en la dinámica familiar, las relaciones de padres e hijos se conforma en base a diferentes reglas y normas impuestas por los padres, al interior de la familia, que marcarán la supuesta funcionalidad en su interrelación.



Sin embargo, es durante la adolescencia que los padres pierden su rol de apoyo esencial y fuente de valores y son reemplazados por el grupo de pares (los amigos), donde las amistades y los amores de la adolescencia, así como la sobre identificación con ciertos héroes, son intentos de llegar a una síntesis de identidad propia. Los mayores esfuerzos de los adolescentes están dirigidos a la clarificación de su rol como miembros de la sociedad, el interés por los extremos, los experimentos por los contrarios, especialmente los que son mal mirados por los adultos, se convierten en el centro de sus experimentaciones, seleccionan una filosofía básica, una ideología o una religión que le den confianza fundamental en su desarrollo y en su interactuar, especialmente con sus pares, manifiestan prejuicios inflexibles y una belicosa lealtad a las ideas y valores del propio grupo. En la adolescencia se identifica y define las apuestas básicas de la propia vida: identidad personal, sexual, profesional, social , lúdica, etc.

Entonces, cuando un ser humano nace, el primer medio social al que pertenece es la familia, compuesta por ambos padres o uno solo, por hermanos, tíos, abuelos o todos ellos. La función de la familia en la formación y educación de los hijos es muy importante, porque en su seno aprenden a hablar y comportarse como o lo hacen los padres, hermanos o abuelos. También se aprenden costumbres, hábitos, valores y principios en el cotidiano vivir de cada familia. Por ello, es importante analizar algunas características que los padres tienen hacia los adolescentes y jóvenes en la dinámica familiar y analizar qué actitudes son favorables para el logro de un ambiente de respeto mutuo y de altos niveles de confianza. Es entonces que podremos diferenciar diferentes dinámicas de interacción familiar, que son:

Tipos de Padres y Madres Familia:

a) Rígidas/os: Algunos adultos establecen como única verdad su punto de vista, sin escuchar sugerencias o peticiones e imponiendo su decisión. Por ejemplo, no dan permiso parta salir del hogar o para opinar en actividades familiares. Esta conducta podría provocar malestar en los/as adolescentes y jóvenes, por lo que es preferible

que se dialogue y expliquen razones por las que se toma una decisión, escuchando y respetando la opinión del adolescente o joven y tratando de llegar a un acuerdo satisfactorio para ambos, sin perder de vista el respeto a los valores, principios y reglas familiares.

b) Insatifechas/os: En ciertos casos, los padres presionan a los/as adolescentes y jóvenes para realizar actividades que ellos no las efectuaron; de este modo, les obligan a ejecutar actividades que no siempre son de su agrado.

Este comportamiento puede provocar insatisfacción, frustración y rebeldía en el o la adolescente. Por ello, es preferible darles la oportunidad de elegir y orientarles a realizar actividades útiles y positivas que sean de su agrado.

c) Con Temor: Algunos adultos consideran que los adolescentes se encuentran continuamente en riesgo (de enfermarse, aplazarse, consumir drogas); por ello, constantemente vigilan lo que comen, lo que hacen, lo que dicen, con quien andan, por qué lloran, etc., en un sentido de inmiscuirse en asuntos muy íntimos de el/la adolescente y joven, al punto de generar rechazo por parte de ellos, quienes tratan de escapar del "control" y realizar actividades a escondidas. Por ello, es importante que los adultos reconozcan que el desarrollar destrezas suficientes en un/una adolescente o joven es la única manera de protegerlos.

d) Descuidadas/os: En algunos casos, los adultos son indiferentes a las actividades que realizan los adolescentes, consideran que saben cuidarse o que por sí mismos aprenderán lo que les conviene o perjudica. Esta postura muestra falta de interés, cuidado y afecto por los/as adolescentes y jóvenes en formación y aumenta su vulnerabilidad ante situaciones de riesgo.

e) Distraídas/os: En determinadas ocasiones, los padres no toman en cuenta las demandas de los/as adolescentes, olvidan los acuerdos a los que llegaron o cambian de planes en el último momento. Esta conducta daña la autoestima del o la adolescente, quien necesita encontrar principalmente en los padres la mejor fuente de afecto y cuidado.

f) Monetizadas: Algunos padres consideran que única función es dotar de elementos materiales a los/as adolescentes y jóvenes, creyendo que las carencias afectivas o de comunicación, entre otras, son menos importantes. Esta conducta puede interferir en el desarrollo personal, porque tiende a devaluar aspectos fundamentales como la autoestima, la comunicación y la expresión de afecto.

g) Descontextualizadas/os: Existen algunos padres que de acuerdo a su forma de concebir la vida, no aceptan que los tiempos han cambiado y desean que los/as adolescentes y jóvenes mantengan conductas y hábitos que actualmente, social y culturalmente ya no son usuales. Esta conducta se convierte en una barrera generacional.

h) Inestables: Se refiere a que algunos adultos cambian continuamente su forma de pensar, sentir y actuar; en otras palabras, en un momento dado, en ciertas circunstancias o de acuerdo a su estado de ánimo, establecen ciertas normas, opinan de una determinada manera, expresan su afecto de una forma, reaccionan de un modo o, en otras oportunidades, lo hacen de una manera diferente o totalmente contraria a lo previsto. Esto puede crear en el o la adolescente o joven altos niveles de incertidumbre, comportamientos contradictorios o la devaluación del respeto hacia los padres.

Violencia Intrafamiliar

La violencia intrafamiliar y doméstica contra la mujer es un problema social hasta hace muy poco reconocido como una violación de los derechos humanos de la mujer y que evidencia el lugar desigual que ella ocupa en nuestra sociedad.

Podemos decir que continúa siendo un tipo de violencia institucionalizada, porque las distintas instituciones sociales fundamentales la interpretan como un recurso necesario para mantener el orden dentro de la familia. Así, por ejemplo, la Iglesia ha manifestado su posición al respecto: La familia debe permanecer unida y la mujer debe continuar siendo el soporte principal de la misma, objetando los divorcios. Reconocer la institucionalización de la agresión a la mujer en nuestra sociedad significa evidenciar la necesidad de revisar nuestro sistema de creencias que justifican su ocurrencia.

De esta forma, el problema de la agresión contra la mujer por parte de su pareja debe enfocarse como un problema:

- "de grandes dimensiones en nuestra sociedad". Se calcula que de cada 10 mujeres 8 son agredidas por un pariente o pareja.
- "que representa una violación a los derechos humanos de las mujeres".
- "que afecta a mujeres de todas las clases sociales, religiones y niveles educativos".
- "de origen social". La discriminación y la opresión de la mujer por un lado, y la supremacía masculina por el otro, presentes en nuestra estructura social, se reflejan en la forma que hombre y mujer se relacionan íntimamente y dentro de la familia.
- "que está justificada y legitimada por la mayoría de las instituciones de la sociedad" (familia, sistema de salud, educación, entre otros), pues se interpreta que bajo ciertas circunstancias es un recurso válido para mantener el orden social. La infidelidad, el incumplimiento de obligaciones o mandatos y las respuestas consideradas inapropiadas en una esposa, constituyen justificaciones usuales para usar el golpe, la burla o el menosprecio para "corregirla".
- "que pasa de generación a generación". Los niños que observan el maltrato hacia sus madres, corren un alto riesgo de convertirse en agresores de sus propias esposas cuando adultos. En este punto recalcamos que la conducta agresiva es aprendida en nuestra cultura, mediante una serie de factores que la posibilitan o inhiben.

Mitos y creencias en torno a la violencia en la familia

Dentro de los mitos principales que oscurecen la realidad de la violencia contra las mujeres y que obstaculizan una buena intervención en situaciones de maltrato, se encuentran:

MITO		REALIDAD
1	El alcohol y las drogas son la causa de la violencia intrafamiliar. Esta creencia es falsa pues se evidencian episodios de abuso sin que el esposo esté bajo los efectos del alcohol o las drogas. Un esposo no abusivo, aunque tome o se intoxique, no abusará ni de su esposa ni de sus hijos o hijas.	El alcohol o las drogas pueden ayudar a desinhibir la conducta abusiva o hacerla más peligrosa en los hombres agresores, pero no son la causa de la violencia.
2	Las mujeres, por su comportamiento inapropiado (de acuerdo con el esposo, su familia o el orden social), necesitan de la corrección de sus maridos. En esta creencia se parte de dos principios fundamentales errados. El primero, que la violencia es una forma efectiva de educar y el segundo, que el esposo tiene el derecho y la obligación de "educar" a la mujer.	No existen justificaciones para la violencia.
3	Si la esposa es complaciente y tiene paciencia, con el tiempo él dejará de maltratarla. Muchas personas tienen la creencia de que el tiempo cambia positivamente a las parejas. Aunque esto pueda ser cierto para otro tipo de conductas, en el caso de los hombres violentos, generalmente ellos aumentan la severidad del maltrato con el tiempo.	El tiempo por sí solo no hace desaparecer la conducta violenta. Para cesar el abuso es necesario que el agresor se responsabilice de sus actos y aprenda nuevas formas de convivencia. Por lo general esto solo es posible con ayuda especializada.
4	Él es celoso porque le intereso y me quiere mucho, es por eso que me trata así.	Los celos no son una muestra de amor o interés, sino más bien de inseguridad personal y falta de confianza en sí mismo y en la pareja.
5	Toda pareja que se ama DEBE tener relaciones sexuales, para demostrar el amor que se tiene a la otra persona. No tener relaciones sexuales significa que no hay amor.	Las relaciones sexuales son parte de las decisiones personales y se pueden realizar cuando, la mujer y el hombre lo deseen y estén seguros de que quieren tener una relación sexual, no así de forma obligatoria o por chantajes emocionales como el "si me quieres me darás una prueba de amor" para tener una relación sexual.

En nuestro medio el problema de la violencia contra la mujer y, más específicamente, la violencia intrafamiliar ha sido explicada por la presencia de factores como la pobreza, el alcoholismo, los celos, la infidelidad.

Sin embargo, es importante entender que el problema tiene causas más estructurales y que los factores arriba mencionados no son causas sino más bien condiciones que aumentan la probabilidad de sufrir violencia por parte de la pareja. Por esto se han llamado factores de riesgo y están asociados al abuso.

Otros factores de riesgo que deben ser tomados en cuenta, en un proceso de intervención en crisis con mujeres en situación de violencia, son aquellos que se encuentran asociados a la separación conyugal:

- la amenaza o no pago de la asistencia familiar,
- el despojo de bienes materiales,
- las amenazas de quitar los hijos e hijas,
- las amenazas de secuestro,
- la amenaza o el abuso directo físico, sexual o psicológico hacia los hijos y las hijas.

Dinámica de la agresión conyugal.

La violencia intrafamiliar por el cónyuge o concubino tiene características propias que han de tomarse en cuenta para los procesos de intervención. Una de ellas emerge de la dinámica misma de la agresión dentro de la familia: la mujer sufre la agresión de una persona de la cual se espera respeto, amor y solidaridad.

Esta característica es de fundamental importancia para comprender los sentimientos de lealtad que pueden experimentar las mujeres maltratadas hacia sus agresores y que en muchas ocasiones obstaculizan la denuncia y el derecho a buscar consecuencias legales para el abuso. De igual manera, puede interferir esta característica en quienes proveen servicios para ellas, porque consideran también que debe haber lealtad y perdón dentro de la familia aunque en ella exista violencia.

De esta manera, la mujer maltratada se enfrenta a una serie de paradojas, tales como:

Deseo de escapar de las amenazas y la violencia	Vs.	deseo de obtener respeto y amor de la misma persona que la maltrata
Deseo de independencia	Vs.	dependencia económica del agresor
Recibir muestras de seducción y cariño	Vs.	periodos de tortura, humillación y agresión
Esperanza de cambio del ofensor	Vs.	reincidencia del abuso
Sentimientos de lealtad	Vs.	ira y enojo hacia el agresor

Dentro de estas paradojas, se encuentra por lo general el hecho de que la mujer maltratada sufre de agresión en forma no predecible para ella y no durante todo el tiempo. La violencia, tal y como fue demostrado por Lenore Walker (1979, 1995), no ocurre en forma impulsiva sino que obedece a un patrón que se repite a lo largo de la relación. Este se encuentra caracterizado en la Teoría del Ciclo de la Violencia.

En resumen, esta teoría explica que el abuso conyugal ocurre dentro de un patrón de tres fases o etapas predecibles, que se repite una y otra vez. La distancia entre ciclo y ciclo puede ser diferente en cada agresor, al igual que el tiempo de duración de cada una de las etapas.

Tipos de violencia

La mujer víctima de violencia por parte de su esposo o compañero es uno de los casos más frecuentes de la violencia doméstica. La intensidad del daño varía desde el insulto hasta el homicidio.

Según la definición de O. Ferreira "una mujer maltratada es aquella que sufre maltrato intencional, de orden emocional, físico y sexual, ocasionado por el hombre con quien mantiene un vínculo intimo". A partir de ello, se puede identificar formas de violencia que son conocidas como: violencia psicológica, física, sexual y social.

Violencia Física: Es toda agresión en el cuerpo de una persona que puede comenzar con un pellizco y continuar con empujones, bofetadas, puñetazos, patadas, torceduras; pudiendo llegar a provocar abortos, lesiones internas, desfiguraciones, hasta el homicidio.

Violencia Psicológica: Produce daño en el desarrollo psíquico y emocional de una persona, y esta forma de violencia comprende una serie de conductas verbales, tales como insultos, gritos, críticas permanentes, desvalorización, amenazas, etc.

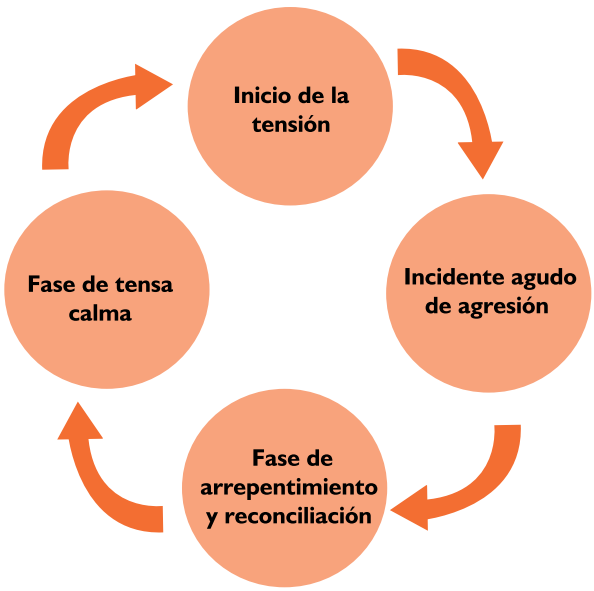
La Mujer sometida a este clima emocional sufre una progresiva delimitación psicológica, presenta cuadros depresivos y puede desembocar en el suicidio.

Violencia Sexual: Consiste en la imposición de actos de orden sexual contra la voluntad de la mujer. Incluye la violación marital, infidelidad, contagio de infecciones de transmisión sexual, obligar a tener hijos/as, etc.

Violencia Social: Son agresiones indirectas que consisten en la prohibición de trabajar o estudiar, encierro en el hogar, excesivo control de las amistades y de las relaciones familiares, restricción económica, poca o ninguna colaboración en el cuidado de los hijos y las tareas del hogar, etc.

Ciclo de la violencia

Primera fase (etapa de la tensión): incremento de la tensión. En ella, el hombre se muestra irritable y molesto; las características de su esposa o concubina parecen incomodarle y además de humillarla o degradarla, comienza a mostrar diferentes conductas agresivas físicas. La tensión no disminuye y la mujer, a pesar de que realiza enormes esfuerzos para calmarlo, no lo consigue.



Segunda fase (etapa del maltrato): incidente agudo de violencia. La tensión que se venía acumulando en la primera fase explota en un ataque físico de mayor severidad y generalmente es el motivo por el cual muchas mujeres acuden a hospitales o solicitan atención legal. Después de este incidente, el hombre se relaja y la tensión disminuye.

Tercera fase (etapa del abuenamiento): tregua amorosa. Luego del incidente agudo y una vez que la tensión disminuye, el hombre agresor se muestra complaciente con la mujer, y puede prometer que no volverá a lastimarla. Durante este periodo, él solicita el perdón y la confianza en su cambio y para convencer a la mujer recurre a innumerables estrategias, tales como un comportamiento seductor hacia ella, obsequios y paseos para sus hijos e hijas, buscar mediadores en la iglesia, la familia o las instituciones. A esta fase se le conoce como periodo de tregua porque es el tiempo que transcurre entre los incidentes de violencia.

Cuarta fase: Etapa denominada de Luna de Miel, en la cual existe una tensa calma durante periodos de tiempo que poco a poco se vuelven más cortos, para iniciar nuevamente el ciclo.

Efectos de violencia

Durante el ciclo de la violencia todos los miembros de la familia son afectados de una u otra manera, así por ejemplo:

AGRESOR	AGREDIDA	HIJOS/AS
• Inseguridad • Incapacidad de hablar del problema • Culpa de lo sucedido a otros factores o personas. • Frustración • Indiferencia • Rabia • Poder • Arrepentimiento • No acepta responsabilidades • No se quiere a sí mismo	• Inseguridad • Temor • Baja Autoestima • Culpabilidad • Angustia • Impotencia • Ideas Suicidas • Violentar a los/as hijas • Frustración • Rabia • Impotencia • Baja autoestima	• Angustia • Problemas de comportamiento • Reproducen lo vivido • Problemas de sexualidad • Problemas de afectividad • Temor • Inseguridad • Bajas calificaciones • Baja autoestima

Alternativas de solución

La violencia intrafamiliar se plasma en las relaciones de poder donde el hombre efectiviza su poder sobre la mujer, pero también es necesario tomar en cuenta que la mujer efectiviza su poder sobre los hijos/as. Así pues, en estas desigualdades de condiciones es imposible pretender que la violencia se concilie porque en este caso no hay acuerdo o negocio, no se

trata de buena voluntad, es un hecho que merece sanciones y por lo tanto debe denunciarse y castigarse, ya que es la familia la que se encuentra protegida por el Estado y porque la violencia constituye materia de orden público.



La VIOLENCIA no se concilia porque no permite expresar los intereses de la mujer en forma equitativa.

Sin embargo, lo que se puede conciliar son los efectos de la violencia como son: Asistencia Familiar, Reconocimiento de Paternidad, Divorcio y Separación.

- Asistencia Familiar: Conocido como pensiones, es un derecho al que no se puede renunciar ni tampoco transferir a otras personas y va destinada a cubrir todo lo indispensable para el sustento, la habitación, el vestido, la atención médica y los gastos de educación necesarios para los/as hijos.
- Divorcio: Es la disolución o extinción del vinculo matrimonial, pronunciada mediante un proceso judicial y sentencia de un/a juez/a de Partido de Familia.
- Separación: Es la situación en que se encuentran los casados o concubinos cuando rompen la convivencia, por haberse producido entre ellos circunstancias que les impide mantenerla.
- Terapia Psicológica: Este es un espacio destinado para reflexionar sobre las falsas ideas acerca del maltrato contra la mujer, que la culpan, justifican al agresor y minimizan las consecuencias. Además, para resolver problemas personales inconclusos.

V. PROCESO METODOLÓGICO

No.-	MÓDULO	Sesión	TIEMPO
1.	I. LA ADOLESCENCIA DESDE EL EJERCICIO DE DERECHOS HUMANOS	4 sesiones	11 Horas
2.	II. SER MUJER Y HOMBRE, CUESTIÓN DE GENERO	2 sesiones	5 Horas
3.	III. DESCUBRIENDO MI CUERPO DESDE MI EXPERIENCIA	6 sesiones	17 Horas
4.	IV. MI PRIMERA EXPERIENCIA DE AMOR Y MIS RESPONSABILIDADES	3 sesiones	7 Horas
5.	V. PREVINIENDO LA VIOLENCIA DESDE UNA PERSPECTIVA DE LA MASCULINIDAD	4 sesiones	11 Horas
6.	VI. CAPACITACIÓN PARA PADRES	1 Sesión	3 Horas
7.	VII. CAPACITACIÓN PARA PROFESORES	1 Sesión	3 Horas

5.1. MÓDULO I: LA ADOLESCENCIA DESDE EL EJERCICIO DE DERECHOS HUMANOS

Sesión1: ser adolescente en nuestros días

OBJETIVO GENERAL: "Lograr que las/os adolescentes cuestionen su realidad para que deconstruyan y construyan una percepción real del ser adolescente en cada uno de sus contextos."

TIEMPO DE DURACIÓN DE LA SESIÓN: 2 horas y media.

ACTIVIDAD 1: "Globo en el aire"

Objetivo: Integrar al grupo a través de una dinámica de presentación y animación

PROCEDIMIENTO	TIEMPO	MATERIAL
Para esta técnica se debe formar un círculo con las/os participantes. Luego se les entregará un globo que debe pasar de forma secuencial a cada uno/a. Cuando una persona toque el globo debe repetir su nombre. Para dinamizar esta técnica posteriormente se pedirá que el globo sea lanzado al aire y se repita el nombre de un/a participante.	15 min.	Globo

ACTIVIDAD 2. Estableciendo conocimientos

Objetivo: Configurar un panorama respecto a los conocimientos, percepciones y necesidades de los y las jóvenes respecto a sexualidad

PROCEDIMIENTO	TIEMPO	MATERIAL
1. Se conformarán seis grupos, con un promedio de seis participantes. A cada grupo se le entregarán hojas de papelógrafos, marcadores gruesos y tarjetas de cartulina. Antes de iniciar el trabajo, se advertirá a los y las participantes, que no existen respuestas correctas o equivocadas, que en los papelógrafos coloquen todo lo que sepan y que también está permitido poner que no se sabe sobre algún tema. 2. Se trabajará bajo la metodología de lluvia de ideas, a manera de ampliar lo más posible la participación de los y las jóvenes. Para esto se distribuirán tarjetas de cartulina a los y las participantes en las que puedan escribir. 3. Anotarán libremente qué es lo que saben o no. Cada participante anotará una o más respuestas en las tarjetas de cartulina y serán pegadas en el papelógrafo, como respuesta a la pregunta que corresponda. 4. Cada grupo trabajará sobre las siguientes preguntas: • Grupo 1: a) ¿Qué es la sexualidad?, b) ¿Cuáles son las características de la sexualidad? • Grupo 2: a) ¿Qué son los métodos anticonceptivos? b) ¿Qué métodos anticonceptivos conozco y cuáles son sus características? • Grupo 3: a) ¿Qué son las Infecciones de Transmisión Sexual?, b) ¿Qué ITS conozco y cuáles son sus características? • Grupo 4: a) ¿Qué es una relación de pareja?, b) ¿Cuáles son las características de una relación de pareja? • Grupo 5: a) ¿Qué es la asertividad o comunicación asertiva? b) ¿Cuáles son las características de la asertividad o comunicación asertiva? • Grupo 6: a) ¿Qué es la toma de decisiones?, b) ¿Cuáles son las características de un proceso de toma de decisiones?	30 minutos.	Tarjetas de cartulina Papelógrafos Masking tape Marcadores.

5. El o la facilitador/a debe acompañar el trabajo de los grupos, para alentar la participación, escuchar los comentarios y orientar ante las dudas. Debe ser precavido de no transmitir sus propios conocimientos o información.
6. Concluida la fase de respuesta a las preguntas planteadas, cada grupo presentará el trabajo realizado, dando lectura a todas las respuestas planteadas para las preguntas.
7. A la finalización de la presentación de cada grupo, se abrirá un espacio breve para incluir algún aporte del resto del grupo.

- Variación: A través de una lluvia de ideas o entregando a cada participante tarjetas se llena la siguiente matriz:

Temas	Conocimientos	¿Qué piensa o siente?

8. Al finalizar el o la facilitador/a realizará un recorrido por cada uno de los papelógrafos haciendo una síntesis de las respuestas y confirmando ésta con los y las jóvenes, verificando si la síntesis refleja lo que quisieron decir.

Notas para el/la facilitador/a



En función de los objetivos del proceso educativo y de las características de la etapa de diagnóstico, esta primera actividad implica establecer lo que los y las jóvenes conocen respecto a (como temas prioritarios):

a. Sexualidad

b. Métodos anticonceptivos

c. ITS/VIHSIDA

d. Relación de pareja

e. Asertividad

f. Toma de decisiones

El o la facilitador/a, realizará una introducción a este momento de trabajo, mencionando que se trata de partir de lo que los y las jóvenes conocen y acordar con ellos las prioridades del proceso, lo que implica reconocer el valor de la participación de estos y no la imposición de un trabajo específico.

ACTIVIDAD 3. ¿Qué pienso, qué siento, qué hago?

Objetivo: Establecer con el grupo, el consenso respecto a los puntos de mayor relevancia para el trabajo en sexualidad.

PROCEDIMIENTO	TIEMPO	MATERIAL
1. Se conformarán seis grupos. A cada grupo se le entregará hojas de papelógrafos, marcadores gruesos y tarjetas de cartulina. Antes de iniciar el trabajo, se advertirá a los y las participantes, que no existen respuestas correctas o equivocadas, que en los papelógrafos coloquen todo lo que se les venga a la mente, sin restricciones. 2. Se trabajará bajo la metodología de lluvia de ideas, a manera de ampliar lo más posible la participación de los y las jóvenes. Para esto se distribuirán tarjetas de cartulina a los y las participantes en las que puedan anotar libremente las respuestas a las preguntas. Cada participante anotará una o más respuestas en las tarjetas de cartulina y las pegará en el papelógrafo, como respuesta a la pregunta que corresponda. 3. Cada grupo trabajará sobre las siguientes preguntas: • Grupo 1 - Sexualidad: a) ¿Qué cosas pienso sobre la sexualidad?, b) ¿Cómo me siento sobre la sexualidad? c) ¿Qué cosas hago o haría respecto a la sexualidad? • Grupo 2 - Métodos anticonceptivos: a) ¿Qué cosas pienso sobre los métodos anticonceptivos?, b) ¿Cómo me siento sobre los métodos anticonceptivos? c) ¿Qué cosas hago o haría con los métodos anticonceptivos? • Grupo 3 - Embarazo: a) ¿Qué cosas pienso sobre el embarazo en la adolescencia?, b) ¿Cómo me siento sobre el embarazo en la adolescencia?, c) ¿Qué cosas hago o haría ante un embarazo? • Grupo 4 - ITS / VIH: a) ¿Qué cosas pienso sobre las ITS / VIH-SIDA?, b) ¿Cómo me siento sobre las ITS / VIH-SIDA?, c) ¿Qué cosas hago o haría ante una ITS / VIH-SIDA? • Grupo 5 - Relación de pareja: a) ¿Qué cosas pienso sobre una relación de pareja?, b) ¿Cómo me siento sobre una relación de pareja?, c) ¿Qué cosas hago o haría en una relación de pareja? • Grupo 6 - Violencia: a) ¿Qué cosas pienso sobre la violencia?, b) ¿Cómo me siento en relación a una situación de violencia?, c) ¿Qué cosas hago o haría ante una situación de violencia? 4. El o la facilitador/a debe acompañar el trabajo de los grupos para alentar la participación, escuchar los comentarios y orientar ante la dudas. Debe ser precavido de no transmitir sus propios conocimientos o información. 5. Debe estar también alerta para poder aclarar los términos que utilicen los y las jóvenes. Por ejemplo, si alguien escribe que se siente "normal", preguntar sobre qué quiere decir "normal"	30 minutos	Papelógrafo Marcadores gruesos Tarjetas de cartulina Masking tape

6. Concluida la fase de respuesta a las preguntas planteadas, cada grupo presentará el trabajo realizado, dando lectura a todas las respuestas planteadas para las preguntas. A la finalización de la presentación de cada grupo, se abrirá un espacio breve para incluir algún aporte del resto del grupo. 7. Al finalizar, el o la facilitador/a realizará un recorrido por cada uno de los papelógrafos haciendo una síntesis de las respuestas y confirmando ésta con los y las jóvenes, verificando si la síntesis refleja lo que quisieron decir.		

Notas para el/la facilitador/a



La segunda actividad indagará sobre las actitudes de los y las jóvenes en torno a los temas prioritarios que serán abordados a lo largo del proceso educativo. Esta parte del diagnóstico, permite identificar creencias, emociones y conductas respecto a los temas de trabajo. Los temas priorizados en este segmento del diagnóstico son:

a. Sexualidad
b. Métodos anticonceptivos
c. Embarazo
d. ITS / VIH SIDA
e. Relación de pareja
f. Violencia

El o la facilitador/a, planteará esta actividad como el segundo momento del diagnóstico, recordando que se trata de partir de lo que los y las jóvenes conocen, reforzando la importancia de la participación y el trabajo conjunto.

ACTIVIDAD 4. Demandas y Necesidades

Objetivo: Permitir al o la facilitador/a la regulación del proceso, tratando de responder lo más posible a las necesidades de los y las jóvenes.

PROCEDIMIENTO	TIEMPO	MATERIAL
1. Se conformarán seis grupos, con un promedio de seis participantes. A cada grupo se le entregará hojas de papelógrafo, marcadores gruesos y tarjetas de cartulina. 2. Antes de iniciar el trabajo, se advertirá a los y las participantes, que no existen necesidades y demandas correctas o equivocadas, que en los papelógrafos coloquen todo lo que quieran o necesiten saber y que crean que les ayudará a vivir más plenamente su sexualidad.	30 minutos	Papelógrafo Marcadores gruesos Tarjetas de cartulina Masking tape

3. Se trabajará bajo la metodología de lluvia de ideas, a manera de ampliar lo más posible la participación de los y las jóvenes. Para esto se distribuirán tarjetas de cartulina a los y las participantes en las que puedan anotar libremente sus demandas y necesidades. Cada participante anotará una o más necesidades en las tarjetas de cartulina y las pegará en el papelógrafo, como respuesta a la pregunta que corresponda.
4. Cada grupo trabajará sobre las siguientes preguntas:
   - Grupo 1: a) ¿Qué necesito o quiero saber sobre sexualidad?
   - Grupo 2: a) ¿Qué necesito o quiero saber sobre métodos anticonceptivos?
   - Grupo 3: a) ¿Qué necesito o quiero saber sobre las Infecciones de Transmisión Sexual y el VIH-SIDA?
   - Grupo 4: a) ¿Qué necesito o quiero saber sobre relación de pareja?
   - Grupo 5: a) ¿Qué necesito o quiero saber sobre asertividad y comunicación?
   - Grupo 6: a) ¿Qué necesito o quiero saber para tomar decisiones?
5. El o la facilitador/a debe acompañar el trabajo de los grupos para alentar la participación, escuchar los comentarios y aclarar las dudas. Debe ser precavido de no transmitir sus propios conocimientos o información.
6. Debe estar alerta para poder facilitar que los y las jóvenes sean específicos en la expresión de sus necesidades y demandas. Por ejemplo, si alguno escribe "quiero saber todo", el o la facilitador/a preguntará sobre qué quiere decir "todo", hasta poder clarificarlo.
7. Concluida la fase de respuesta a las preguntas planteadas, cada grupo presentará el trabajo realizado, dando lectura a todas las respuestas planteadas para las preguntas.
8. A la finalización de la presentación de cada grupo, se abrirá un espacio breve para incluir algún aporte del resto del grupo.
9. Para cerrar, el o la facilitador/a realizará un recorrido por cada uno de los papelógrafos, haciendo una síntesis de las respuestas y confirmando ésta con los y las jóvenes, verificando si la síntesis refleja lo que quisieron decir.

Notas para el/la facilitador/a



La tercera actividad indagará sobre las necesidades y demandas de los y las jóvenes en torno a los temas prioritarios que serán abordados a lo largo del proceso educativo. Esta parte del diagnóstico, permite identificar la expectativa y pedido de los y las jóvenes. Los temas priorizados en este segmento del diagnóstico son:

a. Sexualidad
b. Métodos anticonceptivos
c. ITS/VIH-SIDA
d. Relación de pareja
e. Asertividad y comunicación
f. Toma de decisiones

ACTIVIDAD 5: Consensos para emprender el camino

Objetivo: Permitir al o la facilitador/a la regulación del proceso, tratando de responder lo más posible a las necesidades de los y las jóvenes.

<table>
<tr><th>PROCEDIMIENTO</th><th>TIEMPO</th><th>MATERIAL</th></tr>
<tr>
<td>
1. Se conformarán cinco grupos. A cada grupo se le entregará una copia de las síntesis de las actividades 1 y 3, conocimientos y necesidades-demandas respectivamente.
2. Podría usarse el siguiente formato:
<table>
<tr><th>Tema</th><th>Conocimiento, Necesidad, Demanda

(Resultados de las actividades de diagnóstico 1 y 3)</th><th>Prioridad</th></tr>
<tr><td>Sexualidad</td><td>Cuáles son los cambios que hay en nuestros cuerpos Saber por qué el cuerpo de los hombres es diferente al de las mujeres.

Conocer por qué los hombres sienten cosas (en su cuerpo) diferentes a las mujeres

Conocer por qué las mujeres son más discriminadas que los hombres.</td><td>2</td></tr>
<tr><td>Relaciones de pareja</td><td>Cómo poder hacerle entender a mi pareja que no quiero todavía

tener relaciones sexuales</td><td>1</td></tr>
</table>
3. El o la facilitador/a presentará primero la síntesis realizada en base a las síntesis efectuadas a la conclusión de las actividades 2 y 3. Entonces pedirá a los grupos que primero revisen la síntesis y luego prioricen de acuerdo a sus consideraciones qué tema y aspectos son más importantes, ordenándolos de acuerdo a la importancia que le asignan. En la casilla de la derecha, donde dice prioridad, deberán colocar el valor de prioridad para el grupo. De esta manera si Métodos Anticonceptivos es de mayor prioridad, pondrán 1 en la casilla de la derecha y así sucesivamente.
4. Concluida esa parte del trabajo, cada grupo presentará su orden de prioridades y se definirá el orden por mayoría simple. Es decir, si 4 grupos coinciden en que asertividad es la mayor prioridad, se acordará realizar un énfasis especial en esa temática, otorgándole más tiempo de trabajo o revisión más específica.
5. Al finalizar el o la facilitador/a realizará un recorrido por el orden prioritario establecido y, confirmando éste con los y las jóvenes, establecerá que se asume un acuerdo de que se trabajará en función de la priorización realizada. Planteará también que el proceso educativo tiene una estructura y una metodología y que en función de eso se recorrerán ciertos pasos necesarios para llegar a las áreas priorizadas por los y las jóvenes.
</td>
<td>30 minutos</td>
<td>Papelógrafo

Marcadores gruesos

Tarjetas de cartulina

Masking tape</td>
</tr>
</table>

Notas para el/la facilitador/a



Esta es la última actividad del diagnóstico. Se trata de realizar una revisión de la información recopilada en las tres sesiones previas a través de una síntesis elaborada por el o la facilitadora. Esta síntesis se someterá a consideración de los y las participantes para verificar que traduzca lo expresado por los y las jóvenes y establecer el acuerdo de los aspectos que se enfatizarán o abarcarán en todo entorno educativo, Es necesario para el grupo la mayor especificidad posible. En este sentido, siendo el o la fácílitaradorá/a también parte del proceso y en base al conocimiento más detallado que posee respecto a los contenidos y su orientación, buscará precisar, por ejemplo, si en torno a "sexualidad" es necesario para el grupo conocer en mayor profundidad los elementos relacionados a los cambios corporales o sobre género.

El o la facilitador/a debe tener la síntesis elaborada tanto en papelógrafo, como impresa para ser distribuida a los grupos. La síntesis se elabora en base a las actividades 2 y 3, conocimientos y necesidades y demandas respectivamente.

Los resultados de la actividad 3 –pensar, sentir y hacer– sirven para identificar creencias, percepciones y puntos de vista respecto a las temáticas que forman parte del proceso educativo. Los mismos podrán ser utilizados en los momentos de análisis de las diferentes actividades, para matizar con lo manifestado por el propio grupo.

El o la facilitador/a, realizará una introducción a este momento de trabajo, mencionando que se trata del cierre del proceso diagnóstico, sugiriendo que es el momento de acordar cuáles serán las temáticas que requerirán mayor profundización o una revisión particular, en base a las necesidades más sentidas del grupo y las recomendaciones del o la facilitador/a, de acuerdo a las prioridades institucionales y del propio proceso educativo. Desde esta perspectiva se trata de un momento de negociación y establecimiento de consensos, donde el o la facilitador/a se concibe como un integrante más del grupo.

ACTIVIDAD 6: Mi Compromiso

Objetivo: Evaluar el proceso de aprendizaje

PROCEDIMIENTO	TIEMPO	MATERIAL
Se repartirá 2 tarjetas de diferente color a cada participante y el/la facilitadora dará la instrucción de responder las preguntas: ¿Qué me llevo del taller? ¿Qué les dejo?	15 min.	Tarjetas Marcadores Cajón para recoger las tarjetas

SESIÓN 2: SEXUALIDAD Y DERECHOS DE LOS/AS ADOLESCENTES – PARTE 1

OBJETIVO GENERAL: "Identificar los derechos y deberes de las/os adolescentes para que conozcan, asuman el reto de ejercerlos y cuestionen su cumplimiento en las diferentes instancias como la familia, servicios de salud, unidades educativas y otros espacios en los que interactúan."

TIEMPO DE DURACIÓN DE LA SESIÓN: 3 horas y 15 minutos.

ACTIVIDAD 1: "El giro de los derechos y deberes"

Objetivo: Integrar al grupo a través de una dinámica de presentación y animación para recuperar desde el juego su conocimiento sobre derechos y deberes.

PROCEDIMIENTO	TIEMPO	MATERIAL
Para esta técnica se debe formar un círculo con las/os participantes donde todos deben estar sentados. En una parte del círculo se dejará un asiento vacío. La instrucción que se debe dar es: • A quien se le toque la cabeza debe pararse, repetir su nombre, dar un giro y decir un derecho que les corresponde. Por ejemplo: "Soy Ely y tengo derecho a reír." "Soy Carmen y tengo derecho a ser feliz." Y así sucesivamente. • Una vez repetido el/la adolescente debe cambiar de posición y sentarse en el asiento vacío. • Se puede alternar la técnica también repitiendo deberes. Esto debe ser promovido por el/la Facilitador/a cuando toque la cabeza, señalando "deber" o "derecho". El/la facilitador/a iniciará el juego tocando la cabeza de los/as adolescentes. Si se equivoca o repite a la misma persona tendrá una penitencia. Esto debe incluirse como parte de las reglas de la técnica. Dará vueltas alrededor del círculo y debe agilizar el juego. Si es posible también se debe dar penitencia para presionar a la participación.	15 min.	ninguno

ACTIVIDAD 2: El cuerpo sin cuerpo

Objetivo: Reconocer y comprender el cuerpo como base fundamental en el desarrollo humano, valorando su importancia y cuidado en la construcción para la vivencia plena de la sexualidad.

PROCEDIMIENTO	TIEMPO	MATERIAL
1. Se conforman cuatro grupos, se distribuye papel periódico y un rollo de masking por cada grupo. Los grupos deberán armar un cuerpo humano de tamaño natural, básicamente cabeza, cuerpo y extremidades. El cuerpo no deberá tener ningún rasgo que lo identifique como hombre o mujer.	90 minutos	Papelógrafo Papel periódico

2. Una vez armado el cuerpo humano, deberán seleccionar un o una representante por cada grupo elegido/a. El o la representante deberá atar el cuerpo humano armado a los brazos piernas, cuerpo y cabeza de la persona seleccionada.
3. Los y las representantes, se ubicarán al frente de todo el grupo. El o la facilitador/a indicará que de ahora en adelante su cuerpo será el cuerpo humano armado con periódicos, que todo lo que se indique hacer, se hará a través del cuerpo armado con periódicos. Está prohibido utilizar el propio cuerpo (de carne y hueso) para desarrollar las tareas que se les encomiende. El o la representante que así lo haga, recibirá una sanción.
4. Entonces cada representante realizará las siguientes tareas:
   - Representante 1: a) Dar un beso en la mejilla a otro de los cuerpos, b) Tocar la ropa de alguna persona del grupo.
   - Representante 2: a) Abrazar a otro de los cuerpos de periódico, b) Dar un beso en la mano a alguien del grupo.
   - Representante 3: a) Pedir un beso en la mejilla a una persona del grupo, b) Soplar una hoja de papel colocada sobre uno de los bancos.
   - Representante 4: a) Dar la mano a otro de los cuerpos de periódico, b) Tocar la mejilla de alguien del grupo.
5. Opcionalmente se pueden plantear otras acciones que impliquen contacto, sobretodo el uso de los sentidos y especialmente el tacto. El o la facilitador/a debe estar alerta a que todas las acciones se hagan a través de los cuerpos de periódico. Quien rompa las reglas y utilice su propio cuerpo para establecer contacto, será descalificado y se le dará la instrucción de "muerto"; es decir, quedará estático, sin moverse.

Bolígrafos

Marcadores delgados

Marcadores gruesos

Masking tape

Lana Gruesa o cordel

Preguntas Guía

Una vez realizadas las tareas, el facilitador/a iniciará el análisis preguntado primero a quienes se encontraban atados/as a los cuerpos de periódico.

1. ¿Cómo se sintieron?
2. ¿Qué les hizo sentir así?
3. ¿Qué observaron al realizar las diferentes tareas?
4. ¿Qué aprendieron en relación a sus propios cuerpos (Carne y hueso)?

El facilitador/a debe estar atento a las expresiones o respuestas relacionadas a la imposibilidad de poder sentir o de poder establecer contacto, pues en ellas basará su análisis respecto a la importancia del cuerpo, su cuidado y su presencia como base de la construcción de la vida y de la sexualidad.

Luego abrirá el análisis hacia todo el grupo, preguntando:

1. ¿Qué observaron en los cuerpos de periódico?
2. ¿Qué pasó con los cuerpos de periódico al tener que realizar las tareas asignadas?
3. ¿Qué pasaría si no tuviéramos cuerpo?
4. ¿Qué pasaría si no pudiéramos sentir o usar nuestros sentidos?

5. ¿Qué nos permiten hacer nuestros cuerpos y nuestros sentidos?6. ¿Cuál es el valor del cuerpo, para cada uno/a y en relación a nuestra sexualidad?

7. ¿Cuál es la importancia del cuidado del cuerpo?

8. ¿Qué nos permiten hacer nuestros cuerpos y nuestros sentidos?

9. ¿Cuál es el valor del cuerpo para cada uno/a y en relación a nuestra sexualidad?

10. ¿Cuál es la importancia del cuidado del cuerpo?

Cierre: En base a la participación de los y las jóvenes, el o la facilitador/a remarcará mínimamente los siguientes mensajes:

a) El cuerpo como piedra fundamental para la vida y para la construcción de la sexualidad.

b) La importancia del cuerpo y los sentidos para conectarnos con el entorno, con las cosas y con otras personas.

c) La importancia del cuerpo para sentir placer, dolor, experimentar todo lo posible.

d) El valor del cuidado del cuerpo, para el cuidado de nuestras vidas. Cuidar el cuerpo, cuidar la vida.

e) Aclarar que la actividad no va dirigida a "cubrir el cuerpo" o negar el cuerpo, más bien a reconocer su importancia para la relación con su medio.

Los cuerpos de periódico deberán ser guardados para utilizarlos en siguientes actividades. Cada grupo deberá hacerse responsable de su cuidado.

Variaciones:

- Dibujar la silueta y cortarla para no entrar a la elaboración del cuerpo.

- Elaborar las partes del cuerpo y llevarlas para que los jóvenes armen.

- Que los jóvenes ya lleven elaboradas su silueta.

Notas para el/la facilitador/a



Implica un cambio de dinámica, en cuanto se comienza a trabajar a través de las técnicas grupales. Es un momento importante para que el o la facilitador/a no solamente revise los resultados del diagnóstico (que se articularán con la dinámica del grupo, en cuanto definirán mayor construcción de conocimiento o mayor análisis para el cambio de creencias), sino que revise también la lectura de grupo que se ha estado teniendo. Dsto permitirá tener una mejor orientación para la aplicación de las técnicas. Es necesario revisar los contenidos relacionados a lz sexualidad y sus diferentes componentes.

ACTIVIDAD 3: Sexualidad, Género, lo social, lo individual – Inicia la Historia

Objetivo: Reconocer el género como construcción social a partir de las diferencias del sexo, reflexionando constantemente sobre las desigualdades genéricas del ser hombre y ser mujer a partir del predominio del sistema patriarcal para la comprensión y respeto de las diferentes vivencias de las sexualidades.

PROCEDIMIENTO	TIEMPO	MATERIAL
Se continuará el trabajo con los grupos de la anterior actividad. Se iniciará la actividad haciendo una lluvia de ideas, de los aspectos abordados a través de la actividad previa y se reforzarán los mensajes respectivos. Inicialmente, cada grupo deberá presentar el cuerpo de periódico de cuyo cuidado son responsables. En el caso de que alguno de los grupos no presente el cuerpo del cual es responsable, se abrirá un pequeño espacio para reforzar los mensajes relacionados a la importancia del cuidado del cuerpo y que sin cuerpo no hay posibilidad de participar en la actividad, de sentir, de vivir. Pero que, sin embargo, se dará una oportunidad para continuar con el ejercicio. El grupo que no presente el cuerpo, podrá construir uno pequeño (entre 20 o 30 cm) rápidamente para continuar. Para continuar el proceso, ahora debe dársele una identidad al cuerpo. El o la facilitador/a, deberá garantizar que mínimamente exista un cuerpo que sea identificado como hombre o mujer. Se le pedirá a cada grupo que haga lo siguiente Parte 1 a) Definir si es hombre o mujer b) Ponerle nombre c) Edad d) Contextura – medidas En base a estos elementos cada grupo deberá colocarle al cuerpo características (cabello, ropa, características sexuales) que ayuden a identificarlo. Para esto se asignará un tiempo y se proveerán los materiales necesarios. Parte 2 Concluida esta etapa, cada grupo construirá (relatará a modo de cuento) una historia sobre su cuerpo en base a la identidad que le asignaron. Es importante enfatizar que la historia debe construirse tomando en cuenta permanente sus características de identidad; sobre todo su género, edad y contextura. Es necesario que los y las participantes puedan construir y relatar sus historias libremente, pues en ellas mostrarán sus creencias, sus dudas, sus temores, sus conocimientos, sus formas de ver la sexualidad, en base a las cuales el o la facilitador/a podrá trabajar en la etapa de análisis. La historia mínimamente debe contener: Niñez Cómo es o era … (nombre que le asignaron) 1. En la casa 2. En la escuela 3. Cuando se divierte o divertía 4. En su relación con otros niños	90 minutos	Cuerpos de periódico Papel periódico Papel Seda Papel crepe Papelógrafos Bolígrafos Hojas de papel tamaño oficio Marcadores delgados Marcadores gruesos Masking tape

5. En su relación con las niñas Adolescencia y juventud Cómo es o era…(nombre que le asignaron) 1. En la casa 2. En la escuela 3. Cuando se divierte o divertía 4. En su relación con sus amigos y amigas 5. En su relación con su pareja Adultez Cómo es o era…(nombre que le asignaron) 1. En la casa 2. En la escuela 3. Cuando se divierte o divertía 4. En su relación con sus amigos y amigas 5. En su relación con su pareja Una vez escritas las historias de los cuerpos y sus identidades en papelógrafos, cada grupo deberá presentar a su cuerpo y su historia. Son elementos importantes a tomar en cuenta durante las presentaciones: las diferencias y similitudes establecidas entre hombres y mujeres a partir de la asignación de una identidad, el proceso de construcción y desarrollo de esas identidades, los roles y funciones asignados a partir de la identidad, la forma como se construyen y desarrollan las experiencias. Concluidas las presentaciones, se comenzará el análisis.	90 minutos	Cuerpos de periódico Papel periódico Papel Seda Papel crepe Papelógrafos Bolígrafos Hojas de papel tamaño oficio Marcadores delgados Marcadores gruesos Masking tape

Preguntas Guía

1. ¿Qué fue lo que más le llamo la atención de las historias?
2. ¿Qué diferencias y similitudes se encuentran entre las historias de hombres y mujeres?
3. ¿Cómo estas similitudes y diferencias influyen el ejercicio de la sexualidad de hombres y mujeres heterosexuales, homosexuales, adolescentes y adultos?
4. ¿Qué cambios entre la niñez, adolescencia y adultez se perciben en las historias (Biopsicosocial)?
5. ¿Qué roles y funciones son asignados a hombres y mujeres?
6. ¿En alguna o varias historias se identificaron en la relación de pareja atracción hacia alguien del mismo sexo?
7. ¿Todas las personas experimentarán atracción hacia el otro sexo?
8. ¿Habrá diferencias y similitudes entre personas que sienten atracción por su mismo sexo (Homosexualidad) y aquellas que sienten atracción por el otro sexo (Heterosexualidad)? ¿Cuáles?
9. ¿La sexualidad se vivirá de la misma manera en las diferentes culturas?
10. ¿Qué de estas historias tienen que ver con ustedes?

Cierre

Recuperando las participaciones de los y las jóvenes, el o la facilitador/a, construirá, reforzará y profundizará los siguientes mensajes:

a. La identidad de género (ser hombre, ser mujer) se refiere a cómo nos sentimos acerca de nuestro género y cómo lo manifestamos.
b. El género como categoría construida socialmente, que determina roles, funciones, comportamientos, oportunidades y limitaciones pa a hombres y mujeres a partir de las diferencias fisiológicas y biológicas.
c. La cultura como determinante de los roles de género y de lo que es masculino y femenino.
d. Promover actitudes antidiscriminatorias de la diversidad de género, generacional, y cultural en el marco de los derechos, buscando relaciones equitativas.
e. El género como uno de los componentes de la sexualidad.

SESIÓN 3: SEXUALIDAD Y DERECHOS DE LOS/AS ADOLESCENTES – PARTE 2

OBJETIVO GENERAL: "Identificar los derechos y deberes de las/os adolescentes para que conozcan, asuman el reto de ejercerlos y cuestionen su cumplimiento en las diferentes instancias como la familia, servicios de salud, unidades educativas y otros espacios en los que interactúan."

TIEMPO DE DURACIÓN DE LA SESIÓN: 2 horas y 30 minutos.

ACTIVIDAD 1: Afectividad, Erotismo y Reproductividad – Continúa la Historia

Objetivo: Establecer relaciones entre las etapas de desarrollo humano y los componentes de la sexualidad, valorando su importancia para la vivencia plena.

PROCEDIMIENTO	TIEMPO	MATERIAL
Se continuará el trabajo con los grupos conformados. El o la facilitador/a planteará que ahora se construirá otra faceta, de los cuerpos y sus identidades. Esta faceta de la historia deberá relatar: Niñez Cómo es o era ..... (nombre que le asignaron) 1. ¿Se sentía respetado/a y aceptado/a? 2. ¿Se sentía valorado/a? ¿Cuáles eran sus cualidades? 3. ¿Se sentía cuidado/a y protegido/a? 4. ¿Cuáles eran sus alegrías y problemas? 5. ¿Cómo era su relación con otros/as niños/as? 6. ¿Qué le gusta hacer?	90 minutos	Papelógrafo Bolígrafos Marcadores delgados Marcadores gruesos Masking tape

Adolescencia y juventud

Cómo es o era ..... (nombre que le asignaron)

1. ¿Cómo era su cuerpo, le gustaba, aceptaba su cuerpo?
2. ¿Se sentía atractivo/a, alguien le atraía?
3. ¿Cómo se lleva o llevaba con hombres y mujeres?
4. ¿Qué sensaciones sentía frente a su pareja?
5. ¿Qué fantasías tenía en relación a los chicos o en relación a las chicas?
6. ¿Qué caricias le gusta dar y que caricias le gusta recibir?
7. ¿Qué le gustaba hacer?

Adultez

Cómo es o era.....(nombre que le asignaron)

1. ¿Qué piensa sobre tener familia?
2. ¿Está casado, convive con alguien, cómo es su relación?
3. ¿Qué piensa sobré tener hijos/as?
4. ¿Tiene hijos/as? ¿Cuántos/as?
5. ¿Cómo se sintió, que pensó cuando nacieron sus hijos/as?
6. ¿Qué quiere para sus hijos/as?
7. ¿Qué le gustaba hacer?

Una vez escritas las historias de los cuerpos y sus identidades en papelógrafos, cada grupo deberá presentar a su cuerpo y su historia. Son elementos importantes a tomar en cuenta durante las presentaciones: las diferencias y similitudes establecidas entre hombres y mujeres a partir de la asignación de una identidad, el proceso de construcción y desarrollo de esas identidades, los roles y funciones asignados a partir de la identidad, la forma como se construyen y desarrollan las experiencias. Concluidas las presentaciones, se comenzará el análisis.

Preguntas Guía

1. ¿En las historias, cómo describen el cuerpo de la adolescente?
2. ¿Habrá diferencia entre el cuerpo del adolescente, el niño y el adulto?
3. ¿Cuáles las diferencias del cuerpo de un hombre con el de una mujer?
4. ¿La reproducción humana solo se limita a la genitalidad?
5. ¿Habrá diferencias del cuerpo entre hombres?
6. ¿Habrá diferencias del cuerpo entre mujeres?
7. ¿Todas las personas pueden sentirse cómodas con su apariencia física?
8. ¿Hay personas que puedan cambiar la apariencia física?
9. ¿Nuestro cuerpo puede generar sensaciones agradables?
10. ¿Es malo sentir sensaciones agradables a través de nuestro cuerpo?
11. ¿En las historias, qué sensaciones agradables con su pareja se describen?
12. ¿En la relación de pareja, cuándo se siente placer?
13. ¿Cómo las normas culturales influyen en la expresión de hombres y mujeres sobre el placer?

Cierre

Recuperando la participación de las y los jóvenes:

a. Reforzar los 4 holones de la sexualidad transversalizando género, interculturalidad, enfoque intergeneracional y derechos.
b. Reforzar contenidos sobre el desarrollo humano.
c. Reforzar contenidos sobre la reproducción humana como aspecto integral en su accionar de su entorno, reproduciendo ideas, pensamientos, etc., y no solo limitarse a tener hijos.
d. Desmitificar la percepción negativa del placer y deseo sexual.

ACTIVIDAD 2: Asentando los conocimientos

Objetivo: Relacionar elementos conceptuales incorporando nuevos conocimientos y formas de ver la sexualidad, para su comprensión como elemento integral en el desarrollo de la vivencia humana.

PROCEDIMIENTO	TIEMPO	MATERIAL
• El facilitador o facilitadora, mencionará que se ha concluido una parte del proceso educativo, ligado a la comprensión de la sexualidad como eje de la vida de los seres humanos, siendo necesario construir de manera clara los elementos que se han trabajado, como una forma de prepararse para el siguiente momento de trabajo. • Inicialmente hará un recorrido a través de las técnicas y los aspectos analizados a través de ellas. Posteriormente articulará las información presentada, con los relatos y experiencias manifestadas por los y las participantes, intercalando con espacios para preguntas. Podrá recurrir a las tarjetas para la formulación de las preguntas o dudas. • La información que se transmita a los y las participantes debe incluir a) Sexualidad y b) Adolescencia y sus características físicas, psicológicas y sociales. Cierre: • Al finalizar la interacción expositiva y de preguntas, el o la facilitador/a sugerirá que posiblemente luego surjan otras preguntas o dudas, que existe la disposición plena para aclararlas, que el espacio queda abierto. Realizará la puntualización de los elementos clave sobre la sexualidad, su vivencia y las experiencias identificadas a través de las técnicas, recuperando el marco de la diversidad.	60 minutos	Presentación sobre la sexualidad, sus pilares y sus dimensiones Papelógrafos Marcadores gruesos Masking tape Tarjetas de cartulina

Notas para el/la facilitador/a

Se requiere revisar los contenidos relacionados a sexualidad, también aquellos referidos a la adolescencia y los cambios físicos y psicológicos que ocurren en esta etapa de desarrollo. Es una oportunidad para aclarar dudas y vacíos concretos sobre cambios físicos, sobre las emociones que experimentan los y las jóvenes ante estos cambios y sus cuerpos, además de aclarar aspectos que no se hayan revisado en anteriores actividades. Esta actividad debe tomar en cuenta los resultados de las actividades anteriores y del diagnóstico realizado.

SESIÓN 4: SEXUALIDAD Y DERECHOS DE LOS/AS ADOLESCENTES – PARTE 3

OBJETIVO GENERAL: "Identificar los derechos y deberes de las/os adolescentes para que conozcan, asuman el reto de ejercerlos y cuestionen su cumplimiento en las diferentes instancias como la familia, servicios de salud, unidades educativas y otros espacios en los que interactúan."

TIEMPO DE DURACIÓN DE LA SESIÓN: 3 horas.

Actividad 1: ¿Y los derechos dónde están?

Objetivo: Reconocer los derechos y su vulneración como factor que limita la vivencia de la sexualidad, comprendiendo la importancia y el ejercicio pleno de los derechos sexuales y derechos reproductivos.

PROCEDIMIENTO	TIEMPO	MATERIAL
• Se dividirá a los y las participantes en cuatro grupos. En base a lo revisado y aprendido en las anteriores actividades, deberán representar, a través de un sociodrama, la forma en la que los y las jóvenes deberían o les gustaría vivir su sexualidad. • Después cada grupo deberá realizar su presentación. Durante las presentaciones y de manera progresiva en cada grupo, el/la facilitador/a asumirá una actitud agresiva en relación a las presentaciones, menospreciando el trabajo, apresurando a los expositores, no dándoles importancia y pidiendo a los demás grupos que se preparen para su propia presentación, para que éstas acaben lo antes posible, haciendo comentarios negativos sobre las presentaciones. • El facilitador debe estar alerta hasta que comiencen a presentarse reacciones en el resto de los y las componentes de los diferentes grupos, identificar quienes son los o las que reaccionan y qué argumentos plantean, expresión y movimiento corporal. De la misma manera, identificará a quienes no asumen ninguna reacción o si es que existe algún intento de organización. En el momento en que se identifique que existe un nivel elevado de activación emocional, detendrá la técnica y mencionará al grupo que era parte del trabajo y que se ingresará a la etapa de análisis.	120 minutos	Papelógrafos Marcadores gruesos Masking tape

• Preguntas Guía

1. ¿Cómo se sienten?
2. ¿Qué ha provocado o ha hecho que se sientan así?
3. ¿Qué ha sucedido con sus derechos ante esta situación?
4. ¿Cómo reaccionó el resto del grupo?
5. ¿Hombres y mujeres reaccionaron de la misma manera?
6. ¿Cuál será la razón por la que reaccionen así?
7. ¿Solo los adultos vulneran los derechos de adolescentes y jóvenes?

8. ¿Qué hubiera sucedido si dejábamos avanzar la técnica?
9. ¿Qué podríamos hacer para prevenir este tipo de actos?
10. ¿Qué podríamos hacer para motivar a la gente para la defensa de sus derechos sexuales?
11. ¿En qué otros ámbitos podríamos utilizar lo aprendido?
12. ¿Qué dimensión de la sexualidad habremos descubierto?

- Cierre:

a. Al finalizar la técnica, el análisis debe centrarse en la reconstrucción de la situación y de aquellos diferentes elementos que fueron presentándose: agresión (abuso de poder, el o la facilitador/a puede representar las estructuras sociales, posiciones adultocentristas, mandatos sociales, prejuicios, etc., que limitan la vivencia de la sexualidad de los y las jóvenes y el respeto a los derechos sexuales).
b. Fomentar relaciones horizontales de género, intergeneracionales e interculturales.
c. Reforzar conceptos y características de los derechos y analizar los derechos humanos, derechos de niñas, niños y adolescentes y derechos sexuales y reproductivos.

ACTIVIDAD 2: Evaluación del momento educativo

Objetivo: Relacionar los elementos conceptuales con sus aprendizajes y experiencia, proponiendo mejoras para el proceso educativo.

PROCEDIMIENTO	TIEMPO	MATERIAL
• El o la facilitador/a motivará la participación, expresando que es necesario revisar cómo está yendo el proceso en diferentes ámbitos; entre ellos los aprendizajes, el funcionamiento del grupo, las técnicas, así como dar sugerencias para mejorar el trabajo hacia adelante. • El o la facilitadora hará un recorrido breve a través de las actividades de este momento educativo y detalles sobresalientes del trabajo. • Se conforma cinco grupos y se distribuyen papelógrafos, tarjetas de cartulina y marcadores. Los y las participantes utilizarán las tarjetas para escribir sus respuestas y luego poder analizarlas en grupo, para responder en el papelógrafo. • Los grupos trabajarán de acuerdo al siguiente detalle: a. Grupo 1: ¿Cuáles son los aprendizajes de esta etapa de trabajo? b. Grupo 2: ¿Cuáles son los temas, contenidos, vacíos, interrogantes que faltan aclarar o trabajar? c. Grupo 3: ¿Qué les parecieron las técnicas, el ritmo de trabajo y qué sugerencias proponen para mejorar las próximas actividades? d. Grupo 4: ¿Cómo evalúan el trabajo del o la facilitadora y qué sugerencias le dan para mejorar su trabajo? e. Grupo 5: ¿Cómo evalúan el trabajo y participación de los y las participantes y qué sugerencias dan para mejorar su trabajo? • Posteriormente cada grupo presentará su papelógrafo y se abrirá un pequeño espacio para complementaciones u opiniones.	60 minutos	Papelógrafos Marcadores gruesos Masking tape Tarjetas de cartulina

- Variación: Responder las preguntas con todo el grupo utilizando una lluvia de ideas.
- Cierre
- En el cierre, el facilitador o facilitador/a realizará una síntesis de lo presentado, recuperará las sugerencias, emitirá también su punto de vista. Aclarará y acordará qué medidas se asumirán para mejorar el trabajo, responderá las interrogantes y vacíos del grupo. Registrar los datos más importantes en la evaluación a realizarse en la guía pedagógica.

Notas para el/la facilitador/a



Esta actividad es para realizar una revisión cualitativa del tercer momento del proceso educativo. Es necesario identificar si quedaron pendientes de aprendizaje de las actividades anteriores, monitorear la percepción del grupo sobre el trabajo del o la facilitadora, así como las actividades planteadas y la propia participación de los y las jóvenes.

5.2. MÓDULO II: SER MUJER Y HOMBRE, CUESTIÓN DE GÉNERO

SESIÓN 1: GÉNERO Y SEXUALIDAD – PARTE 1

OBJETIVO GENERAL: "Analizar y reconocer la forma en el que se construyen las identidades personales, los conceptos de sexo y género y su influencias en las relaciones de poder."

TIEMPO DE DURACIÓN DE LA SESIÓN: 2 horas y 25 minutos.

ACTIVIDAD 1:"Azote con el papel"

Objetivo: Conocer e integrar a las/os participantes

PROCEDIMIENTO	TIEMPO	MATERIAL
Esta técnica consiste en formar dos grupos que se miren frente a frente. Luego el/la facilitador/a debe salir al centro y pronunciar el nombre de una persona del grupo y la persona indicada, antes de que se le toque con el papel, debe pronunciar el nombre de otra persona. La idea del juego es sorprender a las/os participantes. No vale regresar el nombre del que le antecede, se debe dar un golpe suave en el hombro o la cabeza.	15 Min.	Hoja de papel bond

ACTIVIDAD 2: Imágenes Ideales y Destructivas de la Persona

Objetivo: Reflexionar sobre las percepciones que tienen la gente sobre el hombre y mujer ideal y cómo estas imágenes ideales varían desde su propia realidad.

PROCEDIMIENTO	TIEMPO	MATERIAL
1. Ahora analizaremos cómo se espera que se comporten las diferentes personas en nuestra sociedad. 2. Pregúnteles si conocen una canción corta o historia o proverbio local, Pídales a cuatro o cinco participantes que se lo cuenten y canten al resto del grupo. 3. Luego de unos pocos ejemplos, pídales que se dividan en nuevos y pequeños grupos de 3 o 4, (grupos de mujeres y de varones) y discutan la imagen ideal creada en la sociedad para la gente de su edad y su sexo. Remarque que de ahora en adelante en el ejercicio, la discusión se enfocará en la gente de su misma edad y sexo. • Si trabaja con mujeres jóvenes, pídales que describan lo que se supone que una mujer joven puede decir y hacer y lo que no. • Si trabaja con hombres adultos, pídales que describan lo que se supone que un hombre adulto puede decir y hacer y lo que no, etc. 4. Después de algunos minutos de discusión en pequeños grupos, pida que formen nuevamente el gran círculo y comparen con el grupo sus ideas sobre la mujer joven perfecta o el hombre adulto perfecto, de acuerdo al grupo de pares involucrado. 5. Pídales que vuelvan a los pequeños grupos de 3 o 4 personas para discutir que tan fácil es para ellas cumplir con las expectativas que la sociedad tiene para ellas. Promueva la reflexión sobre cómo es en realidad una mujer joven y un hombre adulto normal (de acuerdo al grupo de pares).	2 horas	Marcadores Papelógrafos

Notas para el/la facilitador/a



- La idea de este ejercicio es ayudar a la gente a pensar que todos tenemos imágenes ideales acerca de la forma en que se supone que debemos comportarnos y siempre existe una brecha entre la imagen y la realidad. A veces, todos tenemos dificultades para vivir conforme a las imágenes. A menudo puede ser tranquilizador tomar conciencia de esto y darse cuenta de que todos lo experimentamos alguna vez.
- A veces las imágenes ideales pueden ser en realidad verdaderas imágenes destructivas de las personas. Si la gente cree, por ejemplo, que el "lugar de una mujer es en casa", esto puede ser frecuentemente usado como excusa para sacar tempranamente a las niñas de la escuela. De igual forma, cuando se cree que "los hombres de verdad beben diez botellas de cerveza todas las noches", algunos hombres pueden ser inducidos a tomar más de lo que quisieran, o de lo que es bueno para ellos. Estimule a los participantes a reflexionar sobre esto y a hacer sus propios comentarios acerca de cómo algunos ejemplos ya mencionados pueden ser destructivos.
- Aclare al grupo que el ejercicio no trata de decirles a los y las integrantes cómo deben comportarse. Debe, ante todo, ayudarnos a reconocer las dificultades e imitaciones para vivir con algunas de las etiquetas que nos imponen nuestras sociedades. Si al

principio el grupo experimenta dificultades para encontrar ejemplos, aquí hay algunas sugerencias que usted puede hacer para ayudarlos a expresar sus propias ideas. No imponga sus sugerencias al grupo, ya que deben encontrar por sí mismos sus propias descripciones de vida. Pero Ud. puede decirles que en otros países es de esta forma, cómo la gente describe las diferencias entre sus ideales y la realidad de sus vidas, y pregunte ¿cómo es aquí?

Ejemplos:

Hombre Adulto: IMAGEN: Líder, quien toma decisiones, con numerosos hijos y nietos, autoridad, poder, dinero, etc.

REALIDAD: Los jóvenes no nos escuchan, poca autoridad, muchas facturas que pagar.

Hombre joven: IMAGEN: Fuerte, machos, numerosos hijos, una esposa, buena renta.

REALIDAD: Desempleo, muchas bocas que alimentar, con algunas novias.

Mujer adulta: IMAGEN: Mujer respetada, cuidada por sus hijos y su esposo, honrada por todos, menos trabajo para hacer.

REALIDAD: Demasiado trabajo, hijos y nietos a quienes cuidar, sin dinero.

Mujer joven: IMAGEN: Cordial, sumisa, poco exigente, trabaja duro, obedece a su padre o esposo, muchos hijos.

REALIDAD: Demasiados hijos, sin dinero, ninguna libertad personal.

Recuerde: Hable solamente de las experiencias del grupo de pares con quienes trabaja. Ej.– Si está trabajando con mujeres jóvenes, ¡hable solamente de cómo es una mujer joven en su comunidad!

ACTIVIDAD 3: "mis momentos"

Objetivo: Analizar la construcción de hombres y mujeres según los mandatos de la sociedad patriarcal para identificar cómo influye en el ser hombre y ser mujer.

PROCEDIMIENTO	TIEMPO	MATERIAL
El/la facilitador/a formará cuatro grupos. Se les asignará una etapa de la vida de las personas y además tendrán que realizar un dibujo para cada etapa, identificando a hombres y mujeres: al nacer hasta los 2 años, niño/a, adolescentes, joven y adulto. Se planteará la siguiente pregunta: ¿Qué es lo que aprendemos hombres y mujeres en esta etapa?	20 Min	Papelógrafo Marcadores

Plenaria: Posteriormente el/la facilitador/a invitará a que los/as participantes a compartir lo que pudieron identificar en el trabajo de grupos.	20 Min.	Masking
Exposición: Para finalizar, el facilitador reforzará teóricamente en función a lo señalado por las o los participantes, trabajando los contenidos de Identidad de Género, Construcción de identidad de Género en función a los roles.	30 Min	

SESIÓN 2: GÉNERO Y SEXUALIDAD – PARTE 2

OBJETIVO GENERAL: "Analizar y reconocer la forma en el que se construyen las identidades personales, los conceptos de sexo y género y sus influencias en las relaciones de poder."

TIEMPO DE DURACIÓN DE LA SESIÓN: 2 horas y 20 minutos.

ACTIVIDAD 1. Imágenes ligadas a las relaciones sexuales

Objetivo: Ayudar a darse cuenta de que también existen diferencias entre nuestras imágenes y la realidad en lo referente al sexo

PROCEDIMIENTO	TIEMPO	MATERIAL
El grupo de pares reflexiona sobre sus ideas y las necesidades sobre el sexo, a través del dibujo en las tarjetas, discutiendo y ordenándolos. • Comience con la siguiente explicación: Como hemos visto, hay brechas entre las imágenes ideales que tenemos de nosotros mismos y la realidad. Vamos a pasar ahora a una discusión sobre nuestras imágenes de la sexualidad en nuestra vida. Las relaciones sexuales es un tema que nos concierne a todos. Como hemos visto cambiar a nuestro cuerpo a medida que crecemos y para casi todos, como parte de convertirnos en adultos, está la explicación de tener hijos. La mayor parte de nosotros encontramos al sexo agradable, placentero y satisfactorio y ninguno de nosotros hubiera nacido sin el sexo. Pero al mismo tiempo, todos nosotros en algún momento de nuestras vidas, podemos tener preguntas o dificultades relacionadas con las relaciones sexuales que pueden ser dolorosas o que nos avergüenzan, pero queremos ayudar a resolverlas. Esta ayuda es a menudo difícil de encontrar. Este ejercicio es un medio para ayudarnos a compartir mutuamente nuestra comprensión de diversos aspectos –buenos o difíciles– de las relaciones sexuales en nuestras vidas. Debido a que a menudo nos parece difícil hablar sobre sexo y sobre nuestra salud sexual, lo vamos a dibujar. Si usted hace este ejercicio con personas que no son sexualmente activas, puede pedirles que dibujen sus expectativas y temores sobre el sexo.	2 horas.	Tarjetas Crayones de vivos colores Rollo de papelógrafos Marcadores de punta gruesa Bolígrafos Cinta adhesiva Tijeras.

- Solicite a los participantes que se repartan en grupos de 3 o 4 personas. Dé a cada grupo más o menos 10 tarjetas y un paquete pequeño de crayones. Explique que desearía que dibujaran en cada tarjeta un aspecto de las relaciones sexuales u otra cosa que según ellos se relacione con las relaciones sexuales. Pueden utilizar cuantas tarjetas deseen. Explique que pueden ser buenos o malos, graciosos, alegres o tristes y que la calidad técnica del dibujo importa poco. Lo único que importa es que cada pequeño grupo comprenda bien el significado de los dibujos.
- Dé a cada grupo un tiempo de hasta 10 minutos o más, o hasta que los participantes se queden sin ideas, para dibujar en todas las tarjetas que deseen.
- Mientras los pequeños grupos están ocupados, coloque 4 papelógrafos, de extremo a extremo, en el piso en fila, en la mitad del circulo de los participantes, sosténgalas con piedras en las esquina, si es necesario. Pegue las cuatro piezas juntas con cinta adhesiva.
- Solicite que conformen un círculo trayendo sus tarjetas con ellos. Pida a los participantes que escojan un extremo de los papelógrafos pegados; uno como el extremo bueno y el otro como el extremo malo.
- Una vez que todos han recordado cuál es el extremo bueno y cuál es el malo, pídales que clasifiquen las tarjetas que han dibujado y las coloquen cerca del extremo bueno y del extremo malo, dependiendo de los sentimientos que despiertan. Si estiman que los temas dibujados en las tarjetas son similares o que existe entre ellos algún tipo de conexión, anímelos a colocarlos unos cerca de otros.
- Una vez que todas las tarjetas estén colocadas en algún lugar de las cuatro hojas de papel en el piso, los participantes deben desplazarse para examinar en conjunto las hojas comenzando por el extremo bueno. Es importante que todo el grupo junto examine cada dibujo. Los dibujantes deben escribir lo que han representado, a fin de que todos comprendan el significado de su dibujo. Será necesario estimularlos a debatir el tema de cada tarjeta de manera que todos en conjunto tengan la oportunidad de compartir y aprender sobre los temas tratados.
- Explique que, si les parece bien, le gustaría mantener un registro de sus preocupaciones en los papelógrafos. Pídale a dos voluntarios que lo ayuden a transcribir rápidamente sobre el papelógrafo las preocupaciones expresadas.
- Para hacerlo, pídales que tracen rápidamente un círculo alrededor de cada tarjeta con un marcador, sin quitar las tarjetas de los papelógrafos, para que el lugar de cada tarjeta en los papelógrafos quede registrado.
- Retire cada tarjeta del papelógrafo, una a la vez, y escriba un mismo número en el dorso de la tarjeta y dentro del contorno dibujado en el papelógrafo.
- Terminará con todas las tarjetas apiladas a su costado en el suelo, y las 4 hojas de papel en el piso cubiertas con los contornos de las tarjetas, y dentro de cada uno el número correspondiente.
- Enrolle las hojas y póngalas a un lado. Usted podrá poner toda su atención en las tarjetas.

Notas para el/la facilitador/a



- Esta puede ser una buena ocasión para que las personas participantes y usted intercambien conocimientos en materia de salud sexual. Si la gente prefiere no hablar de sí mismos, usted puede motivarlos a hablar de asuntos que han escuchado hablar a otras personas. En esta forma, las personas hablan de sí mismos pero de manera indirecta, menos personal.
- La salud sexual puede ser definida como tener relaciones sexuales placenteras, sin infecciones o embarazos no deseados, y libres de abusos. Es probable que cada grupo tenga sus propios centros de interés que sus miembros

desearían incluir en esta definición.

- Las personas pueden compartir sus preocupaciones con otros y usted puede aprender sobre los problemas que ellas tienen y que no están siendo resueltos. Por ejemplo, aunque un hombre adulto no manifieste públicamente la menor inquietud respecto del sida, puede guardar las preocupaciones privadas que teme expresar.
- Si podemos aprovechar el taller para que admita que otros hombres de su edad están igualmente preocupados, logramos quizás ayudarlos a expresar sus temores y hacer algo al respecto. Esto les dará la oportunidad de aprender sobre la prioridad –si hay– que le dan los participantes al vih/sida, en comparación con otros temas.

He aquí una lista de diferentes posibles temas de preocupación para diferentes grupos. Recuerde no imponer sus ideas al grupo. La intención es ser una guía para iniciar el ejercicio, si es necesario.

Mujeres:

- Sentirse bellas y atractivas.
- Elegir entre tener hijos y limitar el riesgo de contraer ITS.
- Tener la primera relación sexual.
- No tener nada que decir sobre sexo.
- Divertirse.
- Ser culpada, por tener ITS y/o VIH.
- Ser golpeada por mi pareja.
- Tener relaciones sexuales no deseadas.
- Niñas golpeadas.
- Violencia psicológica.
- Violencia sexual.
- Ser cuestionada por su familia.
- Expresar amor y afecto.
- Ninguna independencia financiera.
- Acceder a métodos de anticoncepción.
- Falta de experiencia
- No contar con apoyo en caso de embarazo.
- Temor por el futuro.
- Contraer ITS.
- Sentir placer al recibir masaje.
- Prostitución.
- Relaciones no deseadas a cambio de dinero.
- Acceder a tener relaciones por presión.
- Infidelidad.

Hombres:

- Presión de los pares:
  - Para beber.
  - Múltiples parejas.
- Autoritario con su pareja.
- Tener hijos.
- Rol autoritario
- Disfrutar del poder de la sexualidad.
- Usar condones.
- Temor a no generar placer en una relación.
- Ser virgen.
- Tener ITS.
- Dilema al mencionar condón a la esposa u amante.
- Expresar el amor y el afecto.
- Divertirse.
- Demostrar hombría.
- Demostrar poder y machismo a la pareja.
- Imponerse en la toma de decisiones con la pareja u esposa.
- Tener dinero para divertirse.
- Ir a jugar con los amigos.
- No asumir responsabilidades en la familia, por ser hombre.

ACTIVIDAD 2: Técnica de evaluación - "Mi compromiso"

Objetivo: Evaluar el proceso de aprendizaje

PROCEDIMIENTO	TIEMPO	MATERIAL
Se repartirá 2 tarjetas de diferente color a cada participante y el/la facilitadora dará la instrucción de responder las preguntas: ¿Qué me llevo del taller? ¿Qué les dejo?	20 min.	Tarjetas Marcadores Cajón para recoger las tarjetas

5.3. MÓDULO III: DESCUBRIENDO MI CUERPO DESDE MI EXPERIENCIA

SESIÓN 1: NUESTRAS SEXUALIDADES – PARTE 1

OBJETIVO GENERAL: "Analizar el sentido real de la construcción de las sexualidades de las/os adolescentes para que desde su experiencia se cuestionen los mitos y tabúes que impiden el desarrollo integral físico, psicológico y social sobre sus cuerpos."

TIEMPO DE DURACIÓN DE LA SESIÓN: 2 horas y 50 minutos.

ACTIVIDAD 1: El Saludo

Objetivo: Afianzar las relaciones de grupo entre a las/os participantes del curso.

PROCEDIMIENTO	TIEMPO	MATERIAL
Para introducir el tema, el/la facilitador/a deberá aplicar la técnica del "Saludo" que consiste en saludarse con diferentes partes del cuerpo y al momento de saludar se debe repetir, por ejemplo: "Hola Yo Soy Juan" y se debe responder "Y yo me llamo Jorge". Los saludos variarán de acuerdo a los nombres. Los saludos pueden ser con la mano, las plantas de los pies, espaldas, cabezas, caderas, codos, etc. El cambio de la forma del saludo lo debe realizar el/la facilitador/a y además debe cerciorarse que todos/as se hayan saludado. Preguntas que recuperan la aplicación de la técnica: ¿Cómo se sienten? ¿Qué descubrieron a través del ejercicio? ¿Qué les llamó la atención?, ¿Qué saludos les ha sido más difícil de hacer?	20 Min.	Ninguno

ACTIVIDAD 2: Establecer prioridades

Objetivo: Permitir a los participantes establecer prioridades en sus preocupaciones respecto del sexo y temas relacionados.

PROCEDIMIENTO	TIEMPO	MATERIAL
• Pídales a los participantes que clasifiquen las tarjetas (las mismas que fueron construidas en la reflexión de la imagen de hombre y mujer) según la urgencia que ellos consideren. • Explique que a menudo es útil para las personas pensar sobre cuáles son los problemas o preocupaciones que nos parecen más urgentes de resolver y cuáles menos. Sugiera que ahora repartan las tarjetas de los problemas según las siguientes categorías: - problemas de los cuales hay que ocuparse AHORA - problemas de los cuales hay que ocuparse PRONTO - problemas de los cuales hay que ocuparse MÁS TARDE • Sugiera que los participantes dispongan las tarjetas en cuatro filas paralelas sobre el piso en el medio del grupo, una fila para cada una de las categorías apuntadas (y con todas las tarjetas que presenten los aspectos buenos de las relaciones sexuales en la cuarta línea). Ellos decidirán a qué categoría corresponde cada fila. Se podrá trazar la posición de cada fila con un palo si el piso es blando o con tiza si es duro. • Cuando todos estén de acuerdo sobre la categoría que representa cada fila, distribuya las tarjetas a diferentes grupos de diferentes participantes, a fin de que todos puedan participar en la distribución de las tarjetas entre las cuatro filas. Escuche las discusiones respecto a la ubicación de las tarjetas, especialmente si hay desacuerdos en cuanto a la fila en la cual poner tal o cual tarjeta. Lo ayudará a comprender muchas de las percepciones y prioridades de las personas. • Como referencia para el futuro, anote en su cuaderno los números de las tarjetas organizadas en cada fila. • Explique que ahora todos juntos han aprendido respecto de sus necesidades y preocupaciones, ¡así como de lo que ellos disfrutan respecto de las relaciones sexuales!	1 hora 30 minutos	Las tarjetas dibujadas anteriormente: imágenes de hombre y mujer Marcadores Papelógrafos Cuaderno y lápiz para usted.

Notas para el/la facilitador/a



- Esto sucederá a lo largo de todo el ejercicio. Es probable que algunos temas discutidos por las personas participantes nunca hubieran sido expresados antes en público. Es, por lo tanto, el momento ideal para que usted aprenda, escuchando sus discusiones sobre la clasificación de las tarjetas. Si hubiera desacuerdo sobre el lugar conveniente para ubicar una tarjeta y no pudiera resolverse, acepte que el número de esta tarjeta figure en ambas (o más) columnas, reflejando de esta forma el desacuerdo. Es probable que los participantes encuentren el ejercicio muy valioso para ellos mismos, en la medida en que les hará compartir sus experiencias.

- No olvide tomar nota del número de las tarjetas y en qué líneas han sido ubicados al final del ejercicio. Esta información es muy importante y debe ser usada así:
- El VIH no fue ubicado entre las prioridades, es importante tomarlo en cuenta. Es necesario que reflexione sobre lo que se puede hacer para ayudar a la gente a resolver las preocupaciones que han priorizado. Una vez que sus preocupaciones priorizadas empiezan a ser tomadas en cuenta –por usted u otra entidad competente– es probable que estén más dispuestos a responder a las preocupaciones del facilitador sobre el vih.
- Por otra parte, las otras preocupaciones en materia de salud sexual tendrán un impacto en el vih de todas maneras.
- Si el VIH figura entre las prioridades es alentador, porque hará más sencilla las próximas reuniones. Por otro lado, es importante tener en cuenta los otros temas que fueron priorizados. Por ejemplo, el que estén interesados por el vih no significa que sus preocupaciones sobre la esterilidad, embarazo durante la adolescencia, etc., sean menos importantes.

ACTIVIDAD 3: El lenguaje de la sexualidad

Objetivo: Clarificar la terminología local, acerca de la sexualidad.

PROCEDIMIENTO	TIEMPO	MATERIAL
Discusión de los términos que designan diferentes órganos sexuales y actos sexuales. • Explique que ahora vamos hablar sobre cosas que a la mayoría de la gente le avergüenza hablar en público. Pero una forma de solventar esta vergüenza es reconocer que todos la sentimos. • Explique que en razón de que no hay vacuna ni cura para el vih, la única forma que tenemos de evitar que siga expandiéndose es mediante cambios de conducta y las prácticas médicas. En vista de que una de las mayores vías de transmisión es la sexual, necesitamos ser capaces de hablar de las actitudes y conductas sexuales. Así como de técnicas para tener relaciones sexuales más seguras. • Explique que ustedes deben hablar juntos de las diferentes partes sexuales del cuerpo y de los diferentes actos sexuales. Es necesario entonces llegar a un acuerdo sobre las palabras localmente aceptadas que pueden ser aceptadas que pueden ser utilizadas y comprendidas por todos. • Pídales que se dividan en tres grupos y que tomen 10 minutos para hacer una lluvia de ideas sobre los siguientes temas. • Pídale al primer grupo que reflexione sobre las palabras del vocabulario local empleado para: los órganos genitales masculinos, el esperma, el vello pubiano, los órganos genitales femeninos, la piel. • Pídale al segundo grupo que piense en los términos locales empleados para: las relaciones vaginales, las secreciones vaginales, las relaciones anales, el orgasmo.	1 hora	Papelógrafos Marcadores Masking Tape

• Pídale al tercer grupo que reflexione sobre las palabras usadas localmente para: la masturbación, la retirada (quiere decir, retirar el pene fuere de la vagina antes de la eyaculación), el sexo oral, los senos, el frotamiento de los sexos contra los muslos (forma de masturbación mutua sin penetración). • Llámelos a formar el grupo para la plenaria. Pídales a cada grupo que, a su turno, informe las palabras que quieran utilizar. • Felicítelos por haber realizado bien este ejercicio tan delicado.		

Notas para el/la facilitador/a



- Se pueden negar algunas prácticas, por ejemplo, el sexo anal u oral. Si este fuera el caso mejor no ir a la confrontación de esta posición y simplemente explicar que esto se practica en otras partes. Pero continúe incluyéndolas en otras discusiones, a fin de que los participantes estén informados sobre los factores de riesgo relacionados con ellas.
- En algunas comunidades o grupos, la gente encuentra este ejercicio realmente difícil. Algunos se enojan y se rehúsan a participar, otros ríen mucho. Será útil explicar previamente que este ejercicio puede provocar muchas emociones en la gente y ésta es la forma de manejar nuestros sentimientos al hablar de sexo públicamente. Anímelos a dejar de lado sus temores o enfado para integrarse al grupo y ayudarse mutuamente. ¡En otras comunidades pueden encontrar que usted está más incómodo usando estas palabras que los participantes! Alternativamente puede suceder que usted y los participantes ya conocen todas las palabras involucradas, pero vale la pena hacer este ejercicio, ya que solo el hecho de reconocer y expresar públicamente estos términos nos ayuda a superar nuestras actitudes tradicionales acerca de hablar del sexo. En las sesiones continúe usando las palabras acordadas.

SESIÓN 2: NUESTRAS SEXUALIDADES – PARTE 2

OBJETIVO GENERAL: "Analizar el sentido real de la construcción de las sexualidades de las/os adolescentes para que desde su experiencia se cuestionen los mitos y tabúes que impiden el desarrollo integral físico, psicológico y social sobre sus cuerpos."

TIEMPO DE DURACIÓN DE LA SESIÓN: 3 horas y 15 minutos.

ACTIVIDAD 1: "El semáforo de los mitos y tabúes"

Objetivo: Analizar los mitos y tabúes que se tiene en torno a la sexualidad de hombres y mujeres.

PROCEDIMIENTO	TIEMPO	MATERIAL
Antes de empezar el debate sobre los mitos y tabúes, el/la facilitador/a entregará unas paletas de colores. El rojo significa que no están de acuerdo, el amarillo significa estar indecisos y el color verde representa estar de acuerdo con el mito. La idea de la técnica es que el/la facilitador/a vaya escogiendo de cada uno de los mitos los más importantes que crea que puedan generar debate. Cuando se lean los mitos las/os participantes deben agruparse de acuerdo a color que elijan y defender su posición. Al concluir, el/la facilitador/a dará a conocer todos los mitos que se señala en la malla curricular.	30 Min. 30 Min.	Baja lenguas Carpicola Cartulina rojo, amarillo y verde Tijeras Papelógrafo Marcadores

ACTIVIDAD 2: Explorando por qué

Objetivo: Ayudar a los participantes a considerar situaciones que involucran su propia experiencia y que ponen en juego la sexualidad y la toma de riesgos; ayudarlos, a través del análisis de las circunstancias, a determinar otras maneras de hacerles frente.

PROCEDIMIENTO	TIEMPO	MATERIAL
Juego de representación de roles, seguido de discusión y análisis. • Para comenzar, recuerda a los participantes algunos ejercicios precedentes, explicándoles que en el curso de las primeras sesiones han discutido sus preocupaciones en materia de sexualidad, de situaciones donde se producen disputas, ocasiones en las cuales han sentido que corrían riesgo, y las posibilidades del futuro (más o menos probables) de un miembro típico de la comunidad. • Explíqueles que en esta sesión vamos a tratar con más detalles algunas de estas situaciones, reflexionando específicamente sobre los encuentros sexuales típicos vividos por personajes parecidos a ellos, en su comunidad. Insista en el hecho que usted no quiere que se describan a sí mismos y que prefiere que inventen un personaje a partir de su propia experiencia en la comunidad, sin etiquetar a nadie. Haga referencia a algunos ejemplos de problemas ligados a la sexualidad. • Sería bueno llegar alrededor de cuatro ejemplos diferentes conocidos por su grupo de pares. He aquí algunos ejemplos que pueden probablemente mencionar cada grupo de pares. • Mujeres Adultas: Esposas obligadas a tener relaciones sexuales con su marido después que vuelve de un largo viaje. - Mujeres Jóvenes: a) Joven que quiere tener un hijo cuando su pareja es muy infiel. b) Adolescentes acosadas por hombres mayores. - Hombres adultos: a) Hombre que se cree impotente. b) Hombre en un bar, seducido por una mujer. - Hombres Jóvenes: Joven que desea usar un condón, pero teme que su novia o esposa se moleste.	2 horas	Papelógrafos Marcadores Masking tape

- Explique ahora que desearía que todos se repartieran en cuatro grupos de trabajo. Pídale a cada grupo que elija uno de los cuatro ejemplos que el grupo seleccionó y preparen un juego de roles muy rápido, usando palabras, canciones, bailes o gestos corporales que describan escenas típicas que podrían conducirle a alguien como ellos a tener relaciones sexuales. De esta manera, cada ejemplo elegido será actuado por un grupo distinto. Esta escena puede suceder en cualquier parte: en la casa, en un campo, en un bar, a la salida de la escuela, en cualquier parte de esa comunidad donde los participantes piensen que se tiene sexo, tomando en cuenta las acciones o palabras que conducen a éste.
- Uno de ellos deberá jugar el papel del personaje típico que se parezca lo más posible a ellos, otro hará el papel de su posible pareja sexual. Otros miembros del pequeño grupo pueden actuar como el amigo, el padre, etc., cercano a uno de los personajes.
- Pídales que diseñen la escena de manera que se comprenda fácilmente al verla: cuál es la situación, quienes son los personajes y cómo reaccionan entre sí. ¡No tienen que actuar la escena de la relación sexual!, sólo las circunstancias que conducen a ella. Deles diez minutos para que cada grupo prepare su escena. Precise que cada escena no debe durar más de tres minutos.
- Tranquilícelos: explique que tal vez encuentren bastante vergonzoso esto del juego de roles, pero recuérdeles que todos sentimos temor o incomodidad a veces. Si aceptamos que todos sentimos esto y tratamos de sobreponernos, podremos ayudarnos mutuamente a enfrentar los problemas con mayor eficacia.
- Luego de quince minutos, llame a todos. Explique que ahora vamos a mirar las cuatro diferentes escenas. Aclare muy bien que no se trata de un concurso y que no se va a decidir quiénes son mejores actores. Se trata simplemente de observar la diversidad de situaciones en la propia comunidad. Pregunte quién quisiera comenzar.
- Pida a cada grupo por turnos que represente su escena. Luego de cada representación, estimúlelos a discutir los siguientes puntos:
- ¿Por qué estos personajes tienen relaciones sexuales?
- ¿Cuáles fueron (si hubiera) las cosas positivas de esta relación sexual?
- ¿Cuáles fueron las cosas negativas (si hubiera) de esta relación sexual?
- El personaje típico que más lo representa, ¿quiere tener relaciones sexuales?
- ¿Pueden imaginar una situación en la cual el personaje típico que más los representa no quiera tener relaciones sexuales?
- Hubiera podido el personaje típico que más los representa decir no al sexo si hubiera querido?
- ¿Cuáles fueron los factores que han influido sobre su control (o falta de control) de la situación? ¿Estaba borracho? ¿Temía ser golpeado? ¿O ridiculizado? ¿Necesitaba dinero? ¿Encontró a su pareja demasiado atractiva para resistirse?
- ¿Cómo es la persona con quien alguien como ellos desearía tener sexo?
- Después del análisis de las cuatro escenas, pida a los participantes que discutan sobre cuál de los cuatro grupos ilustró relaciones sexuales con menos riesgo. Muy probablemente ninguno.
- Explique que durante el resto de la sesión y en las sesiones siguientes, reflexionarán juntos sobre los diferentes factores que influyen en nuestro comportamiento sexual. Explique a los participantes que en pocas sesiones tendrán la oportunidad de volver a representar su rol, pero esta vez teniendo una relación sexual con menor riesgo, o no teniendo relaciones sexuales, si ellos así lo prefieren.
- Anuncie que el primer factor que se va a examinar juntos es el alcohol, pregunte a los participantes si antes de pasar a la discusión siguiente desearían plantear otras preguntas sobre esta sesión.

Notas para el/la facilitador/a



Este ejercicio tiene el objetivo de introducir la discusión prevista más adelante en esta sesión y en la siguiente, sobre los diferentes factores que influyen en la elección de un compañero sexual. He aquí algunos ejemplos relevantes para las experiencias de los participantes:

- El consumo de alcohol - ¿cómo nos hace sentir? ¿Esta combinación con el sexo es beneficiosa o no?
- Los ideales de hombre y de mujer y su comportamiento (el que se espera de los hombres y de las mujeres en su comunidad)
- Las obligaciones de los hombres frente a las mujeres y viceversa

Tal vez sea necesario destinar diez o quince minutos a la discusión después de cada representación de roles. Anime a los actores y a los espectadores a discutir juntos sobre lo que han visto. Sin ninguna duda, los mismos temas serán abordados, pero esto es bueno, ya que permite reconocer los patrones en la conducta esperada.

ACTIVIDAD 3: Momento de Evaluación – Mi compromiso

Objetivo: Evaluar el proceso de aprendizaje

PROCEDIMIENTO	TIEMPO	MATERIAL
Se repartirá 2 tarjetas de diferente color a cada participante y el/la facilitadora y dará la instrucción de responder las preguntas: ¿Qué me llevo del taller? ¿Qué les dejo?	15 min.	Tarjetas Marcadores Cajón para recoger las tarjetas

SESIÓN 3: SALUD SEXUAL Y SALUD REPRODUCTIVA – PARTE 1

OBJETIVO GENERAL: "Conocer y analizar la salud sexual y salud reproductiva para que los/as adolescentes tomen sus propias decisiones en el momento de decidir sobre sus cuerpos."

TIEMPO DE DURACIÓN DE LA SESIÓN: 3 horas.

ACTIVIDAD 1: Cuidándome de los ataques a mi cuerpo

Objetivo: Afianzar las relaciones de grupo entre a las/os participantes del curso.

PROCEDIMIENTO	TIEMPO	MATERIAL
• Para introducir el tema, el/la facilitador/a aplicará una técnica que motivará a las/os adolescentes a identificar los riesgos y estrategias de defensa de su cuerpo recuperando su identidad. • Para esto el/la facilitador/a formará un círculo y dará las siguientes instrucciones: Todos los participantes deben moverse por todo el salón. Cuando escuchen el grito "ataque aéreo SIDA", todos/as levantarán las manos hacia arriba haciendo un semicírculo gritando su nombre y se paralizarán. • Así sucesivamente los ataque pueden cambiar de posición como los "ataques de agua que son por el medio, y los ataque terrestres". El movimiento de las manos y la repetición de nombres debe coincidir con cada ataque. • El/la facilitador/a debe cambiar el VIH/SIDA por otros temas. Por ejemplo: "ataque de agua gonorrea", "ataque terrestre embarazo adolescente", "ataque aéreo primera relación coital", etc.	20 Min.	Ninguno

ACTIVIDAD 2: ¿Qué es la salud sexual y qué es salud reproductiva?

Objetivo: Analizar, reconocer y reflexionar sobre la salud sexual y salud reproductiva a través del autocuidado para la vivencia de la sexualidad.

PROCEDIMIENTO	TIEMPO	MATERIAL

• El o la facilitador/a, pedirá a los y las participantes que traigan consigo y no se desprendan de la sensación de bienestar de la actividad "es bueno ser joven", que esa es la base fundamental del trabajo que se realizará.
• Posteriormente se pedirá a los y las participantes que recuerden los elementos que se revisaron en relación a sexualidad, pues la sexualidad es un eje fundamental en la vida de las personas. Se hará una revisión general de lo más importante que fue revisado en esa etapa de trabajo.
• Entonces quien facilita, pedirá a los y las participantes que unan su sensación y experiencia de bienestar con todo lo que vieron y aprendieron sobre sexualidad.
• En base a esto se conforman cuatro grupos, cada uno debe trabajar (también se puede trabajar con todo el grupo), a través de una lluvia de ideas, sobre lo siguiente:
  • Grupos 1 y 3: Concepto de salud sexual.
  • Grupos 2 y 4: Concepto de salud reproductiva.
	1 hora	Tarjetas de cartulina
		Papelógrafo
		Marcadores gruesos
		Masking tape

• Concluido el trabajo en papelógrafos, cada grupo presentará la labor realizada. El o la facilitador/a abrirá un espacio para que todo el grupo pueda realizar preguntas, completar o dar sugerencias para enriquecerlas definiciones. Preguntas Guía 1. ¿De acuerdo a los papelógrafos, qué diferencias perciben entre lo que entienden sobre SS y SR? 2. ¿Por qué creen que se habla de Salud Sexual y Salud Reproductiva y no simplemente de salud sexual y reproductiva? 3. ¿Cuál la relación entre los DS y DR y la SS y SR? 4. ¿En qué instancias puedo ejercer mis derechos sexuales y derechos reproductivos? ¿De qué manera? Cierre En el cierre él o la facilitador/a deberá reforzar: a. Aclarar el concepto de Salud. b. Explicar los conceptos de SS y SR, especificando sus categorías diferenciadoras e inclusivas. c. Relacionar la Salud Sexual con Derechos Sexuales, Salud Reproductiva y Derechos Reproductivos. d. Enfatizar en el ejercicio de sus derechos, en instancias como la escuela o el colegio, centros de salud, comunidad, familia y otros		

Notas para el/la facilitador/a



Para la presente actividad, quien facilita debe recuperar todos los elementos de referencia y análisis que se revisaron en la etapa de trabajo sobre sexualidad (el cuerpo, el género, el erotismo, la afectividad, la reproductividad). Podrían utilizarse los papelógrafos de esas sesiones de trabajo o realizar un resumen verbal del trabajo de esa etapa.

ACTIVIDAD 3: Recolección de autógrafos

Objetivo: Analizar la problemática del VIH y el SIDA para que los/as adolescentes puedan prevenir esta situación.

PROCEDIMIENTO	TIEMPO	MATERIAL
• El/la facilitador/a repartirá tarjetas de cuatro colores: 3 verde (ITS – Chancro), 3 rosado (ITS- Sífilis) , 6 celeste (VIH –SIDA) y 28 blancos que significan personas sanas (esto dependerá del número de participantes y de la habilidad del/la facilitador/a). Para esta técnica el/la facilitador/a dará la siguiente instrucción:	40 min.	Tarjetas de colores Bolígrafos

- El/la facilitador/a deberá repartir las tarjetas a todos/as sin mencionar el significado de cada uno de los colores. - En menos de 5 minutos las/os participantes deberán recoger la mayor cantidad de autógrafos lo que significa recolectar firmas además del nombre. - Cuando se haya cumplido el tiempo las/os participantes colocarán en un cuadro las tarjetas según los colores que les tocó. - Posteriormente, se explicará el objetivo que tuvo la técnica. • El/la facilitadora debe apoyarse en los contenidos de la malla curricular		Masking Cartulina Cinta de Embalaje Marcador

ACTIVIDAD 4: Corriendo riesgos

Objetivo: Ayudar a los participantes a meditar sobre sus propios comportamientos en lo referente a los riesgos en la vida cotidiana.

PROCEDIMIENTO	TIEMPO	MATERIAL
Reflexiones individuales seguidas de una escucha en grupos de dos. • Explíqueles que cuando la gente tiene problemas, parece confundida o asustada, esperan o quieren respuestas claras y simples a sus dudas. Sin embargo, hemos visto hasta qué punto nuestras vidas están llenas de incertidumbres y que las soluciones simples raramente están disponibles. Explique que haremos un ejercicio que nos ayudará a reflexionar sobre cómo manejamos el riesgo en general en el curso de nuestras vidas. • Pídales que trabajen primero solos y que reflexionen algunos minutos sobre sus vidas, identificando cualquier ocasión en la que tomaron un riesgo. Puede ser algo muy trivial o de gran importancia. • ¿Cuáles son los factores que los han llevado a correr riesgos? • ¿Cuáles eran sus sentimientos en ese momento? • ¿Cuál fue el resultado de correr ese riesgo? ¿Fue positivo o negativo? • ¿Ustedes habitualmente corren riesgos? • ¿Qué piensan acerca de los riesgos que corren otros? • ¿Qué implicaciones tiene con respecto a su actitud hacia el VIH/sida? • Después de algunos minutos, pídales que elijan un compañero/a y que compartan lo que quieran de su situación. Anímelos a que lo hagan como un ejercicio de escucha, turnándose para escuchar y hablar. Déjeles unos minutos para cada uno. • Llámelos a formar un círculo y anímelos a que enumeren observaciones generales en cuento al comportamiento de tomar riesgos y analicen de qué manera esto puede afectar nuestras reacciones frente al VIH/sida.	1 hora	Bolígrafos Hojas de papel

Notas para el/la facilitador/a



A menudo tenemos tendencias a pensar que está bien correr riesgos si esto termina bien. ¡Nos enorgullecemos de nuestro coraje! Pero tendemos a culpar a otros si corren riesgos y salen mal. Somos mucho menos indulgentes al juzgarnos a nosotros mismos que a los demás. Podemos animar a los participantes a reconocer hasta qué punto nos convertimos en jueces de los problemas de las demás personas. Es importante señalar que corremos riesgos permanentemente; por ejemplo, cuando cruzamos un campo o una calle, cuando nace un bebé, cuando nos cortamos con un cuchillo, etc. ¡Vivir sin correr riesgos sería muy difícil!

SESIÓN 4: SALUD SEXUAL Y SALUD REPRODUCTIVA – PARTE 2

OBJETIVO GENERAL: "Conocer y analizar la salud sexual y salud reproductiva para que los/as adolescentes tomen sus propias decisiones en el momento de decidir sobre sus cuerpos."

TIEMPO DE DURACIÓN DE LA SESIÓN: 4 horas.

ACTIVIDAD 1: ¿Quién etiqueta a quién?

Objetivo: Tomar conciencia de la diferencias y de los daños al "etiquetar a otra persona".

PROCEDIMIENTO	TIEMPO	MATERIAL
Los participantes se saludan de acuerdo al tipo de etiqueta que se le haya asignado. • Para este ejercicio se necesitan igual número de tarjetas como de personas en el grupo, incluyéndolo a usted. Distribuya las tarjetas para que cada persona tenga una; también distribuya crayones. Pídales a cada una de los que están en el círculo hacia su izquierda que dibujen la cara de alguien con una buena cualidad. Por ejemplo, puede sugerir persona generosa, amable y atenta, persona que sabe escuchar, alguien que siempre está contenta y sonriente, etc. Cada uno puede decidir lo que quiere representar en su dibujo. • Luego pídales a los que están a su derecha una cara con una mala cualidad, por ejemplo, la de un mentiroso, ladrón, egoísta, asesino, adúltero, esposo golpeador, etc. • Cuando todos hayan dibujado su tarjeta pídale a cada uno que la levante y se la presente al grupo, explicando la cualidad de la cara que dibujaron. • Pídales que todos le pasen su tarjeta y mézclelas bien. • Dejando las tarjetas en una pila, pídales que se levanten y se muevan alrededor del círculo, saludando calurosamente a una decena de participantes como lo harían habitualmente.	2 horas 30 minutos.	Tarjetas Crayones Cinta adhesiva

- Luego pídales que vengan a usted por turnos, tome una tarjeta de la pila y péguesela en la espalda a la primera persona sin dejar que la lea. (Las tarjetas deberán estar listas con anterioridad al desarrollo de la actividad, principalmente con etiquetas como: sidoso, adolescente embarazada, prostituta, violador, alcohólico, gay; también tarjetas positivas como trabajador, religioso y otros.) Dígales que nadie debe mencionar el dibujo que está en sus espaldas.
- Continúe esto con el resto de las tarjetas, sin dejar que miren hasta que haya pegado todas las tarjetas en las espaldas.
- Pídale a alguien que pegue una en su espalda. Trate de elegir una ficha con mala cualidad para usted, si puede.
- Cuando todos tengan una ficha pegada pídales que se paren y se desplacen una vez más saludándose los unos a los otros. Pero esta vez el estilo del saludo y lo que digan a la otra persona con la que se encuentren en su paseo, dependerá de la reacción al tipo de etiqueta que vean en la espalda de la persona que están saludando o con la que están hablando. Por ejemplo, si saludan a alguien que tiene la etiqueta de mentiroso, deberán expresar el disgusto por los mentirosos en su cara y en sus movimientos cuando lo saluden. Si les toca saludar a alguien de que quisieran ser su amigo pueden quedarse cerca de esta persona.
- Nota: Si no pueden recordar el dibujo en la espalda de esa persona, entonces deben tratarle con cautela.
- Después que todos hayan saludado a otra persona y que constituyan grupos de amigos, pídales que vuelvan a sentarse en círculo dejando puestas sus etiquetas.
- Hágale al grupo las siguientes preguntas:

1. ¿Cómo se sintieron en el primer encuentro con sus amigos?
2. ¿Cómo se sintieron durante el segundo encuentro?
3. ¿Los trataron diferente las otras personas? ¿Cómo?
4. ¿Cómo les hizo sentir eso?

Después, pídales que se quiten las etiquetas para que vean cómo fueron etiquetados. Explíquele a quien no esté seguro del significado de su etiqueta.

- Pregúnteles:

1. ¿Qué aprendimos durante este ejercicio?
2. ¿Cómo podemos relacionar esta lección con el VIH/sida en nuestra comunidad?
3. ¿Por qué este ejercicio es apropiado para la prevención del VIH/sida y para cuidar a las personas que viven con VIH/sida?

Notas para el/la facilitador/a



La idea de este ejercicio es ayudar a la gente a experimentar de alguna manera el desamparo que siente las personas que viven con el VIH, frente al prejuicio de los otros. Solo porque alguien viva con VIH no significa que repentinamente se haya vuelto inhumano y sin derechos. Sin embargo, las actitudes de la gente hacia ellos pueden cambiar radicalmente una vez que saben que tienen VIH. ¡Es esto justo!

ACTIVIDAD 2: El juego del taso

Objetivo: Ayudar a entender la rapidez con la que el VIH puede propagarse.

PROCEDIMIENTO	TIEMPO	MATERIAL
Se entregan a los participantes los papeles marcados. A continuación, los miembros del grupo pasan algunos minutos socializando antes de responder a las instrucciones en función del signo escrito en su papel. • Pida a cada participante que elija al azar un trozo de papel marcado y doblado desde una caja o un sombrero. Guarde uno para usted, asegurándose de que sea uno de los que tiene el signo "+". Insista en que nadie vea el contenido de su papel antes de que termine el ejercicio. • Pida a los participantes que se muevan libremente alrededor del espacio, deteniéndose para saludar a los amigos. Usted haga lo mismo. • Después que cada uno haya saludado a cuatro o cinco amigos, detenga la actividad y pídales que miren su papel. Inclúyase usted en las siguientes instrucciones. • Pídale a todos los que encontraron el signo "+" que se acerquen adelante. Explique que en este juego se pretende que aquellas personas con el + son gente vih positiva. Subraye que no hay riesgo de contraer vih solamente a través del saludo social. Además, se trata sólo de un juego. • Pídales a continuación a todos aquellos que fueron saludados por las personas que se adelantaron primero, que también se acerquen y se junten con sus amigos. Explique que en este juego ellas están en alto riesgo de ser infectados con el virus vih. • Luego mire a los que han quedado. Explique que en este juego se supone que la situación de estas personas es desconocida. Podrían haber sido amigos de aquellas personas portadoras del virus, antes de que fueran infectadas, pero en cualquier caso están en riesgo. • Finalmente pregunte, a propósito de este juego: 1. ¿Cuánta gente estaba originalmente infectada con vih? 2. ¿Cuánta gente está en alto riesgo de estar infectada? 3. ¿Cuántos otros están en riesgo de estar infectados? 4. ¿Cuántos permanecen no infectados? 5. ¿Qué nos dice esto acerca de la expansión del vih en nuestra comunidad? • Ahora es un buen momento para explicar a los participantes las cifras acerca del vih/sida en su región o país. Se puede incluir el porcentaje de huérfanos. Anime a los participantes a reflexionar sobre lo que esto significa para ellos en función del juego en el que acaban de participar.	1 hora y 30 minutos.	Trozos de papel premarcados, uno para cada participante y uno para usted: 25% marcados con el signo "+" y 75% marcados con el signo "-"

Notas para el/la facilitador/a

Es importante que usted se incluya en este juego para demostrarles que usted está tan en riesgo como ellos, y que usted es solidario con ellos en cuanto a los dilemas que todos enfrentamos respecto al VIH.

SESIÓN 5: SALUD SEXUAL Y SALUD REPRODUCTIVA – PARTE 3

OBJETIVO GENERAL: "Conocer y analizar la salud sexual y salud reproductiva para que los/as adolescentes tomen sus propias decisiones en el momento de decidir sobre sus cuerpos."

TIEMPO DE DURACIÓN DE LA SESIÓN: 2 horas y 30 minutos.

ACTIVIDAD 1: Discusión sobre el condón

Objetivo: Mostrar a las personas participantes cómo usar apropiadamente el condón y dejar que ellas traten de hacerlo en el modelo.

PROCEDIMIENTO	TIEMPO	MATERIAL
Este ejercicio permite a los participantes que estén interesados en aprender cómo usar el condón, practicar y discutirlo juntos abiertamente. "Estudiarán" algunos condones y hablarán de cómo comprobar si fueron hechos recientemente, cómo ponérselos y desecharlos con seguridad. Cada participante podrá hacer una prueba por sí mismo. • Si no es culturalmente aceptable o no es posible usar uno para este ejercicio, piense en algo de forma parecida que se consiga fácilmente en el lugar. • Siéntese en el círculo con los participantes y explique que ustedes van a mostrarse recíprocamente cómo se usa el condón. A lo largo de todo este ejercicio anímelos, tanto como sea posible, a responderse entre ellos las preguntas que usted haga y las que ellos/as formulen. • Pídales a aquellos que ya saben algo sobre el tema, que compartan sus conocimientos con los demás. Solamente indique las respuestas cuando ellos no las conozcan, o si usted piensa que fueron incorrectas. Esto significa que la mayor parte de esta charla debe ser entre ellos y usted debe invertir sólo lo indispensable.	1 hora Y 30 minutos	Dildos, bananas, pepinillos, etc., suficientes para cada uno. Condones, al menos dos para cada participante.

Notas para el/la facilitador/a



- Este ejercicio debe ser conducido de tal manera que cada pregunta genere una buena discusión. Anime a las personas participantes a hacer tantas preguntas –y respóndalas– como sea posible. Recuerde que su rol es solamente proponer y guiar, ¡no dirigir!
- Más adelante encontrará una larga lista de preguntas. Probablemente es mejor no plantearlas todas a la vez. Más bien usted descubrirá que muchas de las preguntas son planteadas por los mismos participantes. Las preguntas y sus correspondientes respuestas sólo se han incluido aquí para su información. Recuerde que este ejercicio quizás sea un primer paso en el conocimiento que la gente tiene sobre los condones, y probablemente sea necesario repetirlo dos o tres veces durante este taller o después,

añadiendo cada vez alguna información nueva. A medida que usted promueve la discusión de cada pregunta, muestre algunos condones en su envoltura original y repártanlos, uno para cada participante, para que cada cual tenga la oportunidad de irse acostumbrando al condón. Además anime a los participantes a dibujar diagramas que compartan con las demás personas, si creen que les ayuda a describir o entender mejor las cosas.

- Esta puede ser una sesión difícil para alguna gente. ¡Recuerde que el humor ayuda! Trate de mantener ligera la reunión, pero asegurándose de que todas las personas participantes entiendan cada etapa.

ACTIVIDAD 2: Evaluación del momento educativo

Objetivo: Relaciona los elementos conceptuales con sus aprendizajes y experiencia, proponiendo mejoras para el proceso educativo.

PROCEDIMIENTO	TIEMPO	MATERIAL
• El o la facilitador/a motivará la participación, expresando que es necesario revisar cómo está yendo el proceso, en diferentes ámbitos, entre ellos los aprendizajes, el funcionamiento del grupo, las técnicas, así como dar sugerencias para mejorar el trabajo hacia adelante. • El o la facilitadora hará un recorrido breve a través de las actividades de este momento educativo y detalles sobresalientes del trabajo. • Se conforma cinco grupos y se distribuyen papelógrafos, tarjetas de cartulina y marcadores. Los y las participantes utilizarán las tarjetas para escribir sus respuestas y luego poder analizar en grupo las respuestas del papelógrafo. Los grupos trabajarán de acuerdo al siguiente detalle: • Grupo 1: ¿Cuáles son los aprendizajes de esta etapa de trabajo? • Grupo 2: ¿Cuáles son los temas, contenidos, vacíos, interrogantes que faltan aclarar o trabajar? • Grupo 3: ¿Qué les parecieron las técnicas, el ritmo de trabajo y qué sugerencias proponen para mejorar las próximas actividades? • Grupo 4: ¿Cómo evalúan el trabajo del o la facilitadora y qué sugerencias le dan para mejorar su trabajo? • Grupo 5: ¿Cómo evalúan el trabajo y participación de los y las participantes y qué sugerencias dan para mejorar su trabajo? Variación: Responder las preguntas con todo el grupo, utilizando una lluvia de ideas. Cierre En el cierre, el facilitador/a realizará una síntesis de lo presentado, recuperará las sugerencias, emitirá también su punto de vista. Aclarará y acordará qué medidas se asumirán para mejorar el trabajo, responder a las interrogantes y vacíos del grupo. Registrar los datos más importantes en la evaluación a realizarse en la guía pedagógica.	1 hora	Tarjetas de cartulina Papelógrafo Marcadores gruesos Masking tape

Notas para el/la facilitador/a



Esta actividad es para realizar una revisión cualitativa del cuarto momento del proceso educativo. Es necesario identificar si quedaron pendientes de aprendizaje de las actividades anteriores, monitorear la percepción del grupo sobre el trabajo del o la facilitadora, así como las actividades planteadas y la propia participación de los y las jóvenes.

SESIÓN 6: DERECHOS SEXUALES Y DERECHOS REPRODUCTIVOS

OBJETIVO GENERAL: "Lograr que las/os adolescentes reconozcan los derechos sexuales y derechos reproductivos como partes de los derechos más humanos para que asuman con responsabilidad el ejercicio pleno de su sexualidad."

TIEMPO DE DURACIÓN DE LA SESIÓN: 2 horas.

ACTIVIDAD 1: Pasarela de los Derechos Sexuales y Derechos Reproductivos

Objetivo: Afianzar las relaciones de grupo entre las/os participantes del curso.

PROCEDIMIENTO	TIEMPO	MATERIAL
Para introducir el tema, el/la facilitador/a aplicará una técnica para identificar las bases de los derechos sexuales y derechos reproductivos. Para esto formará dos filas que se mirarán frente a frente pero tendrán los ojos vendados, y luego escogerá a un/a chico/a a pasar por la pasarela respondiendo a las siguientes preguntas: • ¿Cuál es su nombre completo? • ¿Qué es lo que más le gusta de su personalidad y cuerpo? • ¿Cómo le gusta o gustaría que sea su pareja? Recomendación: Dependerá de la habilidad del facilitador/a la duración de la dinámica y motivación del grupo.	25 Min.	Ninguno

ACTIVIDAD 2: ¿Qué son los Derechos Sexuales y Derechos Reproductivos?

Objetivo: Que las/os participantes reconozcan los derechos sexuales y derechos reproductivos como parte de los derechos Humanos.

PROCEDIMIENTO	TIEMPO	MATERIAL
• El/la facilitador/a realizará las siguientes preguntas: ¿Qué son los derechos sexuales? ¿Qué son los derechos reproductivos? ¿Por qué es importante hablar de los DSDR? • De forma expositiva se trabajará los puntos citados en los contenidos de la malla curricular. • El facilitador posteriormente debe entrar a una ronda de preguntas y respuestas.	30 min.	Papelógrafo Marcadores Masking Tarjetas con contenidos de DS, DR

ACTIVIDAD 3: El tren de los derechos más humanos

Objetivo: Reflexionar respecto al ejercicio de los derechos sexuales y derechos reproductivos de los/as adolescentes para identificar las barreras culturales y sociales.

PROCEDIMIENTO	TIEMPO	MATERIAL
• El/la facilitador/a debe preparar dos trenes dibujados, cada uno con tres vagones. Se sugiere que cada vagón este representando por una hoja de papelógrafo. En el primer tren los vagones no deben tener ninguna pregunta; solo en la parte de adelante colocar como título el "tren de los derechos más humanos". • Todos/as debe escribir en las tarjetas y anotar un derecho sexual y derecho reproductivo que conocen y ejercen.	25 Min.	Papelógrafos Marcadores Masking Tarjetas
Plenaria: • En el segundo tren por vagón priorizar las siguientes preguntas: ¿Qué DDSSRR me es fácil ejercer? ¿Qué DDSSRR no puede ejercer? ¿Quién me lo impide? ¿Dónde me es más fácil ejercer ese derecho?. El/la facilitador/a promoverá a que los/as adolescentes en plenaria reflexionen de forma conjunta el reconocimiento y ejercicio de los DDSSRR. • Al concluir, el facilitador debe apoyarse en el contenido de la malla curricular para reforzar su exposición, enfatizando los principales derechos sexuales y derechos reproductivos, además de apoyarse en las normas internacionales y nacionales que respaldan el ejercicio de este derecho.	25 Min.	

ACTIVIDAD 4. Futuros posibles

Objetivo: Ayudar a los participantes a imaginar diferentes posibilidades para su futuro.

PROCEDIMIENTO	TIEMPO	MATERIAL
Con la ayuda de una "escena viviente" y el juego de representación de roles, los participantes elaboran dos escenarios futuros posibles para una persona típica de su comunidad, parecida a ellas. Una es la que ellos/as consideran como el futuro más probable; la otra es menos probable, pero que ellos/as creen más favorable. El ejercicio tiene por objeto estimular a los participantes a considerar las posibilidades de un futuro mejor y a visualizar lo que esto implica. Este proceso de reflexión puede llevarlas a precisar las opciones que se ofrecen en su vida y les permite darse cuenta de que pueden cambiar la dirección de sus vidas. (Este ejercicio es largo.) • Sepárelos en tres grupos. Pídales que cada uno imagine un personaje que sea una mezcla de sus propias características; por ejemplo, de su misma edad y sexo. Denle un nombre al personaje. Insista en que no debe ser un personaje real, sino más bien alguien que hubieran imaginado y que les parezca auténtico. (Si se trata de una persona real podría causarles daño.) • Pida luego a cada grupo que invente y elabore una historia poniendo en escena a este personaje imaginario. - Para empezar, ¿qué piensan del comportamiento actual de esta persona? - A continuación deben imaginar cómo será el futuro si continúa comportándose como hasta ahora. - ¿Cuál consideran será la consecuencia lógica de su vida? - ¿Cómo serán las relaciones con sus amigos, sus parejas y sus hijos? - ¿Qué piensan las personas participantes que él/ella logrará en la vida? - ¿Con quién vivirá? - ¿Tendrán algún tipo de ingreso? Sí así fuera, ¿gracias a qué tipo de trabajo? • Luego de discutir, cada grupo creará su escena viviente, que será una representación visual congelada de lo que el grupo piensa sobre el futuro probable del personaje imaginario. Deberán decidir la ubicación del personaje: ¿Está en la casa? ¿En un bar? ¿En las calles? ¿Con los amigos? Etc. No es necesario que la escena represente todas las ideas que se les ocurren, a lo sumo una síntesis de su visión global del futuro del personaje. • Si el grupo, por ejemplo, considera que el personaje tiene fuertes probabilidades de encontrarse sin dinero, teniendo que mendigar, la escena podrá representarlo en una calle del pueblo, mendigando. En la escena viviente no es necesario explicar su presencia en ese sitio. Corresponde a los espectadores de otros grupos descubrir la causa, interrogando a los protagonistas. Como alternativa, es posible que el grupo desee mostrar la causa de su mendicidad y, por ejemplo, podrá componer una escena representando al personaje expulsado de su casa por cualquier razón.	2 horas y 30 minutos	Papelógrafo Marcadores

- Los integrantes del grupo adoptan diferentes posiciones en la escena, uno de ellos asume el rol del personaje imaginario. Anímelos a que el mayor número posible de integrantes del grupo participe en la escena. Si la percepción del futuro del personaje es que lo ven absolutamente solo y que nadie debería estar en la escena, pueden representar a la familia y los amigos que ha perdido, colocándolos, por ejemplo, apartados del personaje, dándole la espalda.
- Los participantes trabajarán a continuación en su segunda escena. Los grupos son los mismos, pero su segunda escena viviente deberá representar el futuro de su personaje imaginario en el caso de que este cambiara su comportamiento.
- Cada participante debe pensar en lo que podría pasar si el personaje dejara de comportarse como lo hace actualmente.
- ¿Cómo se relacionan con sus parejas, amigos, hijos, etc.?
- ¿Cuál sería la forma de tratarse mutuamente? ¿Qué sucedería con esas relaciones si el personaje imaginario se comportara de manera diferente?
- ¿Qué tipo de trabajo podría tener? ¿Y vida familiar?
- Anime a cada grupo a considerar un futuro prometedor y satisfactorio para su personaje. No permita que discutan demasiado sobre cómo deben cambiar las personas que lo rodean. ¡Este ejercicio debe enfocarse en el personaje imaginario que se parece a ellos!
- Cada grupo crea luego una escena haciendo la síntesis de sus ideas. Sus miembros pueden esperar, por ejemplo, que su personaje imaginario se entienda bien con todos. La escena representando esta situación podría mostrarlo en su casa, en familia y con amigos. El grupo puede decidir lo que hace el personaje en la escena y cómo presentar el tipo de relación que ahora tiene con su familia, de manera que se muestre que todos se llevan bien.
- Después de que los grupos han practicado sus dos escenas y están listos (alrededor de media hora), pídale al primero que represente sus dos escenas ante el resto de los grupos.
- Para empezar, el grupo representa una tras otra las escenas que ha preparado, sin hacer comentarios. A continuación, los espectadores pueden hacer preguntas, cuya finalidad es profundizar las ideas en la escena, permitiendo que los participantes clarifiquen cualquier pregunta. Los "actores" en escenas pueden mantener su posición durante las preguntas y contestar desde el punto de vista del personaje, o si se prefieren salir de la escena y contestar en su propio nombre. Anime a todos a reflexionar sobre las diferencias que hay entre el futuro probable y el futuro posible del personaje imaginario central de la escena.

He aquí algunas preguntas para estimular la discusión:

- ¿Qué debería hacer el personaje para evitar que su vida tome el camino menos conveniente?
- ¿Qué dificultades encontrarán probablemente?
- ¿Qué podría, según los participantes, llevarlo a querer cambiar la dirección de su vida?
- A su turno cada grupo va a disponer ahora 30 minutos para presentar sus dos escenas y someterlas a discusión, sobre la base de lo que hemos descrito.
- Para el último tramo de este ejercicio, los participantes en conjunto dedican unos minutos a reflexionar sobre cada personaje: ¿Qué primer paso podría dar para salir de la situación en la cual se encuentra y para tomar una nueva dirección?
- La única regla para pedir el primer paso para todos los personajes imaginarios es que debe ser algo preciso y concreto que pueda realmente intentar. Por ejemplo, para el primer personaje masculino, su primer paso puede ser ofrecer a su mujer algo de dinero que ella pueda usar a su antojo.
- Para un personaje femenino puede ser formar con otras mujeres un grupo que les permita obtener ingresos que ellas manejarán.

- Si los participantes hacen sugerencias de orden general como "él/ella solo tiene que cambiar de actitud", ayúdelos a ser más específicos, haciendo alguna pregunta precisa y concreta, por ejemplo ¿Cómo sabemos que él/ella cambió de actitud? ¿Qué comportamiento observaríamos?

ACTIVIDAD 5: Mi Compromiso

Objetivo: Evaluar el proceso de aprendizaje

PROCEDIMIENTO	TIEMPO	MATERIAL
Se repartirá 2 tarjetas de diferente color a cada participante y el/la facilitadora y dará la instrucción de responder las preguntas: ¿Qué me llevo del taller? ¿Qué les dejo?	15 min.	Tarjetas Marcadores Cajón para recoger las tarjetas

5.4. MÓDULO IV: MI PRIMERA EXPERIENCIA DE AMOR Y MIS RESPONSABILIDADES

SESIÓN 1: NOVIAZGOS Y/O ENAMORAMIENTOS SIN VIOLENCIA

OBJETIVO GENERAL: "Analizar las relaciones de enamoramiento en la adolescencia, identificando situaciones de violencia consideradas como naturales a nombre del amor, para buscar alternativas de solución desde los/as propios/as adolescentes."

TIEMPO DE DURACIÓN DE LA SESIÓN: 2 horas y media.

ACTIVIDAD 1: Estoy enamorado/a y amo en secreto a…

Objetivo: Conocer e integrar a las participantes del grupo.

PROCEDIMIENTO	TIEMPO	MATERIAL
• Para esta técnica el/la facilitador/a formará un círculo donde las personas estén sentadas. • Luego se dará la instrucción de que la persona que esté al centro debe gritar la siguiente frase: "Estoy enamorado/a y amo en secreto a… los que no son celosos."Todas las personas identificadas con ello cambian de lugar. La idea es mencionar características que una/o busca en su pareja, como por ejemplo: fieles, alegres, cariñosos, atentos, románticos, etc. Preguntas que recuperan la aplicación de la técnica: ¿Cómo se sienten? ¿Qué descubrieron a través del ejercicio? ¿Qué les llamó la atención?	20 Min.	Ninguno

ACTIVIDAD 2: ¿Qué es el amor?

Objetivo: Reflexionar que queremos decir con "amor".

PROCEDIMIENTO	TIEMPO	MATERIAL
Trabajar en parejas seguido de una discusión general. • Pida a los participantes expresar una o varias palabras que signifiquen "amor". ¿Están todos de acuerdo con esta palabra o expresión? ¿La palabra o la expresión que se aplica al amor que sentimos solamente por nuestra pareja (marido, esposa, novio/a) puede ser usada para describir sentimientos entre parejas que viven en unión libre o entre hermanos/as? Si otras palabras o expresiones se usan para esas relaciones, pídalas que se pongan de acuerdo en eso también. • Una vez que todas las personas hayan acordado una o dos palabras o expresiones que significan amor entre las parejas (y si fuera necesario otras para significar amor entre las otras formas de relación), pídales que se dividan en parejas, preferiblemente con alguien con quien no hayan trabajado antes. • Amor entre amigos o miembros de la familia, donde no esté involucrado el sexo (relaciones sexuales). Pídale a cada par que por turno describa tres cualidades que le demuestran a un hermano/a o a un amigo/a cercano y luego tres cualidades que espera le sean demostradas por ellos. (Si alguno no tuviera hermano/a podrá tomar ese lugar un primo/a o amigo/a cercano) • Vuelvan al círculo grande. Dígale a los participantes que compartan los pensamientos, primero de las cualidades que cada uno demuestra y después de las que espera que le demuestren. Si hay acuerdo siga adelante, si no, incentive a los participantes a que discutan los diferentes tipos de vista de todo el grupo. Finalmente pregúnteles que si esas cualidades que imaginaron para las personas concordarían con lo que ellos pensarían y en qué serían divergentes. • Amor entre parejas donde hay una relación públicamente reconocida y que involucran relaciones sexuales. Pídales a continuación a los miembros de cada par que describan a su turno tres cualidades que demostrarían hacia su pareja (esposo/a, o pareja públicamente reconocida) a quien aman y luego tres cualidades que esperan les sea demostradas por ello/as. Nota: Si los participantes no tuvieran pareja, lo harán sobre una relación imaginaria; además pida a los participantes que no se hable de relaciones amorosas que no sean públicamente reconocidas. Estas serán reconocidas luego. La razón por la cual se discuten separadamente las relaciones públicamente reconocidas de las no reconocidas no tiene nada que ver con posiciones morales sobre dichas relaciones; intentamos ayudar a la gente en que y en cuanto, dentro sus cultura, el reconocimiento público afecta las relaciones sexuales.	2 horas 30 minutos	Bolígrafos Hojas

• Llame a todos al círculo general. Pídales que vuelvan a compartir sus opiniones: primero sobre las cualidades que ellos demuestran a su pareja (esposa o esposo) a quien aman; y luego las cualidades que esperan de la pareja que les ama. Si no hay acuerdo común, estimúlelos nuevamente para que discutan las diferentes opiniones en el grupo grande. Finalmente ¿creen los participantes que las cualidades que han elegido serían compartidas por sus esposos/as? ¿En qué sentido serían diferentes? • Finalmente, si existen diferencias claras entre las cualidades de amor descritas entre las parejas y aquellas descritas para los hermanos/as o amigas/os, etc., señálelas. Pídales que las precisen más y anímelos a que intenten explicar las razones. 1. ¿Cuáles son, por ejemplo, las diferencias en las cualidades de las relaciones, debidas a la existencia de relaciones sexuales o de contratos matrimoniales o al reconocimiento público de una relación? 2. ¿Es amor igual a sexo, o igual a matrimonio? ¿Van automáticamente juntos? 3. Si el amor no es igual al matrimonio, ¿cuál, según ellos, sería el mínimo nivel de respeto que debería haber en una pareja?		

Notas para el/la facilitador/a



Este ejemplo está concebido para preparar a los participantes para ver el próximo video, haciéndolos reflexionar sobre sus propias ideas. Anime a las personas participantes a concentrarse primero en sus propias perspectivas y solamente cuando se le solicite sobre las perspectivas de sus parejas. Es probable que sean mencionados temas como la confianza, el compartir, la responsabilidad, el sexo, el dinero, etc. ¡El amor es una cosa complicada!

ACTIVIDAD 3: ¿Qué es una pareja?

Objetivo: Definir las etapas del enamoramiento desde la percepción del/la adolescente.

PROCEDIMIENTO	TIEMPO	MATERIAL
• Esta técnica consiste en preparar tarjetas con dibujos de parejas de adolescentes. Cada grupo debe construir el concepto de pareja y posteriormente crear una historia. En plenaria cada grupo expondrá lo trabajado. • Al finalizar el facilitador reforzará el concepto, historia, etapas y en qué consiste el enamoramiento, apoyándose en el rotafolio. Las preguntas que generan debate son: • ¿Quién se declara para iniciar una relación de pareja? • ¿Cuál es la forma de conquistar que tienen los chicos y las chicas? • ¿Qué les llama más la atención en el momento de elegir una pareja?	30 Min.	Tarjetas con dibujos Papelógrafos Marcadores Masking Rotafolio

• ¿Qué piensas de las chicas que se declaran? • ¿Qué piensas de las chicas/os que no quieren todavía tener enamorado/a? • ¿A qué edad es conveniente iniciar una relación de pareja?		

ACTIVIDAD 4: ¿Existe violencia en el noviazgo?

Objetivo: Identificar el concepto de enamoramientos violentos, tipos de violencia y ciclo de la violencia para prevenir la violencia en relaciones de pareja de los/as adolescentes.

PROCEDIMIENTO	TIEMPO	MATERIAL
• Esta técnica consiste en teatralizar una escena de enamoramiento violento con dos sillas, demostrando las siguientes etapas: emparejamiento, enamoramiento, discusión, reconciliación. Al concluir la técnica, el facilitador preguntará a las/os participantes qué cosas sucedieron durante la teatralización y qué aspectos se identificaron. • Para finalizar el facilitador reforzará el concepto de enamoramiento violento, tipos de violencia y ciclo de la violencia, apoyándose en el rotafolio. Las preguntas que generan debate son: • ¿Si tu enamorada/o te cela, te prohíbe tener amigos/as, te dice cómo vestirte, te chantajea, se toma por tu culpa, o intenta quitarse la vida, es porque te quiere? • ¿En las relaciones de enamoramiento cuál es la prueba de amor que nos pide nuestra pareja? ¿Qué exigen las chicas y qué exigen los chicos? • ¿Es fácil contar a nuestros padres cuando tenemos nuestro primer enamorado/a y cómo reaccionan ellos? • ¿Qué significa amar o cómo puedo darme cuenta que estoy enamorado/a?	20 Min. 20 Min.	Sillas Papelógrafos Marcadores Masking

ACTIVIDAD 5: Efectos de los noviazgos violentos

Objetivo: Identificar los efectos de los enamoramientos y/o noviazgos violentos desde la percepción de los adolescentes.

PROCEDIMIENTO	TIEMPO	MATERIAL
• La técnica de la figura se refiere concretamente a tener tres dibujos plasmados en una cartulina con las siguientes figuras: La enamorada, el enamorado y la familia-amigos. • Posteriormente el facilitador distribuirá tarjetas de cartulina donde cada participante anotará cómo se siente cada uno de los actores. • En plenaria se socializará y analizará las tarjetas. Para concluir, el facilitador se apoyará en los contenidos curriculares para reforzar los efectos de la violencia.	25 Minutos	Tarjetas con dibujos Papelógrafos Marcadores Masking Rotafolio

Las preguntas que generan debate son:

- ¿Será justo que nuestras proyecciones de vida se obstaculicen solo por el hecho de haber terminado con mi enamorado/a?
- ¿Cómo quisieras que te apoyen tus papás cuando terminas una relación de enamoramiento?
- ¿En la escuela consideran e informan sobre cómo debe ser una relación de enamoramiento?

ACTIVIDAD 6: Existe machismo en las relaciones de pareja

Objetivo: Identificar las características de los/as enamorados/as machistas y reflexionar sobre sus conductas y pensamientos para colocar alternativas de solución.

PROCEDIMIENTO	TIEMPO	MATERIAL
• En función a los contenidos, el/la facilitador/a preguntará a las chicas si sus enamorados son machistas y a los chicos les preguntará si son o no machistas. • En función a las respuestas el/la facilitador/a desarrollará cada uno de los contenidos propuestos en la currícula. Las preguntas que generan debate son: • ¿Por qué muchas mujeres buscan hombres machistas? • ¿Los hombres machistas pueden cambiar por amor? • ¿Las mujeres son machistas?	20 minutos.	Papelógrafos Marcadores

ACTIVIDAD 7: Mi compromiso

Objetivo: Evaluar el proceso de aprendizaje

PROCEDIMIENTO	TIEMPO	MATERIAL
Se repartirá 2 tarjetas de diferente color a cada participante y el/la facilitadora dará la instrucción de responder las preguntas: ¿Qué me llevo del taller? ¿Qué les dejo?	15 min.	Tarjetas Marcadores Cajón para recoger las tarjetas

SESIÓN 2: MATERNIDAD Y PATERNIDAD, UN TEMA DE DECISIONES

OBJETIVO GENERAL: "Analizar las responsabilidades que conlleva la maternidad y paternidad para prevenir los embarazos adolescentes y plantear alternativas que coadyuven a los/as adolescentes a cumplir con sus proyectos de vida."

TIEMPO DE DURACIÓN DE LA SESIÓN: 2 horas.

ACTIVIDAD 1: Besando al bebé

Objetivo: Conocer e integrar a las participantes del grupo.

PROCEDIMIENTO	TIEMPO	MATERIAL
El/la facilitador/a formará un círculo. La técnica consiste en pasar el bebé, pero antes debemos darle un beso en cualquier parte de cuerpo y decirle una frase cariñosa. Lo importante es no repetir el lugar donde se besa al bebé y tampoco repetir la misma frase. Preguntas que recuperan la aplicación de la técnica: ¿Cómo se sintieron al besar al bebé? ¿Qué descubrieron a través del ejercicio? ¿Qué les llamó la atención?	25 Min.	Muñeca en forma de bebé

ACTIVIDAD 2: ¿Ser papa y mamá cambia mi vida?

Objetivo: Identificar las consecuencias que genera un embarazo adolescente y las responsabilidades que implica

PROCEDIMIENTO	TIEMPO	MATERIAL
• Esta técnica consiste en relatar el diario vivir de una ciudad donde los participantes deben realizar todas las acciones que se señalen en la narración. Por ejemplo: "Esta es una ciudad donde todas las personas caminan de cuclillas, otras van saltando con una mano hacia delante y otra hacia atrás, donde les gusta descansar tirados en el suelo o apoyándose en sus compañeros, aplaudiendo y gritando , otros/as coquetean y algunos enamoran, unos están tristes y otros están alegres y ríen a carcajadas. Y cuando escuchan el número cinco todos se reúnen para conformar un grupos de cinco personas a trabajar, y se dan un fuerte aplauso." • En función a los grupos conformados se distribuirá a dos grupos la historia que deben representar para identificar la paternidad y maternidad responsable, además de las consecuencias de los embarazos no deseados. Es decir, cada facilitador/a, según su experiencia de trabajo, construirá una historia de embarazo adolescente y la responsabilidad que significa, además de identificar el costo social que involucra esta situación. • A los otros grupos se les asignará la responsabilidad de anotar todo lo que suceda en la historia representada. • Posteriormente se debe generar un espacio de debate de todos los hechos y actitudes que se identificaron. • Recomendación: Se reforzará esta parte con los contenidos sobre aborto si es necesario.	40 Min.	NINGUNO

Las preguntas que generan debate son:

- ¿A quién afecta llegar a ser padres a temprana edad y por qué?
- ¿Cómo solucionan algunas adolescentes cuando se ven embarazadas?
- ¿Cómo reacciona la familia cuando se enteran que estás embarazada o has embarazado?
- ¿Existe rechazo para las adolescentes embarazadas en las unidades educativas?
- ¿Cómo reaccionan los enamorados cuando le das la noticia que estás embarazada?
- ¿Cómo serías como padre y madre a la edad adolescente?

ACTIVIDAD 3: Mi compromiso

Objetivo: Evaluar el proceso de aprendizaje

PROCEDIMIENTO	TIEMPO	MATERIAL
Se repartirá 2 tarjetas de diferente color a cada participante y el/la facilitadora dará la instrucción de responder las preguntas: ¿Qué me llevo del taller? ¿Qué les dejo?	15 min.	Tarjetas Marcadores Cajón para recoger las tarjetas

SESIÓN 3: AUTOESTIMA

OBJETIVO GENERAL: "Fortalecer el autoestima de los/as adolescentes para que se constituyan en promotores de cambio e identifiquen que la construcción de la autoestima está influenciada por factores internos y externos que no deben dañar su proyecto de vida."

TIEMPO DE DURACIÓN DE LA SESIÓN: 2 horas y media.

ACTIVIDAD 1: El saludo

Objetivo: Conocer e integrar a las participantes del grupo.

PROCEDIMIENTO	TIEMPO	MATERIAL
• El/la facilitador/a formará un círculo y pedirá a cada una/o de las/os participantes que den un saludo con un movimiento de cabeza a todos, y a la vez paseándose por todo el salón. • Posteriormente indicará a cada una/o de las participantes a saludarse entre sí con un apretón de manos, diciendo: "Hola, cómo has estado". • Por último, el/la facilitador/a solicitará a todos/as los/as asistentes a darse un fuerte abrazo, deseándose algo positivo.	15 Min.	Ninguno
Preguntas que recuperan la aplicación de la técnica: ¿Cuál saludo les gusto más y cómo se sintieron? ¿Qué descubrieron a través del ejercicio? ¿Qué les llamó la atención?		

ACTIVIDAD 2: Mi Árbol

Objetivo: Construir el concepto de autoestima desde realidad de los adolescentes.

PROCEDIMIENTO	TIEMPO	MATERIAL
• El/la facilitador/a repartirá a cada participante un pliego de papel sábana, marcadores, colores, etc. • Se les pedirá que como ellos/as deseen deberán dibujar un árbol, escribiendo en las raíces sus valores, en el tronco aspectos que los/as caracterizan (cualidades y capacidades), en las ramas sus aspiraciones y en los frutos sus triunfos y éxitos. • Al concluir con el dibujo del árbol se les pedirá a las/os participantes de forma voluntaria exponer su dibujo, preguntándoles qué parte de su árbol le ha costado más escribir. • La idea de esta dinámica es identificar el valor que se puede tener como personas y descubrir nuevas cualidades. • El/la facilitador/a, en función a la técnica aplicada, conjuntamente con las/os participantes construirán el concepto de autoestima y explicará los factores que influyen en la misma. Preguntas generadoras de debate: • ¿Por qué es importante cuidar nuestra autoestima? • ¿Cómo me gustaría que me traten? • ¿Los adultos reconocen nuestras cualidades y capacidades? • ¿Como adolescentes qué necesitamos para sentirnos bien?	40 min.	Papelógrafos Marcadores Masking Rotafolio

ACTIVIDAD 3: Influencia en la autoestima de la familia, la sociedad y la escuela

Objetivo: Reflexionar sobre el nivel de influencia que tiene la familia, la sociedad y la escuela en la construcción del autoestima de las/os adolescentes.

PROCEDIMIENTO	TIEMPO	MATERIAL
El/la facilitador/a repartirá a cada participante una hoja, lápices y colores para que las/os participantes se dibujen. Posteriormente, se pedirá a las/os participantes que se acomoden en sus asientos y cierren los ojos. Se dará la instrucción de que a medida que se vaya leyendo una lista de frases, cada participante deberá romper un pedazo de la hoja si se identificó con la frase. Las frases pueden ser: no sirves para nada, me arrepiento que hayas nacido, eres un gordo/a, eres un/a feo/a, eres un zonzo/a, burro/a, te odio, ojalá te mueras, me haces renegar, etc.	20 min.	Hojas bond Lápices Colores

Exposición: Al concluir con la lectura de las frases, se preguntará a los participantes cómo se han sentido. En base a estas respuestas el/la facilitador/a reforzará que la construcción de nuestra autoestima muchas veces se constituye en mandatos y/o palabras que nos marcan estructuralmente, lo que conduce a que actuemos en función a los demás. • La autoestima se forma a partir de la relación con los otros, a partir de los primeros años de vida, se va moldeando el concepto de uno mismo. Este mismo proceso continúa a lo largo de la edad adulta, donde influye la familia y el contexto cultural en el que nos desenvolvemos. PREGUNTAS GUÍAS Preguntas generadoras de debate: • ¿Quiénes constantemente dañan nuestra autoestima? • ¿Cómo reaccionas cuando dañan tu autoestima? • ¿Buscas apoyo cuando te lastiman? • ¿Puedes contar con facilidad o responder en el momento cuando dañan tu autoestima? • ¿Quiénes son las personas de confianza a las que puedes contar con facilidad lo que te sucede?	10 Min.	Papelógrafos Marcadores

ACTIVIDAD 4: Autoestima para qué

Objetivo: Identificar las características que hacen a una autoestima positiva para construir con los adolescentes sus proyectos de vida.

PROCEDIMIENTO	TIEMPO	MATERIAL
• En función a los grupos conformados, se les pedirá que compartan en cinco minutos las cosas que más les gusta hacer. Posteriormente, el/la facilitador/a entregará a cada grupo cinco papelógrafos y marcadores. Cada grupo debe calcar la silueta de cada integrante para lo cual cada uno/a, debe echarse encima la hoja del papelógrafos en la posición que quiera y después deberán turnarse para dibujar sus siluetas colocando el nombre respectivo de cada quien encima de la silueta. • Cuando se tengan las siluetas dibujadas el grupo debe escribir aspectos positivos en cada una de las siluetas, con la excepción de la persona representada, que debe retirarse cuando se esté escribiendo de él o ella. El grupo, al concluir la descripción de la persona, entregará el papelógrafo de forma secreta a cada uno/a. • Al concluir esta técnica, el/la facilitador/a pedirá a todos/as los/as participantes leer lo que les han escrito y finalmente les preguntará: ¿Cómo se sintieron?	40 min.	Papelógrafos Marcadores

• Para finalizar, el/la facilitador/a deberá resaltar la importancia de la dinámica en reconocer aspectos positivos de las personas y aceptarlos e identificarlos con nosotros/as mismos/as. Se respaldará en los contenidos características de la autoestima positiva y el poder de la autoestima. • También, reforzará la confianza y su importancia en el proceso de la construcción de nuestra autoestima. Para ello se apoyará en los contenidos de: • Qué es la autodeterminación. • Valoración de si. • Autoestima, ¿para qué? • Plan de vida . Preguntas generadoras de debate: • ¿Cuáles son las actitudes y palabras que me gusta que me demuestren y me digan? ¿De quiénes? • ¿Cuál es la situación que me hizo sentir más feliz? • ¿Cómo trato a los demás y cómo quisiera que me traten? • ¿Qué podría hacer por los demás, en los que incluyo a mis padres, para sentirme bien? • ¿De qué depende que me valore? • ¿En qué situaciones puedo decidir y cómo valoro mis decisiones? • ¿Qué es lo que quiero para mí, en mi vida?	20 Min	

ACTIVIDAD 5: Mi compromiso

Objetivo: Evaluar el proceso de aprendizaje.

PROCEDIMIENTO	TIEMPO	MATERIAL
Se repartirá 2 tarjetas de diferente color a cada participante y el/la facilitadora dará la instrucción de responder las preguntas: ¿Qué me llevo del taller?,¿Qué les dejo?	15 min.	Tarjetas Marcadores Cajón para recoger las tarjetas

5.5. MÓDULO V: PREVENIENDO LA VIOLENCIA DESDE UNA PERSPECTIVA DE LA MASCULINIDAD

SESIÓN 1: SER HOMBRE EN NUESTRA CULTURA Y SU IMPACTO EN LA VIDA DE LAS PERSONAS

OBJETIVO GENERAL: "Reflexionar sobre la construcción de la masculinidad en el entorno cultural y su impacto en la vida de las mujeres y varones."

TIEMPO DE DURACIÓN DE LA SESIÓN: 3 horas.

Actividad 1: "Entre broma y broma… sensibilización"

Objetivo: Identificar algunas características socialmente asociadas a lo masculino a través de los chistes que se cuentan popularmente.

PROCEDIMIENTO	TIEMPO	MATERIAL
• Se divide al grupo en subgrupos de 4 o 5 personas y se le entrega a cada participante una hoja y un lapicero. • Posteriormente, se solicita que, de manera individual, anoten todos los chistes acerca de hombres y de mujeres que sepan. (Es importante que se aclare a los jóvenes que no censuren el chiste, que lo cuenten tal cual lo saben.) • Luego, se comentan de manera grupal y se anotan en una hoja aparte (diferente de las individuales) todos los chistes que pudieron recordar los participantes. • En plenaria se comentan los chistes y se aclara que, si algún participante conoce el chiste de manera diferente al que está siendo contado, por favor incorpore su versión del mismo a la discusión. • Por último, se analiza colectivamente el contenido de los chistes, aclarando que en el acto de construir una broma, la sociedad expresa muchas de las ideas que se tienen con respecto a algo, y que por lo general, lo que causa risa son todas aquellas características de una persona que se salen de lo establecido por la sociedad, como es el caso de los bolivianos, los afrodescendientes, los indígenas o, como en este caso, las mujeres y los hombres. • Es importante que se rescate dentro de la discusión, cuál es la visión social de las mujeres y de los hombres que se puede leer a través del chiste y cuestionar de dónde pueden provenir dichas ideas. • Hay que recordar que esta actividad es introductoria; lo importante no es que se hagan análisis profundos, sino sensibilizar a los participantes con la idea de que existen ideas determinadas culturalmente y transmitidas socialmente hacia lo que es ser hombre o mujer.	45 Min.	Hojas de papel bond tamaño carta, una para cada participante. Lapiceros, uno para cada participante.

Notas para el/la facilitador/a



Los chistes son una de las formas en que la cultura expresa ideas acerca de determinados temas y transmite, de manera graciosa, prejuicios o ideas erradas acerca de determinados grupos o temas. En el caso de la masculinidad pueden surgir chistes de corte machista, como por ejemplo "¿Cómo se le da más libertad a la mujer?, R/ Ampliándole la cocina". O: "¿Cuántas neuronas tiene una mujer?, R/ 4, una para cada hornilla de la cocina". Para ambos ejemplos es importante que se señale no solo la idea que se tiene de que la mujer debe pertenecer al ámbito doméstico (a la casa) y estar confinada a este, sino que la forma en que se dice es agresiva también y se transmite como un mandato.

Es fundamental que el facilitador evidencie los distintos tipos de violencia que están presentes.

Es importante que el facilitador se dé una idea de cuáles podrían ser los chistes que podrían surgir al pedirle a los participantes que los cuenten, a fin de que tenga una idea previa de lo que podría aparecer y señalar o reflexionar sobre aquellos prejuicios que encuentre. Para esto es recomendable que hable con amigos o amigas, personas conocidas, familiares o vecinos y vecinas, y les pregunte acerca de chistes que conozcan.

Por último, debe quedar muy claro que, si bien es cierto, el chiste es una de las formas más comunes que tenemos de interactuar con otras personas, el contenido de los chistes nos transmite ideas sobre las que es importante reflexionar. No debe quedarse ningún chiste sin ser analizado, ya que esto podría dar la idea de que estamos de acuerdo con lo que dice.

Si el facilitador siente que el grupo no sabe chistes que tengan que ver con la temática, o los chistes que se saben no corresponden tan directamente con lo que se quiere analizar, se podría sustituir contando cuál era su personaje favorito (sea de películas, caricaturas, series de televisión, etc.) y qué características tenía dicho personaje. Por lo general, las imágenes de masculinidad que transmite la televisión o el cine tienen la misma función del chiste: transmitir ideas distorsionadas acerca de temas o personas. En este caso, es muy enriquecedor trabajar, por ejemplo, con superhéroes: ¿Cómo son las vidas de los superhéroes? ¿Cómo viven el amor? ¿Qué hacen cuando están tristes o sienten dolor? ¿Qué pasa con sus relaciones de pareja? Etc.

Los superhéroes transmiten lo que se llaman "ideales de masculinidad", los cuales son mandatos implícitos (son sutiles o no tan evidentes) que la sociedad le dicta al hombre. Se puede rescatar que el superhéroe no muestra dolor, no siente tristeza y si la siente, la oculta; no tiene tiempo para tener relaciones de pareja porque debe salvar al mundo y el amor de pareja es señal de debilidad y la debilidad riñe con la idea de salvar al mundo. Esta concepción de "salvar al mundo" se puede vincular con el mandato social del hombre a ser exitoso, tener mucho dinero y muchas mujeres (sin establecer intimidad con ninguna). Además, la idea de salvar al mundo está acompañada del ejercicio de la violencia. El superhéroe debe ser tanto o más agresivo y violento que los villanos contra los que combate; por lo tanto, la violencia parece también ser una de las formas en que se forma la masculinidad.

Actividad 2: Construcción de un cuerpo masculino y de un cuerpo femenino

Objetivo: Analizar los significados culturales sobre la masculinidad y la feminidad.

PROCEDIMIENTO	TIEMPO	MATERIAL
• Indique a las personas participantes que supongan que un marciano llegó a nuestro planeta. Este marciano tiene otra cultura, muy diferente a la nuestra, y no sabe cómo son los varones en la tierra. Por eso, a cada grupo le corresponderá explicarle claramente cómo son los hombres (haga énfasis que se trata de los varones, no las mujeres), por medio de un dibujo del cuerpo masculino. • Solicite que una de las personas integrantes del grupo se acueste sobre un par de pliegos de papel (que deben estar unidos con cinta adhesiva, si es necesario) y que otra persona dibuje su silueta en el papel. • Una vez que la silueta sea completada, cada grupo pondrá en la silueta, una serie de palabras o frases cortas sobre lo que en esta cultura significa ser hombre. Señale que pueden poner estas palabras en las diferentes partes del cuerpo masculino, en el caso de que puedan asociarse con alguna de las partes (por ejemplo: fuerza física en los brazos, racionalidad en la cabeza, problemas para expresar afectos en el corazón, etc.). También pueden modificar el dibujo dependiendo de las cosas que en esta cultura se dice sobre los hombres. • Una vez que han terminado la construcción del cuerpo masculino, pídales que hagan exactamente lo mismo con el cuerpo femenino. • En plenaria, solicite que, uno a uno, cada grupo explique el resultado de su trabajo al resto de las personas participantes.	1 hora 30 min.	2 o 3 pliegos grandes de papel por grupo. Idealmente: 5 marcadores gruesos de diferentes colores por grupo, mínimo 2.

Notas para el/la facilitador/a

Tome en cuenta que, al final, algunos de los conceptos asociados al hecho de ser hombre o mujer, podrían ser los siguientes:

Hombres	Mujeres
1. Esconder emociones/no deben llorar/No es homosexual 2. Dominio/control del poder/superioridad/el centro 3. Fuerza bruta/agresivo/violento/trabajos físicos 4. Trabajo pagado	1. Más emotivas/lloran 2. Más sumisas/más dependientes del hombre 3. Más débiles 4. Se quedan trabajando en la casa

La persona que facilita puede remarcar los aspectos que se señalan a continuación, sobre las características de la masculinidad, en el caso de que coincidan con lo expresado por las personas participantes.

Explique que existe una serie de creencias arraigadas en la cultura, que caracterizan la socialización masculina, entre las principales se pueden mencionar las que siguen:

- El poder, la dominación, la competencia y el control constituyen pruebas de la masculinidad.
- El dominio es la relación de poder de los hombres sobre otras personas y, particularmente, sobre las mujeres. Tiene que ver con la creencia en la "superioridad" y en que el hombre es "el que manda".
- El dominio es ejercido, no pocas veces, por medio de la amenaza y por el empleo de algún tipo de violencia. En este momento, puede aprovechar para señalar los diferentes tipos de violencia que suelen ejercerse contra las mujeres, tales como la violencia física, sexual, emocional y verbal.
- Se piensa que el hombre es "el centro", en tanto es el género más valorado. Claro ejemplo de esto es que, en nuestra sociedad, los hombres aprenden a "ser servidos", particularmente por las mujeres.
- La cultura valora en la masculinidad la "fuerza bruta".
- La intimidad con otros hombres debe ser evitada por temor al afeminamiento y a la homosexualidad.
- En general, las distintas formas de relación de los hombres se construyen de manera tal que escondan sus emociones.
- Existe una definición enfática en la cual se afirma que los hombres no deben ser como las mujeres y tampoco deben ser homosexuales.
- El desempeño de los hombres está especialmente centrado en proveer, es decir, en "llevar dinero al hogar". Otros papeles no son desarrollados, tales como la participación en los oficios domésticos o el involucramiento en la crianza de los hijos.

Actividad 3: ¿Biológico o producto de la educación?

Objetivo: Analizar críticamente los mandatos sociales hacia el ser hombre e identificar la función del proceso de socialización en el sostenimiento de dichos mandatos.

PROCEDIMIENTO	TIEMPO	MATERIAL
• Previo al inicio de la actividad se coloca un cartel en la pizarra o la pared que tenga dos columnas. En una de ellas el encabezado dirá "Biológico" y otro "Educación". • Se reparten tres fichas a cada participante y se les pide que piensen en tres características que necesariamente debe tener un hombre para ser considerado como tal; las que hayan escuchado en su barrio, en su familia, en la escuela, o en cualquier otro lugar. Una vez que hayan pensado en esas tres características se les solicita que las escriban en las fichas (una característica por ficha).	45 min.	Carteles con dos columnas que tengan como encabezados de cada una: "Biológico" – "Educación"

• Posteriormente, se les entrega cinta adhesiva a los y las participantes y se les solicita que peguen sus fichas en la columna que dice "biológico" si consideran que la característica que escribieron le viene naturalmente al hombre, o en la columna de "educación" si es producto del proceso educativo. • Con cada característica que se pega, se pregunta a la persona si está totalmente seguro de que esa característica corresponde a esa columna y por qué. • La discusión se puede realizar de dos formas: discutir con cada característica que va siendo pegada, o al final con una discusión que amarre los puntos principales. • Es importante que el facilitador haga un cierre rescatando la importancia de la educación en el proceso de conformación del ser hombre y de cómo lo social se impone a lo educativo. • Es fundamental que cuestione las bases "naturalistas" de los mitos alrededor del ser hombre como parte innata del varón y que coloque la discusión en el carácter aprendido de dichos mitos.		Fichas de papel Marcadores negros. Cinta adhesiva

Notas para el/la facilitador/a



- Para esta actividad es importante señalar que la sociedad marca a las personas con etiquetas que implican mandatos implícitos (sutiles, ocultos) y explícitos (se dicen directamente) y que presionan a los hombres a ser y a comportarse de una determinada manera (fuertes, violentos, sin mostrar dolor, etc.).
- Estas ideas no le vienen al hombre de manera "natural", producto de la herencia genética o porque su cerebro sea diferente, o por cualquier otro argumento a favor de esta idea. La diferencia biológica entre hombres y mujeres no determina en nada la forma de comportarse, la distribución de tareas en el hogar; ni siquiera el ser activo o pasivo dentro de una relación amorosa.
- Es por esto que debe analizarse críticamente cada una de las afirmaciones que se hagan, sobre todo aquellas que se colocan en la columna de lo biológico y preguntar constantemente si están seguros de la correspondencia a esa casilla o a la otra.
- Argumentos a favor de lo biológico son, por ejemplo, que los animales tienen los roles muy bien definidos, donde el macho es cazador y la hembra cuida a las crías. Esto puede ser refutado con la idea de que el ser humano es mucho más complejo. En su forma de vivir en sociedad se ha distanciado de la naturaleza, pues la cultura es precisamente eso: el proceso de separación de los seres humanos de la naturaleza. Ello se refleja en aspectos tan elementales como la construcción de casas para resguardarnos del ambiente o la utilización del fuego y el calor para no comer gran parte de los alimentos crudos.
- Además, en todas las especies animales hay diferencias que hacen pensar que, incluso en especies consideradas "inferiores" –dominadas por su instinto– el factor de interacción cumple un papel fundamental en la forma de comportarse. Las teorías que explican

los comportamientos a partir de la genética, atribuyendo a los animales de cada sexo un carácter fijo en el desempeño de sus roles (por ejemplo, los machos siempre traen los alimentos o son cazadores y las hembras siempre cuidan a las crías), no pueden ser aplicadas de manera tan simplista. En algunas especies de aves, los machos son los que empollan los huevos, mientras que las hembras salen a buscar el alimento. Incluso el llamado "Rey de la Selva", el león, no es el cazador de la manada, sino las leonas. Así, en ciertas especies animales, las cosas son diferentes a lo que comúnmente se piensa. Estas ideas relacionadas con la importancia exclusiva que tienen la biología, la naturaleza, los instintos o los genes sobre el comportamiento de hombres y mujeres, son creadas culturalmente para justificar las injusticias que realmente son una creación de nuestra cultura.

- El argumento de que también nuestra cultura enseña a los hombres a ser violentos debe ser enfatizado. Esto debido a que algunas posiciones basadas en la biología buscan justificar el accionar violento de los hombres, señalando que estos son así por "naturaleza". En su forma más extrema, la violación puede ser justificada debido a los supuestos "impulsos" naturales de los hombres. Estos argumentos son falsos y quitan la verdadera responsabilidad que los hombres tienen en el ejercicio de la violencia. Además, evitan las posibilidades de realizar cambios en sus formas de pensar y en su comportamiento. Bajo ninguna consideración el facilitador debe pasar por alto este tipo de falsas justificaciones sobre el comportamiento masculino basadas en la biología.

SESIÓN 2. PROCESOS PERSONALES DE CONSTRUCCIÓN DE LA MASCULINIDAD

OBJETIVO GENERAL: "Visualizar los procesos de construcción y socialización de la masculinidad en nuestra cultura"

TIEMPO DE DURACIÓN DE LA SESIÓN: 3 horas y 30 minutos.

ACTIVIDAD 1: Los juguetes

Objetivo: Explorar los sentimientos y emociones asociados al ser hombre a partir de la reflexión y análisis de los juegos de infancia de las personas.

PROCEDIMIENTO	TIEMPO	MATERIAL
• Se les solicita a los participantes que, sentados en sus lugares, recuerden aquel juguete con que más les gustaba jugar cuando eran niños y por el que sentían un cariño particular. • Luego se les indica que se van a convertir durante algunos minutos en ese juguete, que ese juguete va a cobrar vida a través de ellos y que en el momento en que se les indique empezarán a funcionar y a interactuar con los otros juguetes.	30 min.	Ninguno

- Se les da la indicación y se brindan unos 10 minutos para que interactúen los juguetes bajo la consigna de tratar de descubrir cuál es el juguete de mi compañero y dejar claro cuál juguete represento yo.
- Posteriormente, se les solicita a las personas que, sin dejar de ser juguetes, se acomoden en un círculo y se sienten en el suelo.
- Por último, se le pide a cada juguete que pase al centro del círculo y le cuente a los otros juguetes quién es él, por qué fue importante para su dueño, cómo llegó a las manos de su dueño, dónde está en este momento, etcétera.
- Una vez que hayan pasado todos los juguetes, solicíteles que se reúnan en subgrupos y durante 10 minutos la consigna será que conversen libremente de lo que recordaron o sintieron al ser juguetes.
- Pasados los 10 minutos, solicíteles a los participantes que recojan los elementos comunes que encuentran en los juegos, las diferencias entre los juguetes para hombres y para mujeres; además, qué les decían los adultos que tenían que hacer y qué consecuencias creen que tiene para los hombres la diferencia entre los juguetes para los varones y para las mujeres. Se puede plantear la pregunta: ¿Cuáles creen que podrían ser las repercusiones de esos juegos para los hombres en la vida adulta?

Notas para el/la facilitador/a



- Esta técnica permite abordar el tema de la educación de la masculinidad desde el afecto, prueba de ello, es que se trabaja con algo muy cercano durante la infancia: el juguete preferido.
- Es importante que se aclare que la educación de la masculinidad no es algo impuesto de manera violenta; más bien, por el contrario, la mayoría de las veces se da de un modo sutil y rodeado de cariño y afecto. Es por esto que recordar los juguetes nos permite reconocer la forma en que, asociado a un objeto cargado de amor, la cultura transmite valores patriarcales como la violencia física. Estos valores quedan ocultos por el mismo afecto depositado en ellos. Los juegos con soldados, con pistolas y rifles, los robots o los juegos de video, están cargados de un fuerte contenido violento que es incorporado en los afectos de los hombres desde muy temprana edad. De esta manera, y debido a que no se tiene conciencia de los mandatos asociados a la violencia, esta es vista como natural.
- Las repercusiones para la vida adulta podrían ser, entre otras, el que a los hombres se les enseña a agredir, a ser violentos y a las mujeres a cuidar a otros (muñecas, casita, Barbie); que a los hombres se les enseña la osadía y la valentía destructiva (juegos de guerra) y a las mujeres a conectarse con las necesidades de las otras personas (cocinita, trastitos).
- Ambos casos tienen sus ventajas y sus desventajas, pero en el caso del hombre, que es el que nos ocupa, la imposibilidad de conectarnos con la otra persona y la barrera en la escucha de sus necesidades a través del aprendizaje de la violencia, marcan e interfieren en las relaciones que establecen los varones a lo largo de su vida.
- Debe enfatizarse que la violencia aprendida por los hombres puede ser desaprendida. También debe dejarse claro que el hecho de que "la sociedad nos programara" para ser violentos, sin darnos cuenta, no justifica que los hombres sigan ejerciendo la violencia.

Haga énfasis en que los hombres, como todos los seres humanos, somos sujetos capaces de aprender y de hacernos responsables de nuestros actos, por lo que no somos simples víctimas pasivas. Somos personas susceptibles de cambiar y de producir cambios.

Actividad 2: La lotería de la vida

Objetivo: Identificar los mandatos sociales hacia los hombres, que llevan al desarrollo de conductas autodestructivas como formas de expresión de la masculinidad.

PROCEDIMIENTO	TIEMPO	MATERIAL
• Se divide a los participantes en grupos de 4 o 5 personas. • Dígales a los participantes que van a participar de un bingo y que quien acierte más casillas, tendrá un premio. • Entregue un "cartón de lotería" a cada grupo. • Muestre un cartón a los participantes, informando que en él existen tres columnas: Hombre, Mujer y Ambos. El grupo deberá responder a las preguntas del cartón, marcando con una X la respuesta que cree correcta. • Conceda 20 minutos para que el grupo discuta y marque las respuestas. • Enseguida recoja los cartones. • Reproduzca el cartón en una cartulina mayor y lea cada punto, pregunte las repuestas de los grupos y marque con una X la respuesta correcta. (¡Todas en la columna Hombres!) • Explore las respuestas de los grupos, solicitando justificaciones para las respuestas, particularmente cuando hayan marcado Mujer o Ambos. • Al final, aclare que en todas las categorías, realmente los hombres son la mayoría. Abra el debate: ¿Habían escuchado de esto? ¿Por qué creen que sucede? ¿Cómo es posible evitarlo?	1 hora	"Cartones de lotería" para cada participante y un cartel con un "cartón de lotería" en grande para anotar las respuestas. Este se presenta en el Anexo 1, al final.

Notas para el/la facilitador/a



- Hasta este momento, se ha desarrollado durante las sesiones previas el concepto de que los mandatos alrededor de la masculinidad implican que el hombre se comporte de manera agresiva. sea valiente, no muestre miedo, oculte los sentimientos y una larga cadena de etcéteras. Sin embargo, las consecuencias perjudiciales de estas exigencias sociales para el varón no se habían abordado tan directamente como en este punto.
- Todo aquello que no se dice, que se tiene que callar por presión social, se manifiesta de alguna manera. Las emociones que son duales, que se componen de pares que forman parte de una misma estructura como amor-odio, valentía-miedo, tristeza-alegría, en el caso de los hombres, tienden a negar una de las dos. Por ejemplo, ocultan la ternura o el amor y muestran el odio o el enojo; esconden la tristeza, y tratan de mostrar siempre alegría o al menos proyectar que se sienten bien. La parte que ocultan se manifiesta de otras formas; por ejemplo, a través de síntomas físicos o formas reflejas e inconscientes de actuar, que pueden atentar contra su propia vida o afectar a otras personas.

- Es importante aclarar que muchas veces se piensa que la violencia que se le enseña al hombre sólo tiene consecuencias negativas para las mujeres, pero con este ejercicio se muestra cómo las consecuencias negativas alcanzan e impactan al varón también. Es decir, muchos hombres ejercen violencia contra otros hombres, por lo general física, pero también sexual y emocional.
- Es recomendable que el facilitador revise algunas estadísticas relacionadas con la población masculina que le permita darse una idea de las dimensiones del problema.

Actividad 3: Visualizando la construcción de nuestra identidad

Objetivo: Iniciar el reconocimiento del carácter construido de la identidad masculina a partir de las circunstancias de las personas participantes.

PROCEDIMIENTO	TIEMPO	MATERIAL
Se utilizará la técnica del sociodrama (la representación en una obra de teatro de lo recordado y conversado por los participantes). 1. EJERCICIO DE VISUALIZACIÓN INDIVIDUAL • Tiempo Necesario: 10 minutos • Solicite a los participantes que se sienten lo más cómodos y relajados que sea posible. Indíqueles que cierren los ojos y solicíteles que respiren profundamente tres o cuatro veces de manera que se puedan relajar. Pausadamente, indíqueles que imaginen una energía que parte de su frente, baja por hombros, brazos y manos, pecho, abdomen, piernas y pies. • De manera pausada, indíqueles que se remonten a su pasado, y que recuerden aquel o aquellos momentos de su vida en que cobraron conciencia de ser un "hombre o una mujer". Puede leer la siguiente visualización, dejando pausas cuando llegue a los puntos entre paréntesis: • Cierre los ojos y respire profundamente. Siéntase completamente relajado. Va a realizar un viaje mental por el tiempo, va a retroceder poco a poco en el tiempo. Visualice qué actividades realizó durante diciembre pasado (...) ¿Fue este diciembre distinto a los diciembres anteriores? (...) Trate de ir retrocediendo y recuerde cómo eran los diciembres durante su infancia, reviva las sensaciones y olores que quedaron grabados (...). Recuerde qué era lo que hacía durante esos días de infancia, ¿tenía la oportunidad de jugar? Visualice qué jugaba (...), cómo eran estos juegos (...) con quién los jugaba (...) ¿Eran estos juegos distintos a los que jugaban las niñas conocidas de su infancia? ¿En qué eran estos juegos distintos? (...) ¿Quiénes usaban más fuerza física? • Ahora piense en su casa de infancia, recuerde su color y aquellos objetos que en ella se encontraban. (...) Trate de ubicar a su familia en ese espacio (...) fije en su mente qué tipo de cosas hacían las mujeres (...), qué tipo de cosas hacían los hombres (...). • Trate de recordar los mensajes que estas personas decían sobre cómo debían ser los hombres (...) qué le decían de cómo debían ser los hombres (...) qué cosas no debían hacer (...). Y, ¿cómo debían ser las mujeres? ¿Cómo no debían ser? Fíjelo en su mente (...)	2 horas	Hojas o pliegos de papel. Marcadores o lapiceros, en el caso de que los participantes los soliciten como apoyo para el trabajo en grupos.

- Ahora recuerde, ¿qué cosas no les estaba permitido hacer a las mujeres y sí estaba permitido hacer a los hombres? Por ejemplo, salir a trabajar, salir de fiesta, salir con los amigos o amigas, si esto sucedía. ¿Qué se decía para justificar esta diferencia? En su vida familiar, ¿han cambiado estas situaciones en el presente? ¿Hacen las mujeres las mismas cosas que los hombres? ¿Siguen presentes las mismas ideas sobre cómo deben ser los hombres y cómo deben ser las mujeres?
- Ahora respire profundamente una vez (...) otra vez (...) una vez más (...) Poco a poco va ir recogiendo en su mente las imágenes de cuando usted entró en este lugar, de las personas que están aquí con Usted (...) y abrirá los ojos cuando esté preparado.

2. TRABAJO EN GRUPOS

- Tiempo Necesario: 1 hora
- Solicite a los participantes que se reúnan en subgrupos pequeños (preferiblemente no más de cinco o seis personas) y pida que en lo interno compartan sus recuerdos. Indíqueles que, al contar sus experiencias, no deben ser tan específicos si no lo desean, pero que pueden compartir el marco general de sus recuerdos. La siguiente guía de preguntas facilitará la reflexión en lo interno de todos los grupos:
- En su infancia, ¿qué tipo de juegos jugaban los niños y qué jugaban las niñas? ¿Qué cosas eran diferentes en estos juegos? ¿Quiénes usaban más fuerza?
- ¿Qué hacían los familiares hombres y qué hacían las familiares mujeres? ¿Eran estas tareas diferentes o iguales?
- ¿Qué mensajes recuerda acerca de cómo debían ser los hombres y qué cosas no debían hacer? ¿Cómo debían ser las mujeres y qué no debían hacer?
- Han cambiado estas situaciones en el presente?
- Una vez que todos los participantes de cada uno de los subgrupos han compartido sus recuerdos, pídales que preparen una representación teatral que integre lo dicho por todos los compañeros.

3. EXPOSICIÓN PLENARIA DEL SOCIODRAMA

- Tiempo Necesario: 40 minutos
- Solicite que cada uno de los grupos represente frente al resto de personas la obra de teatro que preparó.

4. REFLEXIÓN FINAL A CARGO DE LA PERSONA FACILITADORA

- Tiempo Necesario: 10 minutos.
- A partir de la representación teatral, debe hacer un esfuerzo de síntesis por recuperar los aspectos comunes y las diferencias en las ideas manejadas por cada uno de los subgrupos.
- Muy posiblemente, gran parte de los grupos coincidirá en que hay muchas cosas diferentes en los juegos jugados por niños y niñas, las tareas que hombres y mujeres hacen en los hogares y fuera de ellos, los mensajes sobre cómo deben ser hombres y cómo las mujeres, y las cosas que a los primeros se les permite y a las últimas no.
- En el caso anterior, debe explicarse que estos elementos fueron aprendidos a lo largo de la vida y que no son biológicos. Y que así como fueron aprendidos, pueden cambiarse.

Notas para el/la facilitador/a



- Debe analizarse cómo las diferencias señaladas en esta actividad tienen efectos sobre la construcción de la desigualdad entre hombres y entre mujeres.

- Si bien es cierto que uno de los elementos más visibles de la desigualdad es el desempeño de roles diferenciados (mujeres trabajando en las tareas domésticas, hombres en trabajo remunerado), debe tenerse en cuenta que la situación suele ser más compleja. En primer lugar, muchas mujeres suelen desempeñar dobles jornadas, pues realizan tanto trabajo doméstico como trabajo remunerado fuera de la casa. Mientras tanto, la gran mayoría de los hombres aporta poco o nada a los trabajos domésticos y otra parte no asume sus responsabilidades económicas, especialmente cuando se separan de la madre de sus hijos/as.
- Sin duda, el desempeño de los roles antes anotados es de gran importancia para la construcción de las identidades femeninas y masculinas; sin embargo, no son los únicos elementos importantes. Puede darse el caso de algunos hombres que laven platos, cocinen o desempeñen otro tipo de labores domésticas, y a pesar de ello, no tener relaciones igualitarias con las mujeres al compartir la toma de decisiones en cosas de gran relevancia para las parejas y las familias.
- En la construcción de la identidad de los hombres también son relevantes otros elementos. A continuación tiene una guía que puede servir de ejemplo:

Los hombres tienen muchas ventajas que contribuyen a que sean más libres y con mayores capacidades de desarrollo personal:

- Mayor posibilidad de moverse en espacios más amplios, fuera de la casa.
- Mayor posibilidad de usar activamente el cuerpo.
- Mayores libertades y permisos (salir de fiesta, tener muchas novias).

Las mujeres tienen muchas desventajas que limitan su libertad de movimiento, su desarrollo físico y limitan su proyecto de vida:

- Deben desenvolverse en espacios más reducidos, muchas veces restringidos a la casa.
- Se les restringe más el uso de su cuerpo y, a excepción de los oficios domésticos, deben hacer cosas más pasivas.
- Tienen más restricciones y menos permisos (no pueden salir tanto a las fiestas, llegar tarde, ni tener novios).

Los hombres tienen importantes desventajas:

- Se censura la posibilidad de expresar afectos.
- Disfrutan menos de sus hijos e hijas, si los tienen.
- Se exponen más a los accidentes, por practicar juegos violentos.
- Tienen la obligación de controlar a otras personas, lo que significa ejercer un poder negativo.
- Señale que el control es una forma de violencia contra las mujeres: la violencia emocional. Señale que esta forma de violencia limita sus vidas personales, las vuelve simples objetos, produce profundos daños psicológicos y afecta la autoestima. Todo ello viola sus derechos humanos.

- El ejercicio del control también afecta a los mismos hombres que lo ejercen. El control implica negar la posibilidad de identificarse con el dolor y el sufrimiento de las mujeres. Es decir, dificulta la empatía o capacidad de "ponerse en sus propios zapatos". Esta dificultad empática significa que los hombres deben reprimir sus emociones, de manera tal que no sólo obstaculizan la felicidad de las mujeres, sino además la suya propia. Esto se observa cuando el amor es desvirtuado y se convierte en celos dañinos: principalmente para las mujeres, pero también para los mismos hombres.
- El amor, que puede ser capacidad creadora, al convertirse en violencia se vuelve capacidad de destrucción de las otras personas y de autodestrucción.
- Muy posiblemente existan participantes con experiencias de vida, en mayor o menor medida, distintas. Puede ser que algunos hogares repartieran más equitativamente las tareas del hogar entre hombres y mujeres, que los hombres participaran más activamente en la crianza de hijos e hijas y que las mujeres salieran a trabajar remuneradamente, tuvieran amigos y amigas con quienes salir sin que hubiera problema con sus padres o sus parejas. De no ser así, pregunte si conocen familias que funcionen de esta manera o, señale que usted las conoce. Es importante que enfatice estas posibilidades de cambio.

SESIÓN 3. SEXUALIDAD, RELACIONES DE PAREJA Y SENTIMIENTOS DESDE LA MASCULINIDAD (PARTE I).

OBJETIVO GENERAL: "Reflexionar sobre la sexualidad masculina desde un sentido crítico de la realidad."

TIEMPO DE DURACIÓN DE LA SESIÓN: 2 horas y 30 minutos.

Actividad 1: Los exámenes de la masculinidad

Objetivo: Explorar los sentimientos y emociones asociados a la sexualidad masculina a partir del análisis de la presión del grupo.

PROCEDIMIENTO	TIEMPO	MATERIAL
• Para esta actividad se les debe pedir a los participantes que traten de ser lo más espontáneos posible. Esto quiere decir que no deben pensar mucho lo que van a hacer, sino dejarse llevar por lo que se les antoja con cada consigna. • Conforme grupos de 4 o 5 personas y dígales que les va a poner algunas situaciones que los ponen en un dilema (escenas que presentan alguna situación para la cual hay que tomar una decisión) y que deben dramatizarla y darle un final; cuentan para ello con 5 minutos, no más de ese tiempo. Al término de los 5 minutos deben estar listos para presentar su dramatización.	30 min.	• Ninguno

- Las situaciones son las siguientes:
- Caso 1
- Oscar está en un bar con unos amigos, cuando una chica muy bonita le insinúa tener relaciones. Oscar tiene una relación de pareja estable, con la que está muy feliz, pero los amigos empiezan a presionarlo para que acceda a la insinuación de la chica porque si no sería un "maricón"; además ellos no le van a decir nada a su pareja.
- Caso 2
- Ramiro está jugando fútbol con sus amigos en el barrio. Dentro de las personas que están viendo el juego se encuentra su novia, a la que Ramiro trata de impresionar con su técnica de jugador. Por un error involuntario de Ramiro el equipo rival les anota un gol, por lo que uno de los miembros de su equipo, Ramón, un tipo más alto y fuerte que Ramiro, lo reta a pelear. Ramiro no quiere pelear porque Ramón es más alto, más fuerte y no quiere tener problemas con nadie, pero la presión de los amigos lo hace dudar, además de que se acuerda de que su novia está en el público y podría pensar que es un cobarde.
- Caso 3
- José tiene una relación con Kathia desde hace un año. La última vez que tuvieron relaciones sexuales no tenían protección, pero José tenía muchas ganas de hacerlo y convenció a Kathia de tener relaciones sexuales sin usar preservativo. A raíz de esto Kathia quedó embarazada y se lo comunica a José, el cual se queda muy sorprendido de escuchar esta noticia y no sabe qué hacer.

Una vez que se han realizado las diferentes dramatizaciones, abra la plenaria y discutan los diferentes finales de las situaciones problematizadoras, señale que respondemos de manera diferente a los momentos en que debemos tomar una decisión y que esto depende de lo que nos hayan enseñado y de la forma en que hayamos aprendido a comportarnos. Sin embargo, en el caso de los hombres, hay toda una presión para responder de una determinada manera, por lo general resolviendo las situaciones problemáticas utilizando la violencia, la fuerza, la valentía y la mentira.

Notas para el/la facilitador/a



- Las "pruebas" de la masculinidad se refieren a todas aquellas acciones que se les pide de manera solapada o sutil a los hombres para que prueben que son hombres de verdad.
- En los casos presentados es muy importante trabajar la presión que se ejerce sobre los hombres, la forma en que se nos educa para desensibilizarnos de las necesidades de las otras personas y a mostrar actitudes que realmente no sentimos, como en los casos 1 y 2, donde estaba claro que los chicos involucrados en la situación querían actuar de determinada manera, pero la presión los obliga a comportarse de manera diferente a lo que desean.
- En el caso 3 es muy importante hablar de la prevención, y de la necesidad de cambiar la mentalidad que establece que el protegerse durante las relaciones es un deber de la mujer. Se debe aclarar que la salud sexual es una responsabilidad de ambos, al igual que las consecuencias derivadas de su ejercicio, como la paternidad.

Actividad 2: Reconociendo Nuestras Emociones

Objetivo: Identificar las principales emociones que experimentan los hombres y reflexionar acerca de ellas y de la forma en que las manejan.

PROCEDIMIENTO	TIEMPO	MATERIAL
Pedimos al grupo que se siente en círculo y dé lectura al cuento: "EL OTRO YO": Se trataba de un muchacho corriente: en los pantalones se le formaban rodilleras, leía historietas, hacía ruido cuando comía, se metía los dedos en la nariz, roncaba en la siesta, se llamaba Armando. Corriente en todo, menos en una cosa: tenía Otro Yo. El Otro Yo usaba cierta poesía en la mirada, se enamoraba de las actrices, mentía cautelosamente, se emocionaba en los atardeceres. Al muchacho le preocupaba mucho su Otro Yo y le hacía sentirse incómodo frente a sus amigos. Por otra parte, el otro yo era melancólico y, debido a ello, Armando no podía ser tan vulgar como era su deseo. Una tarde, Armando llegó cansado del trabajo, se quitó los zapatos, movió lentamente los dedos de los pies y encendió la radio. En la radio estaba Mozart, pero el muchacho se durmió. Cuando despertó, el Otro Yo lloraba con desconsuelo. En el primer momento, el muchacho no supo qué hacer, pero después se rehízo e insultó concienzudamente al Otro Yo. Este no dijo nada, pero a la mañana siguiente se había suicidado. Al principio, la muerte del Otro Yo fue un rudo golpe para el pobre Armando, pero en seguida pensó que ahora sí podría ser íntegramente vulgar. Este pensamiento lo reconfortó. Sólo llevaba cinco días de luto, cuando salió a la calle con el propósito de lucir su nueva y completa vulgaridad. Desde lejos vio que se acercaban sus amigos. Eso lo llenó de felicidad e inmediatamente estalló en risotadas. Sin embargo, cuando pasaron junto a él, ellos no notaron su presencia. Para peor de males, el muchacho alcanzó a escuchar que comentaban: pobre Armando, y pensar que parecía tan fuerte, tan saludable. El muchacho no tuvo más remedio que dejar de reír, y al mismo tiempo, sintió a la altura del esternón un ahogo que se parecía bastante a la nostalgia. Pero no pudo sentir auténtica melancolía, porque toda la melancolía se la había llevado el Otro Yo. Mario Benedetti Preguntar: a) ¿Qué les llamó más la atención del cuento? b) ¿En qué se parece a la vida? c) Durante un minuto recuerden los aspectos, actitudes, emociones que han dejado de lado, y ¿por qué? d) ¿Para qué les sirvió dejarlas a un lado y cuáles son las áreas, actitudes y emociones que tuvieron que desarrollar más? e) ¿Cuál ha sido el costo de esta pérdida?	1 hora 20 minutos	• Hojas de papel bond • Lapiceros

- Se le pregunta a cada miembro del grupo: ¿Cuál es su comida favorita? Se deja que varios respondan. ¿Y cuál es la comida que menos les gusta? Se reflexiona que así como con la comida, hay gustos y preferencias en el manejo de emociones; también hay algunas que tenemos más presentes y manifestamos con mayor facilidad, mientras que nos cuesta trabajo manejar y hasta evitamos otras emociones.
- Se les indica que se van a trabajar 5 emociones básicas: Miedo, Afecto, Tristeza, Enojo y Alegría. Llamamos estas cinco emociones "MATEA".
- Para ello, se les solicita a los participantes que se sienten en una posición cómoda, que cierren los ojos y realicen respiraciones lentas y profundas y se concentren en dicha respiración hasta sentir cómo el aire entra a su cuerpo y luego sale. Se les dice que cuando cierran los ojos se abre un escenario imaginario en el que van a aparecer diferentes personas de su familia, amigos/as, conocidos, y la consigna es que no censuren a ninguno de los personajes que salga; por el contrario la idea es que dejen fluir las imágenes.
- Una vez que se han relajado y se ha creado un ambiente propicio se les solicita que piensen en las emociones mencionadas anteriormente en ese orden sugerido (MATEA) y que para cada una piensen en alguna situación donde la experimentaron. Con cada recuerdo de una situación se pueden mencionar preguntas como ¿Cómo fue esa situación? ¿Quiénes estaban presentes? ¿Cuál fue su desenlace? Y otras relacionadas, como: ¿De qué color es la emoción "X" para mí? ¿Es agradable o desagradable? Etc.
- Se toma un tiempo para identificar en qué parte de su cuerpo sienten cada emoción, y cómo podemos diferenciar una emoción de otra.
- Una vez que han identificado las emociones y el lugar del cuerpo en que las ubican, de manera individual se solicita a los participantes que escriban en una hoja la palabra MATEA en forma de acróstico:

•Miedo Afecto Tristeza Enojo Alegría

Una vez que lo han escrito se les pide que le asignen valores de 1 a 5 a las emociones según la siguiente escala:

- El número 1 a la emoción que expresan más fácilmente,
- El número 2 a la que le sigue,
- El número 3 a la que les es indiferente (ni se dificulta ni se facilita su expresión)
- El número 4 a la que se dificulta un poco.
- El número 5 a la que se dificulta más y muchas veces se niega.

Una vez que terminaron su ejercicio individual, se comparte con el resto del grupo. Es muy importante que todos participen. Si el grupo es muy grande se forman subgrupos.

En plenaria, se reflexionan las similitudes y las diferencias dentro del grupo.

Las siguientes preguntas pueden ayudar a la reflexión:

- ¿De qué les ha servido disminuir y exagerar ciertas emociones?
- ¿Cómo aprendieron a hacerlo?
- ¿Qué costo ha tenido para ellos mismos?
- ¿Cómo influye mi MATEA en las relaciones que establezco con las demás personas (pareja, familia, amigos, etc.)?
- ¿Cuál es la función de las emociones? Se dan ejemplos (el miedo nos ayuda ante situaciones de peligro, el enojo para defendernos) y se le pide ejemplos al grupo.
- Podemos cerrar la sesión con la pregunta: ¿Descubriste algo nuevo en ti?

Notas para el/la facilitador/a



Un punto importante para comentar dentro del grupo es que las emociones no son ni buenas ni malas, ni femeninas ni masculinas, sino que son recursos humanos. Y que no somos responsables de cómo las sentimos, pero sí de lo que hacemos por lo que sentimos. En relación con el enojo, es importante que el grupo pueda reconocer la diferencia entre la violencia y la expresión directa y verbal de un enojo. Preguntas como: ¿Qué podemos hacer para expresar libremente nuestras emociones? ¿Cómo puedo flexibilizar la expresión de lo que siento?, pueden ayudar al autoconocimiento. Para propiciarlo, se les puede sugerir anotar sus reflexiones personalmente y, si lo desean, se puede compartir en pequeños grupos.

Señale: suele suceder que el sentimiento más permitido para algunos hombres sea el enojo. El enojo es un sentimiento humano que tienen tanto mujeres como hombres; el problema es cuando no se expresa adecuadamente y termina expresándose en grandes estallidos de ira, que pueden ir acompañados de violencia verbal y emocional y, no pocas veces, de violencia física contra las mujeres, o algunas veces también contra otros hombres.

Como CIERRE, debe enfatizarse que las emociones pueden ser vistas como una forma de energía que nos permite sacar aquello que nos oprime y daña internamente. Lograr su expresión sin dañar a otros nos ayuda a fortalecernos más y a relacionarnos mejor con el mundo que nos rodea. Las diferentes emociones son sencillamente el reflejo de necesidades afectivas, lo mejor es no instalarse en una o dos emociones, sino moverse en todas ellas según vayan apareciendo sucesos en nuestras vidas. Generalmente, desde edades muy tempranas se les suele proponer/imponer a los niños que no se deben enojar o ser miedosos y que las niñas se ven feas cuando muestran su enojo. La salud emocional tiene que ver con la flexibilización en el manejo de las emociones, pues éstas son recursos para identificar y expresar nuestras necesidades.

Actividad 3: Violencia psicológica, ¿es o no es?

Objetivos:

1. Identificar la violencia psicológica.
2. Identificar las falsas ideas que suelen encontrarse asociadas a la violencia psicológica.
3. Identificar el ejercicio del control que constituye la base de la violencia psicológica.
4. Propiciar estrategias para una convivencia basada en el crecimiento propio y de las demás personas.

PROCEDIMIENTO	TIEMPO	MATERIAL
TRABAJO EN GRUPOS • Solicíteles a los y las participantes que se reúnan en grupos pequeños (no más de cinco o seis personas preferiblemente) y que discutan cada uno de los casos que usted les entregará (una fotocopia del Anexo 1 por grupo). • Indíqueles que en esta fotocopia hay una definición de "violencia psicológica" y que a partir de esa definición van a analizar cada uno de los casos que en esa misma hoja se presentan, y que se titulan: "Hombres: casos de la vida real". • Indíqueles que a partir de lo que discutan en el grupo, responderán a las siguientes preguntas (también contenidas en la fotocopia): V. ¿Es o no violencia psicológica? ¿Por qué? VI. ¿Qué ideas falsas contiene el caso? ¿Qué verdaderas explicaciones pueden dársele a este caso? VII. ¿Qué posición debe asumir Menganito hacia su pareja y para sentirse tranquilo al mismo tiempo? Pídales que lleguen a una conclusión colectiva y que, si hay diferentes enfoques, también los presenten. Estos elementos los escribirán en un pliego grande de papel. Indique que cada grupo nombrará a uno de sus miembros para exponer los resultados al resto de los compañeros. • Exposición en plenario, caso por caso. - En el plenario, se analizarán los casos colectivamente. - Todos los relatores, uno a la vez, discutirán el Caso 1. • Una vez que todos hayan expuesto las opiniones sobre el Caso 1, la persona que facilita hará algunos comentarios sobre dicho Caso. Para ello, se puede apoyar en los "comentarios sobre el Caso 1", que se presentan más adelante. La idea es dejar bien claro por qué sí se trata de violencia psicológica. • Se seguirá el mismo procedimiento para todos y cada uno de los casos restantes.	40 min.	Fotocopias del Anexo 1. Papelógrafos Marcadores

Notas para el/la facilitador/a



Para este ejercicio la persona facilitadora debe tomar en cuenta que la violencia emocional es:

Violencia Psicológica. Es el conjunto de acciones sistemáticas de desvalorización, intimidación y control del comportamiento, y decisiones de las mujeres, que tienen como consecuencia la disminución de su autoestima, depresión, inestabilidad psicológica, desorientación e incluso el suicidio.[11]

11 LEY N° 348, LEY INTEGRAL PARA GARANTIZAR A LAS MUJERES UNA VIDA LIBRE DE VIOLENCIA, Artículo 7. (Tipos de Violencia Contra las Mujeres).

Para discutir los textos titulados "Hombres: casos de la vida real", se presentan los siguientes comentarios que podrá utilizar la persona facilitadora para retroalimentar al grupo:

- **Caso 1:**

Al llegar a la casa, Fulanito se dio cuenta de que su pareja no estaba. Ella le avisó, en un mensaje de celular, que tenía que pasar haciendo unas compras al supermercado. Pero Fulanito piensa que ya debía haber llegado y que seguramente hay otro hombre que a ella le gusta. Por eso, Fulanito le prohibió salir de la casa, a menos que él la acompañe.

Comentarios sobre el Caso 1: Es violencia psicológica porque Fulanito está controlando las acciones de su pareja al prohibirle salir sola de la casa. De esta manera, la está aislando. Además la humilla al decir que a ella le gusta otro hombre. Esta es una idea falsa, pues ella sólo estaba en el supermercado. Para sentirse tranquilo y que su pareja esté tranquila, Fulanito debería confiar en ella y estar agradecido porque ella también trabaja para el bienestar de la casa cuando va de compras.

- **Caso 2:**

A Menganito no le gusta que su novia vea a sus amigos y amigas. Piensa que ella no tiene nada que hacer con los amigos varones y que sus amigas le meten ideas equivocadas sobre cómo deben comportarse las mujeres –como salir, reunirse sólo entre ellas o con sus compañeros del colegio o del trabajo-. Por eso, Menganito le ha prohibido ver a sus amigas y amigos, y le dijo que, si lo hacía, se comportaba como una cualquiera.

Comentarios sobre el Caso 2: Es violencia psicológica porque Menganito está manipulando a su novia para que no vea a sus amistades, lo cual significaría privarla de su libertad como ser humano. Además, la insulta al decirle que "se comporta como una cualquiera". El pensamiento de Menganito es falso, pues el hecho de que hombres y mujeres sean amigos no significa que ni unos ni otras sean infieles a la relación de pareja. Menganito debería considerar que, en este siglo, hombres y mujeres tienen derecho a divertirse sanamente, a compartir con amigos y amigas. Por eso, Menganito debería pensar que él sufre sin necesidad y también hace sufrir a su novia y que si él no cambia, se quedará solo y perderá a una magnífica persona.

- **Caso 3:**

Perencejo piensa que su esposa es demasiado libre porque le gusta conversar con toda la gente, participar de las actividades de la comunidad y llevar cursos de manualidades. Por eso, Perencejo le pide a otras personas que la vigilen.

Comentarios sobre el Caso 3: Todos los seres humanos tenemos habilidades para comunicarnos, unos más que otros. Este es el caso de la esposa de Perencejo. Eso no significa que ella esté haciendo nada malo, ni que quiera dejar en mal a su esposo. Por eso, Perencejo tiene una idea falsa sobre lo que hace su esposa al comunicarse con otras personas y está cometiendo violencia psicológica pidiéndoles a otros que la vigilen. La persecución y la vigilancia atentan

contra la integridad y la tranquilidad de las personas. Perencejo debería relajarse y confiar en su pareja.

- **Caso 4.**

Perencejo 2 piensa que su pareja habla mucho más con otras personas y que recibe muchos mensajes de texto desde que tiene celular. Por eso, ha comenzado a revisarle el celular para ver con quién habla y quién le manda mensajitos. Su pareja le dice siempre a Perencejo 2 lo mucho que lo quiere y que sólo quiere estar con él. Aún así -piensa Perencejo 2- las llamadas y los mensajes quieren decir que alguien tiene interés en su pareja y que su pareja le corresponde a esa otra persona. A Perencejo 2 hasta le dan ganas de tirarle a su pareja lo primero que tenga a su alcance.

Comentarios sobre el Caso: La desconfianza de Perencejo 2 es humillante para su pareja. A nadie le gusta que violen su intimidad como persona y eso es lo que hace Perencejo 2. El hecho de que sean pareja, no significa que cada uno pierda su propia personalidad, sus amistades y su intimidad, ni le da derecho a nadie a controlar al otro. Por eso, todo lo que hace Perencejo 2 es violencia psicológica. La idea que tiene Perencejo 2 sobre el significado de las llamadas y los mensajes es falsa: eso sólo significa que su pareja se comunica con otra gente, nada más. Además, Perencejo 2 debería pensar en que ella le dice lo mucho que lo quiere y que sólo quiere estar con él. También Perencejo 2 debería confiar en la buena comunicación con su pareja y creer lo que ella le dice, si no vivirá atormentado y atormentándola a ella.

- **Caso 5.**

Menganito 2 tiene una novia que dejó el colegio porque se vio obligada a trabajar para apoyar a su familia. Ahora que están juntos, ella quiere seguir estudiando. Menganito 2 le dice que él la conoció así y que, por lo tanto, ella no debe volver a estudiar, que se va a dedicar a otra gente y que él necesita su atención. Le dice que de ser necesario, la encerrará en la casa si ella piensa volver a estudiar.

Comentarios sobre el Caso: Todas las personas, hombres y mujeres, tienen derecho a estudiar y a seguir avanzando. Además, querer controlar a su novia, encerrándola, viola los derechos humanos de ella y es de las peores formas de violencia psicológica ya que están presentes el control, la humillación y la degradación. De hacerlo, Menganito 2 la degradaría como ser humano y haría que ella se enfermara. Además, se arriesgaría a ser demandado legalmente. Menganito 2 debería pensar que apoyar a su novia para que estudie hará que la relación se fortalezca y ella se sentirá mucho mejor con él. Él crecerá como persona, tanto como lo hará ella.

SESIÓN 4. SEXUALIDAD, RELACIONES DE PAREJA Y SENTIMIENTOS DESDE LA MASCULINIDAD (PARTE II).

OBJETIVO GENERAL: "Reflexionar sobre la sexualidad masculina desde un sentido crítico de la realidad."

TIEMPO DE DURACIÓN DE LA SESIÓN: 2 horas.

Actividad 1: La Sexualidad Masculina

Objetivo: Identificar la imagen de sexualidad masculina a partir del análisis crítico de canciones populares.

PROCEDIMIENTO	TIEMPO	MATERIAL
• Previo a la sesión se seleccionan canciones populares que presenten visiones acerca de lo que es ser hombre y del ejercicio de la masculinidad a través de la sexualidad. Ejemplos pueden ser canciones clásicas como "El Rey", interpretada por Vicente Fernández o "Lo mejor de tu vida" de Julio Iglesias, así como contemporáneas como algunas de "Calle 13" u otros cantantes populares. • Es importante que las canciones sean transcritas para que los participantes las puedan leer al momento de escucharlas, esto para facilitar el análisis. • Cada vez que se escucha una canción, se abre un espacio para que los participantes comenten acerca de la visión de hombre y de sexualidad masculina que se maneja en ella. • Se considera importante no saturar a los participantes con canciones, y lo que interesa no es hacer un análisis de la cultura a través de las canciones sino mostrar que existe una visión social de la sexualidad masculina que es exaltada y que se transmite a través de la música. • Algunas ideas que son importantes de destacar durante la discusión son: - La sexualidad masculina es incontrolable y salvaje, lo cual implica también que puede ser violenta cuando no se respetan los límites de la otra parte. - Las mujeres son pasivas y los hombres activos en el acto sexual (el hombre "hace mujer" a la mujer, la mujer espera ser convertida en tal por un hombre). - Los hombres lo saben todo en relación con la sexualidad. - El hombre debe instruir a la mujer en el tema sexual. - La sexualidad masculina es violenta, y está centrada en el acto coital. - La sexualidad masculina se asienta en un trinomio: erección-penetración-eyaculación.	1 hora	Grabadora Canciones populares en fotocopia y en CD (se recomienda fotocopiar las canciones del Anexo 2).

- La ternura no es bien valorada en la sexualidad masculina. - Las caricias son un medio para llevar a la mujer a la cama, no un fin en sí mismas. • Se deja abierta la posibilidad para que los participantes incorporen algunas canciones que no se analizaron, pero que consideran que muestran una imagen de lo que es la sexualidad masculina.		

Notas para el/la facilitador/a



- Dime que no - Ricardo Arjona (Anexo 2). Esta canción es ideal para trabajar el mandato social hacia el hombre pues afirma que éste debe insistir siempre en tener relaciones sexuales y que, además, nunca debe negarse a tenerlas.
- Otro elemento que se puede tocar a partir de esta canción es el mito popular masculino que dice que cuando la mujer dice "NO" en realidad quiere decir "SI" y que por eso el hombre debe insistir. Esto lleva al acoso u hostigamiento sexual en contra de las mujeres.
- Debe tenerse en cuenta que "el hostigamiento sexual es una forma de discriminación, que incluye cualquier conducta de naturaleza sexual no deseada, que surge en una relación de trabajo, de estudio o de prestación de un servicio, y que genera una consecuencia negativa en la persona que la recibe" (Azurdia: 2008, 3). La ley 348, tipifica: Violencia Sexual. Es toda conducta que ponga en riesgo la autodeterminación sexual, tanto en el acto sexual como en toda forma de contacto o acceso carnal, genital o no genital, que amenace, vulnere o restrinja el derecho al ejercicio a una vida sexual libre segura, efectiva y plena, con autonomía y libertad sexual de la mujer. Violencia Contra los Derechos y la Libertad Sexual. Es toda acción u omisión que impida o restrinja el ejercicio de los derechos de las mujeres a disfrutar de una vida sexual libre, segura, afectiva y plena o que vulnere su libertad de elección sexual.
- "La violencia sexual tiene consecuencias graves en el bienestar de las personas que lo viven, en las condiciones de estudio y a nivel personal, social y familiar. Estas consecuencias van desde disminución en el rendimiento académico, sentimientos negativos, tales como culpabilidad, ansiedad y malestar; consecuencias físicas, tales como dolor de cabeza o de estómago, náuseas, insomnio y depresión. La persona puede sentirse triste sin saber por qué exactamente, muchas veces tiene ganas de llorar y no se explica cuál es la razón." (Idem).
- Así pues, se debe trabajar el hecho de que los límites que pone una persona deben ser respetados y si ésta manifiesta su renuencia a tener relaciones sexuales, y es obligada, es una violación; lo cual es un delito grave.
- Fuiste mía - Julio Iglesias. Esta canción permite trabajar la idea de que el hombre es el que le otorga a la mujer su feminidad a través del acto sexual. Además de ver a la mujer como un objeto que es ganado (como un premio o trofeo), el hombre debe tener mucha experiencia sexual para poder instruir a la mujer y de esta forma iniciarla.

- Se puede discutir además acerca de la idea de posesión sobre la mujer que desarrolla el hombre a través de la sexualidad y del control que deriva de este ("fuiste mía, solo mía, mía, mía").
- ¡Atrévete-Te-Te! - Calle 13. Esta canción se presta para trabajar muy bien con los jóvenes el tema de la cosificación de la mujer a través del sexo. Se aprecia claramente la manera en que el hombre utiliza la sexualidad como un medio para convertir a la mujer en un objeto de satisfacción sexual.
- El lenguaje agresivo e insultante con el que hace referencia a la mujer, habla de una visión de ésta como un ser inferior al que se le ordenan una serie de comportamientos sexuales encaminados a satisfacer únicamente al hombre, sin importar sus sentimientos.

Actividad 2: Violencia Sexual

Objetivo: Analizar qué es la violencia sexual, cuáles son las condiciones que la fomentan y cómo podemos disminuirla o prevenirla.

PROCEDIMIENTO	TIEMPO	MATERIAL
• Antes de la actividad, escriba las siguientes frases, una en cada pliego de papel: • "¿Es violencia sexual?" - "¿No es violencia sexual?" - "No estoy seguro." • Explique a los participantes que usted va a leer una serie de casos y que quiere que piensen sobre si la situación descrita es o no un caso de violencia sexual. Dígales que pueden decir que no saben o que no están seguros. • Pegue las tres hojas de papel con cada una de las frases escritas, a una buena distancia de ellos. Explique que leerá un caso y que entonces preguntará para los participantes en qué situación encaja su opinión. • Aclare que una vez que ellos hayan tomado una decisión, usted pedirá a uno o más miembros del grupo que defiendan su punto de vista de acuerdo con las respuestas que dieron. • Antes de iniciar esta técnica, piense en los casos más apropiados y, si lo cree conveniente, también invente otros. Lea un caso a la vez.	1 hora y 30 min.	Papelógrafos Marcadores Lapiceros Cinta adhesiva

Notas para el/la facilitador/a



Antes de aplicar la técnica, el/la facilitador/a debe revisar las frases para ver cuáles cree pertinentes; también puede agregar otros ejemplos apropiados para su realidad. Se puede encontrar alguna resistencia a la hora de hablar sobre violencia sexual, del mismo modo que hablar sobre otras formas de violencia puede causar malestar y hacer conexiones con historias personales de los participantes. En el caso de la violencia sexual, pueden existir en el grupo jóvenes que sufrieron violencia de este tipo en la infancia o en la adolescencia y que puedan necesitar ayuda. En algunas ocasiones, hemos encontrado hombres jóvenes que sufrieron violencia sexual por parte de una

mujer, pero nunca habían hablado con alguien sobre el tema por pena; tenían la idea de que nadie creería que un hombre podía ser víctima de una mujer. Otros, en algunos momentos sabían de amigas que habían sido víctimas de violencia sexual. El facilitador debe estar preparado para enfrentar casos sensibles, hasta de participantes que pueden necesitar una ayuda especial, aunque esto no siempre ocurra.

Descripción de casos para el desarrollo de la técnica:

Caso 1

Leonardo tenía 12 años y una amiga de su mamá, Alicia, a veces se quedaba con él cuando sus padres salían por la noche. Alicia tenía la misma edad de su mamá. Una noche, cuando Leonardo fue a bañarse, Alicia entró en la ducha con él. Leonardo no sabía qué hacer. Se quedó parado delante de ella. Entonces ella le dijo: "¿Por qué estás ahí parado? Sé un hombre de verdad y ten sexo conmigo". Leonardo tuvo sexo con ella. Después él se sintió extraño, pero no sabía si podría hablar con alguien sobre esto. ¿Es violencia sexual?

Comentarios sobre el Caso: En el caso de Leonardo, a pesar de que accede a tener relaciones sexuales, se considera violencia sexual por la diferencia de edades. Él es menor de edad y además existe una marcada relación de poder entre ambos.

Caso 2

Pedro y María Elena están casados hace dos años. A veces Pedro llega tarde a la casa y María Elena ya está durmiendo. Él la despierta para tener sexo con ella. A veces ella no quiere, pero aún así Pedro la fuerza e insiste y tienen sexo. ¿Es violencia sexual?

Comentarios sobre el Caso: El hecho de estar casados no obliga a ninguno de los dos cónyuges a tener relaciones sexuales sin consentimiento. Aunque ocurra en el ámbito de un matrimonio, si hay coerción para que la otra persona realice el acto sexual contra su voluntad es catalogado como violación, y por supuesto, violencia sexual.

Caso 3

Luisa dice que ella quisiera tener sexo con Fred. Ella se quita la ropa y está en la cama con él, cuando decide que no quiere tener sexo. Él la obliga. ¿Es violencia sexual?

Comentarios sobre el Caso: Nuevamente, al igual que en el caso anterior, sin importar las particularidades de la situación, si la otra persona decide no tener relaciones sexuales y es obligada es violencia sexual. En este caso no aplican argumentos como que ella lo sedujo o que ya están en la cama desnudos; no importa en qué momento se decida, si alguno de los dos escoge la opción de no continuar y es obligado/a, es violencia sexual.

Caso 4

Todo el mundo dice que Linda tiene cara de chica fácil. Ella vive diciendo que hace mucho sexo y que le gusta. Va a la fiesta de Pedro y bebe mucho hasta desmayarse. Pedro tiene sexo con ella aún desmayada y le dice a los amigos que también lo hagan. ¿Es una violencia sexual?

Comentarios sobre el Caso: En este caso, la reputación que tenga Linda no justifica tener relaciones sexuales sin su consentimiento. Uno de los indicadores principales de presencia de violencia sexual es que la víctima no está en condiciones de aceptar o rechazar el encuentro sexual. En el caso de Linda, la violación y el ultraje no sólo se dan de parte de Pedro sino también de sus amigos, si acceden también a tener relaciones sexuales con ella.

Caso 5

Felipe comenzó, hace pocos meses, un trabajo como asistente administrativo en una firma bien conocida y le está gustando el trabajo de la firma. Una noche, el jefe de él, Roberto, dijo que le gustaba Felipe, que lo veía muy afeminado y que quería tener sexo con él. Le dijo a Felipe que si tenía sexo con él, lo ayudaría a subir puestos en la empresa. ¿Es violencia sexual?

Comentarios sobre el Caso: En el caso de Felipe, si bien es cierto que se puede argumentar que este tiene la posibilidad de aceptar o rechazar el ofrecimiento de su jefe, la relación de jefe-empleado hace que se considere violencia sexual desde el ofrecimiento mismo, debido a la relación de poder tan claramente marcada.

La manipulación, el chantaje y las posibles repercusiones negativas en el trabajo que puede llegar a tener Felipe, hacen que el ofrecimiento de su jefe sea considerado violencia sexual. La decisión de Felipe no es libre, está mediatizada por la relación de poder entre ambos, dicha decisión sí podría ser libre en un ambiente no laboral, sin coerción de ningún tipo.

Es importante que se aclare que las víctimas de acoso sexual laboral pueden denunciarlo. Para ello existen leyes que protegen a las personas que sufren este tipo de violencia.

Caso 6

Ricky tiene 15 años y nunca había tenido sexo. Sus amigos siempre se rieron de él diciendo que era virgen y que por eso no era hombre. Una noche ellos lo llevaron a un prostíbulo y le buscaron una trabajadora sexual. Él no quería tener sexo con ella, pero acabó haciéndolo porque se sintió presionado por los amigos. ¿Es violencia sexual?

Comentarios sobre el Caso: Este caso es uno de los más comunes, ya que obligan a un hombre virgen a ir a un prostíbulo. Es uno de los medios mediante los cuales la presión social impulsa a los varones a iniciarse en la sexualidad aún en contra de su voluntad.

También es violencia sexual ya que no hay consentimiento. La persona actúa por presión de grupo. La experiencia, lejos de ser placentera, resulta desagradable, descrita incluso por muchos hombres como traumática.

Caso 7

Marta y Miguel tienen 17 años y son amigos desde la escuela. Hace aproximadamente un año que Miguel se siente muy atraído por Marta y le ha pedido en varias ocasiones que tengan relaciones sexuales. Ella accede por lástima. ¿Es violencia sexual?

Comentarios sobre el Caso: Este caso presenta la particularidad de que, en la forma en que está planteado, NO es violencia sexual. Veamos por qué.

Miguel no obliga a Marta, no la amenaza, no la manipula, no hay una relación de poder; Marta cuenta con todas las facultades para poder decidir y por lo tanto no hay violencia. Son muchos los casos en que las relaciones de amistad, sobre todo si son de muchos años tienden a confundirse o se da el caso como el que se presenta, en que uno de los dos cambia la forma de percibir al otro.

En este caso Miguel lo dice de manera abierta y honesta, expresa lo que siente, pero no manipula a Marta con su amistad ni la amenaza con perderlo si no accede. Si esto sucediera SI habría violencia porque hay manipulación, de manera sutil pero la hay.

- Conceda a cada grupo alrededor de 5 minutos para discutir cada caso.
- Después de presentar la cantidad de casos que usted crea conveniente, comience la discusión en grupos de acuerdo con los términos colocados. El o la facilitador(a) debe tener a mano la Ley 348 "Ley integral para Garantizar a las Mujeres una Vida Libre de Violencia". Algunas definiciones también pueden ser escuchadas.
- Algunas preguntas que pueden orientar la discusión son:
  - ¿Estas situaciones son realistas?

    Claro que sí. Son situaciones más comunes de lo que la gente normalmente piensa.
  - ¿Qué es violencia sexual?

    Violencia Sexual es toda conducta que ponga en riesgo la autodeterminación sexual, tanto en el acto sexual como en toda forma de contacto o acceso carnal, genital o no genital, que amenace, vulnere o restrinja el derecho al ejercicio a una vida sexual libre, segura, efectiva y plena, con autonomía y libertad sexual de la mujer. Ley 348, Art. 7.
  - ¿Qué podemos hacer para prevenir la violencia sexual?

    Lo primero es distinguir cuáles acciones de la vida cotidiana justifican o perpetúan la violencia sexual, como falsas creencias o mitos.

    Lo segundo es denunciar aquellos casos que conocemos y lo tercero es informar a nuestros amigos, familiares o conocidos acerca de lo que es o no violencia sexual a fin de que ellos puedan detener situaciones que conozcan o ayuden a las víctimas a denunciarlas.
  - ¿Quiénes son víctimas de violencia sexual con más frecuencia, los hombres o las mujeres? ¿Por qué?

Las mujeres, por una cuestión de socialización, de educación.

- ¿Los hombres también pueden ser víctimas de violencia sexual?

  Claro que sí. La violencia sexual se relaciona con el ejercicio de relaciones de poder, sin importar el sexo de quien lo ejerza o lo reciba. La mayoría de la violencia sexual es desarrollada por los hombres porque la cultura los impulsa a ser osados, fuertes, atrevidos y a tener relaciones sexuales sin importar lo que piense la otra persona, pero eso no los exonera de sufrir violencia sexual como en el caso de Felipe, en el cual la relación de poder no estaba mediatizada por el género (hombre-mujer) sino por la diferencia de puestos (jefe- subordinado).

- ¿Cuáles serían las consecuencias por haber sufrido violencia sexual? La violencia sexual daña profundamente la dignidad de la persona que la recibe y las consecuencias para la víctima son muy dolorosas y difíciles de elaborar.

5.6. METODOLOGÍA PROPUESTA PARA EL TALLER DE PADRES Y MADRES DE FAMILIA

El porqué del planteamiento de la metodología

Para trabajar con padres y madres de familia se plantea una metodología que apunte a contribuir en la construcción y creación de entornos educativos dispuestos a prestar apoyo a los/as agentes de cambio (adolescentes capacitados/as), logrando que las madres y los padres se conviertan en agentes de cambio y acompañen a sus hijos/as en sus réplicas.

En este sentido, con el fin de consensuar contenidos ya trabajados con las/os adolescentes y reforzar el objetivo que se busca con la sensibilización de padres y madres de familia, se plantea abordar los contenidos de la malla curricular referente a: Ser adolescente en nuestros días, Género Vs. Sexo, Sexualidad, Derechos sexuales, Relaciones familiares y Violencia intrafamiliar. El abordaje metodológico promueve los recuerdos de las/os participantes en relación a su adolescencia desde un enfoque de género hasta el momento en que se encuentran cuáles son los problemas más frecuentes con sus hijos/as y qué tipos de padres y madres somos, considerando que muchas de las familias viven en situaciones de violencia y mantienen tabúes en torno a los derechos sexuales y derechos reproductivos.

Los temas a ser abordamos a través de la metodología serán participativos, reflexivos y vivenciales, el/la facilitadora debe tener dominio del contenido propuesto.

TEMAS A SER ABORDADOS: Ser Adolescente en nuestros días, Genero Vs. Sexo, Sexualidades, Derechos sexuales y Derechos reproductivos, Relaciones Familiares y Violencia Intrafamiliar.

OBJETIVO DEL TALLER: Sensibilizar a padres y madres de familia para que se conviertan en agentes de cambio y promuevan el ejercicio pleno de los derechos Sexuales y Derechos Reproductivos de las/os adolescentes.

TIEMPO DE DURACIÓN DE LA SESIÓN: 3 horas.

ACTIVIDAD 1

Objetivo: Conocer e integrar a los/as participantes del grupo.

Competencias: Las/os participantes adquieren confianza,

CONTENIDOS	TÉCNICA	PROCEDIMIENTO	TIEMPO	MATERIAL
INTRODUCCIÓN AL TEMA	- Técnica de Presentación y Rompehielos: "Me muevo como una sandía"	El/la facilitador/a, antes de comenzar el taller, debe acomodar las sillas en semicírculo para que todas/os los/as participantes del taller puedan mirarse. Posteriormente dará a conocer el objetivo del taller Al iniciar la técnica el/la facilitador/a invitará a los padres y las madres a colocarse de pie y dará a conocer la técnica señalando que al presentarse uno/a debe repetir su nombre, lo que le gusta hacer y agarrarse la cintura y hacer un movimiento de cintura. Por ejemplo: "Yo soy Luisa, me gusta bailar y me muevo como una sandía". Y así sucesivamente cada persona se presentará. Es importante que el/la facilitador/a inicie la técnica. En el momento que las/os participantes se presenten debe colocarles una tarjeta con su nombre.	20 Min.	Ninguno
Preguntas que recuperan la aplicación de la técnica: ¿Cómo se sienten? ¿Qué descubrieron a través del ejercicio? ¿Qué les llamó la atención? ¿En qué estaban pensando? ¿Ha sido difícil realizar la técnica? ¿Ha sido fácil mover el cuerpo?				

ACTIVIDAD 2

Objetivo: Recuperar la experiencia de vida de los padres y madres de familia para comprender que criamos y educamos a nuestros/as hijos/as desde los mandatos de la sociedad patriarcal.

Competencias: Padres y madres de familia identifican cómo los modelos impuestos de ser hombres y mujeres dañan nuestra identidad integral, física, psicológica y social.

CONTENIDOS	TÉCNICA	PROCEDIMIENTO	TIEMPO	MATERIAL
SER ADOLESCENTES EN NUESTROS DÍAS GÉNERO Vs. SEXO SEXUALIDAD DERECHOS SEXUALES	Técnica de análisis y rompehielos: "La sociedad, un resorte"	Esta técnica consiste en formar un circulo. Para iniciar la técnica el/la facilitador/a explicará la dinámica del juego, que desafía al grupo a alcanzar un nivel de coordinación; es decir, parece un juego de dominó que consiste en tocar la cabeza del que está a su lado y a quien se le toca la cabeza debe repetir su nombre y saltar, la esencia del juego es realizarlo en el menos tiempo posible. El/la facilitador/a debe iniciar la técnica, y el toque de la cabeza debe retornar hasta donde el/ella se encuentre. Se debe perfeccionar el tiempo repitiendo el juego dos o tres veces. El análisis de la técnica se centra en cómo mujeres y hombres entramos en la lógica de la sociedad patriarcal y repetimos generación tras generación los roles, reglas, normas, etc., impuestas por la sociedad, y quien no encaja en este círculo es rechazado; por ello es importante reflexionar la teoría de género. Se puede reforzar la explicación mostrando cómo cada uno/a se esfuerza para ser parte de ese modelo de ser hombre y mujer, lo que pone en riesgo los sentimiento, los valores, los recuerdos e identificamos que vivimos solamente como robots que tenemos que criar otros robots para que sean parte de esta sociedad. Con este análisis se da pie a la próxima técnica que es "Recodando nuestra adolescencia".	15 Min.	Ninguno
	Técnica análisis: "Recodando mi adolescencia"	El/la facilitador/a, en papelógrafos, debe dibujar 4 siluetas de niñas y otras 4 siluetas de niños. Rn cada dibujo debe colocar las siguientes preguntas: ¿Cómo era de adolescente? ¿Cuáles eran los problemas que tenía? ¿A qué edad tuve mi enamorado/a? ¿Cómo eran mis padres conmigo?	30 min	Papelógrafos Marcadores Masking

		A cada participante se le entregará cuatro tarjetas de diferentes colores. A cada dibujo se le asignará un color. Una vez que se respondió las preguntas, se solicitará a las/os participantes socializar sus respuestas y luego colocar sus tarjetas en los dibujos que correspondan. Con las respuestas de las/os participantes el/la facilitador/a abordará el tema, enfatizando que la adolescencia es una de las etapas que todo ser humano atraviesa; lo único que cambia son los tiempos. Reforzar la exposición con el tema de sexualidad y qué son los derechos sexuales y derechos reproductivos, enfatizando que a la edad de la adolescencia es el tema de la sexualidad el que nos genera más conflictos como padres. Por ejemplo, el uso de métodos anticonceptivos, o la prueba de amor. Siempre los padres y las madres pensamos que nuestros hijos/as, al tener su enamorado/a, van a casarse o embarazarse; sin embargo, muchas adolescentes se embarazan o escapan porque no cuentan con el apoyo y comprensión de los padres; es decir, los padres y las madres estamos más preocupados en que terminen el bachillerato y sean profesionales, sin darnos cuenta que nuestros/as hijos/as son seres humanos que tienen que establecer relaciones, atravesar cambios físicos, ponerse a la moda, etc.

GUÍA DE PREGUNTAS

Preguntas que recuperan la aplicación de la técnica:

- ¿Cómo se sienten? ¿Qué descubrieron a través del ejercicio? ¿Qué les llamó la atención? ¿En qué estaban pensando? ¿Ha sido difícil realizar la técnica? ¿Ha sido fácil mover el cuerpo?
- Preguntas que generan debate:
- ¿Cómo hemos criado y educado a nuestros hijos/as?
- ¿Cómo nos hemos sentido al escuchar las respuestas?
- ¿Creen que hombres y mujeres vivimos de igual forma la adolescencia?
- ¿Qué responsabilidades nos asignaban nuestros padres en la adolescencia?
- ¿A qué edad tuvimos pareja formalmente?
- ¿Cómo reaccionaron tus papás cuando se enteraron que tenías enamorado/a?
- ¿Cómo les hubiera gustado que sean sus padres con ustedes cuando eran adolescentes?
- ¿Ustedes saben por qué los adultos nos olvidamos que algún día fuimos adolescentes?
- ¿Recuerdas que siempre repites la frase "en mis tiempos nunca fui así"?
- ¿Por qué los papas son tan fríos y serios mientras las mamás siempre nos controlan y nos molestan de todo?
- ¿Qué es lo que me gusta de mi hijo/a?
- ¿Qué es lo que me gusta y no me gusta de mi hijo/a?
- ¿Nuestros hijos/as nos cuentan sus problemas, secretos y situaciones que viven? ¿Por qué?
- ¿Cómo reaccionaríamos si nuestro/a hijo/a nos cuenta que tuvo relaciones coitales?

ACTIVIDAD 3

Objetivo: Identificar las características de las relaciones entre los padres y los hijos para construir relaciones democráticas que respeten el ejercicio de derecho de los/as adolescentes en sus diferentes contextos.

Competencias: Padres y madres cuestionan la forma de ser padres en esta sociedad patriarcal.

CONTENIDOS	TÉCNICA	PROCEDIMIENTO	TIEMPO	MATERIAL
RELACIONES ENTRE PADRES E HIJOS "Padres e hijos" • Qué es la Familia • Cómo son las relaciones entre padres e hijos/as • Tipos de Familia	Técnica de análisis y rompehielos: "Un Terremoto en la familia"	Esta técnica consiste en formar grupos de tres personas. Dos deben agarrarse de las dos manos y una persona debe estar al centro de ellas/os. La persona que está al centro es el inquilino, la persona que está mirando de frente al inquilino es la pared interna y finalmente la persona que mira la espada del inquilino es pared externa, entonces cuando el/la facilitador/a grite "inquilinos" estos deben cambiar de lugar con otros inquilinos. Lo mismo sucede cuando se repite "pared interna" o "pared externa" ellos también tienen que cambiar de lugar y cuando se repite la palabra "terremoto en la familia", todos cambian de posición, algunos/as se vuelven inquilinos, otras paredes externas y otras paredes internas. La reflexión de esta dinámica se centra que al interior de la familia siempre hay cambios, nadie se queda para siempre y lo más importante es construir relaciones de reciprocidad que nutran el respeto y la solidaridad entre padres e hijos, considerando que algún día ellos tendrán que formar su propia familia. Otro valor importante es la responsabilidad de que cuando seamos más viejos nuestros hijos/as se acuerden de nosotras/os como padres y madres, lo que no significa que siempre esperemos de ellos/as. Por eso se dice que los hijos/as son inquilinos y a todos/as nosotras/os nos ha tocado ser inquilinos alguna vez en nuestra vida. Por lo tanto, es importante que un padre o una madre siempre persiga sus sueños y no se dedique por completo a sus hijos/as.	20 Min.	NINGUNO

		A veces, mucho sacrificio es frustrante; lo importante es criar y educar a los hijos con valores para que sean personas de bien y respeten a los demás. La mejor escuela para ser padres y madres está en uno/a mismo/a; implemente es recodar cómo éramos en cada una de las etapas de la vida, principalmente en adolescencia, y la respuesta es encontrar cómo uno/a hubiera deseado que sea su papá o mamá en ese momento cuando tenia problemas o no.	20 Min.	NINGUNO
	Exposición	El/la facilitador/a reforzará los contenidos del tema: • Qué es la Familia • Cómo son las relaciones entre padres e hijos/as • Qué tipo de padres somos	30 Min.	Papelógrafos Marcadores

GUÍA DE PREGUNTAS

Preguntas que recuperan la aplicación de la técnica:

- ¿Cómo se sienten? ¿Qué descubrieron a través del ejercicio? ¿Qué les llamó la atención?

Preguntas que generan debate:

- ¿Cuántos de nosotros/as visitamos constantemente a nuestros padres?
- ¿Cómo es la relación de padres e hijos?
- ¿Las madres y los padres será que nos relacionamos de igual manera con las/os hijos/as?
- ¿Qué responsabilidades tienen los padres con los/as hijos/as y qué responsabilidades tienen las madres con las/os hijos/as?
- ¿Qué tipo de madre y padre te consideras?
- ¿Alguna vez tus hijos/as te han dicho tus defectos o cómo quisieran que seas como padre/madre?
- ¿Cuál creen que es la fórmula para criar y educar hijos/as con éxito? O, ¿existe alguna receta para ser buenos padres y madres?

ACTIVIDAD 4

Tema: VIOLENCIA INTRAFAMILIAR

Objetivo: Lograr que las/os participantes comprendan e identifiquen cuáles son los actos de violencia contra la mujer y cómo afecta a cada uno de los miembros del grupo familiar.

Competencias: Padres y madres de familia identifican los efectos que causa la violencia.

CONTENIDOS	TÉCNICA	PROCEDIMIENTO	TIEMPO	MATERIAL
¿Qué es la Violencia Intrafamiliar? Tipos de Violencia	• Lluvia de ideas • Exposición	El/la facilitador/a realizará las preguntas: ¿Cómo estamos en nuestra familia? ¿Existe violencia? Lo importante es que no tiene que ser sancionadora, sino llevar a la reflexión cómo todos/as hemos sido criados(as en estos moldes patriarcales que ven a la violencia como algo normal. Esto debe ser sustentado con los contenidos de violencia, mitos en torno a la violencia, ciclo y efectos de la violencia. Esta explicación es para reforzar que en las familias hay problemas de violencia y esto también encrudece las relaciones con los hijos/as. Por ello es importante buscar ayuda y resolver estos problemas, para evitar que nuestros/as hijos e hijas reproduzcan la misma situación.	30 min.	Masking Marcadores Papelógrafos

ACTIVIDAD 5

Objetivo: Evaluar el proceso de aprendizaje

Competencias: Adolescentes que se identifican con el tema

CONTENIDOS	TÉCNICA	PROCEDIMIENTO	TIEMPO	MATERIAL
EVALUACION DEL TALLER	Técnica de Evaluación: "Mi compromiso"	Se repartirá 2 tarjetas de diferente color a cada participante y el/la facilitadora dará la instrucción de responder las preguntas: ¿Qué me llevo del taller? ¿Qué les dejo?	15 min.	Tarjetas Marcadores Cajón para recoger las tarjetas

5.7. METODOLOGÍA PROPUESTA PARA CAPACITAR A PROFESORES/AS DE UNIDADES EDUCATIVAS

¿El porqué del planteamiento de la metodología?

Para trabajar con profesores/as de unidades educativas se plantea una metodología que apunta a contribuir en la construcción y creación de entornos educativos dispuestos a prestar apoyo a los/as agentes de cambio (adolescentes capacitados/as), logrando que las/os profesores/as se conviertan también en agentes de cambio y acompañen las réplicas, con lo cual se complementará la triangulación del proceso formativo en DDSSRR.

En este sentido, con el fin de consensuar contenidos ya trabajados con las/os adolescentes y reforzar el objetivo que se busca con la sensibilización a profesores/as, se plantea abordar los contenidos de la malla curricular referente a: Ser adolescentes en nuestros días, Género Vs. Sexo, Sexualidad, Derechos sexuales y Derechos reproductivos. El abordaje metodológico promueve los recuerdos de las/os participantes en relación a su adolescencia desde un enfoque de género hasta el momento en que se encuentran, indagando en cuáles son los problemas más frecuentes que enfrentan los estudiantes en torno al ejercicio de sus derechos sexuales y derechos reproductivos y cómo se trabajan estos temas relacionados a la sexualidad desde la formación en aula.

Los temas a ser abordados a través de la metodología serán participativos, reflexivos y vivenciales. El/la facilitadora debe tener dominio del contenido propuesto.

TEMAS A SER ABORDADOS: Ser Adolescente en nuestros días, Genero Vs. Sexo, Sexualidades, Derechos sexuales y Derechos reproductivos.

OBJETIVO DEL TALLER: Sensibilizar a profesores/as de unidades educativas para que se conviertan en agentes de cambio y promuevan el ejercicio pleno de los derechos Sexuales y Derechos Reproductivos de las/os adolescentes.

TIEMPO DE DURACIÓN DE LA SESIÓN: 3 horas.

ACTIVIDAD 1: El baile de la abejita

Objetivo: Conocer e integrar a los/as participantes del grupo

PROCEDIMIENTO	TIEMPO	MATERIAL
El/la facilitador/a, antes de comenzar el taller, debe acomodar las sillas en semicírculo para que todas/os las/os participantes del taller puedan mirarse. Posteriormente dará a conocer el objetivo del taller Al iniciar la técnica el/la facilitador/a formará un círculo y les enseñará la canción que dice: "Ustedes quieren bailar el baile de la abejita, primero los pies, las manos después, tarán tarán tan tan". En esta última frase se agarran la cintura y harán un movimiento de cintura. Se inicia la técnica de manera conjunta para que los/as participantes pierdan el miedo. Luego, cada participante debe hacerlo solo/a y repitiendo su nombre. Por ejemplo: "Maria quiere bailar el baile de abejita, primero los pies las manos después, tarán tarán tan tan", y así sucesivamente. Para esto es importante que el/la facilitador/a, en el momento que registre a los/as participantes, debe anotar su nombre en una tarjeta, para que en el desarrollo de la dinámica el/la facilitador/a pueda invitar a los/as participantes por su nombre. Esta dinámica permitirá que desde el espacio educativo muchas de las cosas que se enseñan respondan a una curricula repetitiva que está encuadrada en formar estudiantes que saquen solo 70 a pesar que la ley Avelino Siñani plantea una educación integral. Esta reflexión tiene que ver con qué aspectos del género, sexualidad y DDSSRR se trabaja con las/os estudiantes y cómo enfrentamos los problemas que se presentan en las unidades educativas. Preguntas que recuperan la aplicación de la técnica: ¿Cómo se sienten? ¿Qué descubrieron a través del ejercicio? ¿Qué les llamó la atención? ¿Ha sido fácil mover el cuerpo? ¿Qué cosas consideramos en el momento que preparamos las lecciones de cada tema?	20 Min.	Ninguno

ACTIVIDAD 2: La sociedad, un resorte

Objetivo: Recuperar la experiencia de vida de los/as profesoras/es para reflexionar el tipo de educación que estamos brindado a los/as adolescentes en torno al ejercicio de los derechos sexuales y derechos reproductivos.

PROCEDIMIENTO	TIEMPO	MATERIAL
Esta técnica consiste en formar un circulo. Para iniciar la técnica el/la facilitador/a explicará la dinámica del juego que desafía al grupo a alcanzar un nivel de coordinación; es decir, parece un juego de domino que consiste en tocar la cabeza del que está a su lado y a quien se le toca la cabeza debe repetir su nombre y saltar. La esencia del juego es realizarlo en el menos tiempo posible. El/la facilitador debe iniciar la técnica, y el toque de la cabeza debe retornar hasta donde él/ella se encuentre. Se debe perfeccionar el tiempo repitiendo el juego dos o tres veces. El análisis de la técnica se centra en cómo mujeres y hombres entramos en la lógica de la sociedad patriarcal y repetimos generación tras generación los roles, reglas, normas, etc., impuestas por la sociedad, y quien no encaja en este círculo es rechazado/a. Por ello es importante reflexionar la teoría de género. Se puede reforzar la explicación mostrando cómo cada uno/a se esfuerza para ser parte de ese modelo de ser hombre y mujer, lo que pone en riesgo los sentimientos, los valores, los recuerdos. De tal manera, identificamos que vivimos solamente como robots que tenemos que criar otros robots para que sean parte de esta sociedad. Con este análisis se da pie a la próxima técnica que es "Recodando nuestra adolescencia". El/la facilitador/a en papelógrafos debe dibujar 4 siluetas de niñas y otras 4 siluetas de niños. En cada dibujo debe colocar las siguientes preguntas: ¿Cómo era de adolescente? ¿Cuáles eran los problemas que tenía? ¿A qué edad tuve mi enamorado/a? ¿Cómo eran mis padres conmigo? ¿Cómo hubiera querido que me apoyen mis profesores/as? A cada participante se le entregará cuatro tarjetas de diferentes colores. A cada dibujo se le asignará un color. Una vez que se respondió las preguntas se solicitará a las/os participantes socializar sus respuestas y luego colocar sus tarjetas en los dibujos que correspondan. Con las respuestas de las/os participantes el/la facilitador/a abordará el tema, enfatizando que la adolescencia es una de las etapas que todo ser humanos atraviesa; lo único que cambia son los tiempos. Reforzar la exposición con el tema de sexualidad y qué son los derechos sexuales y derechos reproductivos, enfatizando que a la edad de la adolescencia es el tema de la sexualidad lo que nos genera más conflictos como profesoras/es.	1 hora 10 Min.	Papelógrafos Marcadores Masking Tape

Por ejemplo, el uso de métodos anticonceptivos, la prueba de amor, los chicos/as comienzan a enamorar, cambian su forma de vestir, tienen más relación con grupos de pandilla, chicas/os que se dedican a la bebida y a las drogas, relaciones de bullying, embarazos adolescentes, el riego de contraer VIH e infecciones de transmisión sexual, chicas/os que escapan de sus casas porque no cuentan con el apoyo y comprensión de los padres; es decir, las/os profesoras/es son como sus segundos padres para los/as adolescentes.Sin embargo, muchos/as educadores/as centran su atención en cumplir el calendario académico sin darse cuenta que las situaciones que viven los/as adolescentes hacen que tengan bajas calificaciones y exista mayor deserción escolar. Entonces, por ello, es importante detenernos a analizar: ¿Qué tipo de educación brindamos? Considerando que nuestros/as hijos/as también están en etapa escolar y algunos ya son profesionales, la pregunta es: ¿Qué tipo de personas son? O, ¿cómo son sus relaciones en su familia y cómo es la relación con ellos?		

GUÍA DE PREGUNTAS

Preguntas que recuperan la aplicación de la técnica:

¿Cómo se sienten? ¿Qué descubrieron a través del ejercicio? ¿Qué les llamó la atención? ¿En qué estaban pensando? ¿Ha sido difícil realizar la técnica? ¿Ha sido fácil mover el cuerpo?

Preguntas que generan debate:

¿Cómo nos hemos sentido al escuchar las respuestas?

¿Creen que hombres y mujeres vivimos de igual forma la adolescencia?

¿A qué edad tuvimos pareja formalmente?

¿Cómo reaccionaron tus papás cuando se enteraron que tenías enamorado/a?

¿Cómo les hubiera gustado que sean sus padres con ustedes cuando eran adolescentes?

¿Cuál es el rol de los profesores/as en la adolescencia?

¿Qué es educación sexual y reproductiva para ellos? ¿Es fácil hablar de esto?

¿Recuerdas que siempre repites la frase "en mis tiempos nunca fui así"? ¿Cómo abordamos el tema de la sexualidad?

¿Hablamos de DDSSRR en las unidades educativas?

¿Cómo apoyamos a las adolescentes embarazadas para que concluyan el año escolar?

ACTIVIDAD 3: El semáforo de los mitos y tabúes

Objetivo: Identificar las características de las relaciones entre los padres y los hijos para construir relaciones democráticas que respeten el ejercicio de derecho de los/as adolescentes en sus diferentes contextos.

PROCEDIMIENTO	TIEMPO	MATERIAL
Antes de empezar el debate sobre los mitos y tabúes, el/la facilitador/a entregará unas paletas de colores. El rojo significa que no están de acuerdo, el amarillo significa estar indecisos y el color verde representa estar de acuerdo con el mito. La idea de la técnica es que el/la facilitador/a vaya escogiendo de cada uno de los mitos los más importantes que crea que puedan generar debate. Cuando se lean los mitos las/os participantes deben agruparse de acuerdo a color que elijan y defender su posición. Al concluir, el/la facilitador/a dará a conocer todos los mitos que se señala en la malla curricular. Para finalizar, el/la facilitador/a socializará los derechos sexuales y los derechos reproductivos y se analizará cuál de ellos es más fácil de ejercer y quiénes cuestionan el ejercicio de estos derechos. También, es importante socializar las normas que respaldan el ejercicio pleno de los DDSSRR a nivel internacional y nacional. Preguntas que recuperan la aplicación de la técnica: ¿Cómo se sienten? ¿Qué descubrieron a través del ejercicio? ¿Qué les llamó la atención? Preguntas que generan debate: • ¿Nosotros/as como profesoras/es conocemos y henos ejercido nuestros DDSSRR? • ¿Hablamos de estos temas con nuestros/as hijos/as y con los/as estudiantes? • ¿Creen que hablar de DDSSRR cambiará la vida de los adolescentes o evitaremos embarazos adolescentes? • ¿Cuál creen que es la fórmula para educar con responsabilidad? • ¿En qué momentos se abordan los temas de sexualidad en las unidades educativas? • ¿Los/as directoras/es conocen las normas que respaldan los DDSSRR? • ¿Cuál es nuestro objetivo como profesores/as: sacar mejores estudiantes o sacar mejores personas?	30 Min.	NINGUNO

ACTIVIDAD 4: Mi compromiso

Objetivo: Evaluar el proceso de aprendizaje.

PROCEDIMIENTO	TIEMPO	MATERIAL
Se repartirá 2 tarjetas de diferente color a cada participante y el/la facilitadora dará la instrucción de responder las preguntas: ¿Qué me llevo del taller? ¿Qué les dejo?	15 min.	Tarjetas Marcadores Cajón para recoger las tarjetas

VI. TRANSFORMANDO NUESTRA REALIDAD

Con el desarrollo sistemático, permanente e intencional de la Guía curricular y metodológica formativa en derechos sexuales, derechos reproductivos y el derecho de vivir libre de violencia, podremos promover y ejercer nuestros Derechos Sexuales y Derechos Reproductivos. Para que más jóvenes y adolescentes se sumen a esta causa.

¿Cómo podemos participar en la promoción de los derechos sexuales y los derechos reproductivos?

PARTICIPAS, tomas decisiones, ejerces tu Ciudadanía, te involucras y propones.

Para que tu participación sea efectiva es necesario:

- Tener la capacidad de trabajar en equipo. Las cosas importantes requieren un trabajo que perdure en el tiempo.
- Tener la capacidad de resistir las frustraciones, porque se trata en buena parte de influir en las personas adultas y esto es muy difícil.
- Evitar discriminar a los demás y sobre todo no sentirse superior a nadie. Todos y todas, podemos aportar desde nuestras capacidades y fortalezas.
- Confiar en nuestras capacidades y saber que nuestros aportes son igual de importantes que los de otras personas.

Es importante resaltar el involucramiento de las organizaciones juveniles del país, por el trabajo que desarrollan para contribuir a consolidar una sociedad más justa y equitativa, a partir e las actividades que desarrollan de forma silenciosa e incansable.

ANEXO 1:

¿QUÉ ES LA VIOLENCIA EMOCIONAL? /

"Hombres: casos de la vida real"

¿Qué es la violencia emocional?

La violencia emocional es todo acto que realiza una persona para humillar a otra y para controlar sus acciones, comportamientos, creencias y decisiones. Esto se puede realizar mediante intimidación, amenazas, manipulación, humillaciones, acusaciones falsas, vigilancia, persecución o aislamiento. Se produce cuando, por ejemplo, se prohíbe salir de la casa, trabajar o estudiar, no se permite tener amigos o amigas, o visitar a los familiares, se amenaza con quitar a los hijos y a las hijas. También sucede cuando no se deja hablar a alguien o se ridiculiza sus opiniones. Afecta la autoestima, seguridad y confianza de la persona que la recibe, así como su salud mental y psicológica. Crea un clima de temor y de control sobre la vida de quien sufre esta violencia.

"Hombres: casos de la vida real"

- Caso 1: Al llegar a la casa, Fulanito se dio cuenta que su pareja no estaba. Ella le avisó, en un mensaje de celular, que tenía que pasar haciendo unas compras al supermercado. Pero Fulanito piensa que ya debía haber llegado y que seguramente hay otro hombre que le gusta a ella. Por eso, Fulanito ha decidido prohibirle salir de la casa, a menos que él la acompañe.
- Caso 2: A Menganito no le gusta que su novia vea a sus amigos y amigas. Piensa que ella no tiene nada que hacer con los amigos varones, y que sus amigas le meten ideas equivocadas sobre cómo deben comportarse las mujeres –como salir a reunirse sólo entre ellas o con sus compañeros del colegio o del trabajo. Por eso, Menganito le ha prohibido ver a sus amigas y amigos, diciéndole que, si lo hace, se comporta como una cualquiera.
- Caso 3: Perensejo piensa que su esposa es demasiado libre porque le gusta conversar con toda la gente, participar de las actividades de la comunidad y llevar cursos de manualidades. Por eso, Perensejo pide a otras personas que la vigilen.
- Caso 4. Perensejo 2 piensa que su pareja habla mucho más con otras personas y que recibe muchos mensajes de texto desde que tiene celular. Por eso, ha comenzado a revisarle el celular para ver con quién habla y quién le manda mensajitos. Su pareja le dice siempre a Perencejo 2 lo mucho que lo quiere y que sólo quiere estar con él. Aún así, piensa Perencejo 2, las llamadas y los mensajes quieren decir que alguien tiene interés en su pareja y que su pareja le corresponde a esa otra persona. A Perencejo 2 hasta le dan ganas de tirarle a su pareja lo primero que tenga a su alcance.

- Caso 5. Menganito 2 tiene una novia que dejó el colegio porque se vio obligada a trabajar para apoyar a su familia. Ahora que están juntos, ella quiere seguir estudiando. Menganito 2 le dice que él la conoció así, y que por lo tanto ella no debe volver a estudiar, que se va a dedicar a otra gente y que él necesita su atención. Le dice que de ser necesario, la encerrará en la casa si ella piensa volver a estudiar.

En cada uno de los casos analice:

1. ¿Es o no violencia emocional? ¿Por qué?
2. ¿Qué ideas falsas contiene el caso? ¿Qué verdaderas explicaciones pueden dársele a este caso?
3. ¿Qué posición debe asumir Menganito hacia su pareja y para sentirse tranquilo al mismo tiempo?

ANEXO 2

Dime que No

Ricardo Arjona

Si me dices que sí, piénsalo dos veces.
Puede que te convenga decirme que no.
Si me dices que no, puede que te equivoques.
Y o me daré a la tarea, de que me des un sí.
Si me dices que sí dejaré de soñar y me volveré un idiota.

Mejor dime que no,
y dame ese sí como un cuenta gotas.
Dime que no, pensando en un sí, y déjame lo otro a mí,
Que si se pone fácil, el amor se hace frágil y uno para de soñar.
Dime que no, y deja la puerta abierta.

Dime que no, y me tendrás pensando todo el día en ti,
planeando la estrategia para un sí.
Dime que no, y lánzame un sí camuflajeado,
clávame una duda, y me quedaré a tu lado.

Si me dices que sí se fugará lo incierto,
Y esa cosquilla en la panza cuando estás por venir.
Si me dices que no, seguiré conquistando,
descubriéndote cosas que ni tú te conoces.

Dime que no, y me tendrás pensando todo el día en ti,
planeando la estrategia para un sí.
Dime que no, y lánzame un sí camuflajeado,
clávame una duda, y me quedaré a tu lado.

Siempre lo fácil me duró tan poco,
y no lo niego me divertí, pero la soledad me ha vuelto loco.
Porque el amor nunca ha pasado por aquí.
Dime que no, y me tendrás pensando todo el día en ti,
planeando la estrategia para un sí.

Dime que no, y lánzame un sí camuflajeado,
clávame una duda, y me quedaré a tu lado.
Dime que no, y me tendrás pensando todo el día en ti,
planeando la estrategia para un sí.
Dime que no, y lánzame un sí camuflajeado,
clávame una duda, y me quedaré a tu lado.

Fuiste Mía

Julio Iglesias

Fuiste mía, solo mía, mía, mía, cuando tu piel era fresca como la hierba mojada fuiste mía solo mía, mía, mía, cuando tu boca y tus ojos de juventud rebozaban fuiste mía, solo mía, mía, mía, cuando tus labios de niña mis labios los estrenaban fuiste mía solo mía, mía, mía, cuando tu vientre era aún una colina cerrada

Lo mejor de tu vida me lo he llevado yo lo mejor de tu vida lo he disfrutado yo tu experiencia primera despertar de tu carne tu inocencia salvaje me la he bebido yo (bis)

Fuiste mía solo mía, mía, mía, cuando tu cuerpo era espiga de palma recién plantada fuiste mía, solo mía, mía, mía, cuando cerrabas los ojos apenas yo me acercaba fuiste mía, solo mía, mía, mía cuando temblaban tu manos tan solo si las rozaba fuiste mía, solo mía, mía, mía, cuando tu ayer no existía pensabas solo en mañana

Atrévete-te-te!

Calle 13

Atrévete te te salte del closet, destápate quítate el esmalte, deja de taparte que nadie va a retratarte, levántate ponte hiper, préndete sácale chispa al estalter préndete en fuego como un lighter, sacúdete el sudor como si fueras un wiper, que tú eres callejera street fighter.

Cambia esa cara de seria, esa cara de intelectual de enciclopedia que te voy a inyectar con la bacteria pa' que des vueltas como machina de feria, señorita intelectual ya sé que tienes el área abdominal que va a explotar como fiesta patronal, que va a explotar como palestino.

Yo sé que a ti te gusta el pop rock latino, pero este reggaeton
se te mete por los intestinos,
por debajo de la falda como un submarino
y te saca lo de indio taino,
ya tú sabes en taparrabo mama en el nombre de agueymana no hay más na', para na' q' yo te voy a mentir, yo sé que yo también quiero consumir de tu perejil y tú viniste amazónica como Brasil, tú viniste a matarlas como Kill Bill, tú viniste a beber cerveza de barril, tú sabes que conmigo tu tienes refill.

Atrévete te te salte del closet, destápate quítate el esmalte, deja de taparte que nadie va a retratarte, levántate ponte hiper, préndete sácale chispa al estalter, préndete en fuego como un lighter, sacúdete el sudor como si fueras un wiper, que tú eres callejera street fighter

Hello, deja el show, súbete la mini falda hasta la espalda, súbetela deja el show más alta que ahora vamos a bailar por toa las altas. Ahora nena quieres tu zipi, no importa si eres rapera o eres hippie, si eres de Bayamón o de guaynabo city, conmigo no te pongas picky, esto es hasta abajo, cójele el tricky, esto es fácil, esto es un mamey, qué importa si te gusta Green Day, qué importa si te gusta Coldplay, esto es directo sin parar one way, yo te lo juro de que por ley aquí toas las boricuas saben karate, ellas cocinan con salsa de tomate, mojan el arroz con un poco de aguacate pa' cosechar nalgas de 14 quilates

Atrévete te te salte del closet, destápate quítate el esmalte, deja de taparte que nadie va a retratarte, levántate ponte hiper, préndete sácale chispa al estalter, préndete en fuego como un lighter, sacúdete el sudor como si fueras un wiper, que tú eres callejera street fighter (bis)

VII. BIBLIOGRAFÍA

1. Plan Nacional para la Igualdad de Oportunidades, Ministerio de Justicia/Viceministerio de Género y Asuntos Generacionales 2008, Bolivia.
2. CEPAL, División de Asuntos de Género en el sitio web: http://www.eclac.org/
3. MONTERO Maritza, "Teoría y Práctica de la Psicología comunitaria", Paidos, Buenos Aires, 2006
4. LINARES Juan Luis, "Del abuso y otros desmanes", Paidós, Barcelona, 2002
5. EXPOSITO Verdejo, Miguel, "Diagnóstico Rural participativo", República Dominicana, 2003
6. "Empoderamiento de mujeres adolescentes. Un proceso clave para lograr los Objetivos de Desarrollo del Milenio", OPS – ASDI, 2010, Ed. Electrónica.
7. Confederación Nacional de Mujeres Indígenas y Originarias de Bolivia "Bartolina Sisa". Liderazgo de las Mujeres. Módulo 1, Bolivia, 2009.
8. PICK, Susan y otros, "Escala para Medir Agencia Personal y Empoderamiento (ESAGE)", Revista Interamericana de Psicología 2007, Vol. 41, Num. 3, pp. 295-304.
9. MOKRANI Chávez, Dunia. Empoderamiento de las mujeres desde la despatriarcalización y la descolonización (Serie Hilvanando).
10. AECID, Castilla de Mancha, Convenio de Empoderamiento de la Mujer (Perú-Bolivia) y Solidaridad Internacional. Bolivia, 2010.
11. "Manual de integración de una perspectiva de género en Programas de Salud Reproductiva y VIH: Del compromiso a la acción", IGWG (Grupo de trabajo institucional de género), pag.3, 2007, en el sitio web: www.igwg.org
12. "Guía Educativa para la prevención de la violencia basada en género" (Material basado en la metodología Avances de Paz), CARE – Bolivia, 2010.
13. VIAÑA, Jorge. Una revisión a la interculturalidad critica. Editorial Plural. 2009.
14. AGENJO, Astrid. Economía Feminista y una crítica a los paradigmas del desarrollo. Curso Virtual CIDES UMSA. 2012.
15. LUGONES, María. Hacia la crítica del feminismo homogéneo. En el sitio web: www.glefas.org. 2012.
16. SPEDDING, Alison. Descolonización. ISEAT. 2012.

17. ESPINOZA, Yuderkis. Un feminismo critico Latinoamericano. En el sitio web: www.glefas.org. 2011.
18. Colectivo Cabildeo. Curso para Descolonizar y Despatriarcalizar. 2012.
19. VEGA, Elisa. La despatriarcalizacion en el actual Estado Plurinacional. CPMGA. 2011.
20. CHOQUE, María Eugenia y MENDIZÁBAL, Mónica. Hacia la descolonización del género, revisando la minoridad de la mujer indígena. PIEB. 2010.
21. Programa Formativo Regional de Solidaridad Internacional. Por el ejercicio de los derechos sexuales y reproductivos y una vida libre de violencia.
22. Derechos Sexuales y Derechos Reproductivos. Una vida libre de violencia. Solidaridad Internacional. Versión modificada en octubre 2011.
23. Católicas por el Derecho a Decidir. Guía Metodológica Educativa para la incidencia política en derechos sexuales y derechos reproductivos.
24. Medline Plus; Información de salud para usted (Página web), en el sitio web: www.nlm.nih.gov/medlineplus/spanish
25. Marie Stopes Internacional, Bolivia,(Pagina Web) en el sitio web: www.mariestopes.org.bo
26. DE LA VILLA MORAL Jiménez, María. Revista Electrónica Iberoamericana. Facultad de Psicología, Universidad de Oviedo, España. 1998
27. Católicas por el Derecho a Decidir Bolivia y México, (Pagina Web), en el sitio web: http://catolicasbolivia.org/ - http://catolicasmexico.org/ns/
28. IPPF, (Página Web), en el sitio web:ippfrho.org

CENTRO DE PROMOCIÓN DE LA MUJER
gregoria apaza

Calle Eulert Nº 280, a una cuadra de la Av. Juan Pablo II Zona 16 de Julio • Casilla 12571
Teléfono piloto: (591-2)2840441 • Fax: 2840244
Página Web: www.gregorias.org.bo
Email: gregorias@gregorias.org.bo
El Alto - Bolivia

Con el apoyo de:

WOMANKIND
WORLDWIDE EQUAL RESPECTED PROUD

BIG LOTTERY FUND
LOTTERY FUNDED