



# UN SÓLO CURRÍCULO

**LIBRO 2: ACTIVIDADES**

**PARA UN ENFOQUE INTEGRADO HACIA LA EDUCACIÓN EN SEXUALIDAD, GÉNERO, VIH Y DERECHOS HUMANOS**



# UN SÓLO CURRÍCULO

**LIBRO 2: ACTIVIDADES PARA UN ENFOQUE INTEGRADO HACIA LA  
EDUCACIÓN EN SEXUALIDAD, GÉNERO, VIH Y DERECHOS HUMANOS**

C R E A

GIRLS' POWER INITIATIVE  
(GPI) NIGERIA



*Un sólo currículo: Pautas y actividades para un enfoque integrado hacia la educación en sexualidad, género, VIH y derechos humanos* fue desarrollado por un grupo de trabajo internacional compuesto por representantes de las siguientes organizaciones (en orden alfabético):

CREA (India): Caroline Earle, Sunita Kujur, Geeta Misra  
Girls Power Initiative (Nigeria): Bene Madunagu, Grace Osakue  
Federación Internacional de Planificación de la Familia (IPPF): Doortje Braeken  
IPPF/Región del Hemisferio Occidental: Jessie Clyde, Denise Kohn  
Coalición Internacional por la Salud de las Mujeres (IWHC): Kelly Castagnaro, Corinne Whitaker  
Fundación Mexicana para la Planeación Familiar (Mexfam, Mexico): Ofelia Aguilar  
Population Council: Nicole Haberland, Deborah Rogow

El grupo de trabajo aportó una variedad de perspectivas y especialización técnica relevante en educación para adolescentes en sexualidad/VIH, incluidas las áreas de derechos y género, gerencia de programas, investigación y advocacy. Andrea Irvin también ayudó a redactar varias de las secciones. La traducción al español se llevó a cabo en coordinación con IPPF/WHR, bajo la supervisión de Marissa Billowitz.

Escrito por el Grupo Internacional de Currículo en Sexualidad y VIH  
Editado por Nicole Haberland y Deborah Rogow

Traducido al español por Xavier González  
Coordinación del proyecto: Michelle Skaer, Jonah Stuart Brundage y Amy Handler  
Diseño: Emanuela Frigerio, Hyun Auh, C&G Partners, Nueva York  
Producción: Mike Vosika, Christina Tse, Michelle Skaer, Edgar Peralta  
Revisión de texto: Karen Tweedy-Holmes  
Edición nivel de lectura: Gina Duclayan

Créditos fotográficos para imágenes de portada (a partir de la esquina superior izquierda, en el sentido de las manecillas del reloj): Maura Carroll; Ronn Aldaman; Eugene Martin; Manoocher Ceghati, cortesía de IRIN; Melissa May; Gabe Cooney, cortesía de IPPF/WHR; Michael Newman; Neil Thomas, cortesía de IRIN. Créditos fotográficos para imágenes de portada de sección: Métodos Efectivos de Enseñanza, Mark Tuschman, cortesía de UNFPA Guatemala; Actividades, Andrea Lynch, cortesía de EMpower y CASA Mexico; Recursos Adicionales, Amy Joyce. Todos los otros créditos fotográficos se identifican a un lado de la imagen.

Publicado por the Population Council, Nueva York.

Disponible para descarga sin costo en: [www.unsolocurriculo.org](http://www.unsolocurriculo.org)

Copyright © 2011 The Population Council, Inc.

Cualquier parte de este volumen puede fotocoparse sin permiso de las autoras o editoras, siempre y cuando se de crédito a la publicación y las copias se distribuyan gratuitamente. Cualquier reproducción comercial requiere permiso por escrito previo del Population Council. Por favor también asegúrese de dar crédito a cualquier fuente original, como se indica para las actividades seleccionadas.

ISBN: Pautas: 978-0-87834-120-7; Actividades: 978-0-87834-121-4; Set: 978-0-87834-122-1

# índice

Un sólo currículo consiste en dos volúmenes. El primer volumen (**PAUTAS**) contiene una introducción, 8 unidades de contenido y 22 hojas informativas. Este libro, **ACTIVIDADES**, es un volumen de acompañamiento.

	<b>MÉTODOS EFECTIVOS DE ENSEÑANZA</b>	1
	<b>ACTIVIDADES</b>	17
	<b>LA SALUD SEXUAL Y EL BIENESTAR REQUIEREN DE LOS DERECHOS HUMANOS</b> actividades 1-4	20
	<b>GÉNERO</b> actividades 5-16	32
	<b>SEXUALIDAD</b> actividades 17-26	56
	<b>RELACIONES INTERPERSONALES</b> actividades 27-33	87
	<b>HABILIDADES DE COMUNICACIÓN Y TOMA DE DECISIONES</b> actividades 34-39	107
	<b>EL CUERPO, PUBERTAD Y REPRODUCCIÓN</b> actividades 40-45	130
	<b>SALUD SEXUAL Y SALUD REPRODUCTIVA</b> actividades 46-52	155
	<b>ADVOCACY PARA LA SALUD SEXUAL, DERECHOS E IGUALDAD DE GÉNERO</b> actividades 53-54	180
	<b>RECURSOS ADICIONALES</b>	189

# MÉTODOS EFECTIVOS DE ENSEÑANZA

A close-up photograph of a hand holding a red and white striped ball, possibly a tennis ball, against a dark background. The hand is positioned on the right side of the frame, with the fingers gripping the ball. The ball has a textured surface and is the central focus of the image. The background is dark and out of focus, with some blurred colors like purple and blue. The overall composition is dynamic and emphasizes the tactile nature of the object.



# nota para las y los educadores y personas que desarrollan currículos

Tan importante como *qué* información se enseña, es *cómo* la enseñamos. Los métodos educativos más efectivos para enseñar sobre sexualidad, VIH, género y derechos son los **participativos y centrados en el estudiante**.<sup>\*</sup> En realidad, esos métodos ayudan a preparar a la gente joven para la vida — y para promover su salud y felicidad — en un mundo complejo y cambiante.

Para poder aplicar los métodos de enseñanza participativa con facilidad y destreza, las y los educadores necesitan preparación y apoyo. **Esta sección presenta los principios básicos de la enseñanza participativa centrada en la persona**. También, proporciona sugerencias concretas para aplicar estos métodos específicamente con currículos en sexualidad y prevención del VIH. Finalmente, incluye orientaciones importantes sobre cómo poner en práctica estos currículos, tanto en entornos escolares como comunitarios.<sup>1</sup>

*Un sólo currículo* está organizado en dos libros. Este volumen (**ACTIVIDADES**), ha sido diseñado para ofrecer a las y los educadores 54 ideas atractivas para poner en práctica las pautas del primer volumen. El primer volumen (**PAUTAS**) además de ofrecer una base teórica para los educadores, contiene algunas experiencias basadas en métodos participativos centrados en el estudiante (por ejemplo los “puntos para reflexión” o la práctica de advocacy de la Unidad 8).

<sup>\*</sup>Debido a que la educación en sexualidad y prevención del VIH se ofrece en las escuelas, espacios comunitarios y en otros entornos, los términos “estudiante” y “participante” se usan indistintamente a lo largo de este documento. Adicionalmente es importante destacar que, si bien se ha hecho el esfuerzo de utilizar un lenguaje de género equilibrado, con el objeto de facilitar la fluidez de la lectura y optimizar la extensión de este documento, en ocasiones se hace referencia solamente a la forma masculina de los sujetos; por ejemplo, “los educadores”, “los jóvenes” o “los prestadores de servicios”; sin embargo, las y los autores han tenido presente a los diferentes géneros a lo largo de todo el contenido.

# justificación de los métodos de enseñanza participativos centrados en el estudiante

La educación no es un proceso de absorción pasiva. Por el contrario, las personas obtienen información continuamente y, entonces, reinterpretan lo que aprenden con base en su propio conocimiento y experiencia. Para hacer que este proceso resulte lo mejor posible, los educadores deben involucrar activamente a las y los participantes en sus propios procesos de aprendizaje.

Efectivamente, muchos investigadores concluyen que los métodos de enseñanza participativa, centrada en el estudiante, conducen a mejores resultados de aprendizaje.<sup>2</sup> Tales métodos son atractivos para las y los jóvenes y promueven el pensamiento crítico.<sup>3</sup> En particular, para temas que afectan directamente sus vidas, estos enfoques ayudan a las y los participantes a “personalizar” la información y practicar nuevas habilidades.<sup>4</sup>

A través de los años, los enfoques de enseñanza participativa se han convertido en el pilar principal de muchos programas de educación en sexualidad y prevención del VIH. En la actualidad, cada vez más educadores están aplicando estos métodos dinámicos e incorporando proyectos de aprendizaje práctico o “aprender haciendo” en una variedad de áreas temáticas — incluidos los estudios sociales, educación cívica, ciencia y literatura. Estos educadores perciben que la participación y la libre expresión en el salón de clase también fomentan actitudes democráticas. De hecho, según una encuesta multinacional, las y los estudiantes que aprenden en tales ambientes de salón de clase abierto, muestran un mayor apoyo para la igualdad de género.<sup>5</sup> Finalmente, el personal docente reporta que ellos mismos están aprendiendo mucho al enseñar de esta forma.

## ¿QUÉ ES LA ENSEÑANZA PARTICIPATIVA CENTRADA EN EL ESTUDIANTE?

La enseñanza participativa centrada en el estudiante incluye una serie de principios interrelacionados y mejores prácticas que involucran a las y los estudiantes activamente en su propio proceso de aprendizaje.

Estos principios y prácticas, que se describen en las siguientes páginas, ponen énfasis en: el ambiente de aprendizaje; los métodos de enseñanza; las habilidades de pensamiento crítico; y ayudan a las y los estudiantes a relacionar lo que aprenden con sus propias vidas.

Varios nombres se utilizan para referirse a la enseñanza participativa centrada en estudiante. Con frecuencia, se le llama (o se le considera similar a) enseñanza interactiva, o enseñanza práctica.

## NOTAS ESPECIALES PARA LA ENSEÑANZA SOBRE DERECHOS, GÉNERO, SEXUALIDAD Y SALUD SEXUAL:

Las y los participantes pueden sentir incomodidad debido a la naturaleza sensible del tema, o debido a su propia historia o situación familiar. Evite o maneje apropiadamente las situaciones que generan angustia.

Las y los estudiantes pueden comentarle acerca de embarazos no planeados, experiencias de violencia u otros problemas personales o familiares. Piense sobre cómo apoyarles, a la vez que mantiene límites apropiados. Infórmese y difunda, entre los participantes, datos sobre programas o servicios locales (por ejemplo, un espacio seguro para jóvenes sin hogar, o servicios para mujeres que han sido víctimas de violencia). En casos de abuso o peligro, para alguno de los participantes, esté informado de las obligaciones vigentes para notificar a las autoridades.

Piense sobre su propio nivel de comodidad con el material que va a utilizar y busque apoyo y orientación según sea necesario.

*Un sólo currículo respalda los valores de igualdad, respeto y derechos humanos. Reflexione sobre sus propios valores personales o religiosos para asegurarse que se siente cómodo al trabajar los valores que este currículo plantea sobre el género y la sexualidad.*

# principios de la enseñanza participativa centrada en el estudiante

## 1 Establezca un ambiente participativo basado en la igualdad, el respeto y los derechos humanos.

- Cree un medio ambiente propicio para el aprendizaje. Todos los estudiantes deben sentirse involucrados, escuchados, cómodos y protegidos del ridículo, especialmente cuando se arriesgan a plantear nuevas ideas. Estimule la participación, especialmente de las personas que se sienten solas o intimidadas. (Varias condiciones pueden desencadenar ese tipo de sentimientos. Por ejemplo, las diferencias en poder social asociadas al género, clase social o edad, pueden ser factores que influyan en el nivel de participación. Las y los estudiantes que tienen una fluidez limitada en el idioma que se hable en la escuela, pueden evitar unirse a las conversaciones. Quienes estén viviendo con una discapacidad física, o quienes tengan otras necesidades especiales, pueden sentir vergüenza). Usted puede fomentar la participación en clase a través de actividades que promuevan el respeto y el fortalecimiento del trabajo en equipo, así como distribuyendo las oportunidades de liderazgo. Desde luego, es también importante garantizar la seguridad y privacidad del espacio físico.
- Durante la sesión inicial, solicite a las y los estudiantes que trabajen en grupo con el propósito de diseñar una lista de pautas de convivencia, para asegurar la armonía en el salón de clase.<sup>6</sup>
- Pida a los participantes que respeten la privacidad de otras personas y recuérdelos no revelar aquello que consideren debe mantenerse en privado. Tome en cuenta que algunos estudiantes podrían intimidar, o incluso abusar de otros después de dejar el salón de clase en donde se haya discutido algunos temas sensibles.<sup>7</sup> Ofrezca la seguridad a las y los participantes, que usted, en su calidad de educador, mantendrá todas las discusiones en forma confidencial. De esta modo, usted será un modelo de conducta para los estudiantes en cuanto al respeto de la privacidad de otras personas.<sup>8</sup>
- Asegúrese que los participantes comprenden que tienen el derecho de no participar o compartir información si el hacerlo les hace sentir incómodos.
- Estimule a todos los participantes para que compartan sus pensamientos. No juzgue sus ideas.

## NOTAS ESPECIALES PARA LA ENSEÑANZA SOBRE DERECHOS, GÉNERO, SEXUALIDAD, PREVENCIÓN DE VIH Y SALUD SEXUAL:

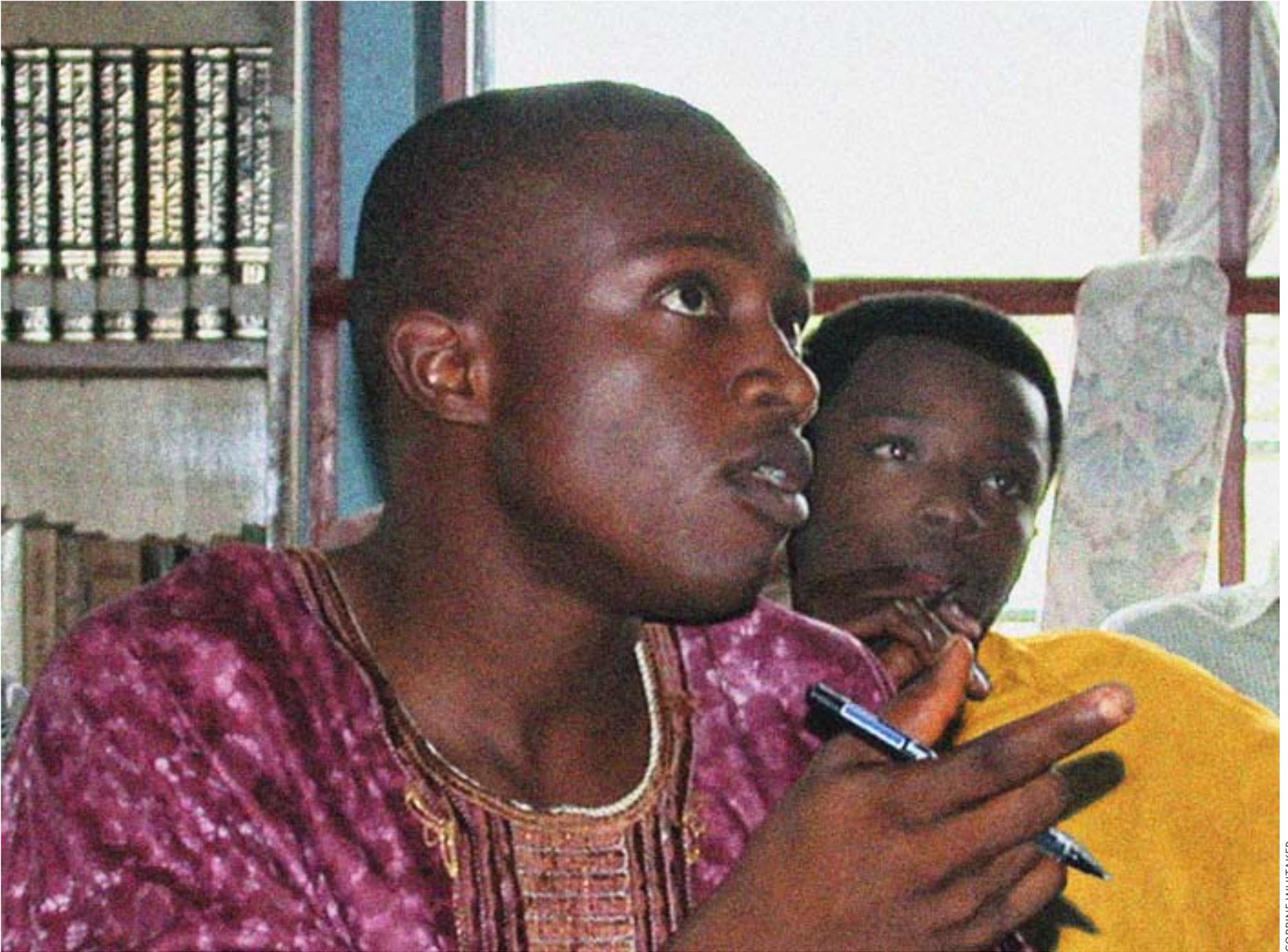
### 2 Fomente un proceso que aproveche las experiencias de las y los estudiantes, integrando nueva información e ideas a lo que ya saben y piensan acerca de un tema.

- Recuerde que todos los participantes tienen conocimientos y experiencia previos. Escuche y también formule preguntas para que esta información se comparta.
- Escuche las preocupaciones de los participantes y plantee problemas imaginarios que sean un reflejo de sus vidas reales. Involúcrelos en la solución de estos problemas para que tomen sus propias decisiones y desarrollen sus ideas en el proceso.
- Aliente a los estudiantes para que analicen el significado de los temas en sus propias vidas.
- Tenga presente que su rol es facilitar el análisis de grupo sobre las ideas propias de las y los jóvenes. Recuerde que no debe ser un solamente un conferencista o transmisor de información.
- Ocasionalmente, usted podrá tener deseos de compartir algún ejemplo de su propia experiencia que sea relevante para la lección. Al hacerlo, sin embargo, tenga sumo cuidado de mantener límites apropiados con los participantes.

Si usted está en un entorno educativo mixto, trate de separar a los muchachos de las muchachas para algunas actividades o análisis en grupo, con el objetivo de facilitar un sentido de comprensión y apertura compartida, antes de reunir de nuevo a los grupos para un análisis posterior. Cuando sea necesario, utilice áreas separadas del mismo salón.

### 3 Use una amplia variedad de estrategias para involucrar a las y los jóvenes.

- Utilice diferentes métodos y enfoques que se puedan adaptar a las necesidades de aprendizaje de los estudiantes.<sup>9</sup> [Ver las páginas 8–9 sobre Métodos de Enseñanza Participativa.]
- Si usted está utilizando un plan de sesiones o actividades que sean nuevos para usted, primero revise cuidadosamente cada actividad y su contenido, así como los objetivos de aprendizaje que usted pretende lograr. ¡Prepare todos los materiales con anticipación!
- Tenga siempre un plan de respaldo para responder de manera flexible a circunstancias no previstas (por ejemplo, en cuanto al tiempo disponible, estado de ánimo o reacciones del grupo).
- Consulte la sección de Recursos Adicionales al final de este libro para complementar la información que necesita.
- Cuando se pueda ¡utilice actividades que hagan que el aprendizaje sea divertido!



CORRINE WHITAKER

## NOTAS ESPECIALES PARA LA ENSEÑANZA SOBRE DERECHOS, GÉNERO, SEXUALIDAD, PREVENCIÓN DEL VIH Y SALUD SEXUAL:

### 4 Fomente en los participantes el poder de reflexionar, estudiar y pensar de manera crítica sobre sus propias vidas y el mundo que los rodea, aprendiendo a solucionar problemas.

- Estimule a los participantes para que cuestionen las opiniones y criterios establecidos. Pídales que piensen en sus propias convicciones y en los estándares y normas de su comunidad. Invíteles a explorar respetuosamente las opiniones que difieran de las propias.
- Utilice preguntas abiertas, especialmente “¿por qué?”, para ayudar a las y los jóvenes a explorar contradicciones y buscar verdades más profundas. Las Unidades 1 a 7 en el libro de **PAUTAS** incluyen secciones especiales con “Puntos para Reflexión”. Estas secciones plantean preguntas que estimulan el análisis crítico y la discusión.
- Estimule la creatividad.
- Aliente a sus estudiantes para que se arriesguen a pensar de manera diferente y que no tengan temor a equivocarse. Sea un ejemplo para ellos en demostrar esta forma de pensamiento.
- Organice pequeños grupos para la exploración de temas y la participación en actividades colectivas.
- Estimule la aplicación de diversas perspectivas para analizar problemas y sugerir posibles soluciones.



Tenga en cuenta que los participantes pueden estar reflexionando sobre algunas ideas y valores aceptados socialmente. Ayúdeles a equilibrar sus ideales y ambiciones a la vez que aprenden a proteger su estabilidad y seguridad en sus hogares y comunidades.

### 5 Fomente la capacidad de las y los estudiantes para que apliquen lo aprendido a sus vidas y comunidades; esto es, ayúdeles a convertirse en ciudadanos activos y en agentes para el cambio positivo.

- Seleccione contenidos que sean relevantes y métodos de enseñanza que inviten al pensamiento crítico. Pida a las y los jóvenes —constantemente— que relacionen el contenido del programa educativo con sus propias vidas y entorno. Aliéntelos a considerar el material estudiado desde una visión de principios de equidad y justicia social.
- Organice oportunidades de aprendizaje que involucren servicios, investigaciones o acciones basadas en la comunidad. Evite poner a las y los participantes en situaciones de riesgo. Tome en cuenta las condiciones del ambiente en el cual se está trabajando.
- Considere si dentro de su institución (y, posiblemente, dentro de la comunidad) usted tendrá que defender la capacidad y el derecho de la gente joven a expresarse y actuar conforme a sus propias ideas.
- Tenga presente que, con frecuencia, la gente joven se inspira en sus maestros y líderes comunitarios.



Puede suceder que usted encuentre resistencia a la enseñanza de estos temas. Conozca quiénes son sus principales aliados dentro de su organización y en la comunidad. También, esté consciente de quienes se pueden oponer a sus esfuerzos. Busque apoyo y orientación.

## MÉTODOS DE ENSEÑANZA PARTICIPATIVA PARA ENRIQUECER UN CURRÍCULO

El uso de diversos métodos le permite atender a una gama más amplia de estudiantes y ayuda a mantenerlos interesados. De este modo, se posibilita que las y los estudiantes establezcan vínculos creativos entre los temas. A continuación presentamos algunos de los métodos más utilizados, junto con una orientación básica acerca de su uso.

**Actividades para estimular** — Son breves actividades grupales diseñadas para promover sentimientos positivos acerca del grupo. Focalizan la energía de los participantes y pueden usarse para incorporar ideas nuevas. Estas actividades apoyan el pensamiento creativo. Son especialmente útiles al principio de una sesión o para cambiar la dirección de una conversación. Algunos ejemplos incluyen: rompehielos, juegos con nombres, canciones y ejercicios físicos.

**Actividades para promover el análisis colectivo** — Estas actividades plantean temas y preguntas para que los estudiantes profundicen en la exploración. Por lo general son más efectivas al inicio de una sesión. Algunos ejemplos incluyen: tormenta o lluvia de ideas, estudio de casos, preguntas o enunciados para estimular respuestas por escrito, ejercicios de acuerdo/desacuerdo, planteamiento de problemas, así como películas o lecturas cortas.

**Juegos creativos** — Las actividades creativas mantienen motivados a los participantes. Estimulan nuevos procesos de pensamiento e ideas. Además, promueve que aquellos estudiantes que aprenden y se comunican mejor en estas modalidades participen de una manera significativa. Algunos ejemplos incluyen: proyectos de arte, escenificación de roles y teatro, poesía y escritura creativa.

**Espacios de diálogo** — Las y los estudiantes necesitan tener oportunidad de expresarse, de ser escuchados y de escuchar a otras personas. Esto les ayuda a desarrollar sus habilidades verbales y de escucha. Pueden también refinar sus habilidades de pensamiento y expandir sus ideas y conocimientos. Además, usted puede usar esas actividades para dar a cada persona la oportunidad de participar y fomentar los valores democráticos y la cultura. Algunos ejemplos incluyen: diálogos informales, discusiones en panel y los debates.

**Reflexión y análisis participativo** — Separe a los participantes en grupos para resolver problemas y para fomentar la unidad del grupo y el pensamiento crítico. Los ejemplos pueden incluir: mapeo comunitario, “árboles de problemas”, proyectos de investigación y análisis de mensajes en los medios de comunicación.

**Reflexión personal** — Estas actividades ayudan a los participantes a aumentar la comprensión de sus propias experiencias. Fomentan la madurez y el buen juicio. Pueden abrir la puerta a nuevas actitudes y comportamientos. Algunos ejemplos incluyen: mantener un diario, los recuerdos guiados y los proyectos de artes creativas.

**Otras herramientas para una aula participativa** — Otras actividades atractivas incluyen establecimiento de metas en grupo e individualmente; asignar roles de participación para ayudar a manejar el salón de clase (tomar notas del día, lectura de citas, llevar el control del tiempo, líder del día); y revisar la lección y lo que se aprendió.

# consideraciones especiales en el desarrollo e implementación de un currículo

*Un sólo currículo* es apropiado para una audiencia global. Está basado en principios universales; por lo tanto, usted puede aprovechar su contenido para desarrollar una sesión o plan de estudios efectivo para su entorno o población local. Para hacer esto, se necesita tomar en cuenta una variedad de factores educativos y programáticos como: las aptitudes de los propios maestros, las capacidades de los estudiantes, la disposición de los padres, los valores comunitarios y la cantidad de tiempo disponible, en el aula, para el tema. A continuación, se presenta una serie de preguntas que lo orientarán al considerar estos aspectos en el proceso de desarrollo de su currículo. Algunos de estos pueden ser responsabilidad de otras personas — por ejemplo, el personal en la organización a cargo o en los activistas que estén apoyando el programa en la comunidad. Sin embargo, los incluimos en esta sección porque el abordarlos puede ser la clave para establecer un currículo exitoso en sexualidad o prevención del VIH. (Para consultar referencias y vínculos a materiales que ofrecen una orientación más detallada sobre estos aspectos, ver la sección de Recursos Adicionales.)

## Considerando el ambiente político

¿Cuáles son las políticas y recursos nacionales y locales que pueden afectar el éxito en la aplicación de este currículo? Por ejemplo, ¿cuáles son las leyes o políticas que regulan la educación en sexualidad y/o en prevención del VIH en las escuelas? ¿Qué iniciativas se desarrollan para asegurar que la educación sexual llegue a la gente joven con discapacidades? ¿Conocen las y los gerentes de programa las investigaciones que muestran los vínculos entre el embarazo en adolescentes, las tasas de ITS, la igualdad de género y los derechos humanos? ¿Diseñaron el programa tomando en cuenta estos vínculos? ¿Existen fuentes de financiamiento de donde su programa o escuela pueda obtener recursos?

## Reflexiones para la planificación

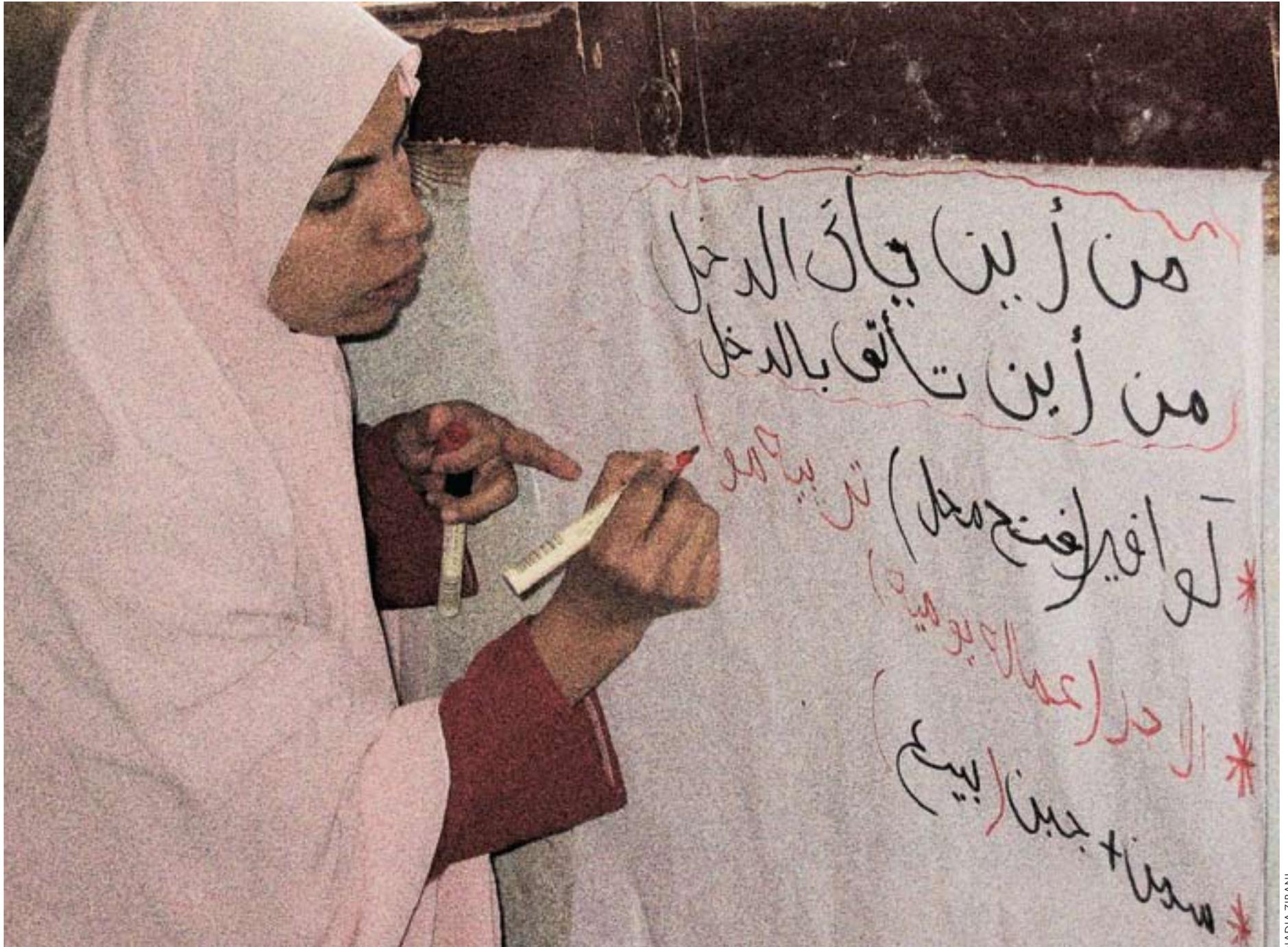
¿El currículo se integra o encaja con los objetivos educativos de la comunidad? ¿Cuáles son los aspectos claves que debe considerar para planificar? ¿Afectarán el grado de éxito que usted puede lograr al implementar el currículo? ¿Cuál es el trabajo preliminar que se ha hecho (o se debe hacer)? Por ejemplo, ¿Cuál es la mejor manera en que puede lograr que tanto los miembros del personal como los aliados clave entiendan claramente el objetivo del currículo y se comprometan a que tenga éxito? ¿De qué forma los organizadores del programa pueden fomentar el apoyo de los padres de familia y miembros de la comunidad? ¿Qué tipo de recursos están disponibles para posibilitar que los padres y madres de familia se comuniquen de manera efectiva con sus hijos sobre aspectos de salud sexual? ¿Cómo pueden los organizadores del programa aprender de la experiencia lograda a través de esfuerzos similares? ¿Cómo pueden los organizadores identificar y capacitar a maestros y otras personas que puedan colaborar? ¿Cuáles son las mejores formas en que se puede establecer contacto con servicios existentes de salud, consejería y otros lugares para referencia? ¿Quién podría interesarse en unirse al comité directivo o grupo de trabajo para aportar insumos al desarrollo del programa? Por ejemplo, pueden aportar ideas importantes los miembros de la comunidad, la gente joven, los padres de familia, los representantes de maestros, así como los líderes de escuelas y de las ONG. Este proceso le ayudará a identificar y obtener recursos disponibles. Fortalecerá el programa, lo hará más apropiado para el entorno local y dará a los miembros claves de la comunidad un sentido de propiedad del programa. ¿Qué oportunidades existen para comunicar y educar a miembros de la comunidad acerca del programa? ¿Cuáles son las mejores formas de obtener ideas en las primeras etapas del desarrollo del programa? Por ejemplo, se puede pensar en llevar a cabo reuniones individuales con líderes de la comunidad, grupos focales o encuestas para padres de familia y maestros. ¿Cuál es la mejor manera de prepararse para hacer frente a los intereses y preocupaciones de la comunidad respecto a la aplicación del currículo?

## Desarrollar un currículo para usarse bajo severas restricciones de recursos

Desarrollar un currículo para usarse bajo severas restricciones de recursos ¿Cuáles son los recursos que usted tiene disponibles en un entorno en particular? ¿Cómo puede adaptar el contenido del currículo para abordar las diferentes formas en que la pobreza interactúa con el género, los derechos, la sexualidad y la salud sexual?, ¿Puede basarse en estrategias de enseñanza verbal o en espacios exteriores para dar las clases? ¿Pueden las organizaciones no gubernamentales o los miembros de su comunidad proporcionar algún tipo de ayuda (dinero, espacios de trabajo u otros recursos)?

## HECHO

Poner atención tanto a los temas de política como a los aspectos educativos es importante para crear programas educativos exitosos en materia de educación sexual y prevención del VIH.



## Vinculación del currículo con estándares académicos de aprendizaje

Cada una de las actividades en este libro incluye un objetivo relacionado con habilidades académicas generales (por ejemplo, escritura expositiva, escritura narrativa, resolución y análisis de problemas, planificación e implementación de un proyecto sencillo de investigación, o expresarse en público). Esto facilita la inclusión de la educación sexual y prevención del VIH en cursos diferentes a los de salud y biología; y especifica la forma en que estas actividades pueden apoyar a las y los maestros y a las escuelas para cumplir con sus metas educativas. Al diseñar un currículo para entornos escolares, considere las siguientes preguntas: ¿Qué estándares o indicadores de evaluación preexistentes deben cumplirse para un área temática en particular? ¿Qué unidades o contenido del libro de **PAUTAS** se vinculan mejor con esos estándares? Al observar los objetivos académicos de las actividades que se proponen en este libro, ¿cuáles apoyan mejor el avance hacia el logro de esos estándares? ¿Qué oportunidades existen de colaboración a través de las áreas temáticas para un enfoque interdisciplinario para la prevención del VIH o para promover la igualdad de género? En lugar de competir con el currículo general, ¿cómo puede un enfoque creativo hacia la educación sexual/VIH aumentar la calidad de la educación en general?

## Adaptar el currículo a necesidades y poblaciones específicas

¿De qué forma pueden las y los maestros asegurarse de que el contenido y actividades son relevantes para responder a las necesidades de poblaciones específicas? Por ejemplo, ¿de qué forma puede usted modificar las actividades para grupos de bajo alfabetismo o de recuperación académica? ¿Puede asegurar que el contenido refleje los intereses y preocupaciones especiales de grupos como los trabajadores migrantes, las adolescentes casadas, el personal militar o las niñas y niños huérfanos? ¿Cómo puede hacer frente a los retos prácticos de aprendizaje que enfrentan esas poblaciones? ¿Puede proporcionar acceso a un espacio seguro? ¿Puede adaptar las sesiones educativas para que se ajusten a un horario más corto? ¿De qué forma llegará usted a los participantes que tengan pocos vínculos con instituciones comunitarias? ¿Cuáles son los recursos y servicios comunitarios de referencia que necesitan conocer estos grupos?

## Preparar a las y los educadores

¿Están preparados los maestros para adoptar enfoques participativos centrados en la persona? ¿Tendrán oportunidad de desarrollar esas habilidades? ¿Cuál es la mejor forma de hacer coincidir el currículo con esas habilidades? ¿Qué tipo de capacitación permitirá que los maestros puedan examinar sus propias convicciones personales (incluyendo aspectos religiosos) sobre sexualidad y género, con el fin de que estén mejor preparados para enseñar estos temas de forma que concuerde con los principios internacionales de los derechos humanos? ¿Qué ayudará a los maestros a trabajar de una manera más efectiva en entornos altamente conservadores?

## Reflexionando respecto a la evaluación

Muchos educadores desearán evaluar el efecto de sus propios programas de sexualidad y prevención del VIH. ¿Qué resultados o indicadores mostrarán mejor el avance hacia las metas del programa? Por ejemplo, ¿cambiarán los conocimientos, actitudes y comportamientos específicos de las y los jóvenes? ¿Ayudará el programa a disminuir la coerción y la violencia en las relaciones íntimas? ¿Ayudará el programa a mantener a las y los estudiantes en la escuela o en un programa educativo? ¿Aumentará la participación cívica? ¿Tendrán los nuevos programas educativos una fase piloto que permita obtener lecciones preliminares y realizar los ajustes necesarios?

## Encontrar apoyo y mantenerse entusiasmado

Usted estará trabajando para crear y establecer un nuevo currículo sobre sexualidad, género y derechos humanos. Este trabajo puede, en muchas situaciones, enfrentarse con el escepticismo e incluso con oposición. Para ayudar a superar este tipo de barreras, establezca de manera anticipada contacto previamente con miembros e instituciones de la comunidad que puedan ser sus aliados. Es importante asegurarse del involucramiento y apoyo de la comunidad, especialmente padres/madres de familia antes de comenzar la aplicación del programa educativo. Mantenga un contacto abierto y franco con estas personas. Es crucial mantener en alto su propio ánimo y el de sus aliados. Tómese el tiempo para reflexionar sobre el programa. ¿Cómo está avanzando? ¿Está cumpliendo con sus metas? ¿Es necesario modificar, corregir o reforzar algunos temas o sesiones?

*¡Celebre sus logros y no se rinda!*

## NOTAS FINALES

- <sup>1</sup> Por favor tome en cuenta que este material proporciona solamente una breve introducción a la pedagogía participativa centrada en el aprendizaje y en la persona; de ninguna forma reemplaza o sustituye a un taller de capacitación incluyendo la revisión de la literatura básica y manuales especializados en esta área. La sección de Recursos Adicionales al final de este volumen proporciona una bibliografía de lecturas seleccionadas y materiales en esta materia.
- <sup>2</sup> La teoría de la “pedagogía crítica” de Paulo Freire, ha sido la base principal — a nivel mundial — de la enseñanza participativa centrada en la persona. Para consultar evidencia relacionada con los resultados de los estudiantes, incluidos los logros académicos, las actitudes, la retención y la autoestima, ver: Gross Davis, Barbara. 1993. *Tools for Teaching*. San Francisco: Jossey-Bass Publishers; Manswell Butty, Jo-Anne. 2001. “Teacher instruction, student attitudes, and mathematics performance among 10th and 12th grade Black and Hispanic students,” *Journal of Negro Education* 70(1/2): 19-37; Prince, Michael. 2004. “Does active learning work? A review of the research,” *Journal of Engineering Education* 93(3): 223-231; Slavin, Robert. 1980. “Cooperative learning,” *Review of Educational Research* 50(2): 315-342.
- <sup>3</sup> En algunos entornos, los educadores también se refieren al pensamiento crítico como metacognoscimiento. Para un análisis de las habilidades metacognoscitivas y el fomento de tales habilidades en el salón de clase, ver Martínez, Michael. 2006. “What is metacognition?” *Phi Delta Kappan* 87(9):696-699.
- <sup>4</sup> Kirby, Doug. 2007. “Emerging Answers 2007: Research Findings on Programs to Reduce Teen Pregnancy and Sexually Transmitted Diseases.” Washington, DC: National Campaign to Prevent Teen and Unplanned Pregnancy.
- <sup>5</sup> Pettersson, T. 2003. “Basic Values and Civic Education: A Comparative Analysis of Adolescent Orientations Towards Gender Equality and Good Citizenship.” *World Values Survey*. <[www.worldvaluessurvey.org/library/](http://www.worldvaluessurvey.org/library/)>. Acceso el 13 de mayo de 2009.
- <sup>6</sup> Es importante una simple sesión introductoria, en la que las y los participantes generan las reglas y pautas para la clase y los análisis grupales. Algunos maestros se refieren a esa sesión como “clase de declaración de derechos” u otros títulos similares. Ver, por ejemplo, actividades sobre “Elaboración de pautas” en el Capítulo 1 de cualquiera de las tres series ‘Nuestro Futuro’ de la Alianza Internacional contra el VIH/SIDA (currículo para educación en sexualidad y habilidades para la vida en Zambia): <[www.aidsalliance.org/custom\\_asp/publications/view.asp?publication\\_id=211&language=en](http://www.aidsalliance.org/custom_asp/publications/view.asp?publication_id=211&language=en)>. Acceso el 13 de mayo de 2009.
- <sup>7</sup> Ver, por ejemplo, el Capítulo 1 de cualquiera de las tres series ‘Nuestro Futuro’ de la Alianza Internacional contra el VIH/SIDA (currículo para educación en sexualidad y habilidades para la vida en Zambia): <[www.aidsalliance.org/custom\\_asp/publications/view.asp?publication\\_id=211&language=en](http://www.aidsalliance.org/custom_asp/publications/view.asp?publication_id=211&language=en)>. Estas incluyen actividades sobre “Confiar y guardar secretos” y “Trabajar juntos con respeto”.
- <sup>8</sup> Como se afirma en las Sugerencias para las y los Maestros en la Unidad 3 del volumen de **PAUTAS**, usted debe estar consciente de que puede tener obligación legal de cumplir con requerimientos de denuncia; por ejemplo, si un estudiante revela que es víctima de abuso sexual. Entérese de las obligaciones legales en su localidad.
- <sup>9</sup> Los especialistas en la materia han documentado un amplio rango o variación en las fortalezas, estilos y necesidades de aprendizaje de las personas. Por ejemplo, la idea de inteligencias múltiples ha cuestionado el concepto de una forma única de inteligencia. (Gardner, Howard. 2006. *Multiple Intelligences: New Horizons*. 2nd revised edition. New York: Basic Books. <[http://books.google.com/books?id=qEEC8lyAwWoC&printsec=frontcover&dq=multiple+intelligences&hl=en&ei=C2sKTfT1E4u6sQP D-JnNCg&sa=X&oi=book\\_result&ct=result&resnum=2&ved=0CDMQ6AEwAQ#v=onepage&q&f=false](http://books.google.com/books?id=qEEC8lyAwWoC&printsec=frontcover&dq=multiple+intelligences&hl=en&ei=C2sKTfT1E4u6sQP D-JnNCg&sa=X&oi=book_result&ct=result&resnum=2&ved=0CDMQ6AEwAQ#v=onepage&q&f=false)>).



# ACTIVIDADES



# ¡bienvenidos a las actividades de aprendizaje de *Un sólo currículo!*

## PARA PARTICIPANTES MENORES DE 15 AÑOS

Aunque este libro se desarrolló fundamentalmente con jóvenes mayores en mente, muchas de las actividades son apropiadas o adaptables para adolescentes más jóvenes (10-14 años), dependiendo de su entorno.

Para estos participantes más jóvenes, las 21 actividades que usted encontrará de mayor utilidad son:

- unidad 1 actividad **1**
- unidad 2 actividades **5-6, 8-11, 15**
- unidad 3 actividades **18, 20**
- unidad 4 actividades **27, 29, 32**
- unidad 5 actividad **36**
- unidad 6 actividades **40-43**
- unidad 7 actividades **49-50**
- unidad 8 actividad **53**

Estas actividades han sido elaboradas con el fin de que sean prácticas y efectivas.

Cada actividad está diseñada teniendo en mente el aprendizaje en general; después de todo, la educación sexual y en prevención del VIH puede y debe fortalecer el desarrollo académico en su totalidad.

Para apoyar esa meta, estas actividades se construyen en torno a dos clases de objetivos de aprendizaje: (1) aprendizaje relacionado con el tema en cuestión; y, (2) fortalecer habilidades académicas específicas, como el razonamiento superior o pensamiento crítico, la redacción, la investigación, la expresión en público y el trabajo en equipo para identificar y resolver problemas. Además, debido a que estas actividades son muy importantes (¡Además de divertidas!), pueden promover el nivel de compromiso y participación de las y los estudiantes, así como el grado de conexión con su centro educativo.

Cada actividad está vinculada con un contenido específico en el libro de **PAUTAS**.

De hecho, varias de las actividades de este manual, implican el uso de hojas informativas del libro de **PAUTAS**, el cual puede obtenerse también en formato electrónico en <[www.unsolocurriculo.org](http://www.unsolocurriculo.org)>.

Si bien todo este conjunto de actividades es apropiado para la gente joven de quince años en adelante, muchas de las actividades individuales pueden también usarse con jóvenes de menor edad.

Ver en el recuadro de color dorado una lista de actividades sugeridas y apropiadas para adolescentes de 10-14 años de edad.

Las actividades se acompañan con hojas para distribuir a los participantes (informativas y/o de trabajo) y otras para uso de los educadores (información complementaria para la sesión y claves de respuesta de las hojas de trabajo).

En principio, al contar con estas herramientas útiles, las actividades están listas para implementarse. Para tener la seguridad que todas las actividades cumplen con las necesidades específicas de sus propios estudiantes, por favor revise las notas de la siguiente página.

**PARA LAS ESCUELAS:** Con el fin de maximizar el uso de estas actividades en las escuelas, además de incluir objetivos académicos — comparables con los objetivos del centro educativo — la mayoría de las actividades están diseñadas para ser completadas en sesiones de 40 minutos (de 1–3 sesiones por tema). Como se señaló en la página anterior, estas actividades también son útiles para promover una mayor conexión de las y los estudiantes con la escuela.

**PARA PROGRAMAS BASADOS EN LA COMUNIDAD:** Las siguientes actividades a veces hacen referencia a las y los “estudiantes” en vez de “participantes”. Elegimos esta terminología en aras de la simplicidad, pero el término no se refiere solamente a las personas que aprenden en los salones de clase. A fin de cuentas, ¡todos somos estudiantes, ya sea que estemos o no en la escuela!

**PARA PERSONAS DE BAJO ALFABETISMO:** Aunque muchas de las actividades implican trabajo de escritura, la mayoría puede adaptarse fácilmente como actividades orales para usarse con participantes que tienen bajo o ningún alfabetismo. Por ejemplo, muchas de estas actividades pueden adaptarse mediante la creación de tarjetas con dibujos para analizar los temas en grupo.

**PARA DIFERENTES ENTORNOS CULTURALES:** Las actividades están diseñadas para que se puedan utilizar en una amplia variedad de contextos. Sin embargo, puede encontrar que algunas son más apropiadas que otras para su propio entorno. Si es necesario, puede modificar nombres o situaciones presentadas como ejemplos, de manera que sean adecuadas para su ambiente.

**PARA FACILITAR SU PLANIFICACIÓN:** Cada actividad incluye una breve visión general, los objetivos de aprendizaje, el tiempo (duración) requerido para desarrollarla, una lista de materiales necesarios y los pasos para llevarla a cabo. También se incluyen instrucciones detalladas para leer a los estudiantes; estas por supuesto, se pueden adaptar en cualquier forma que usted considera conveniente y cómodo.

Haga un repaso preliminar de la actividad un par de veces para poder planear como quiere presentar el tema. Puede ser útil hacer un ensayo con algunos colegas o amistades para familiarizarse con el proceso y enfoque de la actividad. Desde luego, como parte de la planificación de cualquier sesión, deberá familiarizarse con el contenido correspondiente en el libro de **PAUTAS** (o en su propio currículo).

**NOTA SOBRE LA SELECCIÓN DE ACTIVIDADES:** Estas actividades no constituyen por sí mismas un currículo completo. Más bien, son actividades de muestra para ser usadas y adaptadas conforme usted desarrolla su propio currículo o plan de lecciones. Seleccione las actividades que sean el mejor complemento para alguna lectura, material escrito, película/video u otro componente que sea parte de lo que usted presenta. La bibliografía de recursos adicionales al final de este volumen incluye vínculos a otros currículos.

**NOTA SOBRE LOS MATERIALES:** Muchas de las actividades mencionan que usted necesitará un pizarrón y tiza. Sin embargo, puede usar papel de rotafolio y marcadores, pizarrón blanco, o cualquier superficie lo suficientemente grande para que los participantes puedan leer desde sus asientos.

**NOTA SOBRE LOS TIEMPOS:** La duración de estas actividades es flexible, dependiendo del tamaño y características del grupo y la cantidad de tiempo que dedique al análisis colectivo. Es importante dejar tiempo suficiente para llevar a cabo este proceso al final de la sesión, si así lo indican las instrucciones.

## ¿por qué es importante la justicia/equidad?

**VISIÓN GENERAL:** Las y los estudiantes analizan el tema de la justicia, reflexionando respecto a citas o frases de personas prominentes.

**OBJETIVOS:** Ayudar a las y los estudiantes a comprender la importancia de la justicia, la conexión entre justicia y derechos humanos y fortalecer sus habilidades de análisis y redacción de ideas.

### INSTRUCCIONES

**1** Explique que estas citas son de personas prominentes de todo el mundo. Haga que las y los estudiantes lean las frases célebres en voz alta, una a la vez. No analicen las frases célebres en este momento.

*La justicia realmente es equidad.*

*Las mujeres no se están muriendo por enfermedades que no podemos tratar, están muriendo porque las sociedades todavía tienen que decidir que vale la pena salvar sus vidas.*

*El futuro será determinado por la justicia con la que tratemos a los hijos de otras personas.*

*Se amable, porque cada persona que encuentras en tu vida está luchando en una gran batalla.*

*Se justo con los demás, pero también persiste hasta que ellos sean justos contigo.*

*La justicia es lo que hace brillar las estrellas.*

*Vive de tal manera que cuando otras personas piensen en la justicia y el respeto, piensen en ti.*

*En nuestros corazones y en nuestras leyes, debemos tratar a toda nuestra gente con justicia y dignidad, sin importar su raza, género, edad, convicciones políticas o religión.*

**2** Lea las siguientes instrucciones a los participantes:

- De esta lista, seleccionen una frase célebre que les inspire.
- Escriban al menos una página sobre lo que piensan que esa frase célebre significa y por qué “les dice algo” o les inspira.
- Incluyan un ejemplo de su propia experiencia, o de algo que sucedió en su comunidad o en otra parte en donde este mensaje hubiera ayudado. Puede ser un ejemplo de alguna vez en la que ustedes fueron maltratados, o que fueron testigos de una interacción injusta entre otras personas.
- ¿De qué forma el mensaje de esta frase célebre pudo haber sido útil en esa situación?
- Ustedes tendrán posteriormente oportunidad de leer su trabajo al resto del grupo, pero esto no será obligatorio.
- ¿Alguien tiene preguntas respecto a este ejercicio?

### DURACIÓN:

Pasos 1-2: 15 minutos (pueden desarrollarse previamente, por ejemplo como tarea del día anterior)

Pasos 3-7: 40 minutos

### MATERIALES:

Pizarrón y tiza

### PREPARACIÓN:

Decida si asignará los pasos 1 y 2 como tarea previa. Prepare el documento con las citas o frases célebres. Si usted tiene acceso a una fotocopidora, haga una copia de todas las frases célebres para cada participante. De no disponer de este recurso, escriba todas las frases célebres en el pizarrón antes de la sesión.

- 3** Pregunte si alguno o alguna desea compartir de manera voluntaria lo que escribió respecto a la frase elegida. Si no hay voluntarios, entonces escoja uno o dos participantes, pero respete su derecho a no participar en el ejercicio. Agradezca a cada participante después de haber compartido su respuesta.
- 4** Si los dos primeros participantes cuentan situaciones en las que *ellos mismos* fueron tratados de manera injusta, pregunte: ¿Alguien tiene un ejemplo de algo injusto que le pasó a *otra* persona?, ¿Alguien quiere compartir un ejemplo en el que ustedes trataron de manera arbitraria a otra persona?
- 5** Agradezca a las personas que participaron con las experiencias y después pregunte al grupo:
- ¿Es fácil ser justo siempre?
  - Diga: Leamos nuevamente la cita o frase final (“En nuestros corazones . . .”)
  - En nuestros corazones ¿siempre tratamos a todas las personas con justicia y dignidad, sin importar las diferencias que se mencionan? ¿Nuestras leyes tratan a todas las personas con justicia y dignidad? ¿Puede alguien dar un ejemplo? *[De ser posible, aliente a los participantes a pensar en ejemplos de su propia sociedad y también ejemplos de lo que hayan escuchado acerca de eventos en otro país.]*

- 6** Comente con los participantes:
- Las personas no siempre están de acuerdo sobre lo que significa comportarse con justicia y dignidad hacia los demás, o sobre cómo las personas tienen derecho a ser tratadas. Sin embargo, por más de 50 años, la comunidad internacional ha estado de acuerdo en que cada persona merece ser tratada con respeto y dignidad.
  - Como un asunto de justicia, cada ser humano debe acceder a ciertos derechos y protecciones básicas. Estos derechos se llaman “derechos humanos”. Se refieren a la forma en que nos tratamos unos a otros como individuos y como miembros de la sociedad; por el simple hecho de que somos seres humanos.
- 7** Pregunte y motive el intercambio de ideas:
- ¿Pueden pensar en un derecho básico que cada persona debe tener? *[Sugiera al grupo derechos como: alimento, vivienda, educación y seguridad.]*
  - ¿En realidad todas las personas gozan de estos derechos básicos?
  - Revisen la frase célebre original sobre la que escribieron. ¿Sería aplicable esa frase célebre acerca de la justicia a la idea más amplia de los derechos humanos?

## INFORMACIÓN PARA MAESTROS

Las frases célebres en esta actividad se atribuyen a las siguientes personas (en el orden en el que aparecen en el Paso 1): Potter Stewart, juez de la suprema corte de los EE.UU.; Mahmoud Fathalla, líder médico internacional; Marian Wright Edelman, defensora de los derechos; Philo, filósofo de la antigua Grecia; Alan Alda, actor; autor anónimo; H. Jackson Brown, Jr., escritor; Bill Clinton, ex presidente de los EE.UU.



# introducción a los derechos humanos

**VISIÓN GENERAL:** Las y los estudiantes desarrollan una lista de derechos que les gustaría tuviera un país imaginario nuevo y comparan su lista con la Declaración Universal de los Derechos Humanos. Entrevistan a personas adultas sobre lo que entienden por el término “derechos humanos”.

**OBJETIVOS:** Estimular a los estudiantes para que describan el concepto de derechos humanos y que nombren varios derechos básicos; fortalecer sus habilidades de pensamiento abstracto.

## DURACIÓN:

Pasos 1-2: 40 minutos

Pasos 3-5: 45 minutos

## MATERIALES:

Pizarrón y tiza; al menos una copia de la Información para Maestros: “La Declaración Universal de los Derechos Humanos”.

## PREPARACIÓN:

Esta actividad debe ser realizada después de que las y los estudiantes hayan explorado los valores contenidos en los derechos humanos, como la igualdad y la no discriminación. Revise la Declaración Universal de Los Derechos Humanos y asegúrese de que usted comprende el significado de cada derecho.

## INSTRUCCIONES

- 1 Divida a los participantes en grupos de cuatro a cinco personas. Indíqueles:
  - Imaginen que van a establecerse en una nueva isla que tiene todo lo necesario para sustentar la vida humana. Nadie ha vivido ahí antes, por lo que no hay leyes ni historia en ese lugar.
  - Preparen una lista de diez derechos humanos que se aplicarán automáticamente a toda persona en esa isla.
  - Ninguno de ustedes sabe cuál será su propia posición, género, origen étnico/raza, clase u orientación sexual. Tienen diez minutos para escribir su lista.
- 2 Invite a cada grupo a presentar su lista. Haga una lista con todos los derechos mencionados por los diferentes grupos.
- 3 Presente a los participantes la Declaración Universal de los Derechos Humanos. Explique que esta es una lista de derechos para todas las personas en el mundo. Pida a cada estudiante que lea un “Artículo” en voz alta. Después de leer el último de los artículos verifique si alguien tiene preguntas acerca del tema.
- 4 Pida a los participantes que regresen a sus respectivos grupos por diez minutos para considerar:
  - ¿En que se parece la lista que trabajamos con la Declaración Universal de los Derechos Humanos?
  - ¿Cuáles derechos de la Declaración Universal dejamos fuera de nuestra lista?
  - ¿Queremos añadir algunos otros derechos a nuestra lista?
  - ¿Algunos de los derechos de la lista del grupo no están incluidos en la Declaración Universal?
- 5 Reúna de nuevo a los grupos y revise sus respuestas a las preguntas del Paso 4. Pregunte qué tan importante es tener una lista universalmente acordada de derechos humanos aplicables a todas las personas.

**Tarea:** Entrevisten a dos adultos separadamente. Preguntéles: “¿Qué significa para usted el término ‘derechos humanos’? ¿Puede describir al menos un ejemplo?” Pongan por escrito el asunto del que la persona les habló, lo que aprendieron y algo que piensen que podría hacerse para abordar ese tema.

## la declaración universal de los derechos humanos en lenguaje sencillo

La siguiente lista explica cada derecho humano en un lenguaje sencillo.

Para consultar el texto oficial en español, ver: <[www.un.org/es/documents/udhr/index.shtml](http://www.un.org/es/documents/udhr/index.shtml)>.

**ARTÍCULO 1:** Desde el nacimiento, todas las personas son libres. Cada uno debe ser tratado de igual manera. Cada persona tiene razón y conciencia. Todos debemos actuar amigablemente con otras personas.

**ARTÍCULO 2:** Toda persona puede exigir los siguientes derechos sin importar su:

- género;
- color de la piel;
- idioma;
- opiniones políticas;
- religión;
- riqueza o pobreza;
- grupo social;
- país de nacimiento; y
- situación del país, ya sea independiente o no.

**ARTÍCULO 3:** Toda persona tiene derecho a la vida y a vivir en libertad y con seguridad.

**ARTÍCULO 4:** Nadie tiene derecho de tratarle como esclavo y usted no debe esclavizar a persona alguna.

**ARTÍCULO 5:** Nadie tiene derecho de torturarlo.

**ARTÍCULO 6:** Toda persona tiene derecho a estar protegida por la ley, en cualquier lugar o situación.

**ARTÍCULO 7:** La ley es la misma para todos; debe aplicarse de la misma forma para todas las personas.

**ARTÍCULO 8:** Toda persona debe poder solicitar ayuda legal cuando no se respeten los derechos que su país otorga.

**ARTÍCULO 9:** Nadie tiene derecho de ponerle en prisión, mantenerle ahí o enviarle lejos de su país, de manera injusta o sin una causa justificada.

**ARTÍCULO 10:** Si usted debe ir a juicio, ese juicio debe ser conducido en público. Las personas que le juzguen no deben ser influenciadas por otras personas.

## la declaración universal de los derechos humanos en lenguaje sencillo

- ARTÍCULO 11:** Usted debe ser considerado inocente hasta que se le pruebe que es culpable. Si se le acusa de un crimen, usted siempre tiene derecho a defenderse. Nadie tiene el derecho de condenarle o castigarle por algo que no haya hecho.
- ARTÍCULO 12:** Usted tiene derecho a ser protegido si alguien trata de dañar su buen nombre, entrar a su casa, abrir su correo o molestarle a usted o a su familia.
- ARTÍCULO 13:** Usted tiene derecho a ir y venir como lo desee dentro de su país. Usted tiene derecho a dejar su país e ir a otro; y debe poder regresar a su país si así lo desea.
- ARTÍCULO 14:** Si alguien le causa daño, usted tiene derecho a buscar asilo (refugio seguro) en otro país. Usted puede perder este derecho si ha cometido alguna violación grave contra los derechos humanos.
- ARTÍCULO 15:** Toda persona tiene derecho a pertenecer a un país (nacionalidad) y nadie puede quitarle injustamente la nacionalidad o su derecho a cambiar de la misma, si así lo desea.
- ARTÍCULO 16:** Tan pronto como una persona llega a la edad de contraer matrimonio, él o ella tiene derecho a casarse y tener una familia. Ni el color de su piel ni el país de donde venga, ni su religión deben ser impedimentos para hacer esto. Los hombres y mujeres tienen los mismos derechos cuando se casan y también cuando se separan. Nadie debe forzar a una persona a casarse. El gobierno de su país debe proteger a su familia y a sus miembros.
- ARTÍCULO 17:** Toda persona tiene derecho a poseer cosas y nadie tiene derecho a quitárselas arbitrariamente.
- ARTÍCULO 18:** Toda persona tiene derecho a profesar su religión libremente, a cambiarla y a practicarla solo o acompañado de otras personas.
- ARTÍCULO 19:** Toda persona tiene derecho a pensar lo que desee y decir lo que quiera; y nadie debe prohibirle hacerlo. Toda persona tiene derecho a compartir sus ideas con cualquier persona — incluidas las personas de cualquier otro país.
- ARTÍCULO 20:** Toda persona tiene derecho a organizar reuniones pacíficas o a tomar parte en reuniones de una forma pacífica. Nadie tiene derecho de forzarle a pertenecer a algún grupo.
- ARTÍCULO 21:** Usted tiene el mismo derecho que cualquier otra persona a tomar parte en los asuntos políticos de su país. Usted puede hacer esto al pertenecer al gobierno directamente o al elegir a los políticos que tengan las mismas ideas que usted tiene. Los gobiernos deben ser elegidos periódicamente y el voto debe ser secreto. Se le debe Promover votar y todos los votos deben ser contados por igual.

## la declaración universal de los derechos humanos en lenguaje sencillo

- ARTÍCULO 22:** La sociedad en la que usted viva debe ayudarlo a desarrollarse y aprovechar al máximo todas las ventajas (cultura, trabajo, seguridad social) que sean ofrecidas a usted y a toda persona en su país.
- ARTÍCULO 23:** Toda persona tiene derecho a trabajar, a ser libre de elegir su trabajo y a recibir un salario que le permita vivir y sostener a su familia. Si un hombre y una mujer hacen el mismo trabajo, ambos deben obtener el mismo pago. Todas las personas que trabajan tienen derecho a unirse para proteger y defender sus intereses.
- ARTÍCULO 24:** Las jornadas de trabajo no deben ser muy largas, porque toda persona tiene derecho a descansar y debe poder tomar vacaciones periódicas pagadas.
- ARTÍCULO 25:** Usted tiene derecho a tener lo que necesite para que usted mismo y su familia no se enfermen; no padezcan hambre; tengan ropa y una casa; y reciban ayuda si sale a trabajar, si está enfermo, si es anciano, si su esposa o esposo está muerto, o si no puede ganarse la vida por alguna otra razón que usted no pueda resolver. Tanto una madre que va a tener un bebé, como su hijo, deben recibir ayuda especial. Todo niño o niña tiene los mismos derechos que cualquier otro niño, sin importar si sus padres están o no casados.
- ARTÍCULO 26:** Usted tiene derecho de ir a la escuela; todas las personas deben poder ir a la escuela. La educación primaria debe ser gratuita. Usted debe poder aprender una profesión o destreza o continuar sus estudios tanto como lo desee. En la escuela, usted debe poder desarrollar todos sus talentos. Usted debe aprender a llevarse bien con otras personas, sin importar su raza, religión o antecedentes. Sus padres tienen derecho a escoger cómo y qué se les enseña en la escuela.
- ARTÍCULO 27:** Toda persona tiene derecho a participar en las artes y ciencias de su comunidad, así como en cualquier beneficio que resulte de ellas. Su trabajo artístico, literario o científico debe ser protegido y debe poder beneficiarse de él.
- ARTÍCULO 28:** Para asegurar que sus derechos sean respetados, debe establecerse un “orden” que pueda protegerlos. Este “orden” debe ser local y mundial.
- ARTÍCULO 29:** Toda persona tiene deberes hacia su comunidad. La ley debe garantizar sus derechos humanos. Debe Promover que cada persona respete a las otras y sea respetada.
- ARTÍCULO 30:** Ninguna sociedad o persona en cualquier lugar del mundo debe actuar de manera que destruya los derechos que se indican en esta declaración.

Esta actividad ha sido adaptada de ABC: *Teaching Human Rights—Practical activities for primary and secondary schools* (Oficina del Alto Comisionado para los Derechos Humanos. 2004. Nueva York y Ginebra: Naciones Unidas. pp. 43-44 y 102-109.) Esta lista (adaptada en parte de la Asociación Mundial para la Escuela como Instrumento de Paz en la Universidad de Ginebra) explica cada derecho humano en lenguaje sencillo. Para el texto oficial en español, ver: <[www.un.org/es/documents/udhr/index.shtml#a11](http://www.un.org/es/documents/udhr/index.shtml#a11)>.

# poder, privilegio e igualdad

**VISIÓN GENERAL:** Las y los estudiantes identifican y reflexionan sobre la relación entre el poder social y la experiencia de privilegio o la discriminación.

**OBJETIVOS:** Facilitar que las y los estudiantes analicen en grupo las relaciones de poder en la sociedad, identificar la forma en que tener poder se relaciona con las experiencias de privilegio, discriminación y opresión, así como relacionar estos aspectos con sus propias vidas; fortalecer sus habilidades analíticas y de solución de problemas.

**DURACIÓN:**

45 minutos

**MATERIALES:**

Pizarrón y tiza

**PREPARACIÓN:**

Prepare la pizarra o el papel conforme a las instrucciones del Paso 1, antes que la sesión comience. Usted puede ampliar la lista propuesta con grupos que puedan ser relevantes a su comunidad en particular.

**INSTRUCCIONES**

- 1 Dibuje en el pizarrón una tabla con dos columnas. Encabece la primera columna con “mayor poder/privilegio” y la segunda columna con “menos poder/privilegio”. Explique a los participantes que estarán analizando en grupo los conceptos de poder, privilegio e igualdad en sus propias vidas y en la sociedad.
- 2 Con base en la lista titulada “Grupos con tendencia a tener un poder desigual en la sociedad”, lea el primer ejemplo (gente rica y gente pobre).
- 3 Pregunte: ¿Cuál grupo va en la columna de “mayor poder”? ¿Cuál en la columna de “menos poder”? Recuerde a los participantes que no necesariamente estás caracterizaciones son verdades absolutas.
- 4 Registre la respuesta de los participantes en la columna apropiada. Complete el resto de la lista, registrando sus respuestas en cada columna. (Para los grupos étnicos, raciales y/o religiosos, puede mencionar grupos específicos en su comunidad.)

**Grupos que tienden a tener un poder desigual en la sociedad:**

- Gente rica / Gente pobre
  - Hombres / Mujeres
  - Heterosexuales / Homosexuales
  - Jefe / Trabajador
  - Político / Miembro de la comunidad
  - Ciudadano / Refugiado
  - Personas sin discapacidades / Personas con discapacidades
  - Grupos étnicos mayoritarios / Grupos étnicos minoritarios
  - Grupos religiosos mayoritarios / Grupos religiosos minoritarios
  - Personas consideradas atractivas / Personas consideradas no atractivas
- 5 Pregunte:
- Observen la lista de grupos con tendencia a tener más privilegios en la sociedad. ¿Pueden encontrar un grupo en esta lista con el que ustedes se identifiquen en lo personal?

¿Están de acuerdo en que este grupo generalmente goza de mayor poder en la sociedad? Escriban unas cuantas frases que describan una experiencia que hayan tenido o sobre la que hayan escuchado que ilustre esta diferencia de poder. *[Asigne 3–5 minutos para que los participantes escriban.]*

- Observen la lista de los grupos que usualmente tienen menos privilegios. Vean si también se pueden identificar en lo personal con alguno de estos grupos. ¿Están de acuerdo en que este grupo generalmente goza de menores privilegios? Escriban unas frases que describan una experiencia que hayan tenido o sobre la que hayan escuchado que ilustre esta diferencia de poder. *[Asigne 3–5 minutos para que escriban.]*
  - Levanten la mano si encuentran que se identifican con al menos un grupo en cada lista. ¿Sabemos la mayoría de nosotros cómo es gozar de mayores privilegios Y cómo es tener menos privilegios?
- 6** Solicite algunos voluntarios para leer sus anécdotas sobre el hecho de pertenecer a un grupo con menos poder o privilegio. (No presione a nadie para que lea).
- 7** Realicen un análisis grupal de la manera siguiente (consideren 1–2 respuestas por pregunta):
- ¿Qué notan ustedes sobre el trato que recibe la gente en los grupos menos privilegiados? *[Explore si quienes tienen menor poder usualmente son discriminados u oprimidos.]*
  - ¿Qué sienten las personas con menor poder al recibir ese trato? *[Haga una lista con tres de estas emociones en el pizarrón. Asegúrese de que sean palabras que*

*se refieran a emociones, no descripciones de lo que sucedió.]*

- ¿Qué notaron acerca de los sentimientos o emociones incluidos en la lista?

**8** Retome las dos listas elaboradas y pregunte:

- Piensen sobre el concepto de igualdad. Tomen, por ejemplo, el primer par (gente rica y gente pobre). ¿Cómo completarían la frase: “La igualdad entre la gente rica y la gente pobre \_\_\_\_\_”? ¿Qué les viene a la mente? *[No hay una respuesta única que sea correcta.]*
- ¿Quién puede completar la misma frase relativa a la igualdad para otro par de grupos? Trate de usar palabras diferentes o incluso desarrolle otras frases. *[Repita para varios pares según el tiempo disponible.]*
- ¿Quién recuerda el primer artículo de la Declaración Universal de los Derechos Humanos? *[Nota: Es el derecho a la igualdad. Escriba este primer artículo en el pizarrón: “Todos los seres humanos nacen libres e iguales en dignidad y derechos y, dotados como están de razón y conciencia, deben comportarse fraternalmente los unos con los otros”.]*

**9** Cierre con un análisis en grupo de la siguiente pregunta (o simplemente aliente a los participantes a reflexionar sobre la pregunta al salir de clase): *¿Qué tiene que suceder para que todas las personas gocen de igualdad y el derecho a la dignidad?*

**Tarea:** Respondan por escrito a la siguiente pregunta: ¿Qué podrían ustedes hacer en su vida diaria para promover una mayor igualdad y reconocer la dignidad de cada persona?

Adaptado del libro: *Helping Teens Stop Violence: A Practical Guide for Counselors, Educators, and Parents* (Allan Creighton and Paul Kivel. 1990, 1992. Alameda, CA: Hunter House Inc.). Para pedirlo vaya a <[www.hunterhouse.com/shopexd.asp?id=308&bc=no](http://www.hunterhouse.com/shopexd.asp?id=308&bc=no)>.



# estudios de caso relacionados con los derechos sexuales y reproductivos

**VISIÓN GENERAL:** Las y los estudiantes examinan y analizan en grupo historias verdaderas que involucran violaciones a los derechos sexuales o reproductivos.

**OBJETIVOS:** Promover que las y los estudiantes describan la forma en que las relaciones íntimas y la sexualidad se ven afectadas por nuestra capacidad de ejercer nuestros derechos humanos; fortalecer sus habilidades de pensamiento crítico.

## DURACIÓN:

40–60 minutos, dependiendo del número de casos analizados.

## MATERIALES:

Pizarrón y tiza; una copia de cada estudio de caso que va a utilizar. Trate de poner en un lado de la hoja la Parte Uno y del otro lado la Parte Dos, ya que cada parte tiene sus propias preguntas para analizar.

## PREPARACIÓN:

Esta actividad debe presentarse después de haber expuesto a las y los jóvenes a la idea de los derechos sexuales y los derechos reproductivos. Seleccione tres estudios de caso de la siguiente página, o use casos reales de su país. Escriba con anticipación las preguntas para el análisis, separadas en Parte Uno y Parte Dos, en hojas o en el pizarrón.

## INSTRUCCIONES

- 1 Hoy vamos a conocer y analizar algunas historias verdaderas sobre derechos sexuales y derechos reproductivos. Pida a una o un voluntario que lea en voz alta la Parte Uno de la historia de Alicja. Lean solamente la Parte Uno.
- 2 Después de que la Parte Uno haya sido leída, pida a los participantes que escriban en sus cuadernos las respuestas a las siguientes preguntas. Lea las preguntas del pizarrón en voz alta:
  - ¿Cómo les hace sentir este caso?
  - ¿Qué derechos sexuales o reproductivos se relacionan con este caso?
  - ¿Piensan que esto representa una violación a los derechos humanos? ¿Por qué?
  - ¿Quién es responsable? Hagan una lista de todas las personas que tienen alguna responsabilidad por lo que sucedió.
- 3 Pida un voluntario para leer las respuestas a cada pregunta y entonces pida que el resto del grupo haga comentarios.
- 4 Pida al mismo participante que originalmente leyó la Parte Uno, que lea la Parte Dos (“¿Qué sucedió?”). Entonces analicen en grupo:
  - ¿Cómo se sienten respecto al resultado?
  - ¿Qué tan diferente hubiera sido el caso si la víctima hubiera sido adinerada (o hubiera sido hombre, o heterosexual?)
  - ¿Qué actitudes tienen que cambiarse para proteger este derecho sexual?
- 5 Repita estos pasos para cada estudio de caso en su sesión. (Asigne diez minutos por caso.)
- 6 Después de completar todos los casos de estudio, concluya la sesión con las siguientes preguntas:
  - ¿Saben ustedes de casos similares que hayan sucedido aquí? ¿Cuáles derechos fueron violados?
  - ¿Han escuchado ustedes de cualquier otro tipo de violaciones a los derechos sexuales en nuestro país o en otros lugares?
  - ¿Qué debe hacerse para detener esas violaciones?
  - ¿Qué conclusión podemos derivar de las relaciones entre los derechos humanos y nuestras relaciones románticas y/o sexuales? *[Pida ideas, escriba la conclusión en el pizarrón.]*

## estudios de caso sobre derechos sexuales y derechos reproductivos

### ALICJA

**Parte Uno:** Historia de Alicja: Cuando Alicja, una mujer polaca con problemas visuales desde la niñez quedó embarazada, varios doctores le recomendaron que su embarazo y parto representaba el riesgo de daño irreversible para sus ojos. Por ley, Polonia permite a las mujeres tener abortos cuando su salud está en peligro. Sin embargo, los médicos rehusaron emitir un certificado autorizando un aborto, de tal forma que se le dejó sin otra opción que seguir con su embarazo hasta el final.

**Parte Dos:** ¿Qué sucedió con Alicja? El nacimiento de su hijo resultó en un mayor deterioro de la visión de Alicja. Ella se volvió incapaz de trabajar y, por lo mismo, dependiente de la ayuda para las actividades cotidianas y atención a su hijo, así como completamente dependiente de la asistencia pública. El caso de Alicja fue llevado a la Corte Europea de Derechos Humanos, la cual determinó que los gobiernos tienen el deber de establecer mecanismos efectivos para asegurar que las mujeres tengan acceso al aborto cuando es legal. La corte le otorgó una importante indemnización financiera en reconocimiento de su “angustia y sufrimiento”.

### AMINA

**Parte Uno:** Historia de Amina: Amina era una mujer nigeriana divorciada y madre de tres hijos. Después de estar saliendo con Mohammed por 11 meses, él le pidió tener relaciones sexuales con él, prometiéndole que se casaría con ella. Ella aceptó y quedó embarazada. Sin embargo, Mohammed no se casó con ella; y ella tuvo que dar a luz a una hija fuera del matrimonio. Ella fue acusada de adulterio bajo la ley religiosa. Mohammed juró que él no era el padre y se le permitió quedar en libertad, pero Amina fue condenada por adulterio y sentenciada a muerte por lapidación. Ella apeló pero el veredicto fue confirmado. Su ejecución se difirió por dos años para que ella pudiera criar a su bebé.

**Parte Dos:** ¿Qué sucedió con Amina? Después de otra apelación, Amina fue absuelta y el veredicto de muerte por lapidación fue revocado. Los jueces resolvieron que ella no había tenido suficiente oportunidad de defender su caso. El gobierno niega que ella haya sido condenada a ser lapidada hasta morir. Posteriormente ella se volvió a casar.

## estudios de caso sobre derechos sexuales y derechos reproductivos

### FÁTIMA

**Parte Uno:** Historia de Fátima: Fátima, una niña de 11 años y nativa de África Oriental, escuchó a sus padres conversando acerca de su circuncisión. Ella se atemorizó porque recordaba cómo su hermana mayor había regresado de la ceremonia — con dolor y sintiéndose miserable. También pensó en su mejor amiga, quien fue atendida en la clínica local con graves infecciones causadas por su circuncisión. Ella no quería experimentar lo que otras niñas a su alrededor habían sufrido; y suplicó a sus padres que no la forzaran a ser circuncidada. Ellos se rehusaron a escucharla porque creían que de no ser circuncidada nunca se podría casar y que alguien tan joven e inexperta no podía decidirlo. Pero su hermana había oído de una organización local que educaba a las familias sobre los peligros y riesgos para la salud de la mutilación genital femenina (MGF). Así que pidió a un miembro de esa organización que fuera a hablar con sus padres acerca de la situación de Fátima.

**Parte Dos:** ¿Qué sucedió con Fátima? La visitante convenció a los padres de Fátima de que la circuncisión era peligrosa para la salud de su hija y que había otras formas de celebrar el convertirse en mujer. En la actualidad, Fátima está casada y agradecida con sus padres por su actitud abierta. Ella trabaja ahora para la misma organización de ayuda, educando a niñas que van a la escuela sobre cómo hablar con sus padres acerca de la circuncisión.

### MATTHEW

**Parte Uno:** Historia de Matthew: Matthew era un estudiante universitario homosexual originario de los Estados Unidos. Una noche, dos jóvenes que pretendían ser gay le ofrecieron llevarlo a casa al salir de un bar. Matthew fue con ellos, pero lo llevaron a un área remota, lo robaron, lo ataron a una cerca, lo golpearon brutalmente con un revólver y lo torturaron. Finalmente lo dejaron en ese lugar para que muriera. Matthew fue encontrado 18 horas más tarde, todavía atado a la cerca, por un ciclista quien pensó que era un espantapájaros. Matthew todavía estaba vivo pero en estado de coma.

**Parte Dos:** ¿Qué sucedió con Matthew? El cráneo de Matthew resultó destrozado y su cerebro severamente dañado. Sus lesiones fueron demasiado graves como para poder ser reparadas por los médicos. Él nunca recuperó la conciencia y murió cinco días más tarde. Los asesinos fueron arrestados y, finalmente, cada uno recibió dos condenas perpetuas consecutivas. La historia de Matthew llamó la atención a los crímenes de odio. Se aprobó una ley a nombre de Matthew que amplía la legislación de los crímenes de odio para incluir crímenes de odio contra personas gay y lesbianas, mujeres y personas con discapacidades. La madre de Matthew estableció la Fundación Matthew Shepard, que busca “sustituir el odio con comprensión, compasión y aceptación” a través de la educación, el trabajo con la comunidad y la labor de advocacy.

## estudios de caso sobre derechos sexuales y derechos reproductivos

### LAKSHMI

**Parte Uno:** Historia de Lakshmi: Lakshmi, una pequeña niña de Nepal, fue forzada a casarse a los 12 años de edad y fue explotada en la casa de su esposo. Incapaz de soportar su situación, ella escapó y regreso a casa de sus padres, pero sus padres la forzaron a regresar a casa de su marido. “En el camino, logré escapar y una amable señora me ayudó”, dijo Lakshmi. “La señora dijo que su hermana estaba trabajando para una fábrica en otra parte de Nepal y que yo podía reunirme con ella y todo lo que tendría que hacer era vender las ropas de la fábrica”. Pero en el camino, Lakshmi fue drogada y llevada a la India. Lakshmi dijo “Fue entonces que comprendí que había sido vendida por 15,000 rupias indias. Fui golpeada cuando me rehusé a ser una trabajadora del sexo. Durante un año estuve atrapada en un burdel. Posteriormente, la policía hizo una redada en el burdel y fui rescatada y enviada de regreso a Nepal. Para entonces tenía 14 años”.

**Parte Dos:** ¿Qué sucedió con Lakshmi? Al regresar Lakshmi a casa de sus padres, ellos se rehusaron a aceptarla. Posteriormente ella se casó pero resultó VIH-positiva. No es claro si ella contrajo el virus cuando fue forzada al trabajo sexual o después de casarse.

### KAREN

**Parte Uno:** Historia de Karen: En 2001, en Perú, Karen, entonces con 17 años, descubrió que el feto que llevaba en el vientre (de 14 semanas) era anencefálico, es decir, que no tenía la corteza cerebral y no sobreviviría. Entonces solicitó que se le practicara un aborto terapéutico (legal en su país), el cual le fue negado por sus médicos tratantes, quienes argumentaron estar prohibidos. Karen fue obligada, entonces, a concluir su embarazo, aun cuando corría grave peligro su vida.

**Parte Dos:** ¿Qué sucedió con Karen? Como se temía, el pequeño no sobrevivió, lo cual provocó en Karen daños psicológicos que mantiene hasta hoy. Su caso fue comunicado al Comité de Derechos Humanos de las Naciones Unidas que dictaminó en 2005 que, al negarle acceso a un aborto legal, el gobierno se le indemnice por haber negado su acceso a un aborto legal.

# mapeo de palabras relacionadas con los conceptos de hombre y mujer

**VISIÓN GENERAL:** Las y los estudiantes trabajan en grupos para crear mapeos de palabras sobre lo que la sociedad establece que significa ser “hombre” o “mujer”, así como para analizar en grupo de dónde provienen estas ideas. Se les presenta el concepto de género.

**OBJETIVOS:** Posibilitar que las y los estudiantes definan lo que es el “género” y distingan cuáles características atribuidas a hombres y mujeres son biológicas y cuáles son determinadas socialmente; fortalecer las habilidades de pensamiento crítico y escritura creativa.

**DURACIÓN:**

45 minutos

**MATERIALES:**

Pizarrón y tiza

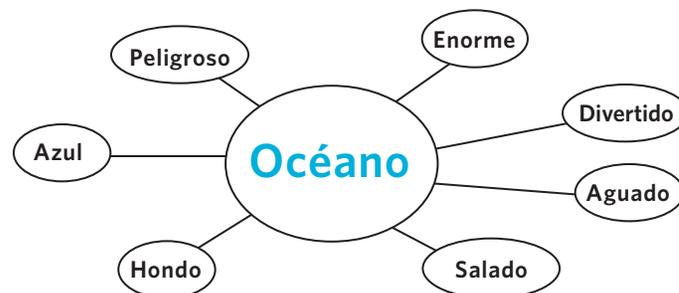
**PREPARACIÓN:**

Decida si desea añadir alguna característica que sea especialmente apropiada para su comunidad.

**INSTRUCCIONES**

- 1 Divida a los participantes en grupos de cuatro o cinco personas (ya sea del mismo sexo o no).
- 2 Explique:
  - Hoy analizaremos en grupo el tema de género (lo que la sociedad establece que significa ser un hombre o ser una mujer). Cada grupo creará mapeos de palabras que usualmente se asocian con el hecho de ser hombre y ser mujer.
- 3 Asigne a los grupos de jóvenes dos minutos para elaborar un mapeo de palabras relacionadas con “hombre” y dos minutos para hacer uno con “mujer”.
- 4 Escriba “Mujer” y “Hombre” en el pizarrón y haga dos columnas bajo cada palabra; una titulada “biológico” y la otra titulada “social”. Comience con uno de los grupos de estudiantes y pregunte:
  - ¿Cuál es una característica de su mapeo de palabras que está asociada con el hecho de ser hombre?
  - ¿Es esa característica determinada biológicamente (columna “Biológico”) o determinada socialmente (columna “Social”)?
  - Si las y los estudiantes asignan una característica “social” a la categoría “biológica”, corríjales haciendo la siguiente pregunta: ¿Si un hombre no posee esa característica, ¿sigue siendo hombre? (o mujer según el concepto que estén trabajando).
- 5 Añada una nueva característica a la lista de cada grupo de participantes, hasta que tenga todas las respuestas relacionadas con el hecho de ser hombre.

*Para aclarar el concepto de un “mapeo de palabras” usted puede dar un ejemplo en el pizarrón de un mapeo de palabras relacionadas con otro tema. Ver por ejemplo la palabra “Océano” que se muestra a continuación.*



Asegúrese de que los jóvenes tengan varias de las siguientes palabras en sus respectivos mapeos. (Podría ser necesario hacer preguntas adicionales de exploración para obtener respuestas específicas.) Algunos ejemplos comunes de lo que la gente asocia con “ser hombre” incluyen:

- Ser fuerte físicamente
- Ser inexpresivo emocionalmente
- Predador sexual
- Ser heterosexual
- Ser exitoso financieramente
- Estar a cargo de una familia
- Ser sereno/attractivo
- Ser padre
- Ser orgulloso
- Ser poderoso
- Ser atlético
- Ser valiente
- No tener miedo de la violencia o de usar la violencia
- Ser gracioso
- Ser leal a los amigos

**6** Repita este proceso para las características asociadas con “ser mujer”. Algunos ejemplos comunes incluyen:

- Ser considerada
- Ser callada / Ser sumisa
- Ser conversadora
- Ser una buena comunicadora
- Estar bien arreglada
- Ser fuerte emocionalmente
- Ser bien organizada / Ser buena para atender varias tareas a la vez
- Ser práctica
- No ser violenta
- Ser modesta

- Tener un cuerpo curvilíneo
- Ser físicamente más débil que un hombre
- Ser cariñosa
- Ser madre

**7** Reserve diez minutos para el siguiente análisis colectivo:

- Algunas características de los hombres y las mujeres son biológicas. Por ejemplo, solamente el hombre puede ser padre; solamente la mujer puede dar a luz o amamantar.
- Pero la mayoría de las características asociadas con ser hombre o mujer están determinadas socialmente — no con base en la biología.
- Los roles masculinos y femeninos que están determinados socialmente se llaman roles de género. ¿Quién ha escuchado este término antes?
- ¿Qué sienten ustedes con respecto a los roles de género en nuestra sociedad? ¿Están de acuerdo con todos los aspectos de cómo se supone que las mujeres deben actuar y vivir? ¿Con la forma en que se supone que los hombres deben actuar?
- ¿Qué piensan que significa igualdad de género?
- En cada comunidad y sociedad algunas personas mantienen actitudes sobre el género y la igualdad que no son las convencionales.
- Conforme cambia la sociedad a través del tiempo o de región a región, así cambian las actitudes sobre los roles de género.

**Tarea:** Completen y desarrollen el siguiente enunciado, ya sea como lista, carta o como un poema: “No es fácil ser niña/niño porque . . .”

Adaptado de *What's the Real Deal About Masculinity?* (2008. Scenarios USA.) Para pedirlo vaya a <[www.scenariosusa.org/getinvolved/MasculinityCurriculum2009.html](http://www.scenariosusa.org/getinvolved/MasculinityCurriculum2009.html)>.



## viaje a través de la memoria: aprendizaje sobre el género en la niñez

**VISIÓN GENERAL:** Las y los estudiantes comparten un recuerdo de algún momento en el que fueron tratados de cierta forma debido a su sexo; y recuerdan sus sentimientos acerca de esas experiencias.

**OBJETIVOS:** Promover que las y los estudiantes analicen y tengan ejemplo de la forma en que niñas y niños asimilan los mensajes sobre los roles de género; considerar estos mensajes desde una perspectiva personal y de derechos humanos; fortalecer sus habilidades de pensamiento crítico.

### DURACIÓN:

45 minutos (El Paso 5 puede asignarse como tarea).

### MATERIALES:

Pizarrón y tiza

### PREPARACIÓN:

Antes de realizar esta actividad, haga este viaje por los recuerdos usted mismo. Tome en cuenta que las actividades relacionadas con recuerdos pueden producir sentimientos difíciles para algunos estudiantes. Reflexione sobre la mejor forma de responder — y a quién usted podría recurrir — si alguno de los participantes necesitara apoyo adicional.

### INSTRUCCIONES

- 1 Divida la clase en grupos pequeños (4 o 5 personas), de preferencia del mismo sexo. Pídales que tengan a la mano un bolígrafo o lápiz y papel.
- 2 Explique:
  - Hoy exploraremos lo que significa crecer como niño o como niña. Primero, haremos un breve viaje a través de nuestros recuerdos, así que acomódense, dejen sus bolígrafos y relájense.
  - Recuerden algún momento en el que se hayan dado cuenta de que estaban siendo tratados de una manera distinta debido al hecho de ser hombres o mujeres. En cuanto recuerden algo, vayan escribiéndolo.
  - ¿Cuando recuerdan esa experiencia, que sentimientos vienen a su memoria? Escriban esas emociones. Tendrán la opción de compartir su recuerdo con su grupo.
- 3 Después de algunos minutos, pida lo siguiente:
  - Ahora volvamos al presente, y tomemos unos minutos para discutir dentro del grupo que experiencias tenemos en común. Decidan si desean compartir algo con el grupo.
- 4 Después de otros cinco o diez minutos, pregunte:
  - ¿Qué nos dicen estas experiencias acerca de las actitudes sociales en relación con el valor que se asigna a las mujeres, así como acerca de sus roles? ¿O de los hombres?
  - Recordando lo que hemos aprendido sobre derechos humanos, ¿les parece que estas actitudes son justas? ¿Por qué sí o por qué no?
  - ¿Cuáles son algunos cambios que deberían producirse para lograr la igualdad entre hombres y mujeres?
- 5 *[Nota: Si se le acaba el tiempo, este paso puede asignarse como tarea.]* Recuerde a los participantes que cualquier situación puede tener diferentes resultados. Ofrezcales la oportunidad de cambiar el final del relato con la siguiente explicación:
  - Regresen al recuerdo de una situación que ustedes hayan considerado que no era equitativa o justa — ya sea una de las que ustedes han escrito o una de las que escucharon en su grupo.
  - Escriban un nuevo y más justo final para el relato.

# imágenes de la paternidad



**VISIÓN GENERAL:** Las y los estudiantes escriben sobre su padre o sobre un cuidador de sexo masculino. Analizan en grupo la forma en que los roles de género limitan los roles de los hombres como cuidadores; y escriben sobre el tipo de padre que esperan ser o que esperan tener para sus propios hijos (o para otros niños y niñas que conocen).

**OBJETIVOS:** Promover que las y los estudiantes evalúen las experiencias y valores sobre la función de proporcionar cuidados por parte de los hombres; fortalecer la reflexión personal y las habilidades de redacción.

## INSTRUCCIONES

**1** Presente el tema con la siguiente explicación:

- Hoy estaremos analizando en grupo los modelos de los roles masculinos, especialmente la paternidad.
- Quisiera que ustedes iniciaran escribiendo una breve carta a su padre, tutor o a otra persona que represente la figura paterna en sus vidas. No se les pedirá que compartan su carta. Comiencen su carta con alguna de las siguientes frases de inicio: *Querido papá [u otra figura paterna], tú crees que ya se me olvidó, pero yo recuerdo . . .*  
*Querido papá [u otra figura paterna], necesito que tú . . .*

**2** Después de cinco minutos indique lo siguiente:

- ¿Qué clase de persona es o fue su padre, tutor u otra persona que represente la figura paterna en sus vidas? Escriban al menos diez adjetivos que lo describan. De nuevo, lo que escriban es privado y no necesita ser compartido.
- Ahora hagan una lista de diez adjetivos que les gustaría ver incluidos en el rol de padres, que ustedes consideren que son parte de lo que

significa ser un padre maravilloso.

- Observen su segunda lista de adjetivos. Pongan una marca a un lado de los adjetivos que describan a la mayoría de los padres. Encierre en un círculo aquellos objetivos que son poco comunes, o que describan a solamente a unos cuantos padres.
- ¿Encuentran los hombres que los roles masculinos tradicionales les dificultan o les facilitan el comportarse de la forma en que sus hijos desean que lo hagan?
- ¿Pueden ustedes pensar en un ejemplo de un padre o figura paterna que actúe de formas que vayan en dirección opuesta a los roles tradicionales de género?

**3** Para concluir, pregunte: ¿De qué forma les gustaría que lo que significa ser padre cambiara en el futuro?

**Tarea:** Entrevisten a un hombre adulto que conozcan. Pídanle que les hable acerca de lo que él considera que son buenas cualidades en un padre.

## DURACIÓN:

45 minutos

## MATERIALES:

Pizarrón y tiza

## PREPARACIÓN:

Escriba en el pizarrón las preguntas y frases para el Paso 1 o entréguelas en una hoja de trabajo. Piense sobre el impacto emocional que esta actividad puede tener en algunos estudiantes (especialmente en aquellos con sentimientos ambivalentes o negativos respecto a su padre o los que no tengan un padre en casa). No realice esta actividad a menos que esté en condiciones de ofrecer apoyo apropiada a los estudiantes según sea necesario.



# proyecto de investigación: el género en el ambiente escolar

**VISIÓN GENERAL:** Las y los estudiantes llevan a cabo una investigación acerca del rol de género en la escuela y hacen un informe sobre sus hallazgos. Este proyecto requiere tiempo fuera de clase para la investigación y tiempo en el salón de clase.

**OBJETIVOS:** Que las y los estudiantes analicen en grupo la forma en que el ambiente escolar puede reforzar o cuestionar las normas de género tradicionales; fortalecer sus habilidades de investigación.

## DURACIÓN:

Pasos 1-5: 40 minutos

Paso 6: 4 a 5 horas

Pasos 7-8: 90 a 120 minutos

## MATERIALES:

Pizarrón y tiza; copias de las notas para estudiantes; cinta adhesiva.

## PREPARACIÓN:

Obtenga permiso de la administración de la escuela para que los participantes lleven a cabo esta investigación. Escriba cada tema del Paso 2 en una hoja de papel separada. (Si es necesario, modifique la lista de temas para que sean pertinentes y factibles en su entorno escolar). Decida la forma en que asignará temas a los estudiantes en el Paso 3. De ser posible, obtenga copias de las notas para cada estudiante.

## INSTRUCCIONES

- 1 Usando la cinta adhesiva, pegue cada hoja (con los temas de investigación) en una área distinta del salón.
- 2 Explique:
  - Van a realizar unas investigaciones durante la próxima semana. Sus investigaciones tratarán de responder a la pregunta “¿De qué forma las escuelas refuerzan o cuestionan los roles de género tradicionales?”
  - Cada uno de los equipos de investigación se enfocará en alguno de los siguientes temas: *comportamiento en el salón de clase, actividades escolares extracurriculares, currículo y libros de texto, estadísticas escolares y educativas.*
  - Traten de identificar dos temas que les interesen.
- 3 Para formar los grupos de investigación, pida que los estudiantes firmen la hoja con el tema que les interese. (O asigne a cada persona a un grupo).
- 4 Revise y reparta las Instrucciones para la Investigación. Asegúrese que todos entienden cómo proceder.
- 5 Entregue a cada equipo las hojas para distribuir. Haga que los grupos conversen sobre la forma en que desarrollarán su investigación. Guíe individualmente a todos los grupos y proporcione datos adicionales.
- 6 Informe a los participantes que tienen dos semanas para completar la investigación. Continúe proporcionando ayuda según sea necesario.
- 7 Al final de la fase de investigación, haga que los participantes presenten sus investigaciones y hallazgos. Asigne 15 minutos para cada presentación. Después de cada presentación, pregunte a los otros:
  - ¿Tienen alguna pregunta para este equipo?
  - ¿Qué les interesó especialmente o les sorprendió?
  - ¿Están de acuerdo con las conclusiones de este grupo? De no ser así, ¿por qué no?
  - ¿Qué otras recomendaciones harían ustedes?
- 8 Una vez que todos los equipos hayan hecho su presentación, pregunte a la clase:
  - ¿De qué forma el ambiente escolar refuerza las normas de género tradicionales?
  - ¿De qué forma las cuestiona?
  - ¿Cuáles son cinco cambios que harían que la escuela fuera más justa en términos de género y más acogedora, respetuosa y segura para todos?
  - ¿Qué pueden hacer ustedes para que esto suceda?

## instrucciones para todos los equipos de investigación

El tema para el proyecto de investigación de la clase es: “El rol de género en el ambiente escolar”. Cada equipo llevará a cabo su investigación con base en diferentes aspectos de este tema. Estos son los pasos a seguir:

- 1** Revisen cuidadosamente las preguntas en equipo.
- 2** Analicen en grupo la mejor forma de encontrar las respuestas a estas preguntas. Pidan ayuda a la o el maestro si es necesario.
- 3** Decidan si cada miembro del equipo se responsabilizará de diferentes preguntas, o si todos los miembros del equipo cooperarán en la investigación de ciertas preguntas.
- 4** Obtengan la información para responder a sus preguntas. Soliciten ayuda si la necesitan.
- 5** Una vez que hayan obtenido sus datos, escriban un informe con las siguientes secciones:
  - a** La(s) pregunta(s) que trataron de responder
  - b** Métodos de investigación (cómo llevaron a cabo su investigación)
  - c** Resultados (lo que aprendieron)
  - d** Conclusión (qué piensan acerca de los resultados, qué conclusiones pueden derivar de ellos)
  - e** Recomendaciones (cambios que podrían hacer que el ambiente escolar fuera más justo en términos de género y un lugar más acogedor y seguro tanto para las muchachas como para los muchachos)

Su equipo también hará una presentación de 15 minutos respecto a los resultados de su investigación. Planifiquen la presentación. Asegúrense de que todos los miembros del equipo participen en la presentación.

**NOTAS PARA EL EQUIPO 1:**

¿Piensan ustedes que los libros de texto reflejan una tendencia a favor de un género?  
¿O promueven la igualdad de género?

**Preguntas de muestra:**

- ¿De qué forma las niñas, niños, mujeres y hombres se describen en nuestros libros de texto?
- ¿Cuántas mujeres y cuántos hombres se muestran en las imágenes?
- ¿Están los logros históricos, intelectuales, científicos, literarios y artísticos de las mujeres plenamente representados?
- En los relatos y la literatura, ¿Quién toma la acción?  
¿Quién está subordinada(o)?
- ¿De quién es el punto de vista reflejado en el libro?  
¿El autor de su libro es hombre o mujer?
- ¿En qué otras formas se reflejan y se refuerzan o cuestionan los estereotipos de género?
- ¿Qué otros grupos se muestran estereotipados en el libro de texto?

**Métodos de investigación:**

Tomen al menos dos libros de texto, como los textos de estudios sociales, historia o literatura que se usan en la escuela primaria o secundaria. Analice el contenido e imágenes para responder a las preguntas de muestra que se indican arriba.

**NOTAS PARA EL EQUIPO 2:**

¿De qué forma el ambiente en el salón de clase refuerza o cuestiona los roles de género convencionales?

**Preguntas de muestra:**

- ¿Quiénes hablan más frecuentemente en clase, los muchachos o las muchachas? ¿Quiénes hablan durante más tiempo? ¿Quiénes interrumpen con mayor frecuencia? Si hay líderes estudiantiles en la clase, ¿son muchachos o muchachas?
- ¿De qué forma los educadores cuestionan — o refuerzan — los patrones de comportamiento basados en el género?
- ¿Resultan algunos estudiantes favorecidos o desfavorecidos como resultado de otros estereotipos, por ejemplo, por su origen étnico o identidad sexual?

**Métodos de investigación:**

Observen varias clases, preferentemente con diferentes maestros. Antes de observar, analicen en equipo cómo van a “medir” y documentar lo que vean. Ustedes pueden desarrollar un formulario simple que pueden llenar mientras observan. Si tienen acceso a observar una clase, ustedes pueden tomar el tiempo que hablan diferentes estudiantes, muchachos o muchachas.

**NOTAS PARA EL EQUIPO 3:**

¿De qué forma las normas de género afectan el uso que hacen las y los estudiantes de los programas extracurriculares y de las instalaciones de la escuela?

**Preguntas de muestra:**

- ¿Participan los hombres y las mujeres igualmente en todas las actividades extracurriculares? Si hombres y mujeres tienen tendencia a participar en diferentes actividades, ¿Cuáles actividades involucran más muchachos? ¿Cuáles involucran más muchachas?
- En general, aún si participan en diferentes actividades, ¿tienen los muchachos y las muchachas igual probabilidad de participar en programas extracurriculares?
- ¿Asigna la escuela igual acceso a las instalaciones (como baños, gimnasios, campos de juego y otros parecidos), equipo, uniformes y suministros para aquellas actividades que involucran a las muchachas y a los muchachos?
- Para actividades que involucran tanto a muchachos y muchachas, ¿quiénes tienen tendencia a desempeñar un rol de liderazgo?

**Métodos de investigación:**

Haga una lista de todas las actividades estudiantiles extracurriculares en la escuela, como deportes, gobierno estudiantil, clubes escolares, y así sucesivamente. Observe cada actividad; entrevisten a estudiantes tanto hombres como mujeres involucrados en la actividad; y entrevisten a la o el maestro-asesor del grupo.

**NOTAS PARA EL EQUIPO 4:**

¿Cuál es el equilibrio general en la escuela?  
¿Qué nos dicen las estadísticas acerca de esta situación?

**Preguntas de muestra:**

- ¿La mayoría de los profesores son hombres o mujeres?, ¿Qué hay acerca de la posición de director? ¿Qué maestros (hombres o mujeres) tienen mejor oportunidad de ser promovidos para convertirse en director(a)?
- ¿Tienen los hombres y las mujeres igual probabilidad de enseñar matemáticas, literatura, arte?
- ¿Quiénes enseñan en los grados con estudiantes más jóvenes? ¿A los estudiantes de mayor edad?
- ¿Qué se puede decir de las y los estudiantes? ¿Están las muchachas y los muchachos inscritos en niveles equivalentes? ¿Se sienten igualmente bienvenidos en todas las clases?

**Métodos de investigación:**

Es posible que la o el director de su escuela pueda proporcionarles mucha de la información específica de género que ustedes necesitan. Si no es así, hablen con tantos maestros y maestras como puedan acerca de sus clases y sobre el profesorado en el departamento en que enseñan. De ser posible, obtengan también datos a nivel nacional sobre cómo las normas de género afectan los logros educativos, incluida la información respecto a si los muchachos o las muchachas tienden a completar más años de estudios.



## venta de estereotipos: análisis de la publicidad

**VISIÓN GENERAL:** Las y los estudiantes hacen un collage de imágenes femeninas y masculinas tomadas de anuncios publicitarios, analizan los mensajes de los anuncios en relación con el género y crean anuncios que rompen con los estereotipos.

**OBJETIVOS:** Promover que las y los estudiantes reconozcan y describan el rol que desempeñan los medios impresos al crear y reforzar estereotipos de género; fortalecer sus habilidades de pensamiento crítico.

### INSTRUCCIONES

**1** Distribuya las revistas y/o diarios y explique:

- Hoy haremos collages — es decir, trabajo artístico hecho con imágenes que ustedes cortarán de las revistas o diarios; y pegarán en una hoja de papel.
- Ustedes van a crear dos collages. Uno, mostrará imágenes de mujeres y, el otro, imágenes de hombres.

**2** Asigne 10–15 minutos para que las y los estudiantes completen los collages y, entonces, describa el resto del proyecto.

- Iniciando con el collage de imágenes de hombres, en su cuaderno hagan una lista de las características de los hombres que ustedes ven en los anuncios.
- Hagan lo mismo para el collage con imágenes de mujeres.

**3** Dibuje en el pizarrón dos círculos grandes que se superpongan en una sección y etiquete uno de ellos con la palabra “masculino” y el otro con “femenino”; y la sección de intersección con “ambos”. Pregunte:

- ¿Qué características hay presentes solamente en los anuncios de hombres? [*Haga una lista de éstas en el círculo “masculino”.*]
- ¿Qué características aparecen solamente en los anuncios de mujeres? [*Haga una lista de éstas en el círculo “femenino”.*]
- ¿Fueron descritas algunas de estas características en los anuncios que puedan ser aplicadas tanto al género femenino como al masculino? [*Haga una lista de éstos en la sección de intersección de los dos círculos.*]

### DURACIÓN:

40 minutos

### MATERIALES:

Pizarrón y tiza; revistas o diarios con anuncios; tijeras, papel grande, pegamento o cinta adhesiva.

### PREPARACIÓN:

Reúna suficientes revistas y diarios con anuncios para todos los participantes, o solicite a los jóvenes que traigan a la clase revistas que puedan ser cortadas.

- ¿Qué notan ustedes en este diagrama? ¿Qué idea promueven los anuncios sobre la forma en que las mujeres deben verse o comportarse? ¿Qué se puede decir respecto a los hombres?
- ¿Cómo es que estas imágenes crean o refuerzan estereotipos de género? ¿Cuáles son los valores que promueven para las mujeres? ¿Para los hombres?
- ¿De qué forma estas imágenes se comparan con la realidad?
- ¿En qué punto las imágenes de los medios se convierten en estereotipos? ¿Crean los medios nuevos estereotipos o simplemente repiten y refuerzan los estereotipos que ya son comunes en la sociedad? ¿Por qué?

- ¿De qué forma la gente joven se ve influenciada por las imágenes representadas en los medios? ¿Se han sentido mal alguna vez respecto a sí mismos después de ver una revista o un programa de televisión comercial? ¿Qué pueden hacer las personas si encuentran que los anuncios son ofensivos, o que son objeto de las imágenes estereotipadas que esos anuncios presentan?

**Tarea:** Diseñen un anuncio alternativo que rompa con los estereotipos sobre el género. *[De ser posible, haga que las y los estudiantes coloquen sus trabajos terminados en la pared o los presenten a sus compañeros de clase.]*



## el espacio condicionado por el género

**VISIÓN GENERAL:** Las y los estudiantes dibujan mapas de sus comunidades, mostrando cuáles espacios son seguros y accesibles para las personas de determinado sexo. Entonces analizan cómo la participación en la vida cívica se ve afectada por los roles de género. (Nota: Usted debe decidir si esta actividad es o no pertinente para su comunidad.)

**OBJETIVOS:** Posibilitar que las y los estudiantes analicen la forma en que el género afecta la movilidad, seguridad y el acceso a los espacios comunitarios; nombrar al menos tres formas en que las normas de género pueden afectar la participación de las mujeres en la vida cívica; fortalecer las habilidades de pensamiento abstracto y de descripción geográfica de datos.

### DURACIÓN:

Pasos 1–5: 45 minutos (más tiempo si usted desea que sus grupos elaboren sus propios mapas y generen su propia lista de lugares).

Pasos 6–7: 45 minutos

### MATERIALES:

Pizarrón y tiza; cinta adhesiva; cinco o seis copias de mapas sencillos de su comunidad, que usted puede dibujar anticipadamente (o extensas hojas de papel para que los estudiantes avanzados utilicen para elaborar sus propios mapas); lápices o marcadores de colores.

### PREPARACIÓN:

Revise la lista de lugares y modifíquela para que refleje adecuadamente la distribución de esos lugares en su comunidad.

### INSTRUCCIONES

- 1 Explique a los participantes que van a elaborar “mapas de género” de la comunidad, que muestren cuáles lugares o espacios fuera de casa son principalmente para los hombres (en donde se reúnen, juegan o participan en otras actividades de manera segura); cuáles lugares son principalmente para las mujeres; y cuáles son para ambos.
- 2 Divida a los participantes en pequeños grupos (ya sea de un sólo sexo o no) y entregue a cada grupo una copia del mapa general de su comunidad. (Para grupos de mayor edad o avanzados, usted puede asignar tiempo adicional y pedirles que diseñen su propio mapa.)
- 3 Proporcione a los grupos de estudiantes un juego de tres lápices (o marcadores) de colores y una lista de los siguientes lugares en su comunidad. (Para grupos avanzados, usted puede pedirles que generen su propia lista de ubicaciones.)

### LISTA DE LUGARES

Mercados de alimentos  
Lugares de culto religioso  
Escuela  
Centro comunitario  
Biblioteca  
Galería comercial de videos  
Cine  
Calles de la ciudad / Villa en la noche  
Cafés o salones de té  
Campos deportivos / Canchas de basquetbol  
Bares  
Estación de trenes / Estación de autobuses / Aeropuerto  
Ayuntamiento / Edificios municipales  
Área de lavado (lavandería automática, río)

#### 4 Describa el proyecto:

- Analicen brevemente en grupo si cada lugar es visitado principalmente por hombres, por mujeres o igualmente por ambos. Considere si los lugares son acogedores y seguros.
  - Seleccionen un color de lápiz o marcador que identifique lugares amigables para los hombres; otro color que identifique lugares amigables para las mujeres; y otro color que identifique lugares para ambos géneros, que sean amigables y seguros tanto para los hombres como para las mujeres. Identifique cada lugar en el mapa utilizando el color que indique la naturaleza de ese espacio en cuanto a su “condición de género”.
  - Cuando hayan terminado, analicen en grupo lo que su mapa indica respecto a la movilidad, seguridad y acceso a espacios públicos en la comunidad.
- 5 Circule entre los grupos mientras completan sus mapas y facilite sus análisis grupales.
- 6 Pida a los participantes que coloquen sus mapas en la pared. Indique que cada grupo presente su mapa; o bien, pida a los participantes que circulen por el salón y observen cada mapa.
- 7 Formule las siguientes preguntas al grupo completo (y anote sus respuestas en el pizarrón):
- ¿Cuáles fueron algunas de sus observaciones?  
¿Tienen las mujeres tanta capacidad de movilizarse como los hombres? ¿Cómo se comparan las mujeres y los hombres en términos

del acceso a los espacios públicos?

- ¿La seguridad en los lugares públicos es la misma para los mujeres que para los hombres?
- ¿Cambian estas condiciones cuando los niños crecen? ¿Cuando las niñas crecen?
- ¿Cuáles son algunas de las razones que comúnmente se dan para estas diferencias?
- ¿Cómo se sienten ustedes acerca de la naturaleza condicionada por el género de los espacios públicos?
- Con el fin de participar activamente en la vida cívica ¿qué tanto acceso a espacios públicos seguros necesita la gente?
- ¿De qué forma el acceso limitado de las mujeres a espacios públicos seguros afecta su capacidad para desempeñarse como ciudadanas a plenitud?  
*[Pregunte a los participantes ¿cuántas mujeres conocen que tengan roles de toma de decisiones públicas? ¿cuántas mujeres tienen poder público en comparación con los hombres? ¿El gobierno local es dirigido por hombres o por mujeres?]*
- ¿Afecta esto a los hombres de la misma manera?  
¿Por qué sí o por qué no?

**Tarea:** Elijan un lugar en donde las mujeres no se sientan seguras y bienvenidas. Describa que tendría que suceder para que esta situación cambiara. ¿Cómo podría tener lugar ese cambio?



## mujeres de acción: un proyecto para hacer un libro

**VISIÓN GENERAL:** Las y los estudiantes crean libros para niñas y niños acerca de una mujer líder. (Nota: Esta actividad requiere del acceso a una biblioteca o a Internet, por lo que usted debe planificarla tomando en cuenta la disponibilidad de estos recursos.)

**OBJETIVOS:** Ayudar a las y los estudiantes a que aprendan acerca de mujeres líderes y motivarlos para que sean capaces de relacionar el valor y logros de estas mujeres con sus propias vidas; fortalecer las habilidades de investigación.

### INSTRUCCIONES

- 1 Distribuya las hojas para distribuir (o cópielas en el pizarrón).
- 2 Divida a la clase en grupos de tres o cuatro estudiantes y explique:
  - Hoy iniciaremos un proyecto que implica aprender acerca de mujeres que fueron o son líderes de la justicia social.
  - Cada grupo investigará la vida y trabajo de una heroína diferente.
  - Cada grupo escribirá un relato dirigido a niñas y niños sobre esa mujer ilustre y elaborará un libro infantil empastado. *[Mencione los arreglos que haya hecho para que los participantes presten o lean los libros a las y los niños de una escuela primaria cercana.]*
- 3 Revise la lista de Mujeres de Acción (ver hoja para distribuir). *[Explique la forma en que seleccionarán o se les asignará su “Mujer de Acción” para evitar que haya duplicación.]* Pregunte:
  - ¿Alguien ha escuchado hablar alguna vez de alguna de estas mujeres?
  - Ustedes pueden sugerir otra mujer líder, pero verifiquen conmigo para estar seguros de que esa mujer coincide con los objetivos del ejercicio.
- 4 Revise las Preguntas de Orientación. (Ver hoja para distribuir o haga que los participantes copien esas preguntas del pizarrón.)
- 5 Explique: 1) si los grupos completarán el proyecto en clase o en casa; 2) cuántos días tienen para completar la tarea y entregarla; y, 3) dónde pueden buscar información acerca de su “Mujer de Acción”.

### DURACIÓN:

Pasos 1-7: 45 minutos

Implementación: 2 a 3 horas en clase o como tarea

Paso 8: 45 minutos

### MATERIALES:

Papel; marcadores; aguja e hilo, cinta adhesiva, engrapadora u otros materiales para hacer libros; notas con “Instrucciones para el Proyecto Hacer un Libro”.

### PREPARACIÓN:

Revise la lista de Mujeres de Acción en la hoja para distribuir, con el fin de que asegurarse de que, en su entorno, sería apropiado enseñar acerca de todas las mujeres en la lista. Tenga una lista lo suficientemente amplia para que cada pequeño grupo de tres a cuatro estudiantes tenga una mujer diferente acerca de la cual podrán aprender. De ser posible, fotocopie la hoja para los participantes. Considere la posibilidad de entrar en comunicación con una escuela primaria para preguntarles si los participantes podrían visitarla y leer sus libros terminados a niñas y niños de menor edad.

- 6 Señale que cuando la investigación se haya completado, cada miembro del grupo tendrá responsabilidad de por al menos un aspecto del proceso de elaboración del libro: escribir el relato; editar y corregir texto; crear ilustraciones; diseñar y elaborar las cubiertas; empastado del libro (cosido, pegado, engrapado, etc.).
- 7 Use el tiempo restante de la clase para que cada grupo seleccione su “Mujer de Acción” y delegue las tareas de elaboración del libro dentro del grupo (ver las hojas para distribuir correspondientes). Circule entre los grupos para ayudarles con el proceso.
- 8 *Presentación de los libros terminados:* Pida a cada grupo que lea su libro en voz alta a sus compañeros de clase y, de ser posible, a otros grupos de niñas y niños más pequeños. Después, pregunte:
  - ¿Cuál mujer les causó especial admiración?
  - ¿Sienten que ustedes podrían alguna vez hacer algo similar a lo que algunas de estas heroínas han hecho?
  - ¿Que se necesitaría para lograrlo?

## mujeres de acción: instrucciones para el proyecto hacer un libro

### MUJERES DE ACCIÓN

**Rigoberta Menchú**

Mujer guatemalteca, líder de los derechos humanos

**Rosa Parks**

Mujer estadounidense, líder de los derechos civiles

**Mukhtaran Bibi**

Mujer pakistaní, líder del movimiento en contra de la violencia sexual

**Aung San Suu Kyi**

Mujer birmana, líder política

**Wangari Maathai**

Mujer keniana, líder medioambientalista

**Michelle Bachelet**

Mujer chilena, líder política

**Arundhati Roy**

Escritora de India

**Sophie Scholl or Martha Wertheimer**

Mujeres que participaron en la Resistencia contra el Nazismo

**Hillary Clinton**

Mujer estadounidense, líder política

**Vera Ngassa or Beatrice Ntuba**

Mujeres camerunesas, juezas

**Louise Arbour**

Ex Alta Comisionada de las Naciones Unidas para los Derechos Humanos

### Preguntas de orientación de la investigación para su libro sobre una mujer líder:

- 1 ¿Cuál es el nombre de la mujer?
- 2 ¿Cuál es un factor clave sobre sus primeros años de vida?
- 3 ¿Cuál es el problema social que ella observó? ¿Cómo es que ella se dio cuenta de esto?
- 4 ¿Cómo saben que ella se preocupó por este problema?
- 5 ¿Qué hizo ella al respecto?
- 6 ¿Alguien la ayudó?
- 7 Elaboren un relato sobre el momento en su vida cuando ella necesitó recurrir a una cualidad personal que ustedes admiren. Esta cualidad puede ser valor, firmeza, integridad, paciencia, creatividad, inteligencia, la capacidad de relacionarse bien con otras personas, la visión sobre el futuro, o alguna otra cualidad.
- 8 Describan de qué forma el mundo es diferente debido a las acciones de esta mujer ilustre.
- 9 De ser posible, incluyan alguna frase notable que ella haya expresado.
- 10 Pongan un título a su libro que sea más que el nombre de ella; uno que también se refiera al tema del que ella se ocupó, o algo interesante que ustedes hayan aprendido acerca de las cualidades personales de este personaje.

### Indiquen el nombre de la persona en su grupo que . . .

Ayudará a escribir el relato (puede ser más de una persona): \_\_\_\_\_

Editará el relato: \_\_\_\_\_

Corregirá el texto: \_\_\_\_\_

Ilustrará el relato: \_\_\_\_\_

Diseñará y creará las cubiertas del libro: \_\_\_\_\_

Encuadernará y empastará el libro: \_\_\_\_\_

# modificación de los cuerpos



**VISIÓN GENERAL:** Las y los estudiantes identifican la apariencia considerada como “ideal” para hombres y mujeres en su cultura y examinan algunas prácticas en las que la gente se somete para que su apariencia se ajuste a ese ideal. Aprenden sobre las consecuencias de tales prácticas en su salud.

**OBJETIVOS:** Cuestionar las presiones para ajustarse a las apariencias “ideales” establecidas culturalmente; describir las prácticas a las que las personas (especialmente las mujeres) se someten para tratar de lograr esa apariencia, así como el daño que tales prácticas pueden causar; fortalecer las habilidades de pensamiento crítico.

## INSTRUCCIONES

**1** Presente el tema con las siguientes preguntas:

- ¿Hay ciertas presiones que las y los jóvenes sienten para tener una determinada apariencia?
- ¿Son realistas esas apariencias deseadas para la mayoría de nosotros, o son idealizadas?
- ¿Cómo se sienten las personas si no alcanzan ese ideal?
- ¿Cuáles son algunas acciones que la gente hace (o impulsa a sus hijos para que lo hagan) con el fin de ajustarse a las imágenes idealizadas de lo que es atractivo? Por ejemplo, ¿con su pelo? ¿su piel? ¿su figura corporal? [Escriba las respuestas en el pizarrón.]

**2** Agregue cualquier práctica adicional de la siguiente lista, que usted desee analizar en grupo:

*Engordar o someterse a dietas extremas*  
*Físiculturismo extremo*  
*Bronceado o blanqueado de la piel*  
*Aplicación de maquillaje, henna, o esmalte de uñas*  
*Perforación corporal, cicatrización o tatuaje*  
*Rasurarse o depilarse*  
*Alizar, rizar o pintar el pelo*  
*Cirugía cosmética*  
*Mutilación genital femenina o circuncisión\**

**3** Pregunte:

- ¿Cómo se sienten ustedes acerca de las prácticas en esta lista? ¿Cuáles son divertidas o solamente una forma de expresión y cuáles pueden ser dañinas?
- ¿Qué pensaría la gente en otras culturas acerca de las prácticas de esta lista?
- ¿De dónde vienen estos ideales? ¿Están las mujeres bajo una mayor presión que los hombres para ajustarse a un tipo corporal idealizado? ¿Quién se beneficia y quién resulta perjudicado en este proceso? ¿De qué forma afecta esta presión a la autoestima?
- ¿Qué tan importante es poner fin a las prácticas dañinas que implican alteraciones al cuerpo? ¿Hay alguna de esas prácticas que les gustaría ver erradicada?
- Durante su etapa de crecimiento, ¿alguien les dijo que esta práctica es peligrosa y que debería ponerse fin?
- ¿Han ustedes compartido su propio conocimiento y sentimientos sobre esto con alguien más?
- ¿Cómo lo harían?

## DURACIÓN:

45 minutos

## MATERIALES:

Pizarrón y tiza

## PREPARACIÓN:

Piense sobre las formas en que — en su comunidad — las personas modifican su apariencia. Considere cuáles de estas prácticas tienen consecuencias para la salud. Revise la lista siguiente y considere cuáles costumbres usted desea que la clase analice en grupo.

\* La circuncisión masculina también es una práctica común que implica una modificación del cuerpo. Sin embargo, este procedimiento ha demostrado tener beneficios para la salud. Proporciona a los hombres una protección parcial contra ciertas enfermedades de transmisión sexual, incluido el VIH.

unidad **2**

actividad **13**

## de la violencia al respeto en las relaciones íntimas

**VISIÓN GENERAL:** Las y los estudiantes desarrollan relatos cortos para explorar el respeto y la violencia en las relaciones íntimas. Analizan en grupo cómo promover el respeto en sus propias relaciones.

**OBJETIVOS:** Promover que las y los estudiantes analicen en grupo las actitudes acerca de la violencia en las relaciones íntimas, así como formas para promover relaciones basadas en el respeto; fortalecer la escritura creativa y las habilidades de representación dramática.

### DURACIÓN:

90 minutos (pueden dividirse en dos sesiones)

### MATERIALES:

Pizarrón y tiza

### PREPARACIÓN:

Piense y/o lea sobre la violencia en su propio contexto. Está consciente que hablar sobre violencia doméstica es difícil para muchas personas debido a sus experiencias personales, o a su convicción de que se trata de un asunto privado. Nunca ponga a los participantes en situaciones comprometidas.

### INSTRUCCIONES

- 1 Presente este tema aclarando que se trata de un asunto muy serio. Explique:
  - En esta actividad analizaremos en grupo los diferentes tipos de violencia que, en ocasiones, las personas usan en las relaciones íntimas.
  - Ustedes tendrán 15 minutos para preparar el guión de una breve representación dramática relacionada con una relación de pareja —hombre-mujer no casados, casados, o pareja del mismo sexo.
  - Sus guiones deben ayudarnos a reflexionar sobre la forma de asegurar que las relaciones estén basadas en el respeto.

- 2 Divida a los participantes en cuatro grupos (o menos dependiendo del número total de estudiantes), con cinco o seis miembros en cada grupo.

*Indique a dos de los grupos:* Preparen un guión breve (menos de cinco minutos) que muestre una relación de pareja que involucre violencia. Esta violencia puede ser física o psicológica. Traten de ser realistas, usando ejemplos de incidentes que

hayan presenciado o de los que hayan oído en su comunidad.

*Indique a los otros dos grupos:* Preparen un guión breve (menos de cinco minutos, que muestre una relación de pareja basada en el respeto mutuo. Muestren cómo las dos personas manejan un conflicto o diferencia de opinión sin recurrir a la violencia.

- 3 Circule entre los grupos mientras preparan sus guiones; ofrézcales ayuda según sea necesario.
- 4 Comenzando con los guiones que demuestran violencia, pida a cada grupo que represente su guión a la clase. Después de cada representación verifique si la audiencia tiene alguna pregunta. Enseguida pregunte qué características de una persona o de una relación conducen a la violencia.
- 5 Siga el mismo procedimiento para los guiones que representen respeto; pero, en este caso, pregunte qué características de una persona o de una relación la hacen saludable y no violenta.

6 Facilite el análisis colectivo haciendo las siguientes preguntas:

- ¿Cuáles son las diferentes formas de violencia en las relaciones de pareja? *[Explore con: control, coerción, gritos y amenazas, así como la violencia física.]*
  - ¿Cuáles son las características de una relación violenta? *[Escriba las respuestas en el pizarrón bajo el encabezado “Relaciones violentas”.]*
  - ¿Por qué mucha gente, especialmente la gente joven, se siente impotente para hacer algo acerca de la violencia doméstica? ¿Carecen realmente de poder para hacerlo?
  - ¿Qué características hacen que una relación sea saludable? ¿Qué es necesario para lograr una relación basada en el respeto? *[Escriba las respuestas bajo el encabezado “Relaciones respetuosas”.]*
- ¿Fueron realistas las representaciones de los guiones? ¿Ven ustedes este tipo de situaciones en su vida diaria?
  - ¿La violencia física es usada principalmente por hombres en contra de mujeres, o son las mujeres igualmente violentas hacia los hombres? ¿Cuáles piensan ustedes que son las causas de violencia en una relación? ¿Qué pueden hacer las y los niños y jóvenes cuando ven o viven este tipo de relaciones?
  - ¿Piensan ustedes que es posible formar una relación de pareja con base en el respeto? ¿Qué podemos hacer de manera individual para construir relaciones íntimas saludables?



## acción contra la violencia basada en género

**VISIÓN GENERAL:** En grupos pequeños, las y los estudiantes desarrollan estrategias para eliminar la violencia contra las mujeres y presentan sus propuestas en formato de programas de televisión o de presentación formal al gobierno.

**OBJETIVOS:** Promover que las y los estudiantes expresen al menos dos ideas para la acción en respuesta a la violencia contra las mujeres; fortalecer sus habilidades de comunicación en público y de participación en la solución de problemas.

### INSTRUCCIONES

- 1 Separe a los participantes en grupos de cuatro o cinco personas. Explique que la mitad de los grupos preparará un programa de televisión; y, la otra mitad, preparará una presentación al gobierno.
  - 2 Pregunte: “¿Quién es responsable de poner fin a la violencia contra las mujeres?”
  - 3 Explique:
    - Imaginen algunas estrategias o programas para reducir la violencia contra las mujeres.
    - Ustedes tienen 40 minutos para preparar una presentación de cinco a diez minutos (un programa de televisión o una presentación al gobierno local o nacional, dependiendo del grupo al que pertenezcan).
- Su presentación debe suponer que su audiencia ya tiene conocimiento del problema de violencia. Su trabajo es mostrar qué acciones positivas están siendo llevadas a cabo para responder al problema.
  - Traten de incluir lo que se ha hecho (o que puede hacerse) por parte de la gente joven así como de los adultos en la vida cotidiana; por las organizaciones y comunidades locales; por el gobierno o por las agencias de las Naciones Unidas.
  - Ustedes deben considerar también cómo involucrar a hombres y mujeres en este esfuerzo.

### DURACIÓN:

Pasos 1–4: 1 hora

Pasos 5–7: 1 hora

### MATERIALES:

Pizarrón y tiza

### PREPARACIÓN:

Las y los estudiantes deben tener un conocimiento previo del tema de violencia contra las mujeres.

*Para presentaciones al gobierno local/nacional, explique:* Ustedes van a informar a funcionarios del gobierno sobre las acciones que algunos grupos y personas han llevado a cabo. Aclare la forma en que el gobierno debe responder. Algunos participantes pueden desempeñar el rol de funcionarios del gobierno, mientras que otros pueden actuar como expertos o sencillamente como ciudadanos interesados en el tema.

*Para la presentación del programa televisivo de noticias, explique:* Recuerden que ustedes necesitan captar la atención de las personas y ser tan breves y claros como sea posible. Utilicen historias de interés humano para mostrar el trabajo que se está haciendo para responder al problema de violencia en las relaciones personales. Mantengan la presentación a un nivel personal y que sea interesante.

- 4 Asegúrese de que cada uno de los participantes comprende el trabajo a realizar. Indique a los grupos que tienen 40 minutos para preparar. Circule entre los grupos mientras trabajan, ofrézcales apoyo cuando sea necesario.

- 5 Antes de que comiencen las presentaciones, señale a los grupos que tienen cinco minutos para revisar su presentación y afinar su plan.
- 6 Invite a todos los grupos a que desarrollen sus presentaciones. Tome notas sobre sus ideas relativas a programas de acción.
- 7 Después de que todas las presentaciones hayan sido escuchadas, pregunte:
  - ¿Qué tan difícil fue pensar en formas de reducir la violencia contra las mujeres?
  - ¿Cuáles son algunos de los temas o ideas comunes que los diferentes grupos tuvieron para trabajar con las mujeres?
  - ¿Qué se mencionó sobre trabajar con hombres?
  - ¿Cuáles ideas piensan ustedes que son las mejores y por qué?
  - ¿Tiene todo el mundo la responsabilidad de trabajar para terminar con la violencia contra las mujeres?
  - ¿Hay algo que ustedes, como gente joven, puedan hacer ahora para poner fin a la violencia contra mujeres de todas las edades — en sus familias, escuelas y en la comunidad?



## imágenes cambiantes de roles y normas de género

**VISIÓN GENERAL:** Las y los estudiantes entrevistan a uno de sus abuelos (o a alguien de esa generación) sobre los roles y normas de género cuando ellos eran jóvenes, las comparan con sus propias experiencias y analizan en grupo la forma en que los roles de género cambian.

**OBJETIVOS:** Encausar a las y los estudiantes a que nombren al menos tres formas en que los roles o normas de género han cambiado a través del tiempo; fortalecer sus habilidades de investigación.

### DURACIÓN:

Pasos 1–3: 15 minutos

Actividad: Variable

Paso 4: 30 minutos

### MATERIALES:

Pizarrón y tiza (para Paso 3); notas para estudiantes con tabla para entrevista.

### PREPARACIÓN:

Si algunos estudiantes no tienen una persona mayor para realizar la entrevista, identifique a personas mayores que estén dispuestas a ser entrevistadas. De ser posible, obtenga copias de la hoja de trabajo con el cuadro de entrevista para cada participante.

*Adaptado de Gendering Prevention Practices: A Practical Guide to Working with Gender in Sexual Safety and HIV/AIDS Awareness Education.* (Jill Lewis. 2003. Oslo: NIKK—The Nordic Institute for Women's Studies and Gender Research.) <[www.nikk.uio.no](http://www.nikk.uio.no)>.

### INSTRUCCIONES

- 1 Explique que esta actividad explora la forma en que las normas de género han cambiado a través del tiempo.
  - Van a entrevistar de manera individual a dos personas de la generación de sus abuelos (sus propios abuelos u otras personas). De ser posible, deben ser del mismo sexo que ustedes. Si no conocen a nadie de esa edad, piden ayuda de su familia o a algún profesor a encontrar a una persona de esa edad para la entrevista.
  - Pregunten a cada persona entrevistada cómo eran los roles masculinos y femeninos durante su juventud y adolescencia. Averigüen lo que esa persona piensa que ha cambiado desde entonces. Pregunten sobre la educación, la diversión, las amistades, el romance, las costumbres relacionadas con el matrimonio y el trabajo. Permitan que la persona entrevistada les cuente sobre otros detalles y tomen nota de lo que crean que es importante o interesante.
- 2 Dibuje el cuadro de entrevista en el pizarrón; o, si ha obtenido copias de la tabla, distribúyalas. Revise la tabla junto con los jóvenes:
  - En la columna izquierda, registren las respuestas de las personas que van a entrevistar.
  - Después de la entrevista, escriban en la columna derecha cómo son esos roles en la actualidad.
- 3 Asegúrese de que todos los participantes comprendan la tarea a realizar y que tienen a alguien a quien entrevistar. Indique a los jóvenes cuándo deben realizar las entrevistas y completar las tablas.
- 4 Después de que las y los estudiantes hayan completado sus entrevistas, analicen en grupo:
  - ¿A quién entrevistaron?
  - ¿Cómo se sintieron respecto a entrevistar a gente mayor acerca de los roles de género? ¿Hubo algo que fuera incómodo o difícil de abordar para ustedes o para las personas entrevistadas?
  - ¿Les dijeron algo que les haya sorprendido? Después de este ejercicio, ¿Consideran ustedes que los roles de género permanecen sin cambios o cambiaron?
  - ¿En cuáles áreas de la vida los roles o normas de género han cambiado más? ¿Cuáles cambios piensan que han sido para bien? ¿Para mal? ¿Por qué?
  - Muchos factores provocan cambios en los roles de género. ¿Qué impacto tienen la tecnología y el Internet? ¿Las acciones de líderes individuales? ¿Las acciones de movimientos comunitarios a favor de la justicia social? ¿Los medios de comunicación globalizados?
  - ¿Piensan que los roles de género seguirán cambiando en la próxima generación? ¿De qué formas?

## TABLA DE ENTREVISTA

<b>Tema</b> ¿Como era?:	<b>En el tiempo de los abuelos</b>	<b>Para tí ahora</b>
<b>¿Estudiar en la escuela?</b>		
<b>¿Hacer las labores del hogar?</b>		
<b>¿Divertirse con las amistades?</b>		
<b>¿Tener una relación romántica?</b>		
<b>¿Ser padre o madre?</b>		
<b>¿Trabajar en un empleo?</b>		
<b>Otras preguntas:</b>		

unidad **2**

actividad **16**

## plantear la verdad al poder

**VISIÓN GENERAL:** Al escribir canciones y poesía, las y los estudiantes practican la defensa de la igualdad de género en las relaciones. Antes de iniciar esta actividad, cada grupo debe haber completado al menos una de las siguientes actividades en este libro: 1, 3, 5, o 6.

**OBJETIVOS:** Ayudar a las y los estudiantes a que analicen e identifiquen la desigualdad de poder en las relaciones hombre-mujer.

### DURACIÓN:

Pasos 1-7: 45 minutos

Paso 8: 45 minutos

### MATERIALES:

Puede ser útil mostrar a los jóvenes algunos ejemplos de canciones, letra de rap o poesía.

### PREPARACIÓN:

Familiarícese con la música popular que agrada a los participantes. Para el Paso 4, considere si conviene añadir algunas situaciones que sean apropiadas para su entorno. Invite a los jóvenes a pensar otras situaciones y a que los describan. Decida si usted designará a algunos participantes en el rol de jueces (ver Paso 6).

### INSTRUCCIONES

- 1 Explique que algunas veces, los roles de género conducen a diferencias de poder dentro de nuestras relaciones. Pregunte:
  - ¿Cuáles son algunas cosas que hemos aprendido acerca de los roles y la igualdad de género?
  - ¿Cómo pueden influir los roles de género en que las personas tengan igual poder en sus relaciones interpersonales? *[Asigne de cinco a diez minutos para las respuestas.]*
- 2 Explique a los participantes que van a explorar este tema escribiendo poesía o canciones. Pueden usar hip-hop, palabras habladas, rap u otros estilos.
- 3 Pida a los participantes que formen parejas (ya sea del mismo sexo o no) y analicen cómo quieren dividir el trabajo; por ejemplo, si escribirán y representarán su poesía o canción juntos; o bien, quién elaborará la poesía o canción y quién la declamará o cantará.
- 4 Sugiera ejemplos de situaciones que las y los jóvenes podrían utilizar como base para su canción o poema.
  - Un joven defendiendo a su amigo gay
  - Un hombre diciéndole a su amigo que no tiene derecho a forzar a su esposa a tener relaciones sexuales
  - Un banquero explicando a un marido renuente la razón por la que el banco le está otorgando el préstamo directamente a su esposa (o la esposa diciendo por qué ella necesita y merece tener su propio dinero)
  - Una adolescente enfrentando el acoso sexual de hombres mayores
  - Un marido insistiendo que su esposa haga todo el trabajo de la casa, cocinar y cuidar a los hijos, aunque ambos trabajan tiempo completo
  - Una niña enfrentando el estigma cuando regresa a su comunidad después de haber sido vendida para trabajo sexual
  - Una esposa joven siendo castigada por su marido debido al poco monto de su dote

- Un adolescente ridiculizado por otros jóvenes porque su comportamiento no es machista
  - Una esposa o novia tratando de convencer a su marido/novio de que use condones cuando él no quiere hacerlo
  - Un niño defendiendo a su madre cuando su padre se pone violento con ella
  - Un tipo diferente de idea: La declaración del ex-Secretario General de las Naciones Unidas, Kofi Annan: “Sabemos lo que se necesita hacer para cambiar la situación contra esta epidemia (SIDA). . . . Requiere un cambio real y positivo que dará más poder y confianza a las mujeres y las niñas; y transformará las relaciones entre las mujeres y hombres a todos los niveles de la sociedad”.
  - Otra idea que ustedes tengan, pero que requerirá la aprobación de la o el maestro.
- 5** Proporcione orientación a los participantes para completar la actividad:
- Tomen unos cuantos minutos con su pareja para decidir sobre cuál escenario desean escribir.
  - Dediquen el resto del tiempo de clase para escribir su canción o poema.
  - Piensen sobre los argumentos que las diferentes personas en estos escenarios podrían plantear y qué podrían decir para probar lo que dicen.
  - También piensen lo que se sentiría ser una de las personas a las que se refiere el poema o canción; y cómo ella o él quisiera expresar sus sentimientos a través de palabras.
  - Recuerden que esto no es una broma o momento para restarle importancia a la violencia.

- 6** Explique en qué momento estarán presentando los resultados de su trabajo. Si usted decide tener un panel de jueces, pida a tres participantes que seleccionen las tres mejores presentaciones. Usted puede querer designar como jueces a aquellos jóvenes que se sientan incómodos para declamar o cantar.
- 7** Permita a los jóvenes unos 25–30 minutos para escribir su canción o poema. Si es necesario, ofrézcales terminar este proyecto como tarea en casa.
- 8** Cuando comiencen las presentaciones (puede ser en una sesión separada), reúna a las y los estudiantes/ jueces y acláreles los criterios para la selección de las parejas ganadoras (por ejemplo, mejor mensaje, mejor actuación, mejor canción, mejor poema). Pida a los participantes que hagan sus presentaciones.

**Tarea:** Seleccione dos de las siguientes preguntas y escriba un párrafo completo sobre cada una de ellas en su diario o cuaderno:

- ¿Usualmente, quién tiene más poder en una relación de pareja hombre–mujer?
- ¿Cuáles son los costos de los desequilibrios de poder en las relaciones?
- ¿Puede también existir un poder desigual en las relaciones del mismo sexo?
- ¿Cuáles son algunas formas en que las personas pueden tratar de lograr una mayor igualdad en sus relaciones íntimas?



## debate sobre la educación sexual

**VISIÓN GENERAL:** Las y los estudiantes debaten sobre si la gente joven debe aprender acerca de la sexualidad, género y salud sexual — o si deben aprender solamente a abstenerse de tener relaciones sexuales hasta el matrimonio.

**OBJETIVOS:** Promover que las y los estudiantes describan las perspectivas de las políticas sobre educación sexual y consideren sus propias opiniones al respecto; fortalecer sus habilidades analíticas y para hablar en público.

### INSTRUCCIONES

- 1 Presente la actividad con los siguientes enunciados:
  - Tenemos la tendencia a pensar en la sexualidad como un asunto muy personal y privado. Pero, en realidad, muchos aspectos de la sexualidad se convierten en asuntos de política pública. Por ejemplo, muchos legisladores, políticos y ciudadanos comunes defienden sus opiniones respecto a la educación sexual y sobre VIH.
  - Hoy, nosotros tendremos nuestro propio debate en torno a la educación sexual y sobre prevención del VIH. Sostendremos un debate formal, lo que significa que nos prepararemos y presentaremos argumentos a favor de ambos lados de esta cuestión.
- 2 Divida el grupo en dos equipos. Si usted no tiene un juez externo, pida dos voluntarios que le ayuden a juzgar el debate, en lugar de que participen en un equipo.
- 3 Presente el tema del debate: “Educación sexual. Las escuelas deben enseñar a la gente joven que tienen que abstenerse de tener relaciones sexuales hasta el matrimonio; ellas no deben enseñar acerca de condones, anticoncepción o relaciones de género”.
- 4 Explique los procedimientos para el debate:
  - Un equipo preparará una lista con argumentos *a favor*, y el otro equipo preparará una lista con argumentos *en contra* de este enunciado. Puede suceder que ustedes no estén de acuerdo con los argumentos planteados por el equipo en el que han sido asignados, pero la idea es que ustedes se pongan en los zapatos de alguien que en la realidad toma esa posición. Piensen en todas las razones por las que alguien podría estar de acuerdo con los argumentos de ese lado de la discusión. Piensen en evidencias y argumentos que apoyan el otro lado. Aborden todos los aspectos del enunciado del debate.
  - Seleccionen dos portavoces de su equipo para que presenten los argumentos a nombre de todo el equipo. *[Los grupos mixtos deben seleccionar a un hombre y una mujer.]*

### DURACIÓN:

45 minutos

### MATERIALES:

Pizarrón y tiza

### PREPARACIÓN:

Piense sobre la forma en que el debate va a funcionar. Revise cuidadosamente la Información para Maestros al final de esta actividad. De ser posible, invite a otro maestro para que observe el debate y actúe como juez (para que determine cuál lado gana el debate). Si no está disponible otro maestro, seleccione dos estudiantes para que actúen como jueces con usted. Considere otorgar un premio para el equipo ganador.

- *Para los que han sido seleccionados a ser los primeros en presentar:* Cada uno de ustedes presentará un argumento de apertura por aproximadamente tres minutos. Sus compañeros de equipo les ayudarán a desarrollar su argumento. *El segundo equipo en presentar:* Ustedes responderán a la presentación que han hecho sus compañeros (oposición), por lo que deben escuchar cuidadosamente y tomar notas que les ayuden a preparar su respuesta de tres minutos.
- Posteriormente, tendremos unos cuantos minutos de preguntas y respuestas con quienes no hayan presentado: Los miembros del equipo pueden ofrecer un comentario o plantear una pregunta al equipo opuesto; y cualquiera de los integrantes del equipo opuesto que no haya sido presentador, puede responder.
- Cada equipo tendrá diez minutos para analizar los temas y preparar sus argumentos para el debate. Después del debate, los jueces designarán un equipo ganador. El equipo ganador será determinado, no con base en el acuerdo del juez o los jueces con los argumentos presentados, sino sobre la base de cuál lado hizo un mejor trabajo de preparación de argumentos efectivos.

- 5 Comuníquese con el equipo que apoyará el enunciado y con el equipo que se opondrá al enunciado. Asigne diez minutos a los equipos para que preparen sus observaciones; circule entre los equipos para ayudarles a asegurar que el equipo completo esté involucrado. Si usted tiene participantes/jueces, también use este momento para pedirles que tomen el tiempo de las presentaciones y que informen a quienes exponen cuando el tiempo haya terminado. Ofrezca orientación a los participantes/jueces en materia de evaluación de debates (por ejemplo, escuchar atentamente en busca de evidencia sólida de las y los participantes en el debate).
- 6 Permita al primer presentador de cada equipo exponer un argumento de apertura (tres minutos cada uno; seis minutos en total). Entonces hagan que el segundo presentador de cada equipo responda al argumento del equipo opuesto (tres minutos cada uno; seis minutos en total). Finalmente, permita la formulación de preguntas y comentarios por parte de los otros miembros de los equipos (seis minutos). Informe al grupo cuando sea el momento para un último comentario breve de cada lado.

## INFORMACIÓN PARA MAESTROS

**Las escuelas deben enseñar a la gente joven que tiene que abstenerse de tener relaciones sexuales hasta el matrimonio; las escuelas no deben enseñar acerca de condones, anticoncepción o relaciones de género.**

### ¿SÍ O NO?

En muchos países está ocurriendo un debate en torno a la educación sexual. Quienes creen que la gente joven debe recibir información sólo acerca de abstenerse de tener relaciones sexuales, usualmente piensan que enseñar a la gente joven sobre sexo seguro los alienta a participar en la actividad sexual más temprano de lo que lo harían sin esa información. Sin embargo, los resultados de investigaciones muestran que la educación integral en sexualidad no conduce a una edad más temprana en la primera relación sexual. Quienes creen en la educación integral en sexualidad (incluida la información sobre el sexo seguro) argumentan que proporciona a la gente joven las herramientas para tomar decisiones saludables y también seguras sobre sus vidas sexuales.

- 7** Consulte con el o los jueces y decida cuál equipo ganó el debate. Junto con los estudiantes/jueces, ofrezca retroalimentación positiva concreta para cada grupo acerca de lo que hicieron bien.
- 8** Después de anunciar al equipo ganador, analicen en grupo:
- ¿Cuántos de ustedes fueron asignados al equipo con cuyo argumento estaban de acuerdo? *[Levanten la mano.]* ¿Con lo que no estaban de acuerdo? *[Levanten la mano.]* ¿Fue fácil o difícil argumentar lo opuesto a lo que ustedes creen?
  - ¿Es la educación sexual el único aspecto de la sexualidad que se ha convertido en un asunto de política pública? ¿O la sociedad ejerce algún control sobre muchos otros aspectos de la sexualidad? ¿Cuáles son otros aspectos relacionados con la sexualidad acerca de los cuales hay leyes, costumbres y normas sociales

que influyen en lo que la gente piensa o es libre de hacer? *[Explore con: sexo forzado; estándares diferentes para lo que constituye un comportamiento sexual permisible para niños y niñas (el doble estándar); mujeres que tienen que ocultar sus cuerpos en público en todo momento (en algunos entornos); presión ejercida sobre los niños para que se vuelvan sexualmente activos; estigmatización (o penalización) de la homosexualidad.]*

- ¿Están todos de acuerdo con las actitudes culturales dominantes sobre la sexualidad? ¿Eligen algunas personas vivir de acuerdo a una actitud o convicción diferente? ¿Son iguales las actitudes sobre sexualidad en todas partes o hay variaciones? ¿Siguen constantes las actitudes para siempre, o es que varían? ¿Por lo tanto la sexualidad es solamente un asunto privado? ¿O es también un asunto que concierne a la sociedad en general?

# primeras impresiones



**VISIÓN GENERAL:** Las y los estudiantes examinan su reacción ante el personaje de un relato basado en sus suposiciones acerca de si el personaje es hombre o mujer.

**OBJETIVOS:** Aumentar la conciencia de las y los estudiantes acerca de las suposiciones y juicios que usualmente hacemos acerca de una persona, con base en el sexo de esa persona; fortalecer las habilidades de pensamiento crítico.

## INSTRUCCIONES

- 1 Explique:
  - Hoy leeremos y analizaremos en grupo una historia sobre las experiencias, sentimientos y retos que enfrentan las y los adolescentes.
  - Nos separaremos en dos grupos; cada grupo leerá una historia, intercambiará opiniones y escribirá sus respuestas a las preguntas en un papel.
- 2 Separe a los participantes en dos grupos. Distribuya “La historia de Maya” a un grupo y “La historia de Raúl” al otro. (No explique elemento alguno de las historias). Asigne a los grupos tiempo para leer, responder a las preguntas y comparar sus respuestas dentro de cada grupo. Asegúrese de que los dos grupos estén lo suficientemente apartados para que no puedan escucharse mutuamente.
- 3 Después de 15 minutos, pida al grupo que leyó sobre Raúl que comparta brevemente sus respuestas a cada una de las preguntas ubicadas al final de la historia, sin explicar o analizar su razonamiento. Escriba algunas palabras clave (adjetivos, etiquetas de nombres) en el pizarrón.
- 4 Haga lo mismo para el grupo que leyó “La historia de Maya”.
- 5 En la parte superior de la lista de palabras generadas por el grupo que leyó sobre Raúl, escriba “Raúl”. En la parte superior de la lista de palabras generadas por el grupo que leyó sobre Maya, escriba “Maya”.
- 6 Revele que las dos historias son idénticas, excepto por el sexo de la persona. Entonces pregunte:
  - ¿Qué observamos en las respuestas para Maya, comparadas con las relacionadas con Raúl?
  - ¿Qué nos dice esto acerca de los estándares para las mujeres comparadas con los estándares para los hombres?
  - ¿Afecta este doble estándar a las mujeres en nuestra comunidad?
  - ¿Cómo se sienten respecto a este doble estándar?

## DURACIÓN:

40 minutos

## MATERIALES:

Pizarrón y tiza; copias de “La historia de Maya” para la mitad del grupo de estudiantes y copias de “La historia de Raúl” para la mitad restante; un espacio físico adecuado para que los dos grupos hablen sin escucharse mutuamente.

## PREPARACIÓN:

Prepárese para explicar qué es un adjetivo. Considere cómo asegurar que el análisis en grupo sea respetuoso. Prepárese para cuestionar el uso de términos en jerga local que sean irrespetuosos, especialmente para las jóvenes sexualmente activas. Revise la información acerca del doble estándar sobre el comportamiento sexual en la unidad 3 del libro de **PAUTAS** (accesible en <[www.unsolocurriculo.org](http://www.unsolocurriculo.org)>) o en su propio currículo.

## La historia de MAYA

Maya tuvo relaciones sexuales por primera vez a la edad de 16 años. Dos de sus amigas a veces se burlaban de ella porque nunca había tenido un novio; y la alentaban a que invitara a salir a cierto joven y a que tuviera relaciones sexuales con él. Ella tenía curiosidad, pero sobre todo se sentía presionada por sus amigas, por lo que invitó al joven a salir y entonces tuvieron relaciones sexuales. La mayoría de estudiantes en la escuela supo que Maya y el joven habían tenido relaciones sexuales.

Durante los siguientes dos años, Maya tuvo relaciones sexuales con otros cuatro chicos. Uno era compañero de escuela, otro era un vecino, otro que conoció en su trabajo; y otro que ella conoció a través de una amiga. Ella gozaba teniendo relaciones sexuales. Maya sabía que no quería casarse con alguno de esos jóvenes, pero se portaba muy amable con cada uno de los chicos y nunca les mintió acerca de sus sentimientos. Tener parejas sexuales hizo que Maya se sintiera atractiva e importante.

La mayor parte del tiempo Maya tenía cuidado de usar condones, pero en una ocasión se embarazó y tuvo un aborto. En otra ocasión ella se contagió con una infección de transmisión sexual de una de sus parejas, pero recibió tratamiento inmediatamente.

En la actualidad Maya está comprometida con un joven con el que su familia quiere que ella se case. A ella le gusta este joven, pero sabe que se espera que se abstenga de tener relaciones con él hasta que se casen en dos años. En una ocasión, cuando ella visitaba a su prima en otra ciudad, Maya se encontró con uno de sus antiguos novios, quien le expresó su deseo de volver a tener relaciones sexuales con ella; y Maya consideró que nadie saldría lastimado si tenía relaciones esta única vez antes de comprometerse en matrimonio. Ella pensó, “Después de todo, dos años sin relaciones sexuales es mucho tiempo”. Posteriormente, ella confió esto a su amiga más cercana, quien se mostró comprensiva.

### Después de leer esta historia, piensen en las siguientes preguntas y analícenlas en grupo:

- 1** ¿Qué piensan ustedes que los pares de Maya piensan de ella? ¿Qué “etiqueta” podrían usar para describir a Maya?
- 2** ¿Cómo se sienten ustedes respecto a Maya?
- 3** **Generen una lista de al menos tres o cuatro adjetivos que ustedes piensen describen a Maya.** Por ejemplo, ¿Es ella feliz o infeliz? ¿Confiada en sí misma o insegura? ¿Honesto o deshonesto? ¿Realista o poco realista? ¿Atractiva o poco atractiva? ¿Respetable o no respetable? ¿Típico para una mujer o atípico? ¿Moral o inmoral?

## La historia de RAÚL

Raúl tuvo relaciones sexuales por primera vez a la edad de 16 años. Dos de sus amigos a veces se burlaban de él porque nunca había tenido una novia; y lo alentaban a que invitara a salir a cierta joven y a que tuviera relaciones sexuales con ella. Él tenía curiosidad, pero sobre todo se sentía presionado por sus amigos, por lo que invitó a la joven a salir y entonces tuvieron relaciones sexuales. La mayoría de estudiantes en la escuela supo que Raúl y la joven habían tenido relaciones sexuales.

Durante los siguientes dos años, Raúl tuvo relaciones sexuales con otras cuatro chicas. Una era compañera de escuela, otro era una vecina, otra que conoció en su trabajo; y otra que él conoció a través de un amigo. Él gozaba teniendo relaciones sexuales. Raúl sabía que no quería casarse con alguna de esas jóvenes, pero se portaba muy amable con cada una de las chicas y nunca les mintió acerca de sus sentimientos. Tener parejas sexuales hizo que Raúl se sintiera atractivo e importante.

La mayor parte del tiempo, Raúl tenía cuidado de usar condones, pero en una ocasión una de las chicas se embarazó y tuvo un aborto. En otra ocasión él se contagió con una infección de transmisión sexual de una de sus parejas, pero recibió tratamiento inmediatamente.

En la actualidad Raúl está comprometido con un joven con la que su familia quiere que él se case. A él le gusta esta joven, pero sabe que se espera que se abstenga de tener relaciones con ella hasta que se casen en dos años. En una ocasión, cuando él visitaba a su primo en otra ciudad, Raúl se encontró con una de sus antiguas novias, quien le expresó su deseo de volver a tener relaciones sexuales con él; y Raúl consideró que nadie saldría lastimado si tenía relaciones esta única vez antes de comprometerse en matrimonio. Él pensó, “Después de todo, dos años sin relaciones sexuales es mucho tiempo”. Posteriormente, él confió esto a su amigo más cercano, quien se mostró comprensivo.

### Después de leer esta historia, piensen en las siguientes preguntas y analícenlas en grupo:

- 1** ¿Qué piensan ustedes que los pares de Raúl piensan de él? ¿Qué “etiqueta” podrían usar para describir a Raúl?
- 2** ¿Cómo se sienten ustedes respecto a Raúl?
- 3** **Generen una lista de al menos tres o cuatro adjetivos que ustedes piensen describen a Raúl.** Por ejemplo, ¿Es él feliz o infeliz? ¿Confiado en sí mismo o inseguro? ¿Honesto o deshonesto? ¿Realista o poco realista? ¿Atractivo o poco atractivo? ¿Respetable o no respetable? ¿Típico para una hombre o atípico? ¿Moral o inmoral?



## la verdad sobre el deseo

**VISIÓN GENERAL:** Las y los estudiantes completan un ejercicio de verdadero/falso sobre deseo y género.

**OBJETIVOS:** Posibilitar que las y los estudiantes identifiquen información correcta sobre el deseo sexual.

### INSTRUCCIONES

- 1 Indique a los participantes:
  - Hoy vamos a analizar en grupo el tema del deseo sexual. Vamos a disipar algunos de los mitos comunes sobre el tema.
  - Primero, vamos a completar un ejercicio de verdadero/falso.
- 2 Distribuya la hoja de trabajo e instruya a las y los estudiantes para que la llenen rápidamente.
- 3 Pida un voluntario que lea el primer enunciado y entonces fomente el análisis en grupo preguntando:
  - ¿Cuántos de ustedes piensan que este enunciado es verdadero?
  - ¿Quién piensa que es falso?

Si nadie ofrece la respuesta correcta, haga preguntas para ayudar al grupo a llegar a la respuesta correcta. Ofrezca la respuesta correcta solamente si nadie en el grupo llega a ella. Asegúrese de preguntar si alguien todavía tiene alguna pregunta o comentario.
- 4 Repita este proceso para cada enunciado.
- 5 Asigne los últimos diez minutos para preguntar:
  - ¿Cuáles fueron algunas de las cosas que ustedes pensaron que era verdad al principio de la sesión y que resultaron ser mitos?
  - ¿Qué efecto puede tener esta clase de desinformación en nuestros sentimientos sobre nosotros mismos y nuestra sexualidad?
  - ¿Qué observan ustedes acerca de los mensajes de la sociedad sobre el deseo masculino, comparado con sus mensajes acerca del deseo femenino?
  - ¿Qué efecto piensan ustedes que esos mitos ampliamente sostenidos pueden tener en las relaciones sexuales?
  - ¿Por qué piensan ustedes que recibimos diferentes mensajes sobre los deseos de los hombres y los de las mujeres? ¿Debería ser así?

### DURACIÓN:

45 minutos

### MATERIALES:

Pizarrón y tiza; copias de la "Hoja de Trabajo sobre Deseo Sexual" para cada estudiante, o escriba los enunciados en el pizarrón; clave de respuestas para uso del educador.

### PREPARACIÓN:

Revise y adapte la hoja de trabajo según sea necesario. Asegúrese que cuenta con la información necesaria para aclarar las respuestas.

## HOJA DE TRABAJO SOBRE DESEO SEXUAL: ¿CUÁL ES LA VERDAD?

Lean cada enunciado. Decidan si es verdad (V) o falso (F). Marquen su respuesta en la columna de la derecha.		¿V o F?
1	En realidad, la mayoría de las mujeres no desea tener relaciones sexuales.	
2	Si usted desea tener relaciones sexuales, es necesario que las tenga.	
3	La expectativa social de que las mujeres no deben desear tener relaciones sexuales puede afectar su nivel de deseo.	
4	Si un joven tiene una erección, significa que quiere tener relaciones sexuales; si la vagina de una joven se lubrica, significa que ella desea tener relaciones sexuales.	
5	Algunas mujeres desean tener relaciones sexuales más que lo que desean sus parejas sexuales.	
6	Las personas tienen fantasías sexuales sobre situaciones que no desean experimentar en la vida real.	
7	El temor a embarazarse o de infectarse con una ITS puede afectar el deseo sexual.	
8	El nivel de deseo sexual de cada persona cambia en el tiempo y bajo diferentes circunstancias.	
9	Si eres hombre, entonces quieres tener relaciones sexuales todo el tiempo.	
10	La mayoría de la gente de mayor edad todavía siente deseo sexual.	
11	Si un hombre no tiene una erección en una situación sexual, es porque él no desea a la persona con la que está.	
12	Algunos medicamentos afectan el deseo sexual.	
13	Una persona puede tener deseo sexual por alguien a quien él o ella no ama.	
14	Es normal que los hombres no deseen tener relaciones sexuales algunas veces.	
15	Si usted desea tener relaciones sexuales, usted se excitará sexualmente.	

## respuestas a “hoja de trabajo sobre deseo sexual: ¿cuál es la verdad?”

- 1 Falso** La mayoría de las mujeres sí desean tener relaciones sexuales. Sin embargo, si una mujer no obtiene placer de la relación sexual ella puede perder el interés.
- 2 Falso** El deseo sexual no tiene que conducir a la actividad sexual. De hecho, las personas pueden gozar por el hecho de sentirse “excitadas” sin desear tener relaciones sexuales.
- 3 Verdadero** El deseo sexual sí se ve afectado por las expectativas sociales. Si una mujer piensa que no debe desear tener relaciones sexuales, ella puede suprimir o negar su deseo.
- 4 Falso** Las erecciones y lubricación pueden ocurrir sin razón alguna o por razones no relacionadas con el deseo. Por ejemplo, la mayoría de los hombres se despiertan con una erección en la mañana debido a que sus vejigas están llenas. Los niños y adolescentes con frecuencia tienen erecciones espontáneas que no están relacionadas con el deseo sexual o la excitación.
- 5 Verdadero** Los niveles de deseo sexual varían para cada persona y circunstancia. En algunas parejas, o en algunos momentos, una mujer puede desear tener relaciones sexuales más que lo que su pareja desea.
- 6 Verdadero** Las fantasías son usualmente solamente eso: fantasías. Una persona puede no desear experimentar la fantasía.
- 7 Verdadero** Los estados emocionales, como el temor, pueden afectar el deseo sexual de una persona.
- 8 Verdadero** Los niveles “normales” de deseo sexual varían ampliamente y cambian. El deseo sexual se ve afectado por factores físicos, emocionales y sociales. Si el nivel de deseo de una persona le causa un problema, la persona puede hablar con un profesional de la salud sexual.
- 9 Falso** Los hombres no siempre desean tener relaciones sexuales. Ellos experimentan variaciones en sus niveles de deseo, como todas las personas.
- 10 Verdadero** El deseo sexual puede disminuir con la edad. Si una sociedad ve con reserva o desagrado la sexualidad de la gente mayor, su nivel de deseo puede verse afectado por el estigma. Mucha gente experimenta deseo sexual durante toda su vida.
- 11 Falso** Un hombre puede no tener una erección en una situación sexual por muchas razones, incluidas las condiciones médicas (por ejemplo, diabetes o enfermedad cardíaca), el uso de ciertos medicamentos y algunos factores emocionales (como la ansiedad acerca del desempeño sexual, enojo hacia la otra persona o por algo más, o porque esté preocupado).
- 12 Verdadero** Una disminución en el deseo sexual es un efecto secundario de algunos medicamentos. Algunos medicamentos como el Viagra aumentan la función eréctil y se toman para ese propósito específico. Los médicos usualmente no abordan con sus pacientes los efectos sexuales de los medicamentos. Si los efectos secundarios son una preocupación, consulte a su médico o farmacéutico.
- 13 Verdadero** Muchas veces las personas confunden deseo sexual y amor. Usted puede amar a alguien y no desear tener relaciones sexuales con esa persona; y, por otra parte, puede desear tener relaciones sexuales con alguien a quien no ama.
- 14 Verdadero** Nadie, ya sea hombre o mujer, desea tener relaciones sexuales todo el tiempo.
- 15 Falso** Algunas veces las personas sí desean tener relaciones sexuales pero no se excitan sexualmente. Esta situación sucede a la mayoría de las personas en algún momento. Es algo por lo que no hay que preocuparse.

# sentir diferente



**VISIÓN GENERAL:** Los alumnos identifican como se siente ser similar o diferente a otras personas y reafirman los derechos humanos de los grupos minoritarios, incluidas las minorías sexuales.

**OBJETIVOS:** Promover que las y los estudiantes identifiquen emociones que se asocian con el hecho de ser diferente de otras personas; reafirmar los derechos humanos de todas las personas, incluidas las minorías sexuales; fortalecer la reflexión afectiva y las habilidades de diálogo.

## INSTRUCCIONES

**1** Presente el tema con los siguientes pasos:

- Piensen en dos características importantes sobre sí mismos (que no sea su edad), que les hace muy similares a la mayoría de personas sentadas aquí.
- Ahora piensen en dos características que les hagan sentir muy diferente de los demás. Ustedes no van a compartir esta información. Puede tratarse de cualquier cosa pero que sea verdad para ustedes.
- Piensen por un minuto acerca de cómo las dos características que les hacen similares a otros les hacen sentir internamente. Tomen su cuaderno y escriban cuatro palabras relacionadas con emociones que describan sus sentimientos.
- Ahora, piensen de nuevo acerca de las características que les hacen sentirse diferente. ¿Cómo se siente eso? Escriban cuatro palabras relacionadas con los sentimientos o emociones que experimentaron.

**2** Conduzca un análisis grupal, preguntando:

- Sin decir qué es lo que les hace sentir similares o distintos, ¿cuáles sentimientos asociaron con el hecho de ser similares a otras personas? *[Escriba las respuestas en el pizarrón, en una columna.]*
- ¿Cuáles emociones asociamos con sentirnos diferentes? *[Escriba las respuestas en otra columna.]*

**3** Recuerde al grupo que toda persona se siente diferente o que de alguna manera no “encaja”; y que sentirse de esa forma a veces es común. Asigne al menos 15 minutos para analizar en grupo las siguientes preguntas:

- ¿Cuándo el ser diferente de otras personas es una experiencia positiva? ¿Cuáles son los beneficios de ser único?
- ¿Cuándo el ser diferente es una experiencia negativa?
- ¿De qué forma las personas que se consideran diferentes tienden a ser tratadas por otras personas? ¿Qué piensan ustedes de esto? *[Explore con: ¿Es correcta esta clase de trato?.]*
- ¿De qué forma quieren ser tratados cuando se sientan diferentes? ¿Tienen las personas que son diferentes (y que no hacen daño a nadie) los mismos derechos que todas las demás personas? ¿Es importante la forma en que son diferentes?

**Tarea:** Piensen en un grupo minoritario en la sociedad. *[Explore con: personas con discapacidades, personas de castas sociales inferiores, minorías étnicas o raciales, inmigrantes, minorías sexuales.]* ¿De qué forma son tratadas en su comunidad? ¿Algunas veces sus derechos son violados? ¿Alguna vez alguien de ese grupo ha levantado la voz para defender los derechos de ese grupo?

## DURACIÓN:

35-40 minutos

## MATERIALES:

Pizarrón y tiza

## PREPARACIÓN:

Lea toda la actividad; piense cómo abordar el tema de las minorías en la sociedad, con sensibilidad y respeto.



# sintiéndose sexualmente atraído hacia alguien del mismo sexo: relatos personales

**VISIÓN GENERAL:** Las y los estudiantes leen relatos de adolescentes que se dan cuenta que son homosexuales y analizan en grupo los sentimientos, experiencias y reacciones de esas personas. Cualquier caso de desinformación es corregido.

**OBJETIVOS:** Promover que las y los estudiantes describan dos experiencias comunes de la gente joven que se siente atraída hacia otras personas del mismo sexo, con el fin de establecer lazos de empatía con ellas y corregir desinformación; fortalecer las habilidades de pensamiento crítico y parafraseo.

## INSTRUCCIONES

- 1 Divida a la clase en tres grupos. Explique:
  - Hoy aprenderemos sobre las experiencias sociales y sentimientos de la gente joven que es gay; esto es, personas que se sienten atraídas exclusivamente o principalmente hacia otras personas del mismo sexo. Leerán estudios de caso sobre gente joven gay.
  - Cada grupo tiene un relato diferente. Ustedes analizarán el caso de estudio en grupo y escribirán sus respuestas a tres preguntas.
- 2 Escriba las siguientes preguntas en el pizarrón y léalas en voz alta:
  - ¿Qué sentimientos dice tener la persona en el relato? Hagan una lista de tantos sentimientos como puedan identificar.
  - ¿Cuáles son algunas de las cosas que la persona en el relato cree respecto a las personas que son gay?
  - ¿Qué es lo que la persona del relato hace respecto a sus sentimientos?
- 3 Distribuya las hojas. Asigne a los grupos diez minutos para leer, analizar en grupo y escribir sus respuestas a las preguntas. Indíqueles que las respuestas serán compartidas con los otros grupos.
- 4 Después de diez minutos, pida a dos estudiantes del grupo que analizó la historia de Nia que brevemente parafrasee (no que lea) la historia y que presente sus respuestas a las tres preguntas. Escriba los sentimientos de Nia en el pizarrón. Repita este proceso para los relatos de Lee y Mo.
- 5 Reserve 15 minutos para analizar las siguientes preguntas con el grupo completo:
  - En términos generales, ¿qué clase de sentimientos tienen Nia, Lee y Mo respecto a ser personas gay? ¿Cuáles fueron las principales razones detrás de esos sentimientos? ¿Cómo se dieron cuenta que eran personas gay o lesbianas? ¿Hubo algo que les sucediera que “los convirtió en persona gay”?
  - ¿Cómo se sintieron al leer estos relatos? ¿Qué les sorprendió? ¿Qué aprendieron de las personas que son gay?
  - ¿Están cambiando en la sociedad las actitudes e ideas sobre la diversidad sexual?

## DURACIÓN:

45-50 minutos

## MATERIALES:

Pizarrón y tiza; copias de “Estudios de caso sobre crecer siendo gay.”

## PREPARACIÓN:

Prepárese a conciencia para poder responder a preguntas sobre los relatos o el tema en general. Asegúrese de que los participantes aborden este tema con seriedad y que usted se siente cómodo al enseñar esta lección. Si es necesario, busque información de alguna organización con especialización en diversidad sexual o de otra fuente confiable. Si los términos usados aquí (“gay” y “lesbiana”) tienen connotaciones negativas en su contexto, use otros términos equivalentes que no las tengan.

## estudios de caso sobre crecer siendo gay

### HOJA PARA EL GRUPO 1: Caso de Nia:

Soy una lesbiana de 25 años. De niña fui buena estudiante y tenía muchos amigos. Cuando llegué a la pubertad, comencé a sentirme diferente. Tenía algunos sueños de estar besando a alguien. No podía ver el rostro de esa persona, pero podía sentir el cuerpo, un cuerpo de mujer. Me sentí confundida y empecé a odiarme. A los 15 años, de pronto me di cuenta que me sentía muy atraída hacia una joven mayor a quien yo conocía. Sentí una verdadera fascinación. Uniendo esto con mis sueños, poco a poco me di cuenta y admití conmigo misma que me siento atraída hacia las mujeres. Pero la primera vez que vi la palabra “homosexual” fue en un relato de una revista acerca de una mujer oficial de policía, que supuestamente había violado a una joven de 17 años de edad. Recuerdo la forma en que la revista describía la homosexualidad como una perversión y enfermedad. Había otro artículo acerca de hombres gay y el SIDA. Ambos artículos presentaban a la gente gay como perversa y enferma. Me di cuenta que sería una paria, una de “esas personas”. Todo el mundo desea ser amado y ser parte de la sociedad — nadie desea ser un paria. Yo pensé que había algo equivocado en mí, que estaba enferma. La palabra “lesbiana” se convirtió en una enorme amenaza en mi mente. Era un tabú; yo misma era tabú. Me sentía atemorizada. Pensé de mí misma que era una persona rara y anormal. Con el fin de sobrellevar esto, me sumergí en mis estudios y me hice conocida como ‘ratón de biblioteca’.

### HOJA PARA EL GRUPO 2: Caso de Lee:

Soy un hombre gay de 23 años; crecí en el campo. Cuanto tenía alrededor de 11 años, me di cuenta que me gustaba ver cuerpos de hombres. Me sorprendí y no sabía por qué. Había un hombre en donde yo vivía que tenía apariencia y actuaba en gran parte como mujer; su apodo era “Niña”. Yo le tenía miedo y sabía que no quería ser como él. Recordaba también una vez que llegó a nuestro pueblo una copia de una revista de sexo y que en ella había algo de información sobre personas gay, la cual leí. Sentí temor cuando leí eso. Entonces me mudé a la ciudad, en donde mis amigos hablaban sobre el deseo de tener relaciones sexuales con chicas. Les mentía diciéndoles que estaba interesado en una chica en particular, pero todo el tiempo pensaba en hombres. Para ocultar esto, actuaba de manera más ruda que los otros chicos y me involucré en deportes. Esperaba que nadie pudiera adivinar que yo era gay y nadie lo hizo. Pero me odiaba a mí mismo porque no podía comprender por qué yo era así. Pensé “¿Por qué no intentarlo”? Así que salí con cinco diferentes chicas. Les daba regalos, salíamos a pasear, algunas veces al cine. Seguí tratando, pero simplemente no funcionó. Incluso me las arreglé para tener relaciones sexuales con una de ellas en cuatro ocasiones, pero esa experiencia no fue satisfactoria para mí.

## estudios de caso sobre crecer siendo gay

### HOJA PARA EL GRUPO 3: Caso de Mo

Soy un hombre gay de 22 años. Cuando estaba creciendo, teníamos vecinos que eran gay; y mis padres tenían otros amigos gay. Así que yo crecí con el conocimiento de que las personas gay son iguales que todas las demás — al igual que mis padres, ellos tenían hijos, trabajos y mascotas. Á los 15 años, me di cuenta que mi mejor amigo Benno me gustaba más que como un simple amigo. Pero no sabía como mencionarlo. Entonces pedí consejo al amigo gay de mi madre, quién ha vivido con su pareja 20 años.

Lo primero que él dijo es que sabía que puede requerir una gran cantidad de reflexión honesta el hecho de descubrir quienes somos. Entonces, él me preguntó sobre las actitudes de Benno y me alentó a ser honesto con mi amigo. Él me explicó que Benno podría no sentirse de la misma manera hacia mí; y que, de hecho, Benno podría distanciarse de mí.

Al día siguiente, después de una práctica de futbol le confesé a Benno mis sentimientos hacia él. Al principio, él se molestó y me dijo que no creía que pudiéramos seguir siendo amigos. Yo me sentí devastado. Pero unos cuantos días después, Benno vino a mi casa. Me dijo que él no tenía sentimientos sexuales hacia mí o hacia algún hombre, pero que quería que siguiéramos siendo amigos. Me sentí muy feliz de recuperar a mi amigo aún cuando nunca estaríamos involucrados sentimentalmente.

Ser una persona gay en la adolescencia no es siempre fácil y con frecuencia tengo oportunidad de conocer a personas que se sienten incómodas con mi estilo de vida. Yo sé que soy muy afortunado de tener una familia tan solidaria; muchas personas jóvenes no tienen eso. Es por todo esto que ahora trabajo en una línea telefónica de emergencia para gente joven que cuestiona su sexualidad y que no tiene a alguien confiable a quién recurrir.

# comportamiento sexual— mitos y hechos

**VISIÓN GENERAL:** Las y los estudiantes participan en un juego en el que deciden si los enunciados acerca del comportamiento sexual son verdaderos o falsos. Los casos de desinformación son corregidos durante el análisis de grupo.

**OBJETIVOS:** Posibilitar que las y los participantes identifiquen información correcta acerca del comportamiento sexual.

## INSTRUCCIONES

- 1 Indique a los participantes que estarán analizando en grupo algunos mitos comunes sobre el comportamiento sexual y separando los mitos de los hechos.
- 2 Divida al grupo en dos equipos. En el pizarrón dibuje una hoja de calificaciones con una columna para cada equipo. Distribuya las notas para estudiantes y explique:
  - Ustedes analizarán en equipo cada enunciado de esta hoja y decidirán si es verdadero o falso. Su equipo tiene siete minutos para completar la hoja.
  - Al final, revisaremos todas las preguntas y cada equipo dará su respuesta. Yo registraré un punto cada vez que un equipo de una respuesta correcta. *[Haga que comiencen y asigne siete minutos para este paso.]*
- 3 Para revisar haga que un voluntario lea el primer enunciado en voz alta. Después, pregunte a cada equipo si lo marcó como verdadero o falso. Aclare la respuesta correcta. Para cada equipo que conteste correctamente, marque un punto en su columna en el pizarrón. Repita el procedimiento con cada enunciado (un minuto para cada enunciado).
- 4 Después de unos 20 minutos (al final de los 17 enunciados), anuncie cuál equipo ganó. Pregunte por qué hay tantos mitos acerca del comportamiento sexual.

## Si usted planea tener una sesión de preguntas y respuestas de seguimiento:

- 5 Distribuya los pedazos de papel blanco, y explique:
  - La mayoría de las personas tienen preguntas o dudas sobre el sexo y el comportamiento sexual. En sus papeles escriban sus propias preguntas sobre estos temas. No pongan su nombre, pero muestren su madurez al formular preguntas serias. Si no tienen preguntas, escriban “Yo no tengo preguntas en este momento”.
  - Cuando terminen, doblen el papel a la mitad.
  - Más tarde dedicaré tiempo a responder todas las preguntas serias. Confío en que se abstendrán de enviar preguntas inmaduras o inapropiadas en forma de broma; esas preguntas no serán contestadas.
- 6 Después de unos minutos, pida que doblen los papeles y recorra el salón recolectandolos en un sobre grande. *Después de la clase, revise las preguntas. Para las que no pueda contestar con seguridad, obtenga las respuestas de fuentes confiables, para poder proporcionar la información correcta en la sesión de respuestas.*

Reserve tiempo en una sesión subsecuente para responder a las preguntas de los participantes.

## DURACIÓN:

Pasos 1-4: 45-50 minutos

Pasos 5-6 (para completar si usted planea llevar a cabo una sesión de preguntas y respuestas de seguimiento): 10 minutos

## MATERIALES:

Pizarrón y tiza; una copia de la hoja de notas para cada equipo; pequeños pedazos de papel en blanco y (si usted incluye el Paso 6) una bolsa o sobre grande; clave de respuestas para el educador.

## PREPARACIÓN:

Revise los enunciados en la hoja de notas y asegúrese que puede explicar por qué son verdaderos o falsos. Decida si quiere incluir los Pasos 5 y 6. De ser así, consiga una fuente confiable de información para responder a las preguntas escritas.

## COMPORTAMIENTO SEXUAL — ¿VERDADERO O FALSO?

Lea cada enunciado. Decida si es verdad (V) o falso (F). Marque su respuesta en la columna de la derecha.		¿V o F?
1	La masturbación es dañina.	
2	Si una muchacha no sangra la primera vez que tiene relaciones sexuales, significa que no es virgen.	
3	Iniciar la relación sexual es un rol masculino.	
4	Las personas pueden hacer el amor y tener orgasmos sin tener un coito sexual.	
5	Masturbarse frecuentemente es un problema.	
6	Muchas mujeres no tienen orgasmos sólo con el coito vaginal.	
7	La primera vez que una mujer tiene relaciones sexuales le va a doler.	
8	La masturbación ayuda a las personas a aprender y comprender las respuestas de su cuerpo a la estimulación sexual.	
9	Alguien que es homosexual desea tener relaciones sexuales con cualquier persona del mismo género.	
10	Una vez que un hombre se excita sexualmente, no puede controlarse y tiene que eyacular.	
11	La forma más sencilla de saber cómo satisfacer a tu pareja es hablar de lo que a él o ella le gusta y lo que se siente bien.	
12	Se puede contraer una infección de transmisión sexual (ITS) a partir del sexo oral.	
13	Muchos hombres perderán su erección durante una experiencia sexual en algún momento de sus vidas.	
14	Si un hombre tiene un pene grande, su pareja sentirá mayor placer.	
15	No se puede confiar en que una mujer a la que le gustan mucho las relaciones sexuales sea fiel a su pareja.	
16	La edad correcta para tener relaciones sexuales es 18 años.	
17	Si un hombre puede mantener el coito vaginal el suficiente tiempo, la mujer tendrá un orgasmo.	

## respuestas a “comportamiento sexual — ¿verdadero o falso?”

- 1 Falso** La masturbación no es dañina; más bien es segura y es una buena forma de aprender sobre el propio cuerpo. Sin embargo, es una decisión personal. La mayoría de la gente se masturba, pero algunas personas eligen no hacerlo y algunas no se sienten cómodas con la idea.
- 2 Falso** La rotura del himen causa algún sangrado. Sin embargo, es muy fácil que el himen se estire o rasgue durante la actividad física normal o los deportes; y también que se estire hasta abrirse por la introducción de los dedos o de tampones. La ausencia de un himen o el sangrado no significa que la muchacha haya tenido relaciones sexuales.
- 3 Falso** En muchas culturas, los hombres tienen el rol de iniciar la relación sexual y se supone que las mujeres deben ser más pasivas sexualmente. Sin embargo, este patrón refleja ciertas actitudes culturales sobre los roles de género; de hecho, una mujer puede también iniciar la relación sexual. Incluso aquellas mujeres que siguen los roles de género tradicionales, con frecuencia desarrollan una forma indirecta de comunicar su deseo de tener relaciones sexuales con sus parejas.
- 4 Verdadero** Hacer el amor consiste en muchos comportamientos (caricias, besos, masaje, estimulación manual). Las personas pueden alcanzar el orgasmo al tocarse o frotarse mutuamente sin llegar al coito vaginal.
- 5 Falso** No hay problema con la masturbación frecuente. La única ocasión en que la masturbación puede considerarse como problema es si interfiere con otras acciones que la persona debería estar llevando a cabo, o si la persona está perturbando a otras personas; o, de otra forma, causándose daño a sí misma.
- 6 Verdadero** La mayoría de las mujeres no alcanza el orgasmo a partir de solamente el coito vaginal. Más bien, llegan al orgasmo a través de la estimulación del clítoris. Las mujeres tienen más probabilidad de tener un orgasmo si ellas (o sus parejas) estimulan el clítoris directamente, antes, durante o después del coito vaginal.
- 7 Falso** La primera vez que una mujer tiene relaciones sexuales puede o no doler. Para minimizar la incomodidad o dolor, las parejas deben darse tiempo para explorar mutuamente sus cuerpos y excitarse plenamente antes de la penetración, de tal forma que la vagina de la mujer esté bien lubricada. Si la mujer se siente nerviosa o temerosa, la pareja puede decidir esperar.
- 8 Verdadero** La masturbación es una de las mejores formas de aprender sobre el propio cuerpo y comprender cómo responde a la estimulación. Esta práctica puede ayudar a las mujeres a aprender cómo llegar al orgasmo.
- 9 Falso** Cada persona, ya sea heterosexual, homosexual o bisexual, se siente atraída sexualmente sólo hacia ciertas personas. La atracción sexual se basa en muchos factores.

## respuestas a “comportamiento sexual — ¿verdadero o falso?”

- 10 Falso** Algunos hombres creen que si están excitados sexualmente, tienen que tener un orgasmo, pero esto no es verdad. El detener la relación sexual puede causar alguna incomodidad, pero ésta disminuirá sola. Cualquier persona — hombre o mujer — puede detenerse en cualquier punto de la experiencia sexual.
- 11 Verdadero** Cada persona tiene sus propias preferencias en relación con lo que es excitante desde el punto de vista sexual. En lugar de suponer lo que le gusta a la pareja o lo que encuentra placentero, es más rápido y confiable simplemente preguntarle a ella o él. La comunicación es una clave para tener una relación sexual positiva que sea placentera para ambos miembros de la pareja.
- 12 Verdadero** El sexo oral puede resultar en la transmisión de varias ITS. Esta lista de ITS incluye herpes, gonorrea, virus del papiloma humano (que conduce a las verrugas o cáncer), sífilis, clamidia, hepatitis B y chancroide, así como el VIH.
- 13 Verdadero** Muchos experimentarán esto en algún momento de sus vidas. Es normal y no es para preocuparse. La ansiedad acerca de esto puede aumentar la probabilidad de que vuelva a presentarse.
- 14 Falso** Un pene grande no da a la mujer más placer durante el coito vaginal. Aunque las mujeres difieren en opinión, la mayoría de ellas dice que es lo que el hombre hace y no el tamaño lo que importa. De hecho, un pene muy grande puede ser incómodo o incluso doloroso para la mujer.
- 15 Falso** Gozar de la relación sexual es natural tanto para los hombres como para las mujeres. El grado de gozo de la relación sexual no tiene que ver con su confiabilidad. La idea detrás de este enunciado se basa en que a las mujeres no les debería agrandar la relación sexual. Esto refleja el doble estándar en el sentido de que es aceptable y esperado que a los hombres les guste la relación sexual, pero no así a las mujeres. Esta idea es injusta, equivocada y constituye un estereotipo.
- 16 Falso** No hay una edad correcta para tener relaciones sexuales. Cada persona debe determinar cuándo ella o él se siente preparado para tener la relación sexual. La disposición depende del nivel de madurez, relación, valores y sentimientos de la persona. Los países tienen leyes que establecen en qué momento se considera que una persona tiene la edad suficiente para dar su consentimiento aceptando la relación sexual.
- 17 Falso** Para muchas mujeres, el coito vaginal no conduce al orgasmo, sin importar por cuánto tiempo el hombre lo mantiene; más frecuentemente, las mujeres llegan al orgasmo como resultado de la estimulación directa del clítoris. La comunicación franca entre los miembros de la pareja les ayudará a ambos a encontrar una actividad sexual placentera.

# por qué lo hacemos (o no): ejercicio de decisiones no optativas

**VISIÓN GENERAL:** Se pide a las y los estudiantes que decidan si están de acuerdo o no con una serie de enunciados sobre las razones por las que la gente elige tener — o no tener — relaciones sexuales.

**OBJETIVOS:** Posibilitar que las y los estudiantes realicen una reflexión crítica sobre su propia toma de decisiones y la de otras personas en relación con el sexo; fortalecer las habilidades de reflexión personal y de redacción.

## INSTRUCCIONES

**1** Presente la actividad:

- Hoy analizaremos en grupo algunas de las razones por las que las personas deciden tener o no tener relaciones sexuales. Hay muchas circunstancias y sentimientos diferentes que influyen en las decisiones de las personas acerca de si tener o no relaciones sexuales. Algunas veces, las personas pueden tener sentimientos encontrados.
- Ahora les voy a leer unos enunciados. Se trata de enunciados de valores, por lo que no tienen una respuesta correcta o equivocada. Para cada enunciado, si están de acuerdo, párense en el lado que dice “De acuerdo”. Si no lo están, vayan al lado que dice “En desacuerdo”. Hagan el esfuerzo de elegir un lado u otro, aún si su opinión se ubica entre los dos lados. Luego, compartiremos opiniones. *[Asegúrese de que toda la clase comprende las reglas.]*

**2** Lea cada enunciado. Después de cada enunciado, asigne tiempo para que los participantes se muevan hacia su “lado”. Permita un par de comentarios de cada lado. Entonces lea el siguiente enunciado, aún si la conversación no ha finalizado. Lea tantos enunciados como el tiempo lo permita.

**3** Reserve de cinco a diez minutos para preguntar:

- ¿Por qué es importante que una persona joven reflexione acerca de las razones para decidir si tener o no relaciones sexuales? *[Explore con: sentido de comodidad, seguridad, voluntariedad y placer, así como proteger su propia salud.]*
- La gente joven tiene muchas razones diferentes cuando decide tener o no tener relaciones sexuales. ¿Qué clase de malentendidos o problemas pueden resultar de estas diferencias en las razones?
- Nosotros vemos que, con frecuencia, la gente no está consciente de sus motivaciones y sentimientos, o no ha analizado sus circunstancias. ¿Cuáles son algunas formas en las que podemos hacernos más conscientes de lo que está pasando, cómo nos sentimos y qué queremos y qué no queremos? *[Explore con: escribir en un diario, hablar con alguien de confianza, pensar con integridad.]*

**Tarea:** Escribe unos párrafos sobre algún tema (no necesariamente sobre sexo) en el que tengas sentimientos contradictorios, o con el que tengas problemas para tomar una decisión al respecto.

## DURACIÓN:

35-40 minutos

## MATERIALES:

Pizarrón y tiza; lista de enunciados de ‘Opción forzada’

## PREPARACIÓN:

Elimine cualquiera de los enunciados de decisión no optativa que sea inapropiado y añada cualquiera que usted considere significativo. En un lado del salón ponga un cartel con “De acuerdo”; y, al otro, ponga otro cartel con “En desacuerdo”.

## enunciados de “decisiones no optativas”

- 1 Me siento mal por los hombres, puesto que tienen que actuar como si quisieran tener relaciones sexuales todo el tiempo, aún cuando no quieran hacerlo.
- 2 Si una joven ama a su novio, ella debe demostrarlo teniendo relaciones sexuales con él.
- 3 Pienso que la mayoría de las y los adolescentes tienen sentimientos encontrados sobre el sexo; al mismo tiempo, tanto ellas como ellos, quieren y no quieren tener relaciones sexuales.
- 4 Yo pienso que está bien dar dinero o un regalo a alguien a cambio de sexo.
- 5 Yo pienso que está bien aceptar dinero por tener relaciones sexuales, si uno necesita el dinero.
- 6 Yo pienso que un verdadero hombre toma riesgos y es sexualmente agresivo.
- 7 Las imágenes en la televisión y revistas hacen que las y los jóvenes sientan que deberían estar teniendo relaciones sexuales.
- 8 Presionar a alguien a tener relaciones sexuales contra su voluntad, aún si no se usa la fuerza física, es más o menos lo mismo que la violación.
- 9 Algunas chicas actúan como si solamente estuvieran buscando placer sexual sin involucrarse emocionalmente, pero en el fondo no es eso lo que desean; en realidad, desean tener una conexión emocional.
- 10 Muchas chicas que conozco tienen relaciones sexuales porque se sienten obligadas a hacerlo.
- 11 Las personas que se sienten atraídas a otras del mismo sexo deben esperar más tiempo (hasta que lleguen a una edad mayor) que sus pares heterosexuales para comenzar a tener experiencias sexuales.
- 12 Mucha gente joven simplemente no desea tener relaciones sexuales. Sus sentimientos no tienen nada que ver con el SIDA o el embarazo, o con lo que les dicen los adultos. Ellas y ellos no desean tener relaciones sexuales, incluso si tienen novio o novia.
- 13 El coito sexual siempre es una experiencia extremadamente íntima y personal para las dos personas involucradas.
- 14 Muchas personas que deciden tener relaciones sexuales se arrepienten de ello posteriormente.
- 15 Muchas personas que deciden **no** tener relaciones sexuales se arrepienten de ello posteriormente.
- 16 Antes de tener relaciones sexuales, la mayoría de las personas adolescentes hablan a fondo con su pareja acerca de si ambos se sienten cómodos y desean tener relaciones sexuales, así como sobre cómo protegerse contra las infecciones y el embarazo.

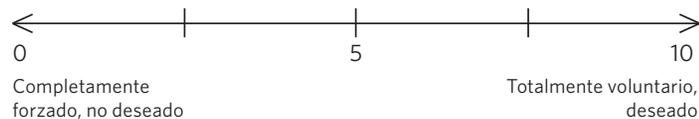
# ¿en qué punto de la línea? el continuo entre la decisión y la coerción sexual

**VISIÓN GENERAL:** Las y los estudiantes ubican los estudios de caso a lo largo del continuo entre las relaciones sexuales forzadas en un extremo y las voluntarias y deseadas en el otro; y analizan en grupo el derecho a decir no. (Nota: Las y los estudiantes deben tener algún grado de comprensión de la violencia sexual y el consentimiento, antes de que usted lleve a cabo esta actividad).

**OBJETIVOS:** Posibilitar que las y los estudiantes describan el continuo de opciones sexuales; reconocer casos en los que el sexo es voluntario pero no deseado; comprender claramente el derecho a decir no a las relaciones sexuales; fortalecer sus habilidades de pensamiento abstracto.

## INSTRUCCIONES

**1** Fije la cuerda en posición horizontal a través del salón. En un extremo ponga la etiqueta: “Completamente forzado, no deseado”; y, en el otro extremo, la etiqueta: “Totalmente voluntario, deseado”.



**2** Presente el tema y explique que hay un continuo entre las relaciones sexuales que son forzadas y completamente indeseadas; y las que son completamente voluntarias y deseadas. Pregunte:

- ¿A qué le llamamos relaciones sexuales forzadas? *Después de que los participantes respondan, añada la palabra “violación” al final del continuo.*

- Si una persona acepta tener relaciones sexuales, ¿significa eso que él o ella realmente desea tenerlas siempre? *Después de que los participantes respondan, pregunte: ¿Cuando la relación sexual es voluntaria pero no deseada, eso se ubicaría en un extremo de la cuerda o en algún punto entre los dos extremos?*

**3** Divida a los participantes en cuatro grupos. Proporcione a cada grupo las notas para estudiantes y un conjunto de clips para papel. Explique:

- Lean cada situación en su grupo, conversen acerca del caso y decidan en que parte de la cuerda — el continuo de 0 a 10 — piensan que se ubica el caso.
- Anoten sus nombres en el caso [*con un marcador de color si está disponible*]. Enseguida fijen el caso con un clip de papel en el punto de la cuerda en el que hayan decidido que corresponde.

**DURACIÓN:**  
45 minutos

**MATERIALES:**  
Pizarrón y tiza; copias de los estudios de caso elegidos; una cuerda larga o cordel resistente; clips para papel (o cinta adhesiva); marcadores o plumones de colores (si están disponibles).

**PREPARACIÓN:**  
Modifique las notas para estudiantes como se indica (ver “Estudios de caso sobre opción sexual y coerción sexual”). Obtenga cuatro copias de los estudios de caso que usted elija.

- 4 Circule entre los grupos y ofrezca ayuda. Permítales emplear tiempo extra para conversar sobre sus opiniones, aún si con ello no completan todos los estudios de caso.
- 5 Después de 15 minutos, pida a alguien de un grupo que lea el primer caso de estudio y que explique en qué parte del continuo de 0–10 su grupo lo ubicó y por qué. Asigne de dos a tres minutos para que los otros grupos indiquen dónde ubicaron sus casos; estimúelos para que intercambien ideas acerca de cualquier diferencia de opinión. Repita el proceso para cada caso de estudio.
- 6 Reserve diez minutos al final para analizar en grupo las siguientes preguntas:
  - Forzar a alguien para tener relaciones sexuales no deseadas es una violación a los derechos humanos de esa persona. Levantando la mano respondan ¿quiénes creen que las relaciones sexuales forzadas son comunes entre la gente joven? ¿Quiénes piensan que son poco comunes?
  - Hemos analizado el hecho de que una persona que no desee tener relaciones sexuales y que no es forzada a ello, aún así puede voluntariamente participar en una relación sexual. ¿Quiénes creen que esto es una experiencia bastante común entre la gente joven? ¿Quiénes creen que es poco común? *[Observe si los participantes varones responden a esta pregunta de manera similar a las mujeres.]*
  - ¿Tienen las y los jóvenes igual probabilidad de tener relaciones sexuales en una situación que no sea forzada, pero que tampoco sea deseada? *[Explore con: ¿Piensan que las y los jóvenes comparten igual poder en las relaciones sexuales? ¿Qué se puede decir de los hombres y las mujeres adultos?]* *[Nota: Ponga énfasis en que aún si una situación no cae en el extremo “forzado” del continuo puede, no obstante, ser inaceptable.]*
  - ¿Sabe siempre una persona si su pareja realmente desea tener relaciones sexuales? ¿Cuáles son algunas formas de asegurarse de ello? *[Explore con: ¿Pregúntale a tu pareja! Hablar sobre ello antes es mejor. ¿Qué sucede si uno pregunta y la pareja no está segura de lo que él o ella quiere?]*

## estudios de caso sobre opción sexual y coerción sexual

**INSTRUCCIONES PARA LOS EDUCADORES:** Seleccione de seis a ocho de los siguientes estudios de caso (o escriba sus propios estudios de caso). Asegúrese de que su selección final incluye al menos un caso en el que un joven se sienta presionado para tener relaciones sexuales. Modifique los casos para que sean apropiados y también relevantes para los participantes.

**MOHAMMED y AMMA:** Mohammed quiere tener relaciones sexuales pero su esposa Amma no siente deseos de tenerlas esta noche. A ella se le ha enseñado que es deber de una esposa tener relaciones sexuales cuantas veces su esposo desee, a menos que se sienta enferma o esté menstruando, por lo que ella termina teniendo relaciones con Mohammed.

**NINA y CARL:** Nina, de 22 años, ha estado saliendo con Carl por alrededor de seis meses. Él le ha dicho varias veces que desea mucho tener relaciones sexuales con ella, pero solamente si ella lo desea. Nina se siente insegura pero piensa que debe hacer lo que su novio desea. Ella sabe que otras mujeres jóvenes tienen relaciones sexuales con sus novios y le preocupa que él la pudiera dejar si ella no accede, aunque Carl nunca la ha amenazado con hacerlo. La siguiente vez que tienen un momento íntimo, ellos tienen relaciones sexuales.

**JACOB y GRACE:** Jacob y su novia Grace están solos en la casa de los padres de él. Jacob, borracho y entre balbuceos, yace en el piso. Grace, quien también bebió algo, yace en el piso junto a él. Sintiendo desinhibida, ella toma la iniciativa y tiene sexo oral con él. Jacob se siente confundido y no está seguro de qué decir. Al día siguiente, él no tiene recuerdo alguno de lo sucedido.

**HENRY y MARIA:** Henry y Maria se han estado besando apasionadamente. Cuando Henry comienza a desvestirse a María, ella trata de detenerlo y dice “No”. Henry piensa que ella quiere más pero que le preocupa admitirlo. Por lo que él sigue tratando. Después de tratar de alejarse de Henry empujándolo y diciendo “no” durante cinco minutos, ella finalmente deja de luchar y solamente yace en el lugar. Henry sigue adelante y lleva a cabo el coito con ella.

**AJIT y ANILA:** Ajit y Anila se han reunido un par de veces, siempre bajo supervisión. Ajit parece ser una buena persona, por lo que Anila acepta cuando sus padres le dicen que Ajit desea casarse con ella. A Anila se le ha enseñado que todo lo relacionado con el sexo es vergonzoso. Ella ha escuchado que duele la primera vez y que le hará sangrar. Ella está realmente asustada. Ella apenas conoce a Ajit y se siente avergonzada con el hecho de pensar que él toca su cuerpo. Ella no está interesada en tener relaciones sexuales y no se siente excitada, pero sabe que cuando uno se casa, uno tiene que tener relaciones sexuales la noche de bodas. Ella deja que Ajit tenga relaciones sexuales con ella.

## estudios de caso sobre opción sexual y coerción sexual

**SELAH y JAMES:** La última vez que Selah rehusó tener relaciones sexuales con su esposo James, él la amenazó y la golpeó fuertemente, dejándole un ojo morado. Ella no desea tener relaciones sexuales hoy, pero él podría golpearla de nuevo, por lo que ella no se rehúsa.

**LIN y YANG:** Yang, el novio de Lin está presionándola fuertemente para tener relaciones sexuales. Ella sabe que en realidad no quiere hacerlo, pero fue con Yang a un lugar apartado. Pensando que es inevitable, ella simplemente deja a Yan hacer lo que él quiere, sin decir palabra.

**TEO y HELENA:** Teo y Helena son compañeros de clase en la universidad. Ellos han estado saliendo por algunos meses y sienten una fuerte atracción mutua. No están profundamente enamorados, pero coinciden en que desean tener relaciones sexuales. Después de ponerse de acuerdo en usar condones, ellos tienen relaciones sexuales.

**GINA y AHMED:** Gina proviene de una familia pobre. Ella trabaja para Ahmed en una tienda y su salario es el principal ingreso de su familia. Un día, Ahmed comienza a tocarla y, después de cerrar la tienda, él la jala al fondo del almacén y le levanta el vestido. Gina se siente confundida y asustada de perder su empleo. Ella comienza a resistirse, pero Ahmed dice “¿Qué? ¿No te gusta trabajar aquí?” Entonces ella cede.

**JULIA y OSCAR:** Oscar no está seguro si realmente quiere tener relaciones sexuales con Julia, pero ella lo sugirió y él tiene temor de que sus amistades lo sepan y se burlen de él si dice que no. Él acepta hacerlo.

**PETER y LAURA:** Frecuentemente Peter compra regalos a Laura, así como otras cosas que ella necesita. Hoy salieron a cenar y él pagó. Aún cuando Laura no se siente lista para tener relaciones sexuales, ella siente que se lo debe a Peter. Ella no lo rechaza.

**VERA y WILLIAM:** Vera y William han tenido relaciones sexuales una vez. Esta noche, William dice a Vera que él la ha estado deseando todo el día. Vera preferiría simplemente pasar juntos un rato y conversar, pero piensa que, al haberlo hecho una vez, no hay marcha atrás. Cuando William comienza a quitarse la ropa, Vera no dice una sola palabra y vuelven a tener relaciones sexuales.

**EMMA y ROBERT:** Una noche Emma bebe demasiado. Robert la encuentra recostada en la cama, desmayada. Él se quita la ropa y tiene relaciones con ella. Ella no despierta.

# ¿qué es el consentimiento?



**VISIÓN GENERAL:** Las y los estudiantes aprenden sobre el concepto de consentimiento sexual. Explorar este concepto a través de estudios de caso, guiones cortos y análisis en grupo.

**OBJETIVOS:** Ayudar a las y los estudiantes a que comprendan y aprecien la importancia del consentimiento en cualquier situación sexual; fortalecer sus habilidades de pensamiento abstracto.

## INSTRUCCIONES

**1** Presente la actividad con la siguiente explicación y preguntas:

- Todos nosotros tenemos responsabilidades; por ejemplo, en casa, en la escuela y en nuestros empleos. Algunas veces, sin embargo, se nos pide o indica hacer algo (por parte de los pares o incluso por personas adultas) que no es parte de nuestras responsabilidades, lo cual puede ser confuso o perturbador.

**Opcional:** *Para presentar este concepto con mayor detalle, amplíe la presentación como sigue:*

Qué significa dar consentimiento para algo? *[Explore con: para estar de acuerdo, para indicar o expresar la voluntad de hacer algo.]* Nosotros damos nuestro consentimiento por diferentes razones: Algunas veces damos nuestro consentimiento para hacer algo porque queremos hacerlo; por ejemplo, si un amigo les invita a jugar fútbol y ustedes quieren jugar. O podemos dar nuestro consentimiento para algo que no queremos hacer realmente, pero aceptamos porque es importante para nosotros por otra razón; por ejemplo, cuando un maestro nos asigna una tarea que no queremos hacer, pero la hacemos porque queremos tener buenos resultados en la escuela.

Algunas veces, sin embargo, hacemos algo que no queremos hacer, simplemente porque es difícil defendernos por nuestra propia cuenta, o porque no queremos parecer groseros. Esta situación puede ser materia de un asunto que no sea muy importante, como comer algo que no nos gusta porque alguien cocinó para nosotros. Otras veces, puede ser materia de un asunto más serio con graves consecuencias. ¿Cuáles serían algunos ejemplos de cosas serias que una persona joven podría consentir o no consentir hacer? *[Si los participantes no mencionan las relaciones sexuales, pregunte si esto se añadiría a la lista.]*

- Levanten la mano si alguna vez han aceptado hacer algo que no fuera su responsabilidad y que no quisieran hacer realmente. ¿Quién puede compartir un ejemplo?
- ¿Cuáles son algunas de las razones por las que una persona podría aceptar hacer algo que él o ella no quiere hacer realmente? *[Escriba las respuestas en el pizarrón.]*
- Hoy comenzaremos a revisar lo que significa dar consentimiento verdaderamente libre e informado en una situación que tenga que ver con el sexo.

## DURACIÓN:

Pasos 1–6: 45 minutos

Pasos 7–8: 45 minutos

## MATERIALES:

Pizarrón y tiza; estudios de caso seleccionados; hoja informativa para los educadores; clave de respuestas.

## PREPARACIÓN:

Seleccione de cuatro a seis estudios de caso que reflejen situaciones comunes en el entorno de los participantes y adapte los cambiando los nombres u otros detalles, o bien elabore sus propios estudios de caso. Use algunas historias en las que los personajes puedan dar su consentimiento libre e informado; y algunas en las que no puedan. Si es necesario, revise la hoja informativa para los educadores. Infórmese respecto a la ley vigente en su país relacionada con la edad de consentimiento para las relaciones sexuales.

- 2 Pregunte (y escriba las respuestas en el pizarrón):
    - ¿Qué significa la palabra “consentimiento”?
    - ¿Qué significa “consentimiento libre e informado”?
  - 3 Haga que los participantes lean en voz alta las pautas para dar un consentimiento libre e informado en una situación sexual.
  - 4 Forme pequeños grupos de tal forma que cada grupo tenga un estudio de caso diferente. Proporcione a cada grupo su caso de estudio y explique:
    - Ustedes disponen de diez minutos. Analicen en grupo su caso de estudio y preparen un guión breve (para una escenificación de dos o tres minutos); y consideren cuáles de los requisitos para el consentimiento se cumplen o no se cumplen en esa situación.
    - Una persona leerá el estudio de caso a toda la clase, otros dos pueden llevar a cabo la escenificación y una o dos personas explicarán cuáles de los requisitos para el consentimiento se cumplen y cuáles no.  
*[Dedique 10–20 minutos para aclarar la tarea y deje que los grupos preparen sus presentaciones. Circule entre los grupos para ayudarles según sea necesario.]*
  - 5 Pida a un grupo que presente a) su estudio de caso; b) la escenificación de su guión; y c) su opinión colectiva acerca de si la persona en este estudio de caso pudo dar su consentimiento libre e informado.
  - 6 Pregunte quiénes están de acuerdo o en desacuerdo con la opinión del grupo, o si se cumplieron o no los requisitos del consentimiento. Analicen esto en grupo hasta que se llegue a consenso sobre la respuesta correcta.
  - 7 Repita los Pasos 5 y 6 para cada grupo/estudio de caso. Permita unos 10–12 minutos por caso.
  - 8 Explique: Sabemos que existen circunstancias en las que una persona no tiene el control o poder de decir no. Esto es una violación a los derechos humanos.
    - En muchos casos, el grado de control o poder que una persona tiene no es completamente claro o puede estar abierto a negociación. En algunas situaciones, la sola comprensión interior de que ustedes tienen el derecho de dar o no dar su consentimiento para tener relaciones sexuales, puede hacer la diferencia. Esto es un ejemplo de cómo el conocimiento significa poder.
    - ¿Puede una persona saber con certeza si su pareja está dando su consentimiento, sin hablar con esa persona? ¿Por qué sí o por qué no? ¿Qué puede hacer alguien para asegurarse de que una persona que está “dando su consentimiento” para tener relaciones sexuales lo hace libremente y de manera informada?
- Tarea:** Pónganse en el lugar de alguien que tuvo sexo no deseado porque se sintió bajo presión. Esto puede ser el personaje de uno de los casos que analizamos hoy; o bien, puede ser alguien que conoces en realidad y que estuvo en una situación en donde el consentimiento para tener relaciones sexuales fue inadecuado. (No usen el nombre real de la persona.) Escriban un discurso en la voz de esta persona (como si el o ella hablara). Enfóquense en sus *sentimientos*, no precisamente en lo que le ocurrió desde el punto de vista sexual. Piensen acerca de algunas diferencias de poder en la relación que hizo que la persona se sintiera presionada. Su meta al escribir este discurso debe ser ayudar a la persona a “recuperar” su sentido de control e igualdad de poder. Si lo prefieren, ustedes pueden escribir el discurso en forma de poema o canción.

## requisitos para dar un consentimiento consciente en una situación que implica sexo

**Estar convencida(o) de que tienes el derecho** a decidir por tí misma si deseas o no participar en una actividad sexual en particular.

**Tener un sentido suficiente de poder** y control sobre tu propia vida para poder comunicar e implementar tu decisión.

**Tener la madurez** para comprender lo que implica una actividad determinada y qué consecuencias puede acarrear, así como la madurez para hablar con tu pareja acerca de estos aspectos.

**Estar en una situación** o relación en la que tu decisión será reconocida y respetada por tu pareja.

**Conocer lo que implica la actividad** y los sentimientos de la otra persona acerca de ello; cuáles son los riesgos; y cómo protegerte tú y a tu pareja de un embarazo no deseado y/o una infección.

**Tener la mente clara**, no afectada por el alcohol o las drogas en el momento de tomar la decisión.

**Tener información exacta** sobre el actual estado de salud sexual de tu pareja (incluida cualquier exposición sexual previa o uso de drogas que pudiera presentar algún riesgo para la persona).

**En la medida de lo posible, evitar situaciones** en las que haya probabilidad de experimentar presión para tener relaciones sexuales no deseadas por razones materiales o financieras.

## estudios de caso: ¿puede esta persona dar consentimiento consciente?

- A Ana tiene 19 años y su novio, Al, 22.** Ellos han estado saliendo durante seis meses y teniendo relaciones sexuales por alrededor de un mes. Ana usualmente goza la relación sexual, pero algunas veces ella no siente ganas de tenerlas. En esos momentos, Al usualmente dice cosas como, “Si realmente me amaras, tú querrías hacerlo”; o, “Si tú no quieres tener relaciones sexuales conmigo, tal vez tenga que encontrar a alguien más que sí quiera”. Ella no quiere perderlo, por lo que usualmente ella accede. ¿Puede Ana dar su consentimiento libremente?
- B Beni sabe que está infectado con el VIH pero no se lo ha dicho a nadie.** Él ha estado saliendo con Bea; y, recientemente, ellos han estado hablando de tener relaciones sexuales. Beni planea usar un condón en lugar de decirle a Bea su condición de VIH. ¿Puede Bea dar su consentimiento libre e informado?
- C Carlo y Clea son veinteañeros.** Ellos han estado saliendo durante un año y han hablado con franqueza acerca de sus relaciones pasadas. A ellos les gustaría tener relaciones sexuales. Han hablado sobre ello y se han puesto de acuerdo para ir a una clínica con el fin de obtener información y entonces decidir juntos cómo proceder de forma segura y evitar consecuencias indeseables. ¿Puede Clea proporcionar su consentimiento libre e informado?
- D Dom y Deenah tienen 18 años de edad y han decidido tener relaciones sexuales.** Deenah dice que ella tiene temor de embarazarse, pero Dom le asegura que uno no puede embarazarse la primera vez que se tiene relaciones sexuales. ¿Puede Deenah dar su consentimiento libre e informado?
- E Eve tiene 14 años y está en la escuela secundaria. Edo tiene 18 años y trabaja con el padre de Eve.** Edo conoció a Eve cuando visitó su casa. Edo y Eve han empezado a reunirse también fuera de la casa de ella. Algunas veces, Edo da a Eve regalos y dinero, si ella lo necesita. Recientemente, él ha empezado a decir a Eve cuánto la ama y que realmente desea tener relaciones sexuales con ella. ¿Puede Eve dar su consentimiento libre e informado?
- F Finn tiene 18 años y le gustaría tener relaciones con su novia, Fátima, quien tiene 17 años.** Ellos han hablado sobre el hecho de que ninguno de los dos ha tenido relaciones sexuales anteriormente. Él decide leer un libro que su madre, una médica, tiene sobre crecimiento, sexo, planificación familiar e ITS. Él le pregunta a su novia qué piensa ella y le ofrece prestarle el libro. Ella lee el libro y hablan de nuevo. Ella dice que mejor quiere esperar, con lo que Finn está de acuerdo. ¿Puede Fátima dar su consentimiento libre e informado?

## estudios de caso: ¿puede esta persona dar consentimiento consciente?

- G** **Gia, de 24 años, está en una fiesta en casa de algún estudiante y está bebiendo demasiado.** Su pareja, con quien ella ha tenido relaciones sexuales antes, la jala a una habitación y empieza a quitarle la ropa. Ella pierde y recupera el conocimiento una y otra vez. ¿Puede Gia dar su consentimiento libre e informado?
- H** **La madre de Halle le enseñó que es importante que una mujer haga lo que su esposo pide de ella si no quiere perderlo.** Ella está comprometida para casarse con Hugh y él dice que, ahora que están comprometidos, es correcto que tengan relaciones sexuales. Halle cree firmemente que ella debe esperar y quiere llegar virgen al matrimonio, pero piensa “Él será mi esposo y mi madre dice que debo obedecerle”. ¿Puede Halle dar su consentimiento libre e informado?
- I** **Isaac ha tenido varias parejas pero deja que Iván, su nuevo novio, crea que él todavía es virgen, como lo es Iván.** Cuando tienen relaciones sexuales, Iván está de acuerdo en no usar condón, pensando que no hay riesgo de infección. ¿Puede Iván dar su consentimiento libre e informado?
- J** **Jin tiene 20 años y Josef tiene 19.** Hace cerca de seis meses, Jin le preguntó a Josef, su novio, si tendría relaciones sexuales con ella. Ellos son abiertos y honestos mutuamente, de tal forma que él le dijo que tenía temor de las consecuencias y que no se sentía listo. Él dijo que le gustaría solamente que por ahora se tocaran y besaran. Jin realmente quería tener relaciones sexuales, pero estuvo de acuerdo con Josef. Ahora Josef piensa que está listo. Él pregunta a Jin dónde pueden obtener más información para evitar cualquier riesgo. ¿Puede Josef dar su consentimiento libre e informado?

## respuestas a “estudios de caso: ¿puede esta persona dar consentimiento consciente?”

**Nota:** Usted debe informarse si la ley en su país establece una edad mínima de consentimiento para la actividad sexual, con el objeto de poder evaluar si los personajes en cada situación tienen suficiente edad para dar su consentimiento y tener relaciones sexuales en el marco de la ley. Puede suceder que usted tenga que hacer cambios a las situaciones o a las respuestas con base en esa información.

- A No** Al no respeta la decisión de Ana cuando ella dice que no desea tener relaciones sexuales. Ella tampoco tiene seguridad de tener el derecho a decidir por sí misma y no tiene el suficiente sentido de poder en la relación para poder implementar su decisión.
- B No** Bea no tiene información exacta sobre el estado de salud de su pareja.
- C Sí** Ambos han decidido por sí mismos y están de acuerdo; están tomando la decisión con sus mentes despejadas, no hay motivo material o financiero que influya en ellos; son capaces de comunicar su decisión, de saber lo que ello implica y saber que ellos necesitan tener protección; han hablado honestamente sobre su comportamiento pasado; y tienen edad suficiente conforme a la ley para otorgar su consentimiento y tener relaciones sexuales consensuales.
- D No** Deenah no sabe cuáles son los riesgos o cómo protegerse a sí misma.
- E No** Rara vez el consentimiento sexual de una persona de 14 años de edad es consciente, debido a que su madurez todavía está en desarrollo. Las preocupaciones sobre la madurez y los derechos de los niños han conducido a establecer leyes que definen una edad mínima para dar consentimiento sexual y prohibir el matrimonio infantil.
- F Sí** Fatima está convencida de que ella tiene derecho a decidir por sí misma si tener o no relaciones sexuales y su pareja respeta su decisión. Ella está tomando la decisión con la mente despejada, no tiene un motivo económico o material apremiante; puede comunicar e implementar su decisión; y sabe cuáles son las implicaciones, los riesgos y cómo protegerse. Ella tiene información exacta sobre el comportamiento sexual previo de su pareja. En la mayoría de los países, se consideraría que ella cuenta con la edad suficiente para tomar la decisión de tener relaciones sexuales si ella así lo decidiera, pero verifique las leyes en donde ustedes viven.
- G No** Gia está borracha y casi inconsciente. Es incapaz de decidir por sí misma y su pareja no se está comunicando con ella.
- H No** Halle sabe lo que desea, pero no parece estar convencida de su derecho a decidir por sí misma, o no tiene un suficiente sentido de poder y control sobre su vida para poder implementar su decisión.
- I No** Iván no tiene información exacta sobre el comportamiento sexual previo de su pareja.
- J Sí** Josef cree que él tiene derecho a decidir por sí mismo; él puede comunicarse e implementar la decisión y su pareja respeta esa decisión; su mente está despejada; él no tiene un motivo económico o material superior; él está consciente de los riesgos y protección e intenta mantenerse informado al respecto; y él tiene la edad legal para tomar la decisión. Aunque no sabemos si la pareja ha compartido información sobre su comportamiento sexual previo o el uso de drogas, sabemos que ambos son abiertos y francos el uno con el otro.

# temas candentes de política y respuestas personales

**VISIÓN GENERAL:** Las y los estudiantes seleccionan un titular de las noticias que refleje el cambio de normas sobre sexualidad y escriben una respuesta personal.

**OBJETIVOS:** Ayudar a las y los estudiantes a comprender que las normas sexuales cambian con el tiempo; aclarar sus propios valores sobre el tema elegido; fortalecer su pensamiento crítico y sus habilidades de redacción.

## INSTRUCCIONES

**1** Presente la actividad explicando:

- Las actitudes en torno a la sexualidad difieren de una sociedad a otra. Las actitudes siempre están cambiando dentro de cualquier sociedad. Hoy identificaremos y pensaremos sobre algunas de las formas en que esas actitudes están cambiando.
- Lean la lista de titulares de noticias en el pizarrón; la mayoría de estos están adaptados a partir de eventos reales alrededor del mundo. Seleccionen un titular y escriban una respuesta personal de alrededor de una página acerca de sus sentimientos respecto al tema, pero primero traten de reflexionar profundamente sobre ello. Concluyan su escrito con lo que imaginan respecto a cuál será la situación del tema dentro de 10 o 15 años. Tendrán cinco minutos para revisar la lista y otros 15 para escribir su opinión. Después, algunos de ustedes podrán leer en voz alta su respuesta escrita.

**2** Para cada titular, pida que un voluntario lea lo que ella o él ha escrito. Después de cada lectura, agradezca al participante. Si es necesario, aclare cuál fue el tema y corrija cualquier desinformación que sea evidente. Estimule el análisis del grupo con alguna de las siguientes preguntas de exploración:

- ¿Cómo les hizo sentir esta lectura?
- ¿Qué respuestas tienen ustedes?
- ¿Es relevante este tema en nuestro país?
- ¿Otros comentarios?

*[Planee de dos o tres minutos por titular. Algunos titulares pueden no haber sido seleccionados; esto Promoverá más tiempo para analizar en grupo los titulares que hayan sido seleccionados.]*

**3** Cierre la sesión recordando a los participantes que las normas están siempre cambiando. Pregunte:

- ¿Son siempre los cambios dirigidos hacia normas más flexibles, o pueden cambiar hacia normas más rígidas o restrictivas?
- ¿Cambian las normas sociales — sobre sexualidad o sobre cualquier otro tema — de manera mágica por sí mismas? ¿Qué o quién conduce a un cambio en las normas sexuales? *[Pregunte tanto por fenómenos sociales amplios (como una educación superior y medios globalizados) y el rol de personas (tanto líderes públicos y miembros de la comunidad).]*
- Las personas provocan estos cambios al ser modelos de conducta, educando a otras personas y realizando labor de advocacy a favor de cambios de políticas.

## DURACIÓN:

45 minutos

## MATERIALES:

Pizarrón y tiza; “‘Titulares’ sobre Temas de Política Sexual”.

## PREPARACIÓN:

Borre cualquiera de los titulares que sea necesario. Copiar los titulares en el pizarrón.

## “titulares” sobre a temas de política sexual

*Gana el juicio mujer que demandó por acoso sexual; primera victoria de ese tipo en los tribunales*

*Abre clínica para adolescentes; primera en el Estado*

*Hombres del pueblo organizan desfile contra la violencia sexual; dicen que los que son realmente hombres no violan*

*Entra en vigor la ley que permite el matrimonio entre personas gay; la primera pareja se casa a las 8 A.M.*

*Muchacha de catorce años de edad se libra de matrimonio forzado*

*Grupo de mujeres jóvenes se queja de las normas de vestido que las obligan a estar cubiertas todo el tiempo*

*Sesenta hombres jóvenes firman un compromiso de que se casarán solamente con mujeres que no hayan pasado por la mutilación genital*

*La policía arresta a un hombre VIH-positivo que buscaba “curarse” teniendo sexo con cinco mujeres vírgenes*

*Un nuevo estudio muestra que los padres continúan vendiendo a sus hijas a tratantes de seres humanos con fines de explotación sexual*

*El presidente dice que sus actitudes respecto a la homosexualidad cambiaron después de enterarse de que su hija es lesbiana*

*La ley de aborto se hace más restrictiva, prestadores de servicios de aborto son arrestados*

# mis relaciones

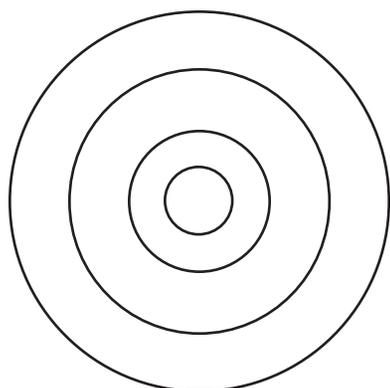


**VISIÓN GENERAL:** Las y los estudiantes crean una representación visual de sus relaciones.

**OBJETIVOS:** Ayudar a las y los estudiantes a identificar las diferentes relaciones en sus vidas y a nombrar cualidades que valoran en sí mismos y que buscan en las relaciones íntimas; fortalecer sus habilidades de pensamiento crítico.

## INSTRUCCIONES

- 1 Explique a los participantes que van a identificar las diferentes relaciones que tienen con otras personas. Pídeles que hagan una lista personal de sus relaciones y conexiones con otras personas.
- 2 Invite a unos cuantos estudiantes a compartir sus listas de manera voluntaria. Anote en el pizarrón las diferentes clases de relaciones que mencionen, como las que tienen con familiares, amigos o vecinos.
- 3 Dibuje un diagrama en el pizarrón con cuatro círculos concéntricos (como el siguiente).
- 4 Pida a los jóvenes que tomen una hoja de papel en blanco. Explique:
  - Dibujen una serie de cuatro círculos, de pequeño a grande, como los que yo he dibujado. Usen la hoja completa para el círculo de mayor tamaño.
  - En el círculo más pequeño, escriban su nombre (o dibujen una imagen de ustedes mismos).
  - Piensen en las diferentes personas en su vida. En el exterior del círculo más pequeño escriban los nombres (o dibujen imágenes sencillas) de las personas que están más cercanas a ustedes.
  - En los dos círculos exteriores, escriban los nombres (o imágenes) de quienes no están tan cercanos a ustedes.
- 5 Pida a los participantes que formen grupos de tres o cuatro personas con quienes están sentados más cerca e indíqueles que tome unos dos minutos cada uno para explicar su dibujo a los otros miembros de su grupo.



## DURACIÓN:

45 minutos

## MATERIALES:

Pizarrón y tiza

## PREPARACIÓN:

Revisar las instrucciones.

**6** Facilite una sesión de análisis en grupo, formulando las siguientes preguntas:

- ¿Incluyeron todas las personas en su grupo los mismos tipos de relaciones o hubo diferencias? ¿Colocaron todos a los miembros de sus familias, amigos, vecinos, maestros, líderes religiosos u otras personas en el mismo círculo o en diferentes círculos?
- Mencionen algunas palabras que describan lo que ustedes valoran en las personas con las que sienten más cercanía. [*Explore con: franqueza, respeto, compartir, cuidar, confiar, diversión, seguridad, comprensión, confiable, interesante, amar. Escriba esas palabras en el pizarrón.*]

**7** Reserve diez minutos para que los participantes exploren las cualidades que valoran en sus relaciones:

- Piensen en una persona en su página que les gustaría que se moviera más cerca hacia el círculo interior. Seleccionen una palabra que mejor describa lo que ustedes valoran en esa persona.
- Ahora piensen en una o dos de las palabras que están en el pizarrón que ustedes piensan que la gente diría que les describe a ustedes.
- Celebren una cualidad que ustedes valoren especialmente (ya sea en ustedes mismos o en otras personas) escribiéndola en su papel con letras decorativas o en un estilo creativo.
- Mientras escriben o dibujan, piensen en lo que esa palabra significa para ustedes.

## ¿qué está pasando entre estos dos?

**VISIÓN GENERAL:** Las y los estudiantes leen estudios de caso acerca de relaciones caracterizadas por desigualdades sociales; identifican las desigualdades y analizan en grupo su efecto en las relaciones.

**OBJETIVOS:** Ayudar a las y los estudiantes a que identifiquen la forma en que la desigualdad social puede afectar las relaciones íntimas; fortalecer las habilidades de pensamiento analítico.

### INSTRUCCIONES

- 1** Explique:
    - Hoy exploraremos la forma en la que la desigualdad y las diferencias de poder entre las personas pueden afectar nuestras relaciones. ¿Qué formas de desigualdad existen en nuestra sociedad entre los diferentes grupos de personas? *[Sugiera: racismo; castas; y también con desigualdad basada en características variables como el género, la edad, la clase social, el origen étnico, la preferencia sexual y la capacidad física.]*
    - Ustedes formarán cuatro grupos y cada grupo leerá un estudio de caso, así como algunas preguntas para el análisis en grupo. Posteriormente, darán respuesta a esas preguntas.
  - 2** Proporcione a cada grupo un estudio de caso y una copia de las preguntas para análisis en grupo. Asigne diez minutos a este paso.
  - 3** Pida a un grupo que, en un lapso de cinco a siete minutos, lea su estudio de caso y que presente sus respuestas a las preguntas que analizaron en grupo. Luego permita unos cuantos minutos para que otros participantes comenten.
  - 4** Proceda de la misma forma con los otros tres estudios de caso.
  - 5** Concluya la sesión alentando a los participantes a que piensen acerca de alguna desigualdad en la sociedad que afecte sus propias relaciones personales y que reflexionen sobre las consecuencias que experimentan.
- Tarea:** Escriban una tarjeta postal dirigida a una de las personas mencionadas en su estudio de caso. Aconsejen a esa persona sobre qué hacer para reducir el impacto de la desigualdad en su relación.

### DURACIÓN:

45 minutos

### MATERIALES:

Pizarrón y tiza; un estudio de caso para cada grupo.

### PREPARACIÓN:

Revise los estudios de caso contenidos en las "hojas para distribuir". Adáptelos o reemplácelos según sea necesario para asegurarse de que reflejen formas comunes de desigualdad en su sociedad. Fotocopie cada estudio de caso en una pieza separada de papel.

## HOJA PARA EL GRUPO 1:

Me sentí atraída hacia mi novio porque él era mayor y nadie lo conocía. Él parecía misterioso y apasionante. Nos enamoramos y ahora pasamos juntos la mayor parte del tiempo. Ustedes saben cómo es esto. Realmente me gusta escuchar lo que me cuenta sobre sus experiencias. Cuando salimos, casi siempre él decide a dónde vamos a ir porque él paga y, además, conoce todos esos magníficos lugares. Él ha influido enormemente en mí. Yo nunca me había interesado en los deportes, pero él ama el fútbol, por lo que ahora paso gran parte de mi tiempo libre en los partidos o viendo deportes en la televisión.

Después de conocernos por unos cuantos meses, él me dijo que quería hacerme el amor. Yo dudé, pero pensé que él podría dejarme si no lo hacía. Después de todo, él tiene 23 años y es experimentado. Hoy en día casi no veo a mis amigas. Ellas se quejan y dicen que he cambiado. A veces las extraño y pienso que yo acostumbraba estudiar más y que me gustaba mucho leer. Pero, ya saben, yo pienso que esto es lo que pasa cuando se está enamorada.

### Preguntas:

- 1 Existen diferentes clases de desigualdad entre los grupos de la sociedad (por ejemplo, las personas pueden tener una mayor o menor posición con base en sus grupos étnicos o raciales, clase económica, sexo, edad, u otra característica). ¿Qué formas de desigualdad están presentes en esta relación?
- 2 ¿Quién tiene la posición de mayor poder en esta relación como resultado de su posición en la sociedad? ¿Cuál es la base para esta desigualdad? ¿Cómo se manifiesta esta posición de mayor poder?
- 3 ¿Quién tiene la posición inferior en esta relación debido a su posición social? ¿Cómo se manifiesta esta posición inferior?
- 4 ¿Qué efecto, si es que lo hay, tiene esa desigualdad en cada persona? ¿Cómo afecta esto la relación?
- 5 ¿Piensan ustedes que este tipo de situaciones existe en nuestra comunidad? Por favor comenten sobre ellas.

## HOJA PARA EL GRUPO 2:

El año pasado comencé a salir con un muchacho del equipo de rugby de nuestro pueblo. La situación empezó a tomar seriedad entre nosotros. Una noche, durante una reunión en el centro social del pueblo, él me pidió que lo encontrara en la parte posterior del centro social. Mi madre y mi padre estaban ahí también, pero yo sabía que ellos supondrían que yo estaría con las otras chicas. Así el muchacho y yo nos escabullimos y fuimos a dar un paseo entre los arbustos detrás del centro social. Cuando estábamos entre los arbustos empezamos a besarnos y él empezó a acariciar mis senos. Yo sabía que íbamos a tener relaciones sexuales. En realidad yo no deseaba hacerlo. Solamente quería hablar con él y besarlo y nada más, pero él quería hacerlo y yo había ido con él, así que terminamos teniendo relaciones sexuales.

Después yo lloré porque sabía que había faltado el respeto a mis padres y que acababa de perder mi virginidad. Yo sabía sobre los condones y que pueden prevenir que una chica se embarace y se contagie de enfermedades, pero en ese momento yo estaba pensando en otras cosas, como la forma en que mis padres se sentirían si supieran lo que yo estaba haciendo. Estaba más preocupada por el hecho de que había perdido mi virginidad. Cuando quedé embarazada, mis padres se pusieron furiosos y me prohibieron ver a mi novio otra vez.

### Preguntas:

- 1 Existen diferentes clases de desigualdad entre los grupos de la sociedad (por ejemplo, las personas pueden tener una mayor o menor posición con base en sus grupos étnicos o raciales, clase económica, sexo, edad, u otra característica). ¿Qué formas de desigualdad están presentes en esta relación?
- 2 ¿Quién tiene la posición de mayor poder en esta relación como resultado de su posición en la sociedad? ¿Cuál es la base para esta desigualdad? ¿Cómo se manifiesta esta posición de mayor poder?
- 3 ¿Quién tiene la posición inferior en esta relación debido a su posición social? ¿Cómo se manifiesta esta posición inferior?
- 4 ¿Qué efecto, si es que lo hay, tiene esa desigualdad en cada persona? ¿Cómo afecta esto la relación?
- 5 ¿Piensan ustedes que este tipo de situaciones existe en nuestra comunidad? Por favor comenten sobre ellas.

## HOJA PARA EL GRUPO 3:

Cuando cumplí 35 años pensé que lo mejor era casarme. Finalmente había conseguido un empleo y podía sostener a una familia. Me había graduado de la universidad; pero, como había tanto desempleo, era difícil encontrar un trabajo en mi pueblo. Finalmente, migré en busca de trabajo. Cuando regresé a casa a visitar a mi madre, decidí buscar una esposa en nuestro pueblo. Conocía a varias mujeres jóvenes y una me gustó mucho. Ella tenía entonces 20 años y era una persona tranquila. Había terminado su escuela primaria, pero nunca se había alejado realmente de nuestro pueblo. Aunque le dije que ella tendría que vivir con mi madre hasta que yo la pudiera traer conmigo, ella estuvo de acuerdo en que nos casáramos.

Después de que tuvimos nuestro primer hijo, yo no quería que usara anticonceptivos, por lo que yo practicaba el retiro. Yo hago mi mejor esfuerzo para la manutención de ella y de nuestro hijo. Ella todavía vive con mi madre pero nunca crea problemas o dice que necesita algo. Yo la amo pero hay cosas de las que no puedo hablar con ella. Algunas cosas simplemente no podría comprenderlas. Ya saben, ella no sabe mucho del mundo.

### Preguntas:

- 1 Existen diferentes clases de desigualdad entre los grupos de la sociedad (por ejemplo, las personas pueden tener una mayor o menor posición con base en sus grupos étnicos o raciales, clase económica, sexo, edad, u otra característica). ¿Qué formas de desigualdad están presentes en esta relación?
- 2 ¿Quién tiene la posición de mayor poder en esta relación como resultado de su posición en la sociedad? ¿Cuál es la base para esta desigualdad? ¿Cómo se manifiesta esta posición de mayor poder?
- 3 ¿Quién tiene la posición inferior en esta relación debido a su posición social? ¿Cómo se manifiesta esta posición inferior?
- 4 ¿Qué efecto, si es que lo hay, tiene esa desigualdad en cada persona? ¿Cómo afecta esto la relación?
- 5 ¿Piensan ustedes que este tipo de situaciones existe en nuestra comunidad? Por favor comenten sobre ellas.

## HOJA PARA EL GRUPO 4:

Me fui al extranjero a trabajar por un tiempo y terminé enamorándome de uno de los hombres que trabajaban conmigo. Cuando me embaracé, decidimos casarnos. Mis padres expresaron su oposición al matrimonio porque él provenía de una familia que vivía en condiciones de pobreza. Ellos dijeron: “Pensamos que no sabes las implicaciones de casarse con alguien que no es igual a ti. ¿Por qué no simplemente regresas a casa y tienes el bebé? Nosotros te ayudaremos”. Pero nosotros nos casamos de todas formas. Decidimos regresar a mi país para que él pudiera obtener un grado universitario mientras yo trabajaba. Sin embargo, antes de que pudiera estudiar, él tenía que aprender el idioma.

Desafortunadamente, él encontró difícil el aprendizaje. Se quedaba en casa con el bebé y trataba de aprender el idioma, pero se sentía muy aislado. Así que empezó a sentirse cada vez más deprimido y su sentido de autoestima cayó muy bajo. Él tenía que depender de mí en cuanto al dinero y se sentía culpable porque nosotros teníamos que enviar dinero con regularidad a su familia. No me gustaba que él no estuviera estudiando o buscando un empleo o trabajando, pero me preocupaba decir algo al respecto. Era un tema demasiado sensible y no quería herir sus sentimientos. Finalmente, él se hizo amigo de algunos hombres de su país y empezó a pasar tiempo con ellos, visitando bares y bebiendo. En una ocasión se puso violento conmigo. Ese fue un llamado de atención que nos hizo regresar a la realidad.

### Preguntas:

- 1 Existen diferentes clases de desigualdad entre los grupos de la sociedad (por ejemplo, las personas pueden tener una mayor o menor posición con base en sus grupos étnicos o raciales, clase económica, sexo, edad, u otra característica). ¿Qué formas de desigualdad están presentes en esta relación?
- 2 ¿Quién tiene la posición de mayor poder en esta relación como resultado de su posición en la sociedad? ¿Cuál es la base para esta desigualdad? ¿Cómo se manifiesta esta posición de mayor poder?
- 3 ¿Quién tiene la posición inferior en esta relación debido a su posición social? ¿Cómo se manifiesta esta posición inferior?
- 4 ¿Qué efecto, si es que lo hay, tiene esa desigualdad en cada persona? ¿Cómo afecta esto la relación?
- 5 ¿Piensan ustedes que este tipo de situaciones existe en nuestra comunidad? Por favor comenten sobre ellas.

unidad **4**

actividad **29**

## ¿es amor?

**VISIÓN GENERAL:** Las y los estudiantes distinguen el amor de las emociones relacionadas.

**OBJETIVOS:** Promover que las y los estudiantes reflexionen acerca del amor, el apasionamiento y los celos; fortalecer sus habilidades de pensamiento analítico.

### INSTRUCCIONES

**DURACIÓN:**

45 minutos

**MATERIALES:**

Pizarrón y tiza; pedazos de papel con palabras o frases escritas.

**PREPARACIÓN:**

Modificar la sesión según sea necesario para que se ajuste a la cultura, el entorno y el lenguaje de los estudiantes. Tome cinco piezas de papel y escriba una de las siguientes frases en cada papel:

- APASIONAMIENTO
- ESTAR "ENAMORADO"
- ROMANCE
- ATRACCIÓN SEXUAL
- CELOS

**1** Divida a los participantes en cinco grupos. Pida a cada grupo que tome uno de los papeles que usted ha preparado. En el pizarrón escriba "**Cuál es la diferencia entre el amor y \_\_\_\_\_?**"

**2** Pida a los grupos que tomen un papel y copien la frase que está en el pizarrón, llenando el espacio en blanco con la palabra del papel que escogieron. Pídeles que analicen su pregunta en grupo y que escriban su respuesta.

**3** Después de unos cinco minutos, pida a un grupo que lea su pregunta y presente su respuesta. Las siguientes preguntas pueden orientar un breve análisis en grupo:

- ¿Alguien quiere expresar su desacuerdo o comentar al respecto?
- ¿Permite la cultura a las mujeres y a los hombres igual oportunidad de experimentar este sentimiento?
- ¿Pueden ustedes dar un ejemplo de una situación en la que alguien confunde este sentimiento con amor? ¿Qué sucede si este sentimiento se confunde con amor?
- ¿Puede este sentimiento ser parte del amor?

**4** Repetir el Paso 3 para los grupos restantes.

**5** Reserve diez minutos para analizar en grupo lo siguiente:

- ¿En dónde desarrolla la gente joven sus ideas sobre el amor y el romance?
- ¿Presentan los filmes y las novelas románticas un tratamiento realista sobre el amor y el romance? Si no es así, ¿qué efecto piensan ustedes que tienen estos filmes y novelas en las expectativas de la gente joven?
- ¿Por qué es importante desarrollar sus propias convicciones acerca de la diferencia entre el amor y estos otros sentimientos?

# decidir si tener o no relaciones sexuales

**VISIÓN GENERAL:** Las y los estudiantes examinan los indicadores de madurez, autoconciencia, autoeficacia y la capacidad de comunicar, que son parte de lo que una persona joven necesita para negociar una relación sexual segura y cómoda. (Nota: Previo a esta sesión, los participantes deben haber aprendido acerca del comportamiento sexual y la coerción sexual.)

**OBJETIVOS:** Ayudar a las y los estudiantes a que identifiquen las habilidades que necesitarán para poder negociar una relación sexual segura y cómoda; fortalecer sus habilidades de pensamiento crítico.

## INSTRUCCIONES

- 1** Presente la actividad explicando:
  - La gente joven usa diferentes criterios para decidir si volverse sexualmente activa y cuándo hacerlo. Algunas personas esperan hasta cierta edad; otras prefieren esperar hasta que están comprometidas o casadas. Otras comienzan a tener relaciones sexuales porque alguien más parece tomar la decisión por ellas. Muchas personas jóvenes consideran cómo se sienten acerca de su relación cuando examinan la decisión sobre si comenzar o no a tener relaciones sexuales.
  - Determinar si están o no preparadas para la actividad sexual es difícil para muchas personas jóvenes. Este ejercicio les ayudará a pensar sobre los roles que la madurez, la autoconciencia y las habilidades de comunicación juegan en el proceso de prepararse para la actividad sexual. También les ayudará a identificar lo que es más importante para ustedes.
- 2** Pida a los participantes que formen parejas; proporcione a cada pareja una hoja de trabajo (junto con las instrucciones). Explique:
  - Observen la lista en estas notas. Éstos son algunos de los sentimientos y condiciones que pueden ser importantes para tener un sentido de comodidad y seguridad en una relación sexual. Si una persona desea tener relaciones sexuales y la mayoría o todas estas condiciones están presentes en su relación de pareja, es más probable que la persona se sienta cómoda y segura con la relación sexual.
  - Si, por otra parte, muchas de estas condiciones están ausentes en una relación de pareja, es probable que la persona se sienta incómoda y esté en un mayor riesgo de tener relaciones sexuales que no sean seguras.

## DURACIÓN:

45 minutos

## MATERIALES:

Pizarrón y tiza; copias de la hoja de instrucciones “¿Estoy preparada(o)? ¿Cómo puedo decidir?”; hoja de trabajo para estudiantes “Sintiéndose ‘preparada(o)’ para tener relaciones sexuales”.

## PREPARACIÓN:

Revise la lista de condiciones en las notas para estudiantes y asegúrese que usted mismo se siente preparada(o) para facilitar la respuesta a cualquier pregunta que pudiera surgir.

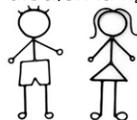
- 3** Lea en voz alta las instrucciones para la hoja de trabajo. Asegúrese de que todos y cada uno de los jóvenes comprenda la actividad. Dígalos que estarán verificando diferentes elementos en respuesta a varias preguntas. Las parejas deben tratar de llegar a un acuerdo sobre sus respuestas; pero si no pueden hacerlo, entonces podrán verificar elementos adicionales. Permita 15 minutos para que analicen en grupo las preguntas y registre sus respuestas.
- 4** Vuelva a reunir a todo el grupo. Revise las preguntas 1–5 de la hoja de trabajo y solicite algunas respuestas. Pregunte a los participantes si tuvieron tendencia a estar de acuerdo o en desacuerdo con sus compañeros de pareja.
- 5** Para la pregunta 6 de la hoja de trabajo, dedique más tiempo para examinar las respuestas de los participantes. Registre las respuestas en el pizarrón. Las siguientes preguntas pueden guiar el análisis en grupo:
  - ¿A cuáles condiciones le dan prioridad los jóvenes? ¿Cuáles condiciones son más importantes para los jóvenes?
  - ¿Cómo explican estas diferencias entre hombres y mujeres?, ¿Cómo se sienten respecto a esto?
- 6** Cierre la sesión analizando en grupo las preguntas 7 y 8 de la hoja de trabajo. Entonces pregunte:
  - Cada uno de ustedes piense en sí mismo como individuo. ¿Piensa que algunas de esas condiciones (escritas en la hoja) carecen de importancia para ti, hay algunas condiciones que tu definitivamente no considerarías como factores relevantes al tomar la decisión de tener o no relaciones sexuales?
  - Sin importar si la persona es sexualmente activa cuando es adolescente o si está esperando hasta ser adulta o estar casada, el establecer estas condiciones puede hacer que su experiencia sexual sea segura y más cómoda. *[Haga saber al grupo su plan para abordar algunos de los otros temas como parte del currículo. Por ejemplo, el primer volumen de Un sólo currículo incluye unidades sobre comunicación, sobre el cuerpo y anatomía, sobre salud sexual/VIH, así como sobre temas de género.]*

## ¿estoy preparada(o)?, ¿cómo puedo decidir?

Para este ejercicio, una persona joven de la edad de ustedes está tratando de decidir si tener o no relaciones sexuales. Esta persona joven quiere tomar la decisión correcta y está haciendo una pregunta: "Para decidir si estoy preparada(o) o no para tener relaciones sexuales, ¿cuáles son los dos sentimientos o condiciones más importantes que debo considerar?" Esta persona plantea esta pregunta a tres diferentes individuos: Su mejor amiga o amigo, una o un consejero (o psicólogo) y una persona que vive con el VIH.

### Ahora sigan estos pasos:

- 1 Lean toda la lista de su hoja de trabajo.
- 2 Analicen y decidan cómo cada uno de estos individuos podría responder a la pregunta anterior.
- 3 *Mejor amiga(o)*: En la casilla situada junto a los dos sentimientos o condiciones que ustedes piensen que su mejor amiga(o) diría que son los más importantes, dibujen una cara sonriente (☺).
- 4 *Consejera(o)*: En la casilla situada junto a los dos sentimientos o condiciones que ustedes piensen que una o un consejero o psicólogo diría que son los más importantes, dibujen una marca de verificación (✓).
- 5 *Persona viviendo con SIDA*: En la casilla situada junto a los dos sentimientos o condiciones que ustedes piensen que una persona viviendo con SIDA diría que son los más importantes, dibujen una copia del símbolo mundial de la conciencia sobre el SIDA (🚫).
- 6 *Analicen en grupo*: ¿Piensan ustedes que alguno de estos sentimientos o condiciones son más importantes para los hombres que para las mujeres? En la casilla situada junto a todas las condiciones que ustedes piensen que son más importantes para los hombres que para las mujeres, dibujen la figura de un hombre. Y, junto a todas las condiciones que ustedes piensen que son más importantes para las mujeres, dibujen la figura de una mujer.



- 7 Ahora piensen cuáles son los dos sentimientos o condiciones que con mayor frecuencia la gente joven ignora o encuentra difícil de lograr cuando decide tener relaciones sexuales por primera vez. En la casilla situada junto a estos elementos, dibujen una "cara triste" (☹).
- 8 ¿Hay algunos sentimientos o condiciones adicionales que ustedes piensen que son importantes para que alguien los considere antes de tener relaciones sexuales por primera vez?

## SINTIÉNDOSE “PREPARADA(O)” PARA TENER RELACIONES SEXUALES

Sentimiento o condición para tener relaciones sexuales	Dibuje aquí	Sentimiento o condición para tener relaciones sexuales	Dibuje aquí
Sentir que estoy cumpliendo con mis propios valores y los de mi pareja		Sentir confianza para preguntar a la otra persona qué es lo que a ella (él) le hace sentir bien sexualmente	
Sentirme cerca de la otra persona		Sentirme confiada(o) para hablar cómodamente con la otra persona sobre el uso del condón	
Sentir que la otra persona y yo nos respetamos mutuamente		Tener condones a la mano (y/u otros anticonceptivos) y saber cómo usarlos	
Sentir que la otra persona y yo confiamos el uno en el otro		Conocer mi propia condición de VIH	
Sentir que la otra persona y yo hemos tomado juntos la decisión y que ambos deseamos tener relaciones sexuales		Sentirme confiada(o) para hablar cómodamente sobre mi propia condición de VIH y la de mi pareja	
Sentirme cómoda(o) con mi propio cuerpo		Sentirnos ambos seguros para decir en cualquier momento que queremos detenernos	
Sentir confianza en que yo sé lo que me hace sentir sexualmente bien		Tener privacidad	
Sentirme atraída(o) sexualmente hacia la otra persona		Sentir que no estoy en riesgo de, posteriormente, ser víctima del ridículo o el estigma	
Sentir confianza para decirle a la otra persona qué es lo que se siente bien sexualmente para uno		¿Otra condición?	

# ¿cómo vivimos juntos en las relaciones?

**VISIÓN GENERAL:** Las y los estudiantes consideran si las costumbres relacionadas con el matrimonio y la estructura familiar están cambiando y cómo lo están haciendo.

**OBJETIVOS:** Ayudar a las y los estudiantes a aclarar sus propias expectativas y valores sobre las relaciones a largo plazo; comprender que las normas sociales cambian con el tiempo; fortalecer sus habilidades de pensamiento analítico y redacción.

## INSTRUCCIONES

**1** Escriba la siguiente lista en el pizarrón:

*Matrimonio infantil*

*Relaciones o matrimonio entre personas del mismo sexo*

*Parejas que tienen relaciones sexuales o que viven juntas antes de casarse*

*Matrimonio arreglado*

*Un hombre que golpea a su esposa si ella lo desobedece*

*Consejería matrimonial*

*Miembros de la familia ampliada viviendo juntos*

*Hombres que se involucran más como padres*

*Hombres que tienen múltiples esposas*

*Divorcio*

*Precio de la novia / dote*

**2** Explique:

- Esta es una lista de costumbres relacionadas con el amor y el matrimonio, que son practicadas en diferentes culturas. Algunas de ellas — como el divorcio, el matrimonio entre personas del mismo sexo, o la edad mínima para el matrimonio — son materia de legislación. Otras prácticas — como el hecho de que los miembros de la familia ampliada vivan todos juntos, las parejas que viven juntas antes de casarse, o los patrones de la paternidad — usualmente están establecidos menos formalmente. Es probable que ustedes apoyen algunas de estas prácticas y que desapruében otras.
- Revisen la lista y seleccionen una práctica que ustedes piensen va a cambiar para la siguiente generación. Puede ser un cambio que ustedes piensen que servirá para mejorar o empeorar la situación.

**DURACIÓN:**

45 minutos

**MATERIALES:**

Pizarrón y tiza

**PREPARACIÓN:**

Revise la lista de prácticas indicadas en las instrucciones, con el fin de asegurarse que todas ellas sean apropiadas para que los participantes las analicen brevemente en grupo. También, asegúrese de que usted puede proporcionar una definición sencilla de cada una. Tal vez algunas de estas prácticas sean relativamente poco comunes en su entorno, pero puede ser que los participantes hayan aprendido sobre ellas en otras clases o a través de filmes o de Internet.

- 3** Pida a los participantes que abran sus cuadernos. Indíqueles que escriban al menos media página acerca de este cambio. Haga las siguientes preguntas para estimular la reflexión:
- ¿Cuál práctica de la lista piensan ustedes que va a cambiar en la próxima generación?
  - ¿Piensan ustedes que el cambio tendrá lugar en nuestra cultura o en otro lugar?
  - ¿Creen que habrá en el futuro un cambio en las actitudes de las personas? ¿Será más común esta práctica o comportamiento?, ¿Habrá algún cambio en la forma en que esta práctica ocurre? ¿Por qué?
  - ¿Piensan ustedes que algunas leyes que regulan esta práctica van a cambiar?
  - Asegúrense de aclarar en el análisis si están de acuerdo con los cambios que esperan ver. ¿Están basando sus opiniones en su experiencia personal o en lo que han leído o escuchado?
- 4** Revise los elementos de la lista. Para cada práctica, solicite que una o un voluntario que haya escrito acerca de esa práctica lea lo que escribió. Entonces permita uno o dos breves comentarios; varíe el tiempo disponible para el análisis en grupo dependiendo de si cada tema tiene un(a) voluntario(a).
- 5** Reserve los últimos cinco minutos para analizar en grupo:
- ¿Qué piensan ustedes que causa que comunidades enteras, o incluso los países, cambien sus perspectivas sobre el amor y el matrimonio?
  - ¿De dónde obtiene la gente nuevas ideas y cómo esas ideas se vuelven populares? [*Explore con: las personas que deciden vivir de forma diferente; los medios de comunicación; el intercambio intercultural; cambios en la economía que afectan los lugares en donde viven los miembros de la familia; movimientos políticos.*]
  - Imaginen que tienen una o un amigo por correo que vive en una cultura diferente. Las prácticas del lugar donde vive esa persona son muy diferentes a las nuestras. Al dejar el salón de clase, piensen cómo le describirían a su amiga(o) la forma en que la gente aquí encuentra a sus parejas para relacionarse a largo plazo, qué tipos de arreglo tenemos para vivir juntos y cuáles son nuestras prácticas usuales para iniciar o para terminar un matrimonio.

# lo qué estoy buscando

**VISIÓN GENERAL:** Las y los estudiantes hacen una lista de las cualidades que buscarían en una pareja a largo plazo y analizan sus respuestas desde una perspectiva de género. Consolidan lo que han aprendido a través de una carta o canción dedicada a una futura pareja imaginaria.

**OBJETIVOS:** Promover que las y los estudiantes identifiquen y reflexionen sobre cuáles características valoran más en una pareja a largo plazo; aclarar sus valores y fortalecer sus habilidades de pensamiento crítico y escritura creativa.

## INSTRUCCIONES

**1** Explique:

- Hoy vamos a considerar cuáles son las cualidades o características que buscaríamos en una pareja a largo plazo o para toda la vida.
- Tomen su cuaderno y escriban al menos cinco cualidades o características que ustedes consideren importantes en un cónyuge o pareja a largo plazo.
- Asigne una calificación a estas características, empezando con el '1' como la más importante.

**2** Pida a los participantes que formen dos grupos, uno de hombres y otro de mujeres (a menos que la clase esté compuesta por sólo hombres o sólo mujeres). Si usted tiene muchos estudiantes, sería recomendable crear más grupos. Explique:

- Comparen su lista con las de otras personas en su grupo. Identifiquen cuáles cualidades o características han calificado más frecuentemente como '1' o '2' (esto es, como "muy importantes"). *[Usted puede encontrar que diferentes personas usaron diferentes palabras para la misma cualidad; como generoso/dadivoso; gracioso/humoroso. Circule*

*entre los grupos y ofrezca ayuda según sea necesaria.]*

- Pida a una persona de cada grupo que se acerque al pizarrón y escriba las tres o cuatro cualidades más importantes identificadas por su grupo. Tome nota de cuáles son las cualidades del grupo de las mujeres y del grupo de los hombres.

**3** Revise cada lista y facilite el análisis en grupo aprovechando algunas de las siguientes preguntas:

- ¿Qué observan en estas dos listas?
- ¿En qué son similares?
- ¿En qué son diferentes?
- ¿Por qué piensan que hay diferencias?
- ¿Tienen las mujeres algunas preguntas para los hombres acerca de su lista?
- ¿Tienen los hombres algunas preguntas para las mujeres?
- ¿Notan algunos estereotipos de género en las listas? En caso afirmativo, ¿cuáles son?

## DURACIÓN:

Pasos 1-3: 40 minutos

Paso 4: 5 minutos (tiene que asignarse al menos un día previo a los Pasos 5-6)

Pasos 5-6: 40 minutos

## MATERIALES:

Pizarrón y tiza

## PREPARACIÓN:

Esta es una actividad en dos partes (Pasos 1-3 y Pasos 4-6); usted puede presentar ya sea una o las dos partes. Decida si llevará a cabo una sola o ambas. Si va a conducir los Pasos 4-6, asegúrese de completar el Paso 4 al menos un día previo a los Pasos 5-6.

**4** *(Este paso tiene que completarse al menos un día previo a los Pasos 5–6. De ser posible, escriba el trabajo a realizar en el pizarrón).* Explique el trabajo de escritura creativa. Aclare si esto será completado en clase o como tarea para la casa.

- Imaginen el tipo de persona con la que quisieran estar por el resto de su vida o como una pareja a largo plazo.
- Escriban una carta, poema o canción para esa persona imaginaria.
- Escriban sobre lo que buscan de esa persona en una relación a largo plazo. Incluyan cuáles son sus expectativas, cómo les gustaría ser tratados y qué no tolerarían.
- Por otro lado, si ustedes piensan que prefieren no tener una relación a largo plazo en su vida, ustedes pueden escribir la carta o la canción sobre eso.
- Mañana (o en la siguiente sesión) ustedes tendrán oportunidad de leer o escenificar lo que hayan escrito.

**5** Defina un día para las escenificaciones/recital en el que los jóvenes compartirán sus cartas, poemas o canciones. Si no tiene suficiente tiempo para que todos lean o actúen, considere solamente los trabajos de aquellos participantes que se ofrezcan como voluntarios. Usted puede también optar por que los participantes entreguen sus trabajos para que usted los lea sin nombrar a la o el autor.

**6** Reserve diez minutos para un análisis en grupo, en base a las siguientes preguntas:

- ¿Qué escucharon que les emocionó especialmente?
- ¿De qué forma las diferencias en lo que los hombres y las mujeres buscan en sus parejas afectan las relaciones?
- ¿Cómo explican estas diferencias?, esto es, ¿De qué forma llegan las personas a dar prioridad a ciertas características?
- ¿Tiene todo el mundo que formar una relación a largo plazo para ser feliz?
- ¿Por qué consideran ustedes que es importante pensar desde ahora acerca de la clase de relaciones que ustedes desean (o no desean) tener?

# problemas de amor



**VISIÓN GENERAL:** Las y los estudiantes completan historias que muestran signos de problema y reflexionan en lo que les haría terminar una relación. (Nota: previo a esta actividad, las y los estudiantes deben haber aprendido acerca del derecho a vivir libres de violencia en las relaciones íntimas.)

**OBJETIVOS:** Facilitar que las y los estudiantes identifiquen estrategias para manejar los problemas que surgen en las relaciones y para terminar con aquellas que sean problemáticas; identificar comportamientos que no tolerarían en una relación; aclarar sus valores acerca de la dignidad en las relaciones; fomentar el aprendizaje en colaboración y aumentar su confianza para hablar en público.

## INSTRUCCIONES

- 1 Explique:
  - Hoy exploraremos los problemas en las relaciones.
  - ¿Cuáles son algunos de los problemas que las personas encuentran comúnmente en sus relaciones románticas? *[Escriba las respuestas en el pizarrón. Los ejemplos pueden incluir: Injerencia de la familia, falta de comunicación, expectativas o compromiso desigual, celos y conflictos en torno al dinero o al poder de toma de decisiones.]*
- 2 Divida la clase en cuatro grupos. Explique:
  - Voy a dar a cada grupo el inicio de una historia sobre una relación. Cada grupo tiene que decidir cómo completar el relato. Decidan lo que posiblemente debe hacer la pareja.
  - Prepárense a presentar su final en una escenificación corta de menos de cinco minutos. Conforme vayan trabajando, imaginen y ensayen la conversación de la pareja.
- 3 Proporcione a cada grupo una situación de una relación con problemas y asígneles tiempo para prepararse.
  - Dos personas en cada grupo deben escenificar los roles de los miembros de la pareja; y los otros participantes deben aportar ideas o pueden adoptar otros roles; por ejemplo, de miembros de la familia.
- 4 Pida a un grupo que actúe su historia. Dedique algunos minutos para que las y los jóvenes analicen en grupo:
  - ¿Qué problemas o conflicto tiene esta pareja?
  - ¿Cómo manejan ellos sus problemas?
  - ¿Qué piensan acerca de la forma en que el grupo resolvió la situación? ¿Qué tan realista fue el resultado?
  - ¿Alguien quiere sugerir alguna otra opción?

## DURACIÓN:

Pasos 1-3: 30 minutos

Paso 4-6: 50 minutos

## MATERIALES:

Pizarrón y tiza; cuatro relatos sobre relaciones (de "Estudios de caso sobre Relaciones con Problemas"), cada uno escrito en una hoja separada.

## PREPARACIÓN:

Seleccione cuatro estudios de caso de relaciones con problemas que sean los más apropiados para los participantes. Adáptelos según sea necesario y copie cada uno en una hoja separada. Averigüe y haga una lista de dónde puede acudir una persona que requiera orientación para manejar una relación problemática o dónde puede buscar ayuda una persona que enfrente riesgo de violencia en una relación. (Vea la última pregunta del Paso 6.)

- 5** Proceda con las otras escenificaciones de la misma manera. Asigne alrededor de diez minutos por grupo (actuación más análisis en grupo).
- 6** Concluya facilitando el análisis del grupo a partir de las siguientes preguntas:
- ¿Cuáles son algunos signos que pueden advertir sobre la presencia de problemas en una relación?
  - ¿Qué circunstancias podrían hacer que una persona se mantenga en una relación que sea problemática o violenta? (Por ejemplo, la presencia de hijos, la necesidad económica o la vergüenza de divorciarse).
  - Algunas veces las personas terminan las relaciones, incluido el matrimonio. ¿Trata de igual manera la gente a las personas divorciadas en comparación con las personas casadas? *[Si hay diferencias, pregunte: ¿Por qué se les ve de manera diferente? ¿Cómo se sienten ustedes al respecto?]*
  - ¿Qué circunstancias o comportamiento serían causa suficiente para que ustedes terminaran una relación?
  - ¿A dónde puede acudir en busca de ayuda una persona que esté en riesgo de violencia en una relación? ¿A dónde puede acudir la persona para obtener apoyo y consejería sobre una relación con problemas?

## estudios de caso sobre relaciones con problemas

**Adey y Beto** comenzaron su relación en la escuela secundaria y ahora van a universidades separadas. Ambos van a sus hogares durante las vacaciones. Anoche salieron con algunos amigos y Beto hizo algunos comentarios acerca de Adey que hirieron sus sentimientos. Cuando ella se mostró molesta, él dijo que solamente estaba bromeando. Después, cuando Adey preguntó a Beto sobre una mujer que él había estado mencionando, admitió que él había tenido relaciones sexuales con ella . . .

**Cala y David** han estado casados durante un año. Con frecuencia tienen discusiones tempestuosas, pero nunca habían llegado a los golpes hasta hace aproximadamente un mes. Ellos tuvieron una enorme pelea relacionada con la familia de Cala y David le pegó un par de cachetadas. Al día siguiente él estaba muy arrepentido y le llevó un regalo, prometiendo que eso nunca volvería a pasar. Pero anoche volvió a pasar. Esta mañana, cuando Cala despertó, tenía un ojo morado y cerrado por la hinchazón . . .

**Elena y Fritz** han estado saliendo durante varios años. Ellos solían pasar momentos muy agradables juntos — reían mucho, hablaban acerca de todo y tenían una intensa relación física. Ahora, parece que ellos están demasiado acostumbrados uno del otro. La mayor parte del tiempo ambos miran la televisión y casi ya no conversan. Incluso su vida sexual se ha vuelto rutinaria e infrecuente. Elena se pregunta “¿Qué paso con el amor que yo sentía?”

**Grete y Henri** comenzaron a salir hace aproximadamente un año. Grete tiene 18 años y apenas está comenzando sus estudios universitarios; por su parte, Henri tiene 25 años y está trabajando. Grete está muy emocionada con el hecho de ir a la universidad y esperando hacer nuevos amigos, estudiar intensamente y gozar la vida en el campus. Henri, por otra parte, siente que está listo para establecerse y comenzar una familia. Él piensa que le gustaría casarse con Grete. Recientemente, él mencionó el matrimonio y se asombró con la reacción de Grete. Ella lo miró como si estuviera loco y le dijo “Estoy apenas comenzando mis estudios. Quiero gozar de la vida ahora y enfocarme en cursar bien mis estudios, no casarme.”

## estudios de caso sobre relaciones con problemas

**Ivan** y **Josefa** han sido pareja por más de un año. Ambos trabajan y les gusta salir con sus amigos. Anoche fueron a un club. Josefa habló, rió y bailó con sus amigas. Iván bailó con mucha gente y tuvo una interesante conversación con una mujer que acababa de conocer. Él pensó que tanto él como Josefa habían pasado un rato muy agradable; pero, cuando llegaron a casa, Josefa estaba enojada. Ella dijo “Vi la forma en que mirabas a esa mujer. ¡No me digas que no estabas interesado en ella! ¡Y la forma en que estaban bailando! ¡Tratando de llamar la atención de todo el mundo en ese lugar”!

**Kiki**, una estudiante universitaria, trabaja tiempo parcial, pero no gana mucho. **Lisa** tiene un trabajo profesional y gana un buen salario, por lo que paga la mayoría de los gastos. Kiki y Lisa acordaron que, cuando le fuera posible, Kiki compraría alimentos o contribuiría con la renta, pero eso rara vez sucede. Cuando Kiki se compra ropa, ella tiene la tendencia a comprar artículos caros. Esto molesta a Lisa, porque ella siente que ese tipo de gasto es innecesario. Hace un par de días, Kiki recibió el pago de un trabajo que realizó durante las vacaciones; y, ayer, ella salió y gastó más de la mitad de lo que ganó en una computadora, sin conversarlo con Lisa. Cuando Kiki llegó a casa con el equipo, Lisa se enojo mucho.

**Mina** y **Nelson** están casados y tienen tres hijos, de uno, tres y seis años respectivamente. Cuando se atrasó el período menstrual de Mina, ella fue a la clínica y se enteró de que tenía un embarazo de cinco semanas. Cuando escuchó la noticia, Mina se sintió desesperada. Ella y Nelson tienen trabajo, se las arreglan como están hasta ahora, pero el dinero es escaso. Mina también sintió enojó. Ella sospecha que se embarazó la noche en que Nelson vino a casa borracho y no usó condón. Ella le dijo a Nelson que quería tener un aborto. Nelson estaba asombrado. Él dijo, “sé que es difícil, pero no quiero que hagas eso . . .”

# ¿yo dije eso? diferentes estilos de comunicación

**VISIÓN GENERAL:** Las y los estudiantes examinan formas alternativas de responder verbalmente en una situación incómoda y discernir entre la comunicación agresiva, asertiva y pasiva. Llenan un cuestionario sobre su propio estilo de responder en situaciones incómodas.

**OBJETIVOS:** Aumentar la comprensión de las y los estudiantes sobre los diferentes estilos de comunicación y su capacidad de formular respuestas asertivas; mejorar sus habilidades analíticas y de diálogo.

## INSTRUCCIONES

**1** Presente la actividad:

- Hoy aprenderemos sobre los diferentes estilos de comunicación.
- Especialmente si nos sentimos incómodos en una situación, es posible que no nos comuniquemos de la forma en que queremos hacerlo para ser claros.
- ¿Cuáles son algunas razones que pudieran darnos problema para expresar nuestros deseos de la mejor forma posible? *[Explore las siguientes razones y escríbalas en el pizarrón]:*

*No sé cómo expresar mis ideas con claridad.*

*Tengo temor a que la otra persona tenga una mala impresión de mí si no estamos de acuerdo.*

*Tengo temor de no ser escuchado, de que lo que yo diga no tendrá importancia.*

*Tengo temor de enojarme.*

*Me resulta más fácil intimidar a la otra persona.*

- Primero, analizaremos la diferencia entre la comunicación agresiva, pasiva y asertiva. Posteriormente, ustedes tendrán la oportunidad de analizar su propio estilo de responder en una situación incómoda.
- ¿Cuál piensan ustedes es la diferencia entre comunicar pasivamente y comunicar agresivamente? ¿Qué significa comunicación “asertiva”? *[Explore: ser franco; ser directo; hablar sobre nuestros propios sentimientos y necesidades; usar lenguaje corporal asertivo; hablar por uno mismo; comunicarse claramente pero sin agresividad.]* ¿Qué significa comunicarse indirectamente? *[Explore: usar gestos, no ser totalmente pasivo, pero tampoco ser directo en la comunicación.]*

**DURACIÓN:**  
45-60 minutos

## MATERIALES:

De ser posible, copias de ambas hojas de trabajo de esta sesión (“Autoevaluación” y “Analizar esta Respuesta”) para cada participante de ser posible.

## PREPARACIÓN:

Obtenga copias de las notas para estudiantes, si es posible.

- 2** Pida a los jóvenes que formen parejas y distribuya (o que copien) la hoja de trabajo “Analizar estas respuestas”. Explique:
  - Con sus parejas, lean la descripción de la situación conflictiva en la columna izquierda. Posteriormente lean las diferentes respuestas en la siguiente columna. Para cada respuesta, comprueben si esa respuesta es agresiva, pasiva o asertiva. Para el Conflicto 5, inventen una situación conflictiva y diferentes clases de respuesta.
- 3** Revise cada conflicto y pida a los participantes que proporcionen las respuestas correctas y comenten sobre cómo se siente escuchar una respuesta agresiva en comparación con una asertiva. (**Clave de respuestas:** Las respuestas *a, f, i* y *k* son agresivas. Las respuestas *c, d* y *h* son pasivas. Las respuestas *b, e, g* y *j* son asertivas).
- 4** Distribuya la hoja de trabajo de “Autoevaluación” y pida a los participantes que la contesten individualmente. (También puede escribir los enunciados y las posibles respuestas en el pizarrón, léalos en voz alta y pida a los participantes que escriban sus propias respuestas.)
- 5** Cierre la sesión de análisis grupal con las siguientes preguntas:
  - ¿Qué aprendieron acerca de su propio estilo de comunicación?
  - ¿Sería útil aprender cómo comunicarse asertivamente?

# autoevaluación: ¿cómo me comunico cuando me siento incómoda(o)?

**Cuando estoy en una situación incómoda con un niño, tiendo a ser:**

- Pasivo
- Asertivo, respetuoso
- Agresivo
- Indirecto o manipulador

**Cuando estoy en una situación incómoda con una niña, tiendo a ser:**

- Pasivo
- Asertivo, respetuoso
- Agresivo
- Indirecto o manipulador

**Cuando estoy en una situación incómoda con un hombre adulto, tiendo a ser:**

- Pasivo
- Asertivo, respetuoso
- Agresivo
- Indirecto o manipulador

**Cuando estoy en una situación incómoda con una mujer adulta, tiendo a ser:**

- Pasivo
- Asertivo, respetuoso
- Agresivo
- Indirecto o manipulador

**Cuando estoy en una situación incómoda con alguien a quien no veo como mi igual, tiendo a ser:**

- Pasivo
- Asertivo, respetuoso
- Agresivo
- Indirecto o manipulador
- No puedo responder esto porque yo veo a todas las personas como mis iguales.

**Para mí, expresar sentimientos de enojo es:**

- Bastante fácil (pero algunas veces respondo agresivamente)
- Bastante fácil (y nunca respondo agresivamente o con violencia)
- Ni fácil ni difícil
- Algo difícil o muy difícil

**Para mí, expresarme cuando me siento vulnerable o débil es:**

- Bastante fácil (pero algunas veces respondo agresivamente)
- Bastante fácil (y nunca respondo agresivamente o con violencia)
- Ni fácil ni difícil
- Algo difícil o muy difícil

## ANALIZAR ESTAS RESPUESTAS

CONFLICTO	RESPUESTA	Agresiva	Pasiva	Asertiva
<b>1</b> Una pareja de adolescentes van a tener relaciones sexuales por primera vez, pero ellos no tienen condones. Uno de ellos dice:	<b>a.</b> Por lo que yo sé, ¡tú tienes VIH! Eres un idiota estúpido.			
	<b>b.</b> Yo también deseo tener relaciones sexuales, pero solamente si usamos condones. Yo sé dónde obtenerlos.			
	<b>c.</b> Bueno, supongo que está bien.			
<b>2</b> Un joven está molesto porque la joven con la que sale estaba hablando con otro chico en una fiesta. Él dice:	<b>d.</b> Esa fue una fiesta aburrida.			
	<b>e.</b> Cuando hablabas con ese tipo, pensé que querías estar con él en vez de estar conmigo. Eso me hace sentir mal.			
	<b>f.</b> ¡Yo vi eso! ¿Cómo te atreves a hablar con ese otro tipo cuando fuiste a la fiesta conmigo?			
<b>3</b> Un joven le pide a una chica que salga con él. Ella no desea hacerlo. Ella dice:	<b>g.</b> Gracias, pero no quiero. Disculpa.			
	<b>h.</b> ... Está bien.			
	<b>i.</b> Yo jamás saldría con alguien como tú. Aléjate de mí.			
<b>4</b> Una adolescente está molesta porque su amiga Lulu se ha estado burlando de ella con Amina, otra joven. Ella dice:	<b>j.</b> Lulu, me molestó que te estuvieras burlando de mí.			
	<b>k.</b> Lulu, ¡tú eres la persona más tonta en el mundo y voy a contar cosas sobre ti!			
<b>5</b> Piense en otra situación de conflicto. Escríbala aquí, y después escriba tres respuestas en la columna a la derecha.		×		
			×	
				×

# escuchando activamente



**VISIÓN GENERAL:** Las y los estudiantes practican comportamientos que aumentan (o perjudican) la comunicación.

**OBJETIVOS:** Promover que las y los estudiantes adopten comportamientos que mejoren la comunicación.

## INSTRUCCIONES

**1** Proporcione a los voluntarios de la escenificación una tarjeta de apunte para cada guión. Si es necesario, permítalos tomar unos cuantos minutos para prepararse o ensayar, mientras usted revisa el Paso 2.

**2** Presente el tema al resto de la clase explicando:

- Decimos que la comunicación es un proceso de dos vías. Cuando una persona está hablando, ¿qué está haciendo la otra persona? [*Escuchando.*] Entonces ¿escuchar es parte de la comunicación? [*Sí.*] Hoy exploraremos qué es lo que comunicamos cuando estamos escuchando. Aprenderemos acerca de la gran diferencia que hace “escuchar activamente” en la comunicación entre las personas.
- Comenzaremos con una demostración. Tomen sus cuadernos. Observen a la persona que escucha y escriban cada comportamiento que observen y que ustedes consideren que se interpone en el camino de la comunicación efectiva.

**3** Haga que los voluntarios escenifiquen el guión de comunicación “no efectiva” (guión #1).

**4** Reflexione sobre el guión preguntando:

- ¿Cómo evaluarían ustedes esta conversación? ¿Fue satisfactoria y efectiva?
- ¿Qué comportamientos verbales y no verbales mostró la persona que escuchó? [*En el pizarrón escriba cada comportamiento negativo que los estudiantes mencionen. Explore algunos de los siguientes*]:

### Comportamientos no verbales:

*Fruncir el ceño*  
*Mostrarse indiferente, mirar el techo o el cielo*  
*Mover su cabeza como si dijera “no”*  
*Mirar hacia otro lado o moverse, mostrarse aburrido o desinteresado, bostezar*

### Comportamientos verbales:

*Interrumpir a quien habla, mostrar impaciencia, indicar que quien habla está tomando demasiado tiempo*  
*Expresar juicios negativos de quien habla, como “estás equivocado” o “eso es una idea tonta”*

- Pregunte a la persona que habló cómo se sintió al no ser escuchado.

## DURACIÓN:

50–60 minutos

## MATERIALES:

Pizarrón y tiza; hojas para distribuir conteniendo tarjetas de apunte.

## PREPARACIÓN:

Revise la información sobre comunicación efectiva en la Unidad 5 del libro de **PAUTAS** (o en su propio plan educativo). Revise la lista de comportamientos específicos en el Paso 6 y modifíquelos si los comportamientos que le parecen aceptables son diferentes en su cultura (por ejemplo, el contacto visual no se considera cortés en algunos entornos; mover la cabeza de lado a lado puede tener diferentes significados). Identifique uno o dos pares de voluntarios que parezcan desempeñarse bien en una escenificación y prepare las instrucciones para ellos (vea la tarjetas de apunte de ejemplo). Idealmente, prepare a las y los voluntarios el día anterior, para que puedan ensayar antes de su escenificación. Finalmente, esté consciente de sus propias habilidades para escuchar —especialmente durante esta actividad.

**5** Haga que los voluntarios escenifiquen el guión de comunicación “efectiva” (guión #2).

**6** Reflexione sobre el guión preguntando:

- ¿Cómo evaluarían ustedes esta conversación?  
¿Fue más satisfactoria?
- ¿Qué comportamientos verbales y no verbales hicieron que esta conversación fuera más exitosa que la anterior? [*Escriba en el pizarrón cada comportamiento positivo que los estudiantes mencionen. Explore lo siguiente*]:

**Comportamientos no verbales:**

*Mantener contacto visual*

*Mover su cabeza (como si dijera “sí”)*

*Inclinarse un poco hacia quien habla para mostrar que usted está escuchando*

*Ofrecer una sonrisa o una palmada en la espalda*

**Comportamientos verbales:**

*Pedir una aclaración para asegurarse que se comprendió a quien hablaba*

*Mostrar interés en escuchar más (por ejemplo, diciendo “Dime más acerca de. . .”)*

*Validar los sentimientos de quien habla (por ejemplo, diciendo “Yo puedo entender cómo te sientes.”)*

*Validando las ideas de quien habla (por ejemplo, diciendo “Buen punto.”)*

*Evitar hacer cualquier comentario que pudiera hacer sentir a quien habla que se considera inadecuado lo que dice*

*Agradecer a quien habló por confiar en usted para compartir sus ideas*

**7** Haga que los participantes formen grupos de tres personas para practicar el escuchar de manera efectiva. Explique:

- En cada grupo una persona [hablante] hablará durante dos minutos. Cuando sea su turno de hablar, lo harán acerca de algo que les preocupa o que les molesta. Para el propósito de este ejercicio, elijan un tema que no sea confidencial y del que puedan hablar cómodamente con sus compañeros de clase. Ustedes pueden sentirse esperanzados, enojados, preocupados, lastimados o ansiosos. Si no pueden pensar en algún tema, practiquen pidiendo a quien escucha que vote por ustedes para convertirse en dirigente del consejo juvenil.
- La segunda persona [oyente] practicará la escucha activa y la tercera [observador] observará y proporcionará retroalimentación. Por lo general ustedes darán retroalimentación a quien escucha, pero también pueden hacerlo con quien habla. Después de dos minutos, ustedes rotarán sus papeles. Posteriormente, tendremos una tercera ronda. De esta forma, cada uno de ustedes desempeñará cada rol una vez.

**8** Inicie la Ronda 1:

- Aquellos de ustedes que les toca hablar, comiencen explicando a quien escucha algo que les molesta en su vida.
- [*Después de 2 minutos:*] Deténganse. Observadores, proporcionen 60 segundos de retroalimentación.

- 9** Después de un minuto: Inicie la Ronda 2:
- Hablantes, ahora se convierten en oyentes.  
Oyentes, ahora tomen el rol de observadores.  
Observadores, ahora ustedes serán los hablantes.
  - *[Después de 2 minutos]*: Deténganse.  
Observadores proporcionen 60 segundos de retroalimentación.

- 10** Después de un minuto: Inicie la Ronda 3.  
Mientras los participantes completan esta ronda, usted puede escribir en el pizarrón el siguiente pensamiento del médico y escritor Karl Menninger: “Escuchar es algo magnético y extraño, es una fuerza creativa. Las amistades que nos escuchan son las que nos atraen. Cuando somos escuchados, eso nos crea, nos hace desarrollarnos y expandirnos.”
- Roten los roles una vez más y comiencen de nuevo.
  - *[Después de 2 minutos]*: Deténganse.  
Observadores proporcionen retroalimentación.

- 11** Reserve diez minutos para el análisis en grupo, aprovechando alguna de estas preguntas:
- ¿Cómo se siente cuando uno es quien habla y la otra persona no está escuchando bien?
  - ¿Qué sucede cuando dos personas tienen un conflicto real y ambas están molestas? ¿Es más difícil o más fácil comunicarse bien?

- Algunos investigadores han observado que los hombres y mujeres tienen estilos diferentes de comunicación. ¿Qué se les enseña a las mujeres acerca de la forma en que deben expresarse cuando están molestas?
- ¿Qué se les enseña a los hombres acerca de la forma en que deben expresarse cuando están molestos? ¿Puede la gente aprender a comunicarse de una forma que no sea violenta o agresiva?
- ¿Cómo piensan que la agresión o violencia afecta las comunicaciones entre los hombres y las mujeres adolescentes en una relación de pareja?
- ¿Qué puede hacer la gente para mejorar la comunicación entre hombres y mujeres, especialmente cuando tienen un conflicto? ¿Cuántos de ustedes pudieron proporcionar retroalimentación constructiva cuando estaban en el rol de observadores?
- *[Si el tiempo lo permite]*: ¿Qué piensan de la cita escrita en el pizarrón? ¿Algún comentario?
- Piensen en un aspecto que les gustaría mejorar en su estilo de comunicación. Practiquen ese comportamiento hoy por la noche y durante la semana con otras personas. Fíjense también en la forma en que otras personas escuchan cuando ustedes estén tratando de expresarse.

## tarjeta de apunte para gui3n “escuchando de manera no adecuada” (#1):

Uno de ustedes ser3 el “hablante” y la otra persona ser3 el “oyente”.

**HABLANTE:** Desarrolla un gui3n basado en una situaci3n imaginaria. Selecciona ya sea: (1) algo que (tú estar3 fingiendo) sucedi3 y que consideras que fue injusto; o (2) un plan o idea descabellada que (tú estar3 fingiendo) te ha emocionado. Para el gui3n, tú deseas expresar claramente tu experiencia o ideas y los sentimientos que tienes. Tú dedicar3 varios minutos a tratar de hablar con otra persona acerca de esto, tratando de ser escuchado. Planea hablar de dos a tres minutos.

Responde seg3n la forma como la otra persona te escucha. Si tú sientes que 3l/ella no te est3 escuchando, demuestra tu frustraci3n, levanta la voz o responde en cualquier forma que tú sientas natural en tal situaci3n. Si la otra persona est3 escuchando cuidadosa y respetuosamente, comp3rtate en consecuencia.

**OYENTE:** En este ejercicio, tú eres un MAL OYENTE. Cuando la persona que habla est3 tratando de comunicarse contigo, demuestra tener deficientes habilidades para escuchar. Trate de usar los comportamientos (negativos) de la siguiente lista:

### Comportamientos no verbales:

- Fruncir el ce3o
- Mostrarte indiferente, mirar el techo o el cielo
- Mover tu cabeza como si dijeras “no”
- Mostrar impaciencia — mirar hacia otro lado o moverse, mostrarte aburrido o desinteresado, bostezar

### Comportamientos verbales:

- Interrumpir a quien habla, empezar a hablar sobre ti mismo o cambiar el tema
- Expresar juicios negativos de quien habla (como “Est3 equivocado” o “Eso es una idea tonta”.)

## tarjeta de apunte para guión “escuchando con atención” (#2):

Uno de ustedes será el “hablante” y la otra persona será el “oyente”.

**HABLANTE:** (Las instrucciones son las mismas que en el guión #1): Desarrolla un guión basado en una situación imaginaria. Selecciona ya sea: (1) algo que (tú estarás fingiendo) sucedió y que consideras que fue injusto; o (2) un plan o idea descabellada que (tú estarás fingiendo) te ha emocionado. Para el guión, tú deseas expresar claramente tu experiencia o ideas y los sentimientos que tienes. Tú dedicarás varios minutos a tratar de hablar con otra persona acerca de esto, tratando de ser escuchado. Planea hablar de dos a tres minutos.

Responde según la forma como la otra persona te escucha. Si tú sientes que él/ella no te está escuchando, demuestra tu frustración, levanta la voz o responde en cualquier forma que tú sientas natural en tal situación. Si la otra persona está escuchando cuidadosa y respetuosamente, compórtate en consecuencia.

**OYENTE:** En este ejercicio, tú eres una persona que ESCUCHA ACTIVAMENTE. Cuando la persona que habla esté tratando de comunicarse contigo, demuestra tener buena capacidad para escuchar. Trate de usar los comportamientos (positivos) de la siguiente lista:

### Comportamientos no verbales:

- Mantener contacto visual
- Mover tu cabeza (como si dijeras “sí”)
- Inclinar un poco hacia quien habla para mostrar que tú estás escuchando
- Ofrecer una sonrisa o una palmada en la espalda

### Comportamientos verbales:

- Pedir una aclaración para asegurarte que comprendiste a quien hablaba
- Mostrar interés en escuchar más (por ejemplo, diciendo “Dime más acerca de . . .”)
- Validar los sentimientos de quien habla (por ejemplo, diciendo “Yo puedo entender cómo te sientes.”)
- Validando las ideas de quien habla (por ejemplo, diciendo “Buen punto.”)
- Evitar hacer cualquier comentario que pudiera hacer sentir a quien habla que consideras inadecuado lo que dice
- Agradecer a quien habló por confiar en ti para compartir sus ideas

unidad **5**

actividad **36**

## práctica de la comunicación asertiva

**VISIÓN GENERAL:** Las y los estudiantes revisan comportamientos asertivos, analizan en grupo las implicaciones culturales y practican usando una comunicación asertiva en situaciones en las que hay abuso de los derechos.

**OBJETIVOS:** Posibilitar que las y los estudiantes se comuniquen de manera más asertiva cuando lo necesiten; fortalecer sus habilidades de diálogo.

### DURACIÓN:

30–40 minutos

### MATERIALES:

Su copia de la lista de preguntas/enunciados de estímulo y respuestas de ejemplo.

### PREPARACIÓN:

Lea las preguntas de exploración y los ejemplos de respuestas; usted puede modificar algunas de ellas para que sean más apropiadas culturalmente.

### INSTRUCCIONES

**1** Comience con esta orientación:

- Hoy aprenderemos más acerca de la comunicación asertiva. A veces es difícil decir claramente lo que uno quiere (por ejemplo, que queremos ser considerados para una posición de liderazgo en la escuela). También puede ser difícil decir lo que no se quiere (por ejemplo, que nos han preparado especialmente para nosotros).
- ¿Quién puede recordar alguna vez cuando estaba inseguro de expresar sus anhelos o deseos claramente? *[Observe si las o los participantes tienen más probabilidad de responder a esta pregunta.]*
- Hablar claro puede ser difícil aún cuando la situación realmente nos interesa, o cuando las consecuencias reales, físicas o emocionales, pueden ser un problema. Practicar la comunicación respetuosa, pero asertiva, es útil.
- Tomen sus cuadernos. Yo voy a leerles unas preguntas o frases para estimular el análisis. Para cada una, escriban una respuesta que sea asertiva (no agresiva). Usen oraciones completas.
- El primer enunciado es: “Dime por qué debo votar por ti para presidente de la clase”.
- ¿Quién puede compartir una respuesta asertiva?

*[Ayude a los participantes a llegar a una respuesta apropiada, como: “Yo creo que soy la/el candidato más calificada(o) para presidenta(e) de la clase. Espero poder contar con tu apoyo”. Asegúrese que las respuestas sean oraciones completas].*

**2** Repita el proceso para cada pregunta o enunciado de estímulo (ver la lista).

**3** Concluya con las siguientes preguntas:

- Algunas personas pueden pensar que comportarse de manera asertiva va en contra de su cultura o puede ser grosero. ¿Cuál es una situación en la que una persona debe ser asertiva aún si esa respuesta se considera grosera? *[Explore: Cuando sienta que sus derechos son violados.]*
- ¿Son tratadas las mujeres que son asertivas de la misma manera que los hombres asertivos? ¿Se ve diferente a una persona que es asertiva si la persona pertenece a un grupo étnico o racial minoritario? ¿De qué forma esos sesgos limitan la capacidad de las personas para defenderse a sí mismas?

**Tarea:** Practiquen ser más asertivos al menos una vez en los próximos dos días. Escriban que sucede y cómo se sienten con ello.

## lista de frases y ejemplos de respuestas asertivas

Use los siguientes enunciados o preguntas para estimular respuestas asertivas. Los ejemplos de respuestas asertivas también se incluyen, en caso de que las y los participantes tengan dificultades para llegar a una respuesta apropiada.

- 1 **Estímulo:** “¿Me dejarás copiar tu examen? La maestra no se va a enterar”.  
**Ejemplo de respuesta:** “Lo siento. No creo que se deba compartir las respuestas de los exámenes”.
- 2 **Estímulo:** Te encuentras con el supervisor de tu trabajo y deseas pedir un aumento.  
**Ejemplo de respuesta:** “Supervisor, quisiera hablar con usted acerca de un aumento que creo que me he ganado”.
- 3 **Estímulo:** Dile a tu padre que deseas continuar en la escuela el próximo año, a pesar de sus deseos de sacarte de la escuela.  
**Ejemplo de respuesta:** “Padre, yo respeto tus opiniones, pero para mí es extremadamente importante continuar con mi educación. Quisiera compartir mis razones contigo”.
- 4 **Estímulo:** “¿Por qué no te gustan los deportes como a todas las demás personas? ¿Qué está mal contigo?”  
**Ejemplo de respuesta:** “Todas las personas somos diferentes. A mí me gusta más leer y escuchar música”.
- 5 **Estímulo:** “Ven a pasar con nosotros un rato detrás de la vieja fábrica; la policía nunca va por ahí”.  
**Ejemplo de respuesta:** “No, gracias. No me interesa”.
- 6 **Estímulo:** “Yo soy el alcalde. Escuché que ustedes están solicitando el uso de uno de los edificios de la ciudad para su club extra-escolar.”  
**Ejemplo de respuesta:** “Sí, señor alcalde. Nosotros somos responsables y haremos un buen uso del espacio. ¿Quisiera usted tener más información acerca de nuestros planes?”
- 7 **Estímulo:** “Si puedes convencer a los dos compañeros que están junto a ti de que trabajen en el mural contigo, nosotros los dejaremos pintar la pared”. (Dirígete a tus compañeros de clase.)  
**Ejemplo de respuesta:** “Tenemos permiso de pintar un mural si dos estudiantes más participan. ¿Quisieran trabajar conmigo?”
- 8 **Estímulo:** “Vamos a realizar una visita de campo. ¿A dónde piensan que debemos ir?”  
**Ejemplo de respuesta:** “Me gustaría ir a \_\_\_\_\_ y yo pienso que sería interesante para otros también”.
- 9 **Estímulo:** “Viene hacia acá ese nuevo chico de la otra clase. Vamos a hacerle una zancadilla”.  
**Ejemplo de respuesta:** “Déjelo tranquilo. Él no nos ha hecho nada”.
- 10 **Estímulo:** Ahora piensen en la situación que ustedes recordaron al inicio de esta actividad, cuando se les preguntó sobre la ocasión en que ustedes querían expresar sus deseos más directamente. Escriban lo que hubieran dicho en esa situación. No se les pedirá que compartan su respuesta.

5  
unidad

actividad **37**

## cinco pasos para comunicarse en una situación de conflicto

**VISIÓN GENERAL:** Las y los estudiantes aprenden y practican un modelo de cinco pasos para comunicarse en una situación de conflicto interpersonal con claridad y respeto. (Nota: Esta actividad es para el desarrollo de habilidades de comunicación más avanzadas.)

**OBJETIVOS:** Ayudar a las y los estudiantes a que desarrollen sus habilidades de comunicación en una situación de conflicto en una relación de pareja; fortalecer sus habilidades analíticas y de diálogo.

### DURACIÓN:

45–60 minutos, dependiendo de la facilidad de los estudiantes para asimilar los conceptos

### MATERIALES:

Pizarrón y tiza

### PREPARACIÓN:

Familiarícese usted mismo con los cinco pasos para resolver conflictos, pensando cómo los aplicaría a una situación en su propia vida. Usted puede considerar conveniente cambiar el ejemplo del conflicto a una situación diferente que sea más apropiada para su grupo. De ser así, asegúrese de elegir un ejemplo sencillo y piense cómo presentar cada paso con ese ejemplo. Al principio, usar estos pasos puede parecer difícil para los participantes, pero el usar ejemplos sencillos y practicar con ellos lo facilitará. (Aún los más jóvenes pueden ser guiados a través de estos pasos, pero si usted considera que la actividad es demasiado extensa, adapte para concentrarse solamente en los pasos 2 y 4.)

### INSTRUCCIONES

#### 1 Explique:

- Hoy aprenderemos y practicaremos con técnicas para comunicarse en una situación de conflicto. Repasaremos una situación juntos. Posteriormente, formaremos parejas y cada uno practicará.
- Esta es una situación imaginaria con la que practicaremos todos juntos: Ron piensa que Kirin se ha estado burlando de él con otros amigos. Ron está muy molesto. Él va a enfrentarse a Kirin.

#### 2 Escriba en el pizarrón la primera frase para estimular el análisis (“**CUANDO TÚ** \_\_\_\_.”)

Analicen en grupo:

- Piensen sobre cuál comportamiento específico está molestando a Ron. En lugar de hacer una acusación general como “Tú eres un mal amigo...”, hablen sobre el comportamiento específico que fue la causa de la molestia en este caso.  
[Explore: “Cuando te burlaste de mí . . .” o “Cuando escuché que tú te burlabas de mí . . .” Complete en el pizarrón el resto de la frase de estímulo que se refiere al comportamiento, usando las palabras proporcionadas por el grupo.]

- ¿Por qué es importante comunicar a la persona específicamente sobre el comportamiento que está causando la molestia?
- También es importante reconocer si no están seguros de que su percepción del comportamiento es exacta. Por ejemplo, ustedes pueden decir “Quizá estoy equivocado, pero yo escuché que tú te estabas burlando de mí con otras personas”. ¿Por qué sería importante dar lugar a la posibilidad de ajustar su comprensión de lo que sucedió?

#### 3 Escriba la segunda frase para estimular el análisis: “**YO IMAGINO QUE** \_\_\_\_.” Analicen en grupo:

- Mucha gente se salta este paso, pero es muy importante. Requiere que reflexionemos sobre nuestras propias respuestas y reacciones.
- ¿Qué podría (Ron) imaginar o empezar a pensar? “Cuando tú te burlas de mí con otras personas, yo imagino (comiencen a pensar) . . .”  
*que no te importan mis sentimientos. O:  
que tú puedes haber hablado mal de mí a otras personas en el pasado. O:  
que tú no te sientes tan bien acerca de ti mismo. O: que todo el mundo se está riendo de mí.*  
¿Otras respuestas?

*[Mencione que varias respuestas pueden ser apropiadas y utilice uno de los ejemplos de los participantes para completar la segunda frase.]*

- ¿De qué forma decir “Yo imagino (o me preocupa) que no te importan mis sentimientos” es diferente a decir “A ti no te importan mis sentimientos”?

**4** Haga que un estudiante lea las primeras dos frases, incluidas las palabras que las completaron. Después, escriba la tercera frase para estimular el análisis: “**Y ESO ME HACE SENTIR** \_\_\_\_\_.” Conduzca el análisis en grupo como sigue:

- Pongan atención a qué emoción Ron puede estar experimentando exactamente. Esto no es lo que él piensa; sino cómo se siente.
- ¿Cuáles son algunos de los sentimientos que puede tener si piensa que su amigo se ha estado burlando de él con otras personas? *[Explore: herido, traicionado, enojado, avergonzado, solo, humillado.]*  
*[Complete la tercera frase escribiendo en el pizarrón dos o tres de las palabras sugeridas que describan sentimientos.]*

**5** Pida a un participante que lea la información que usted ha escrito en el pizarrón hasta ahora (completa). Escriba la cuarta frase para estimular el análisis: “**Y ESTO ME HACE DESEAR** \_\_\_\_\_.” Conduzca el análisis en grupo como sigue:

- ¿Cuáles son algunas de las cosas que Ron podría querer hacer: *[Explore algunas respuestas factibles, como “Y esto me hace desear: decirle a la gente cosas malas de ti; gritar; dejar de ser tu amigo; o quedarme en casa y no ver a nadie”.]*  
*[Complete la cuarta frase escribiendo una o dos de las respuestas ofrecidas. Recuerde a los participantes que muchas veces lo que deseamos no es lo que terminamos haciendo en realidad.]*

**6** Pida a un participante que lea la comunicación completa escrita en el pizarrón; después, escriba la frase final para estimular el análisis: “**PERO AÚN ASÍ** \_\_\_\_\_.” Conduzca el análisis en grupo como sigue:

- En algunas situaciones, una persona puede sentirse tan ofendida que él o ella puede desear no volver a comunicarse jamás con la otra persona. Pero con frecuencia, la persona que habla todavía desea mantener la relación con la otra persona. ¿Cómo se sentiría la persona que escucha después de oír todo esto?
- ¿De qué forma puede Ron ofrecer un simple y directo comentario sobre cómo se siente en general? *[Explore con respuestas como: “yo todavía . . . me preocupo por ti”; o quiero que sigamos siendo amigos”.]*  
*[Escriba en el pizarrón una respuesta apropiada a esta última frase.]*

**7** Lea la comunicación completa. Pregunte si hay comentarios.

**8** Pida a los participantes que formen parejas y explique:

- Ahora ustedes tendrán oportunidad de practicar estos pasos por su cuenta. Piensen en un conflicto que ustedes consideren que no manejaron adecuadamente. *[Si nadie puede pensar en una situación así para usarla en esta actividad, usted puede sugerir alguna de las siguientes situaciones hipotéticas:*

*Tu padre se enferma gravemente y tu mejor amigo no se expresa de manera muy solidaria.*

*Tu primo dijo a sus amigos la verdad acerca de tu padre, que está en prisión.*

*Tu amiga nunca comparte su libro de texto contigo, aunque perdiste el tuyo y no tienes dinero para reemplazarlo.*

*Tu amigo siempre llega tarde cuando ustedes deben hacer algo juntos.*

*Tu novia estuvo hablando la mayor parte del tiempo con otro chico en la fiesta.*

*Tu novio dijo que si tú lo amabas realmente, entonces tendrían relaciones sexuales.*

*Tus amigas te están presionando para que “pierdas tu virginidad”.*

*Tu novia se enoja cuando tú quieres usar condones.]*

- La persona que inicia el ejercicio le dice a su pareja cuál conflicto van a analizar.

- Usen las cinco preguntas para estimular el análisis cuando aborden el conflicto. Tomen alrededor de cinco minutos para recorrer todos los pasos, uno a la vez. No se preocupen si al principio sienten el proceso algo extraño. Observen cómo se siente al final.
- Cuando les toque ser la persona que escucha, ayuden a su pareja a recordar lo que analizamos en relación con cada paso.

**9** Revise de nuevo los cinco pasos para asegurarse de que los participantes pueden referirse a ellos fácilmente:

**Cuando tú** \_\_\_\_\_ (comportamiento específico)

**Yo imagino** (o comienzo a pensar) **que** \_\_\_\_\_

**Y eso me hace sentir** \_\_\_\_\_ (una emoción)

**Y esto me hace desear** \_\_\_\_\_

**Pero aún así** \_\_\_\_\_ .

**10** Tome el tiempo de tal forma que cada pareja tenga cinco minutos para este ejercicio.

**11** Estimule el análisis en grupo:

- ¿Pudieron expresarse de manera diferente esta vez, en comparación con la ocasión en que por primera vez enfrentaron ese conflicto?
- ¿Les ayudaron estas palabras a expresar sus sentimientos reales?
- ¿Cómo se siente identificar y plantear sus sentimientos?
- Recuerden que tienen derecho de ser tratados con respeto. Cuando sientan que no están siendo tratados respetuosamente, ustedes deben defenderse a sí mismos. Si ustedes no lo hacen, ¿quién lo hará?

# hablar sobre el sexo y la salud sexual

**VISIÓN GENERAL:** A través del análisis en grupo y la escenificación de roles, las y los estudiantes practican las habilidades verbales y no verbales que son necesarias para comunicarse en torno al comportamiento sexual, las decisiones sexuales y los temas de salud sexual.

**OBJETIVOS:** Fortalecer las habilidades verbales y no verbales necesarias para comunicarse en torno a decisiones sexuales y temas de salud sexual; fortalecer sus habilidades analíticas y de diálogo.

## INSTRUCCIONES

**1** Presente la actividad con las siguientes preguntas:

- La gente joven puede hablar sobre sexo con sus amistades y los medios de comunicación hacen referencia al sexo. Pero ¿es fácil o difícil para la mayoría de la gente hablar sobre sexo con su propio novio o novia?
- ¿Es fácil o difícil responder a una persona que nos está haciendo insinuaciones sexuales?
- ¿Cuáles son algunas de las razones por las que es importante poder comunicarnos sobre el comportamiento sexual y los temas de salud sexual con la persona con quien estamos involucrados? *[Explore: para dejar en claro si uno desea o no tener contacto sexual; con cuál tipo de contacto sexual uno se siente cómodo y con cuál se siente cómoda la otra persona; para protegerse contra las ITS (incluido el VIH); para aclarar las intenciones en relación con el embarazo; y para protegerse contra el embarazo no deseado.]*

- Ahora se separarán en parejas y pequeños grupos. Ocho participantes (en cuatro parejas) escenificarán guiones de un minuto para practicar cómo manejar estos temas en diferentes tipos de situaciones, utilizando comunicación asertiva. El resto de los estudiantes formarán cuatro pequeños grupos y elaborarán y presentarán carteles; cada cartel mostrará tres formas de comenzar un tipo específico de conversación difícil.

**2** Proceda a crear las parejas y pequeños grupos y distribuya las hojas con las instrucciones sobre los guiones y sobre los carteles.

**3** Pida a cada pareja que presente su guión de un minuto. Con cada pareja, tan pronto como la Persona A “se dé por vencida”, diga “**¡PAREN! ¡INTÉNTENLO DE NUEVO!**” Esto es la señal para que los actores escenifiquen la segunda versión (asertiva) de su guión.

## DURACIÓN:

Pasos 1-4: 40 minutos

Pasos 5-6: 30 minutos

## MATERIALES:

Pizarrón y tiza; cinta adhesiva y marcadores; pliego de cartulina u hojas grandes de papel; guiones para las escenificaciones e instrucciones para carteles.

## PREPARACIÓN:

Revise las instrucciones para las escenificaciones y carteles, modifíquelas según sea necesario para que sean apropiadas en su entorno. Si usted planea dividir esta actividad en dos sesiones, decida en qué parte terminar la primera sesión. Piense sobre cómo puede usted realzar el drama contenido en los guiones interrumpiendo después de que se presente la primera versión; por ejemplo, aplaudiendo y diciendo “¡intenten eso de nuevo!”

- 4** Al final de las cuatro escenificaciones, aliente el análisis en grupo. Pregunte a los participantes:
- ¿Cuál versión (pasiva o asertiva) piensan ustedes que es más común?
  - ¿Qué observaron que fuera útil?
  - ¿Qué otras sugerencias tienen ustedes para manejar esta conversación?
  - ¿Cuál es el resultado que se espera de esta conversación?
- 5** Pida a cada grupo encargado de carteles que presente su respectivo afiche. Indique que una persona del grupo presente el cartel y una segunda persona responda las preguntas; y solicite comentarios y sugerencias. (Si lo desea, puede dejar estos carteles pegados a la pared algunos días adicionales.)

- 6** Cierre la sesión con las siguientes preguntas para el análisis en grupo:
- Hemos visto que tomar una decisión en una situación de presión sexual puede ser más difícil si la otra persona tiene más “poder” que ustedes. Recuerden que ustedes siempre tienen el derecho a dar su consentimiento o rehusarse a una relación sexual.
  - ¿Cómo podemos prepararnos o ensayar el inicio de una conversación difícil relacionada con la sexualidad? [*Explore: ensayar frente a un espejo; poner por escrito con anticipación lo que se quiere decir.*]

**Tarea:** Piensen en una conversación (sobre cualquier tema) que para ustedes haya sido difícil de iniciar. Escriban un guión para iniciar esa conversación. Recuerden que alguien podría leer su guión y pensar erróneamente que realmente tuvieron esa conversación. Por lo tanto, si tienen alguna preocupación respecto a la confidencialidad, destruyan su guión cuando hayan terminado de escribirlo. Pero primero completen esta tarea; es probable que se sienten mejor por haberla escrito.

## instrucciones para las escenificaciones

### **PAREJA 1 (PAREJA HOMBRE/MUJER):**

Escenifiquen una conversación de un minuto sobre la prevención de una infección de transmisión sexual. La Persona A plantea el tema. La Persona B, quien es mayor, se muestra poco cooperadora. Ustedes pueden decidir cuál de los personajes es el hombre y cuál es la mujer. **Ustedes realizarán la escenificación dos veces.** La primera vez, muestren a la Persona A dándose por vencida y estando de acuerdo en no usar un condón. Después de que la o el maestro interrumpa, detengan la escenificación y ejecútenla una segunda vez, ahora mostrando cómo la Persona A puede mantenerse firme durante la conversación.

### **PAREJA 2 (PAREJA HOMBRE/MUJER):**

La Persona A inicia una conversación acerca de la prevención del embarazo. La Persona B desea tener un bebé y se resiste a la idea de la anticoncepción. Ustedes pueden decidir cuál personaje es el hombre y cuál es la mujer. **Ustedes realizarán la escenificación dos veces.** La primera vez, muestren a la Persona A dándose por vencida y estando de acuerdo en no practicar la anticoncepción. Después de que la o el maestro interrumpa, detengan la escenificación y ejecútenla una segunda vez, ahora mostrando cómo la Persona A puede mantenerse firme durante la conversación.

### **PAREJA 3 (PAREJA HOMBRE/MUJER):**

La Persona A y la Persona B son compañeros de clase; ustedes pueden decidir cuál personaje es el hombre y cuál es la mujer. La Persona A pone repetidamente su brazo alrededor de la Persona B mientras caminan a la escuela juntos. A la Persona B esto no le agrada. **Ustedes realizarán la escenificación dos veces.** La primera vez, la Persona B está incómoda pero no responde. Después de que la o el maestro interrumpa, repitan la escena, mostrando cómo la Persona B puede responder asertivamente.

### **PAREJA 4 (PAREJA HOMBRE/MUJER):**

La Persona A (un hombre adulto líder en el centro comunitario) está poniendo su brazo alrededor de una niña (Persona B) al ir caminando al centro comunitario. **Ustedes realizarán la escenificación dos veces.** La primera vez, la Persona B está incómoda pero no responde. Después de que la o el maestro interrumpa, repitan la escena, mostrando cómo la Persona B puede responder asertivamente.

## instrucciones para los grupos encargados de los carteles

### GRUPO DEL CARTEL 1:

Analicen en grupo las formas de decir a una pareja íntima que ustedes podrían tener una infección de transmisión sexual. Elaboren un cartel que muestre tres formas de iniciar la conversación. El cartel puede incluir un dibujo.

### GRUPO DEL CARTEL 2:

Analicen en grupo las formas de decir a su novio o novia que desean tener relaciones sexuales y para saber si la otra persona siente lo mismo o no. Hagan un cartel que muestre tres formas de iniciar la conversación. El cartel puede incluir una ilustración de dos personas hablando sobre esta situación.

### GRUPO DEL CARTEL 3:

Analicen en grupo la forma en que una persona puede iniciar una conversación para denunciar un abuso sexual a uno de sus padres o adulto de confianza. Elaboren un cartel que muestre tres formas de iniciar la conversación. El cartel puede incluir una ilustración de dos personas hablando sobre esta situación.

### GRUPO DEL CARTEL 4:

Analicen en grupo cómo una persona que ha estado teniendo relaciones sexuales puede decirle a su pareja que él o ella desea continuar la relación, pero que no se siente cómoda teniendo relaciones sexuales. Elaboren un cartel que muestre tres formas de iniciar la conversación. El cartel puede incluir una ilustración de dos personas hablando sobre esta situación.

# Llevar a la práctica decisiones difíciles

**VISIÓN GENERAL:** Las y los estudiantes aprenden los pasos básicos para implementar una decisión y crean historietas gráficas que representan a una persona implementando una decisión difícil.

**OBJETIVOS:** Fortalecer la capacidad de las y los estudiantes para implementar decisiones difíciles de manera cómoda y razonada; fortalecer sus habilidades analíticas y de diálogo.

## INSTRUCCIONES

**1** Para presentar el tema, pregunte:

- Piensen en alguna ocasión en la que tomaron una decisión pero tuvieron dificultades para llevarla a la práctica. *[Proporcione ejemplos de decisiones: terminar su tarea tan pronto como llegan a casa; usar condones; terminar con una relación infeliz; invitar a salir a alguien; hablar con uno de sus padres acerca de un tema sensible; decirle a un amigo cuando tus sentimientos fueron lastimados; o hacerse una prueba de VIH.]*
- Escriban cuál fue esa decisión. Ahora piensen en todos los factores que hicieron difícil que implementaran esta decisión. Escribanlos.
- Pregunte al grupo: ¿Cuales son algunas cosas que pueden convertirse en obstáculos para implementar una decisión?

**2** Distribuya las hojas con los “Ocho pasos . . .” y diga al grupo lo siguiente (use un ejemplo diferente al de la beca si considera que eso sería más apropiado):

- Tomemos ahora una decisión imaginaria.
- Supongan que han decidido solicitar una beca para asistir a la universidad en otro país. Este es su sueño.

**3** Utilizando el ejemplo de la beca (u otro ejemplo) ayude a los participantes a recorrer los ocho pasos indicados en las notas:

**PASO UNO:** ¿Qué podría facilitarles llevar a la práctica su decisión? *[Explore: averiguar cuáles becas están disponibles; seguir obteniendo buenas calificaciones en la escuela; revisar a conciencia los requisitos para solicitar la beca; obtener acceso a una computadora o máquina de escribir para presentar su solicitud.]*

**PASO DOS:** ¿Cuáles son las barreras más probables que enfrentarán al llevar a cabo esta decisión? *[Explore: tener dificultad para encontrar cuáles becas están disponibles; oposición de sus padres; problemas de idioma al presentar su solicitud; no tener suficiente tiempo para llenar los formularios apropiadamente; temor de pedir una carta de recomendación de su maestro, tus calificaciones pueden no ser lo suficientemente buenas; preocupación acerca de los costos de transportación.]*

## DURACIÓN:

Pasos 1–5: 40 minutos

Paso 6: 80 minutos (puede completarse como tarea o en clase)

## MATERIALES:

Pizarrón y tiza; copias de las “hojas para distribuir”, papel, lapices de colores de cualquier tipo.

## PREPARACIÓN:

Revise la sección sobre implementación de decisiones en la unidad 5 de las **PAUTAS** (el libro que acompaña a este volumen), o lo que tenga en su plan de estudios local. Lea las notas sobre “Ejemplos de decisiones difíciles” y seleccione aquellas que usted quiere usar, o desarrolle otras apropiadas a su entorno. Si es posible, obtenga copias de los “Ocho pasos para implementar una decisión difícil” y los “Ejemplos de “decisiones difíciles” para cada participante (pueden usar ambos lados de la hoja).

**PASO TRES:** ¿Cómo pueden ensayar su decisión de manera privada y segura? *[Explore: redactar un borrador de solicitud para su maestro; practicar en cómo hablar con tus padres; leer los requisitos de la beca y pensar en las razones por las que serían sólidos candidatos para obtenerla.]*

**PASO CUATRO:** Analicen la decisión y el plan con una persona que les apoye. ¿Quién podría ser? *[Explore: un amigo, maestro, familiar, padre, alguien de la oficina de becas, alguien que valore la educación universitaria, alguien más que tenga una beca.]*

**PASO CINCO:** Piensen cómo llevar a cabo su decisión de la manera más segura. ¿Qué riesgos posibles podrían surgir en este ejemplo? *[Explore: abordar el tema podría conducir a un conflicto serio con sus padres; cualquier falta de honestidad en una solicitud podría provocar graves consecuencias; ir a otro país (en caso de obtener la beca) puede implicar algunos riesgos.]*

**PASO SEIS:** Implementen su decisión con base en el plan. ¿Qué es lo que harán realmente? *[Explore: hablar con un amigo que les apoye; prepararse bien para hablar con un maestro; pensar en la mejor forma de abordar a un padre que podría estar renuente al plan; trabajar arduamente para mantener sus calificaciones — llenar la solicitud.]*

**PASO SIETE:** Si surgen barreras al llevar a cabo esta decisión, desarrollen un plan de acción diferente o reconsideren su decisión. Por ejemplo: Si sus padres no se sienten cómodos con la idea de que estudien en otro país, ¿qué harían? *[Solicitar una beca dentro de su propio país.]* Si sus calificaciones no son suficientemente buenas para esta beca en particular, ¿qué podrían hacer? *[Buscar otra oportunidad de beca.]*

**PASO OCHO:** Estén conscientes de que aún si no encuentran algún obstáculo, tienen derecho a reconsiderar sus decisiones y cambiar de opinión. ¿Qué factores podrían influir para que reconsideraran su decisión de solicitar una beca en este momento aún si no tienen ninguna barrera? *[Explore: enterarse que la universidad local les puede ofrecer el mismo programa; decidir que es importante permanecer cerca de su familia; empezar a tener temor por irse lejos; necesitar un trabajo de medio tiempo mientras se estudia en la universidad; decidir diferir su plan por un año más.]* *[Usted puede aprovechar para subrayar el valor de la educación diciendo algo como “Si alguno de ustedes tiene alguna vez una oportunidad así para seguir educándose, espero que la tomen.”]*

**4** Distribuya la hoja con los “Ejemplos de decisiones difíciles”. Explique:

- Para practicar el uso de estos pasos, cada uno de ustedes seleccionará una decisión de esta lista. Su tarea ahora es crear una historieta gráfica (secuencia de ilustraciones o dibujos) basada en un personaje que ha tomado esta decisión. Muestran a ese personaje recorriendo el modelo de ocho pasos para implementar una decisión difícil. Pueden recorrer algunos de los pasos muy rápidamente. Por ejemplo, el personaje puede simplemente decir lo que él o ella está haciendo, pero den más detalles en dos o tres de los pasos que está siguiendo su personaje en la historieta.
- Pueden dedicar el resto de esta sesión para avanzar con su historieta. Después, deben dedicar al menos una hora para completarla. *[Nota: La segunda hora puede asignarse como tarea para la casa o puede planearse como una segunda sesión. Dedique el tiempo necesario para asegurarse de que los participantes comprenden la actividad.]*

**5** Indique a los jóvenes que comiencen a dibujar. Circule por el salón para verificar que todos comprenden la tarea a realizar y ayúdeles a aplicar el modelo de ocho pasos.

**6** (Puede asignarse como tarea): Asigne más tiempo para que los participantes completen esta actividad. Promueva el intercambio de ideas mientras trabajan. Cuando todos los trabajos estén terminados, considere la posibilidad de fijarlas a la pared o convertirlas en un libro.

## ocho pasos para implementar una decisión difícil

- PASO UNO:** Considerar lo que haría que la decisión fuera más fácil de llevar a la práctica.
- PASO DOS:** Pensar acerca de las barreras probables para llevar a cabo la decisión.
- PASO TRES:** Ensayar la implementación de su decisión de manera segura o privada.
- PASO CUATRO:** Analizar su decisión y hacer un plan con una persona que les apoye.
- PASO CINCO:** Pensar cómo llevar a cabo su decisión de la manera más segura.
- PASO SEIS:** Implementar su decisión con base en el plan.
- PASO SIETE:** Si surgen obstáculos al llevar a la práctica una decisión, desarrollar un plan de acción diferente o reconsiderar la decisión.
- PASO OCHO:** Estar consciente de que aún cuando las personas no encuentren obstáculos, tienen derecho a reconsiderar sus decisiones y cambiar de opinión.

## ejemplo de decisiones difíciles

Han decidido tratar de obtener una beca para asistir a una universidad en otro país.

Han decidido oponerse a casarse con alguien que sus padres han elegido.

Han decidido casarse con alguien en contra de los deseos de sus padres.

Han decidido usar un condón cada vez que tengan una relación sexual.

Han decidido no tener relaciones sexuales con su pareja aún cuando esa pareja les ha amenazado con dejarles si no aceptan tener relaciones sexuales.

Han decidido terminar con su pareja íntima (novia o novio).

Han decidido decir a sus padres que ustedes (o sus parejas) están embarazadas.

Han decidido dejar de fumar (o de beber).

Han decidido abandonar a una pareja violenta.

Han decidido decir a sus padres que son homosexuales.

Han decidido hacerse la prueba de VIH.

Han decidido decir a su pareja que no están experimentando placer (o el orgasmo) durante sus relaciones sexuales.

Han decidido decir a su cónyuge, pareja sexual, o a sus padres que han contraído la infección con VIH.

Han decidido no seguir una práctica que es común en su comunidad (por ejemplo, someterse a la mutilación genital femenina, dejar la escuela a cierta edad, o unirse a una pandilla).

Han decidido decir a su pareja o cónyuge que se han enterado que él o ella tiene una relación sexual con alguien más.

Han decidido decir a su pareja o cónyuge que le han sido infieles.



## ¿qué ves en mí?

**VISIÓN GENERAL:** Las y los estudiantes analizan en grupo las presiones relacionadas con la apariencia física y escriben sobre algún aspecto de su propia apariencia con el que se sienten bien. En pequeños grupos, cada estudiante escucha algunas características no relacionadas con la apariencia, que las otras personas admiran en ella o él.

**OBJETIVOS:** Posibilitar que las y los estudiantes describan la forma en que las presiones culturales relacionadas con la apariencia afectan su autoestima; aumentar su nivel de conciencia acerca de sus propias cualidades positivas (físicas o no); aumentar su sensibilidad hacia sus pares.

### INSTRUCCIONES

**1** Inicie el análisis en grupo, señalando:

- Muchos factores influyen en la forma en que nos sentimos respecto a nuestros cuerpos. ¿Es nuestro cuerpo fuerte y saludable? ¿Presentan los medios y la sociedad en general a todos los tipos de cuerpo como atractivos? ¿Cómo se sienten ustedes cuando tienen que acostumbrarse a muchos cambios en sus cuerpos a lo largo de un tiempo relativamente corto? ¿Se asigna demasiado énfasis en la apariencia y no lo suficiente en nuestras otras cualidades? Hoy nosotros exploraremos algunas de estas preguntas.

- Piensen en la época cuando tenían nueve años de edad. ¿Cómo se siente la mayoría de las niñas y niños de esa edad acerca de sus cuerpos y de su apariencia física? ¿Se preocupan mucho por su apariencia física? *[Puede pedir a los participantes que expresen sus respuestas como un número del 1 al 10, en donde 1 = no se preocupan en absoluto; y 10 = se preocupan mucho / casi todo el tiempo.]*
- ¿Qué sucede durante la adolescencia? ¿Se siente la mayoría de adolescentes despreocupados y cómodos con su apariencia física, o se preocupan por la forma como se ven? *[De nuevo, las respuestas pueden expresarse en el rango de 1 a 10.]*

### DURACIÓN:

45 minutos

### MATERIALES:

Pizarrón y tiza; una hoja de papel por participante (de ser posible utilice papeles de colores).

### PREPARACIÓN:

Si usted está consciente de que algunos participantes tienen una relación hostil entre sí, forme los grupos (Paso 3) de tal forma que estas personas no queden en el mismo grupo. Es esencial tener controlados sus tiempos, incluido el Paso 3, de tal forma que cada persona tenga la oportunidad de recibir elogios antes que termine la sesión. Si usted desea explorar aún más la influencia de la publicidad en la imagen corporal, vea también la Actividad 9.

- ¿Qué clase de mensajes e imágenes reciben las y los adolescentes de los filmes y anuncios publicitarios sobre la forma en que deben verse y cómo deben ser sus cuerpos? ¿Es esta presión más intensa para las mujeres o para los hombres?
- ¿Son las personas adolescentes usualmente juzgadas por su apariencia? ¿Desea la mayoría de la gente ser juzgada sobre esta base? ¿Qué otras cualidades positivas quiere la gente que otras personas aprecien? *[Explore entre los hombres y mujeres participantes conceptos como: inteligencia, honestidad, buen sentido del humor, trabajo arduo, valentía, amabilidad, talento artístico, talento musical, capacidad atlética, generosidad, justicia, capacidad de escuchar, lealtad, y otras cualidades relativas al carácter. Genere al menos de ocho a diez cualidades y escribalas en el pizarrón. Refuerce el hecho de que tanto las mujeres como los hombres, desean ser apreciados por estas cualidades.]*

**2** Pida a los participantes que tomen un bolígrafo y papel. Indíqueles:

- Piensen en algo acerca de su propia apariencia o cuerpo con lo que se sienten bien. Podría ser su sonrisa, sus ojos, la forma en que caminan, sus músculos, su pelo, o su estatura. Podría ser la forma de su cuerpo, su nariz, la forma como bailan o se mueven, la forma de su cara, sus brazos o piernas, sus manos, su piel, sus hoyuelos, o sus labios. O podría ser algo más.
- Esto que escriban es sólo para ustedes — no se les pedirá que compartan esto. Escriban una oración poética describiendo esa característica, como “Mi sonrisa ilumina todo el salón”. O, “Mis ojos son profundos como el océano”.
- Tienen diez minutos. Cuando terminen guarden su escrito en un lugar privado.

**3** Después de que los jóvenes guarden sus escritos, divídalos en grupos de cinco personas. Distribuya cinco hojas de papel y un marcador a cada grupo. Explique:

- Recuerden que todos deseamos ser apreciados por cualidades más allá de nuestra apariencia física.
- Comenzando con una persona en su grupo, alguien escribirá el nombre de esa persona en la parte superior de la hoja en blanco. Entonces, cada una de las personas del grupo, una a la vez, tendrá su turno para decir a esa persona algo que admire de ella o él y que no esté relacionada con la apariencia física de esa persona. Podría ser cualquiera de las cualidades que ustedes mencionaron anteriormente [*refiérase al pizarrón*] u otro rasgo positivo. Podría ser algo inmediatamente obvio para ustedes, o pueden considerar algo acerca de la persona que ustedes pueden no haber observado con atención antes del día de hoy.
- Cuando mencionen esa cualidad, escríbanla en la hoja con el nombre de la persona.
- Después de escribir su palabra, pasen la hoja a otra persona en su grupo. Continúen hasta que la hoja haya recorrido el círculo.

- Entonces repitan este proceso para cada uno de los miembros del grupo restantes. Asegúrense de ofrecer su elogio tanto verbalmente como por escrito. Tómense solamente un par de minutos para recorrer el círculo para cada persona. Yo les ayudaré a controlar el tiempo para que cada uno tenga su turno. [*Asegúrese de dividir el tiempo restante en cinco segmentos iguales. Circule entre los participantes para mantener el avance de los grupos de manera oportuna — y también respetuosa.*]
- Antes de comenzar, ¿cuáles son algunas de las reglas que todos debemos respetar al llevar a cabo esta actividad? [*Explore con: ser respetuosos; piensen en nuevos comentarios más que en repetir lo que otras personas han dicho; no salten su turno. Aún cuando tengan a alguien en su grupo que no les guste mucho, recuerden que todo el mundo tiene buenas cualidades. Traten a los demás de la forma en que les gustaría ser tratados.*]
- Cuando hayan terminado, ustedes pueden conservar su “página de elogios”. ¡Se la han ganado!

# cambios corporales



**VISIÓN GENERAL:** Las y los estudiantes crean libros y canciones que expliquen los cambios físicos de la pubertad.

**OBJETIVOS:** Posibilitar que las y los estudiantes describan los cambios físicos básicos de la pubertad; fortalecer sus habilidades de trabajo en equipo y presentación.

## INSTRUCCIONES

- 1 Explique que esta sesión se refiere a los cambios físicos que ocurren durante la pubertad. Pregunte:
  - ¿Cuál es una buena edad para aprender acerca de los efectos de la pubertad en el cuerpo — después de llegar a la pubertad o antes? ¿Aprende la mayoría de las niñas y niños lo suficiente sobre lo que deben esperar con la pubertad?
  - Ustedes crearán materiales sobre la pubertad dirigidos a niños y niñas que llegarán a la pubertad en un año o dos. Trabajaran en grupos de tres. Su grupo debe consistir sólo de mujeres o sólo de hombres. Si su grupo es de mujeres, ustedes presentarán los cambios relacionados con la pubertad que experimentan las niñas. El grupo de hombres, presentará sobre la pubertad en los niños.
- Presenten la información de cualquier forma que quieran. Por ejemplo, ustedes pueden crear una letra de hip-hop, un libro para niños, o un cartel, o inventar una carta de respuesta de una niña o niño menor a una columna de “Querido Doctor” de un periódico. ¡Sean creativos! Ustedes pueden usar humor, rimas, baile o ilustraciones. Sin embargo, la información que ustedes presenten debe ser correcta y útil. *[Si pudo arreglarlo, explique a los participantes que presentarán sus creaciones a un grupo de niños y/o niñas.]*
- Para ayudarles, voy a distribuir una hoja informativa sobre la pubertad a cada grupo.

## DURACIÓN:

60 minutos (una o dos sesiones)

## MATERIALES:

Suministros para elaborar un libro “encuadernado” (como papel, marcadores, cartulina u hojas grandes, aguja/hilo, o engrapadora). Hojas informativas sobre la pubertad en ambos sexos como las contenidas en el libro de **PAUTAS** (el volumen que acompaña a este libro); que se puede consultar en [www.unsolocurriculo.org](http://www.unsolocurriculo.org).

## PREPARACIÓN:

Revise y familiarícese con las hojas informativas para que pueda complementar o corregir las creaciones de los participantes. Fotocopie las hojas informativas sobre la pubertad en ambos sexos. De ser factible, explore y haga los arreglos necesarios para que las y los jóvenes presenten sus creaciones a niños y niñas pre-puberes.

- 2 Forme grupos de tres personas y distribuya las hojas informativas. Ponga a la disponibilidad de los grupos los materiales para trabajar. Indique a los grupos que tienen 25 minutos.
- 3 *Si usted ha hecho arreglos para la presentación posterior de los trabajos a niños y niñas:* Use el tiempo que queda de la sesión para circular y analizar con cada grupo su trabajo terminado antes de aprobar su presentación. Ayúdeles a corregir o completar cualquier información que sea incorrecta o incompleta.  
*Si las presentaciones se van a hacer a los pares en su clase:* Pida a los grupos que presenten sus trabajos según el tiempo lo permita durante la sesión y pida al resto de los grupos que presenten sus trabajos en la próxima sesión de la clase. Incluya a otros estudiantes para que ayuden a completar o corregir la información que esté faltando o sea incorrecta.
- 4 Al final de la sesión, distribuya el resto de las hojas informativas sobre pubertad, para que cada estudiante tenga una hoja de “Pubertad y niñas” y una de “Pubertad y niños”.

# pubertad: ¿qué más esperar?

**VISIÓN GENERAL:** Las y los estudiantes analizan los cambios sociales que los hombres y las mujeres experimentan durante la adolescencia. (Nota: antes de completar esta actividad, las y los estudiantes deben haber terminado la Actividad 41; o bien, otra lección referente a los cambios físicos que tienen lugar durante la pubertad.)

**OBJETIVOS:** Posibilitar que las y los estudiantes planteen tres formas en que los roles de género cambian durante la adolescencia y que realicen una valoración crítica del impacto de estos cambios en las mujeres, hombres y en las relaciones de género; fortalecer sus habilidades de pensamiento crítico.

## INSTRUCCIONES

**1** Presente el tema con la siguiente explicación:

- Todas las personas jóvenes experimentan cambios con la pubertad y la adolescencia. Algunos de estos cambios son acontecimientos físicos naturales. Otros no son cambios físicos, sino cambios en el trato que les da la gente.
- Voy a caminar entre ustedes y pediré a algunas personas que saquen una papeleta del sobre, lean su contenido en voz alta y nos digan si lo que están leyendo es un acontecimiento físico que ocurre a la gente joven en todo el mundo, o es un cambio en la forma en que la sociedad trata a las

personas jóvenes cuando llegan a la pubertad y la adolescencia. *[Si usted no preparó con anticipación las papeletas con estos cambios, lea los cambios que se indican en la lista “Cambios asociados con la pubertad y la adolescencia”, seleccionando aleatoriamente los cambios a partir de las dos listas disponibles.]*

- En el tiempo remanente de esta actividad examinaremos con mayor detalle los cambios en la forma en que usualmente la gente joven es tratada cuando llega a la adolescencia. Y no me estoy refiriendo a cambios en su cuerpo.

## DURACIÓN:

45 minutos

## MATERIALES:

Pizarrón y tiza; papeletas. Información y Clave de Respuestas para Maestros (“Cambios asociados con la pubertad y la adolescencia”).

## PREPARACIÓN:

Copie cada uno de los “cambios” indicados en la hoja de Información y Clave de Respuestas para Maestros en una papeleta o trozo de papel separado; dóblela e introdúzcala en un sobre. Revise los cambios en el Paso 3 y modifique o añada cambios que describan la forma en que, en su propio entorno, las vidas de la gente joven cambian cuando se acercan a la adolescencia.

**2** Escriba en la parte superior del pizarrón: CAMBIOS EN LA FORMA EN QUE LA GENTE PUEDE TRATARLES. Por debajo de este título, escriba HOMBRES en un lado del pizarrón y MUJERES en el otro lado. Explique:

- ¿Qué sucede con los niños y niñas cuando llegan a la pubertad? ¿Reciben un trato diferente de la gente? Al ir examinando estos cambios con mayor detalle, quiero que me digan si son aplicables a las niñas o a los niños. Si son aplicables a ambos, díganme si afectan a las niñas y a los niños de la misma forma o de manera diferente (y cómo).

**3** Lea cada cambio de la lista que sigue (después de haberla revisado/modificado) y pida a los participantes que digan si se aplica a los niños, niñas o ambos. Si hay desacuerdo, deténgase y analice con el grupo hasta que lleguen a un consenso, y entonces escriban el cambio bajo el encabezado de HOMBRES, MUJERES o en ambos.

#### **Adolescencia: Cambios en la forma en que la gente puede tratarles**

- Más libertad para moverse en espacios públicos (calles, parques, centros comunitarios, zonas de tiendas)
- Menor libertad para moverse en los espacios públicos
- Más responsabilidades domésticas (como las tareas del hogar o cuidado de los niños)

- Más responsabilidad para comenzar a ganar dinero
- Más presión para vestirse de forma que se cubra el cuerpo o de forma que muestre el cuerpo
- Mayor o menor convivencia, trato o mezcla social entre niños y niñas
- Ceremonias o rituales de mayoría de edad con prácticas dañinas (como la mutilación genital femenina)
- Ceremonias o rituales de mayoría de edad sin prácticas dañinas
- Una creciente presión social para obtener experiencia sexual
- Una creciente presión social en preparación para el matrimonio
- Mayores oportunidades de liderazgo en la escuela y en la comunidad
- Presión social para tener éxito en los deportes
- Mayor probabilidad de que la familia les saque de la escuela (interrumpiendo sus estudios)
- Exposición al acoso sexual
- Presión para unirse a un determinado grupo (por ejemplo una pandilla)
- Presión para cumplir con los roles de género mediante la toma de riesgos peligrosos
- Presión para intercambiar sexo por regalos, dinero o pago de algún tipo

**4** Divida a los participantes en pequeños grupos de personas del mismo sexo. Pídeles que analicen en su grupo de qué forma los roles de género y las vidas de la gente joven cambian con la pubertad y la adolescencia; pregunte específicamente:

- ¿Cómo son los cambios en las expectativas sociales y en las experiencias que la gente joven encuentra en la pubertad? ¿De poca importancia o bastante dramáticos?
- ¿Qué es lo que ustedes observan acerca de lo que los niños encuentran en la pubertad? En general, ¿su libertad se expande o se contrae? ¿Pierden estas experiencias importancia después de la pubertad, o pueden afectar a la persona en su vida adulta?
- ¿Qué es lo que ustedes observan acerca de lo que las niñas encuentran en la pubertad? En general, ¿su libertad se expande o se contrae? ¿Pierden estas experiencias importancia después de la pubertad, o pueden afectar a la persona en su vida adulta?

**5** Reúna de nuevo a todo el grupo y pregunte:

- ¿Podría ser esto diferente? ¿Es posible vivir de una forma que fuera mejor o más justa? ¿Cuál es su visión?
- Nombre una forma en la que la sociedad podría promover que la gente joven tuviera una mejor experiencia de la pubertad y la adolescencia.

**Tarea:** Imaginen que en el futuro tengan hijos. Escriban dos cartas breves: “Prometo a una futura hija” y “Prometo a un futuro hijo”. Lo que ustedes escriban debe basarse en el análisis en grupo que realizamos hoy.

## cambios asociados con la pubertad y la adolescencia

**INSTRUCCIONES PARA MAESTROS:** Copie cada cambio en una papeleta individual. Doble todas estas papeletas y colóquelas dentro de un sobre. Si es necesario, use esta página como clave de respuestas para asegurarse de que los participantes distinguen correctamente si cada cambio es biológico (en el cuerpo) o social (en la forma en que las personas son tratadas debido a su género).

### CAMBIOS EN EL CUERPO

Crecimiento del pelo corporal  
Una mayor transpiración  
Crecimiento de las mamas (en las niñas)  
Sueños húmedos (en los niños)  
Cambios en la voz (en los niños)  
Aumento en el crecimiento general; necesidad de nutrición extra  
El cuerpo responde al aumento de los sentimientos sexuales  
Sangrado menstrual / secreción de mucosa (en las niñas)

### CAMBIOS EN LA FORMA EN QUE LA GENTE LES TRATA

Nuevas oportunidades de liderazgo en la escuela y en la comunidad  
Rituales de mayoría de edad  
Cambios en las responsabilidades  
Nuevas presiones relacionadas con la actividad sexual  
Nuevas presiones relacionadas con el matrimonio  
Nuevas reglas sobre cómo vestirse  
Nuevas reglas sobre la mezcla social entre jóvenes de uno u otro sexo  
Cambio en el grado de libertad que es permitido

# hechos fascinantes sobre el cuerpo

**VISIÓN GENERAL:** A través de un crucigrama y un ejercicio las y los estudiantes revisan y aprenden “hechos fascinantes” sobre el cuerpo y la reproducción. (Nota: Esta actividad está pensada para complementar una conferencia o lectura básica acerca de la reproducción; no es una presentación completa del tema.)

**OBJETIVOS:** Expandir el conocimiento de las y los estudiantes sobre la reproducción humana; aumentar su interés en la biología reproductiva.

## INSTRUCCIONES

- 1 Distribuya los crucigramas y explique:
  - Hemos estado aprendiendo los pasos básicos que intervienen en la reproducción humana. Para revisarlos, lean cada pregunta y llenen la respuesta correcta en este crucigrama.
  - Cada respuesta debe caber exactamente en el número correcto de casillas.
  - En los lugares en que una respuesta vertical se cruce con una respuesta horizontal, ambas compartirán una casilla con la misma letra.
- 2 Después de 10–15 minutos, revise las respuestas correctas recorriendo el salón.
- 3 Distribuya las notas con “Hechos fascinantes”. Explique:
  - Aprenderemos ahora más hechos sobre el cuerpo humano. La mayoría de ellos se refieren a la reproducción, pero algunos son simplemente aspectos divertidos sobre el cuerpo.
  - Dediquen alrededor de cinco minutos para leer la lista de hechos fascinantes. Después subrayen el hecho que les parezca más interesante.
- Comparen con las dos personas que están sentadas más cerca de ustedes si subrayaron el mismo hecho o uno diferente.
- ¿Cuántos de ustedes encontraron que subrayaron el mismo hecho? ¿Cuántos subrayaron hechos diferentes? [*Levanten la mano.*]
- ¿Cuántos de ustedes han aprendido al menos un hecho que sea información nueva para ustedes?
- 4 Pida voluntarios entre los participantes para que digan cuál hecho encontraron particularmente interesante. Entonces proporcione brevemente alguna información adicional sobre ese hecho a partir de Material para maestros. Cuando sea posible, haga preguntas para obtener información adicional de las y los jóvenes.
- 5 *Si el tiempo lo permite:* Cuando lleguen al hecho número 15, pida a las y los estudiantes formar parejas para ayudarse mutuamente a comparar la extensión de sus brazos abiertos con su estatura. Explique que esto no se relaciona directamente con la reproducción, pero es parte de conocer su propio cuerpo.

## DURACIÓN:

Pasos 1-2: 20 minutos

Pasos 3-5: 25 minutos

## MATERIALES:

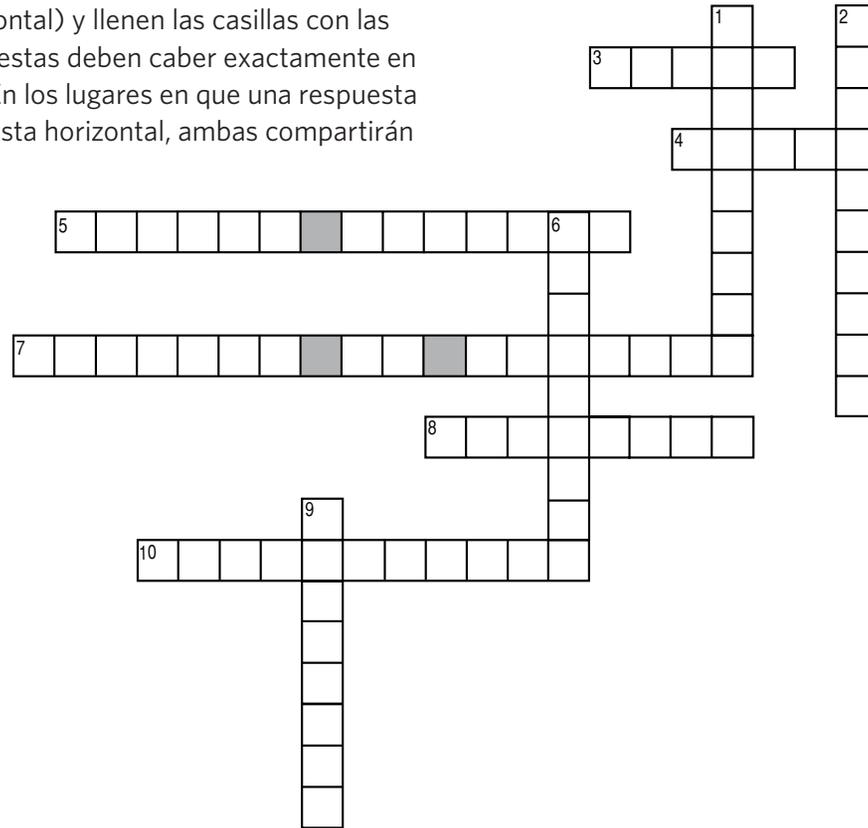
Copias del crucigrama para cada participante; las hojas “Hechos Fascinantes” y una fuente confiable de información sobre biología reproductiva, como la Unidad 6 y las hojas informativas que la acompañan en el libro de **PAUTAS** (el volumen que acompaña a este libro).

## PREPARACIÓN:

Revise los materiales cuidadosamente, especialmente en relación con el ciclo menstrual, los sistemas sexual y reproductivo masculino y femenino, reproducción y embarazo e infertilidad y reproducción asistida. Decida si desea dejar las respuestas al crucigrama en la hoja para distribuir. Decida si incluir todos los “hechos fascinantes” o eliminar algunos de ellos por razones de tiempo o contenido.

## crucigrama sobre el sistema reproductivo

Lean cada pista (vertical y horizontal) y llenen las casillas con las respuestas correctas. Sus respuestas deben caber exactamente en el número correcto de casillas. En los lugares en que una respuesta vertical se cruce con una respuesta horizontal, ambas compartirán una casilla con la misma letra.



### verticales

1. Lugar en donde se produce el sémen
2. Periodo en la vida cuando la menstruación de la mujer termina
6. Liberación de un óvulo desde un ovario
9. El proceso a través del cual el cuerpo de la niña o niño se desarrolla rápidamente en el proceso de convertirse en un cuerpo adulto y capaz de reproducirse.

### horizontales

3. Fluido espeso que se emite a través del pene durante la eyaculación
4. El lugar donde se desarrolla un bebé
5. Salida involuntaria de sémen durante el sueño (2 palabras)
7. Conductos que conectan los ovarios con el útero; la fecundación ocurre en ese lugar
8. Endurecimiento del pene
10. Liberación vigorosa de sémen a través del pene

**clave de respuestas**  
 verticales: 1. testículo; 2. menopausia;  
 6. ovulación; 9. pubertad.  
 horizontales: 3. sémen; 4. útero;  
 5. sueños húmedos; 7. trompas de falopio; 8. erección; 10. eyaculación.

Adaptado de *My Changing Body*, cortesía de Institute for Reproductive Health. <[www.irh.org](http://www.irh.org)>

## hechos fascinantes sobre su cuerpo

¿Cuál de estos hechos piensan que es más asombroso e interesante? Lean la siguiente lista y subrayen lo que piensen que vale la pena conocer.

- 1 Muchas mujeres encuentran que tienen más interés en el sexo durante los días fértiles de su ciclo menstrual.
- 2 En las parejas que no pueden tener bebés, es tan probable que la causa de infertilidad sea de origen masculino como de origen femenino.
- 3 El intestino delgado en el cuerpo humano tiene unos siete metros de largo.
- 4 El desarrollo del espermatozoide tiene lugar en los testículos (que se alojan dentro del escroto). La producción apropiada de espermatozoides requiere una temperatura más baja que la normal que tiene el cuerpo. Debido a que el escroto está ubicado fuera del cuerpo, mantiene esta temperatura más baja.
- 5 Mientras que las mujeres son fértiles por solamente unos pocos días de cada ciclo menstrual, los hombres tienen capacidad de fecundar permanentemente desde la pubertad.
- 6 Un conteo normal de espermatozoides contiene decenas de millones de espermatozoides con cada eyaculación.
- 7 El cuerpo humano produce alrededor de un litro de saliva cada 24 horas.
- 8 Una mujer puede aprender a identificar cuando está ovulando mediante la observación de cambios sencillos en la mucosa que sale de su vagina. De esta forma, ella puede saber cuándo es fértil (cuándo puede embarazarse) y puede predecir cuándo debe ocurrir su menstruación.
- 9 Más de 50 por ciento del cuerpo humano es agua.
- 10 La forma del vientre de una mujer embarazada no tiene relación con el sexo del bebé.
- 11 Cerca del final del embarazo, las articulaciones de la cadera se aflojan. Esto permite que la pelvis se expanda, facilitando que el bebé se mueva a través del área pélvica.
- 12 En raras ocasiones, la mujer libera dos óvulos en vez de solamente uno. Si ambos óvulos son fecundados, se desarrollarán gemelos fraternos (no idénticos). Si un sólo óvulo es fecundado y entonces sufre una división celular extra en una etapa muy temprana, se desarrollarán gemelos idénticos.
- 13 La mayoría de los hombres tienen “sueños húmedos” durante la pubertad.
- 14 El sexo de un feto es determinado por el espermatozoide (del padre), no por el óvulo (de la madre).
- 15 La longitud de sus brazos extendidos es igual a la longitud de todo su cuerpo (estatura).

## “HECHOS FASCINANTES” — INFORMACIÓN ADICIONAL

Hecho fascinante		Información adicional
1	Muchas mujeres encuentran que tienen más interés en el sexo durante los días fértiles de su ciclo menstrual.	Este aumento en el impulso sexual ayuda a asegurar que las relaciones sexuales ocurran en el momento más beneficioso para perpetuar la especie. (Analicen esto en el contexto de la evolución.)
2	En las parejas que no pueden tener bebés, es tan probable que la causa de infertilidad sea de origen masculino como de origen femenino.	En algunos lugares, las mujeres son culpadas por la infertilidad, porque los hombres no se dan cuenta de que el problema puede radicar en ellos. Con frecuencia, determinar la causa exacta de la infertilidad es difícil. (Ver también hoja informativa sobre Infertilidad.)
3	El intestino delgado en el cuerpo humano tiene unos siete metros de largo.	En el cuerpo, el intestino delgado se enrolla en una área reducida.
4	El desarrollo del espermatozoide tiene lugar en los testículos (que se alojan dentro del escroto). La producción apropiada de espermatozoides requiere una temperatura más baja que la normal que tiene el cuerpo. Debido a que el escroto está ubicado fuera del cuerpo, mantiene esta temperatura más baja.	El calor constante alrededor del escroto (por ejemplo, al trabajar cerca de un horno o incluso a usar pantalones y ropa interior ajustados que aumentan la temperatura corporal del escroto/testículos) puede reducir el conteo de espermatozoides. (Ver también hoja informativa sobre Sistema sexual y reproductivo — masculino.)
5	Mientras que las mujeres son fértiles por solamente unos pocos días de cada ciclo menstrual, los hombres tienen capacidad de fecundar permanentemente desde la pubertad.	Conforme la edad de las personas aumenta, su fertilidad disminuye gradualmente. (Ver hoja informativa sobre el Ciclo Menstrual.)
6	Un conteo normal de espermatozoides contiene decenas de millones de espermatozoides con cada eyaculación.	El espermatozoide madura en los testículos en alrededor de 75 días. (Ver también hoja informativa sobre Sistema sexual y reproductivo — masculino.)
7	El cuerpo humano produce alrededor de un litro de saliva cada 24 horas.	Además de agua, la saliva contiene sustancias químicas, incluidas las enzimas, que se usan en el metabolismo de los alimentos.
8	Una mujer puede aprender a identificar cuando está ovulando mediante la observación de cambios sencillos en la mucosa que sale de su vagina. De esta forma, ella puede saber cuándo es fértil (cuándo puede embarazarse) y puede predecir cuándo debe ocurrir su menstruación.	Si una mujer sabe cuándo ella está ovulando, puede usar esta información ya sea para evitar un embarazo o para tratar de embarazarse. (Ver también hoja informativa sobre el Ciclo Menstrual.)

## “HECHOS FASCINANTES” — INFORMACIÓN ADICIONAL

Hecho fascinante		Información adicional
9	Más de 50 por ciento del cuerpo humano es agua.	¡Y su órgano más grande es su piel!
10	La forma del vientre de una mujer embarazada no tiene relación con el sexo del bebé.	Un estudio de mujeres embarazadas encontró que no hay relación entre la forma del vientre de la madre embarazada y el sexo del bebé.
11	Cerca del final del embarazo, las articulaciones de la cadera se aflojan. Esto permite que la pelvis se expanda, facilitando que el bebé se mueva a través del área pélvica.	Algunas veces la mujer tiene que ser cuidadosa al moverse en la última parte de su embarazo, porque el aflojamiento de las articulaciones puede hacerla tambalear. (Ver también hoja informativa sobre Parto y Amamantamiento.)
12	En raras ocasiones, la mujer libera dos óvulos en vez de solamente uno. Si ambos óvulos son fecundados se desarrollarán gemelos fraternos (no idénticos). Si un sólo ovulo es fecundado y entonces sufre una división celular extra en una etapa muy temprana, se desarrollarán gemelos idénticos.	Los gemelos fraternos tienen genes como cualquier par de hermanos; pero los gemelos idénticos vienen del mismo núcleo. Tienen ADN (genes) casi idéntico. (Ver también hoja informativa sobre Reproducción y Embarazo.)
13	La mayoría de los hombres tienen “sueños húmedos” durante la pubertad.	Un sueño húmedo (también llamado emisión nocturna) ocurre cuando un muchacho eyacula mientras duerme. Los sueños húmedos son completamente normales y no son dañinos de modo alguno.
14	El sexo de un feto es determinado por el espermatozoide (del padre), no por el óvulo (de la madre).	En algunos lugares, las mujeres están bajo presión social para producir hijos varones. Pero el espermatozoide es lo que determina el sexo de los hijos. El embrión recibe un cromosoma X del óvulo de la madre y un cromosoma ya sea X o Y del espermatozoide del padre. Si el espermatozoide tiene un cromosoma X, el embrión tendrá XX y será mujer; si el espermatozoide tiene un cromosoma Y, el embrión tendrá XY y será hombre. (Ver también hoja informativa sobre Reproducción y Embarazo.)
15	La longitud de sus brazos extendidos es igual a la longitud de todo su cuerpo (estatura).	¡Verifíqueno!



## reproducción: más que un asunto privado

**VISIÓN GENERAL:** Las y los estudiantes aprenden acerca de 15 temas contemporáneos de salud pública y política pública relacionados con la reproducción (desde la paternidad adolescente hasta la selección de sexo). Escriben respuestas en un diario y compilan/editan resúmenes en forma de un sencillo artículo de noticias con fines de educación pública.

**OBJETIVOS:** Aumentar el conocimiento y el interés de las y los estudiantes acerca de los aspectos de salud pública y de política pública de la reproducción; fortalecer sus habilidades de redacción y edición; aumentar su convicción de que pueden tener una voz en la comunidad.

### INSTRUCCIONES

#### 1 Explique:

- Hemos estado estudiando la reproducción humana. ¿Es siempre la reproducción humana un asunto privado, del único interés de las personas directamente involucradas? ¿O son algunos aspectos de la reproducción son de interés a nivel público, por ejemplo para los funcionarios del sector salud, las comunidades y otros? *[Explore con ejemplos como: financiamiento para los servicios de salud, leyes sobre el aborto, reglamentos en hospitales y aspectos similares.]*
- De hecho, la salud reproductiva es un asunto público importante. Con frecuencia, es una fuente de controversia. En el mundo moderno — con nuevas tecnologías, normas culturales cambiantes y pandemias como la del VIH— es importante aprender sobre los temas relacionados con la reproducción. Estos temas pueden afectar sus propias vidas.

- Hoy comenzaremos un proyecto en el cual cada uno de ustedes explorará un tema que les interese o que tenga un significado personal. Compartiremos el producto final de nuestro trabajo con la comunidad. *[Explique cómo — por ejemplo, al escribir un artículo en el periódico local.]*

#### 2 Revise la lista de temas y pida a los jóvenes que aporten voluntariamente breves definiciones o explicaciones. Esto asegurará que todos ellos tienen al menos un conocimiento básico del tema. Entonces explique:

- Cada uno de ustedes debe elegir un tema que tenga algún significado, importancia o interés personal para ustedes. ¡Este no es un enorme proyecto de investigación! Ustedes escribirán no más de dos párrafos largos y contarán con unas cuantas preguntas sencillas para guiarse en cómo hacer estos párrafos. Muestren su mejor capacidad de redacción.

### DURACIÓN:

Pasos 1-6: 45 minutos

Paso 7 (tarea): 40 minutos

Pasos 8-11 (opcional): 40 minutos

### MATERIALES:

Copias de las hojas para distribuir.  
Hoja de instrucciones para los participantes. Copias de las hojas informativas de los temas seleccionados (puede encontrarlas en el libro de **PAUTAS**, o en [www.unsolocurriculo.org](http://www.unsolocurriculo.org)).

### PREPARACIÓN:

Revisar y modificar (según sea necesario) los temas de las hojas. Fotocopie las hojas para distribuir o escriba su lista final de temas en el pizarrón antes de la clase. Fotocopie las hojas informativas seleccionadas. Explore posibles lugares a donde los jóvenes podrían mostrar la recopilación de sus trabajos finales (por ejemplo un periódico local, como una serie de “comentarios de un minuto” en un programa radiofónico, en una asamblea escolar o en la forma de un libro).

- Hoy se inscribirán para su tema y aprenderán un poco acerca de él. Para algunos temas, yo les daré un párrafo o una página para leer. Para otros temas, ustedes tendrán que entrevistar a tres personas en la clase y anotar sus opiniones.
- 3** Revise las instrucciones para la tarea en las hojas para distribuir. Si no cuenta con copias de las notas, copie las instrucciones en el pizarrón para la “noticia breve”.
  - 4** *[Si usted va a incluir la actividad opcional de edición:]* Mañana, ustedes intercambiarán con otro estudiante solamente su segundo párrafo (una noticia breve). Ustedes trabajarán juntos para editar su escrito con el fin de que sea claro, gramaticalmente correcto, organizado e interesante. Posteriormente compilaremos estas noticias breves para integrar un artículo sobre “Temas contemporáneos sobre embarazo y parto”, que será compartido en \_\_\_\_\_ *[por ejemplo, un periódico o estación de radio local]*.
  - 5** Asegúrese de que el trabajo a realizar sea claro. Circule una hoja en la que las y los jóvenes se inscriban a los temas a desarrollar. Aliéntelos para que hablen con usted si necesitan aclaración sobre alguno de los temas. Pídales que se inscriban a un tema al que nadie más se haya inscrito.

- 6** Reserve el tiempo restante para que los participantes comiencen:  
*Para aquellos(as) que seleccionaron los temas A–F:* Proporciónelos copias de los materiales de lectura y pídale que comiencen a leer. (Si las copias de los materiales impresos están disponibles para que se los lleven a casa, ellos pueden terminar la lectura como actividad en casa.)  
*Para los estudiantes que seleccionaron los temas G–N:* Pídales que comiencen a entrevistarse entre sí y a tomar notas. Aliéntelos a buscar opiniones diferentes si es posible. (Las entrevistas pueden también completarse en casa, por ejemplo con miembros de su familia.)
- 7** Reserve cinco minutos para aclarar la tarea.

### **Tarea:**

Si todavía no han terminado su lectura, termínela en casa. A quienes les toca entrevistar, también pueden hacerlo a las personas en su casa. Entonces, escriban sus dos párrafos. Recuerden que deben responder a las preguntas contenidas en la hoja y escribir cada párrafo en páginas separadas.

*Ver la siguiente página para los Pasos 8–11 (actividad de edición opcional).*

## ACTIVIDAD OPCIONAL: EDITAR, COMPARTIR Y PRODUCIR

- 8** Pida a los jóvenes que formen parejas para editar el segundo párrafo (una noticia breve). Si dos o más personas han trabajado en el mismo tema, póngalos juntos e invítelos a resumir su escrito en una sola noticia, para evitar confundir o aburrir a los lectores.
- 9** Pregunte a los participantes:
- ¿Qué es lo que caracteriza a un buen texto?  
*[Explore con: claridad; evitar repeticiones; buena organización; buen uso del vocabulario; poder emocional si es apropiado; gramática apropiada; ortografía correcta. Escriba estas características en el pizarrón.]*
  - ¿Cuál es una buena forma de ofrecer retroalimentación sobre un texto escrito por otra persona?  
*[Explore con: mencionar algunos aspectos positivos que les gustaron; ser sensibles y respetuosos al ofrecer una crítica; ofrecer algunas sugerencias, pero no reescribir el trabajo de la persona.]*
  - ¿Cuál es una buena forma de aceptar retroalimentación?  
*[Explore con: agradezcan a la persona por sus buenas sugerencias; reconozcan en qué parte se sienten atorados o necesitan ayuda; pidan más retroalimentación en su siguiente intento.]*
- 10** Pida a los participantes que se den retroalimentación mutua y asigne diez minutos para el párrafo de la primera persona, diez minutos para el párrafo de la segunda persona y diez minutos para que cada uno de ellos realice cualquier revisión final. Avíseles cuando cada segmento de diez minutos haya acabado.
- 11** Recolecte los párrafos revisados (junto con los planteamientos personales). Fije todas las noticias en la pared para que todo el grupo pueda leerlas.
- Si el tiempo lo permite (o al día siguiente):* Invite a algunos de los jóvenes a que compartan ya sea su párrafo de respuesta personal o su noticia breve final.
- Idealmente:* Involucre a las y los participantes en la compilación de las noticias breves. Pídales que engrapen las noticias nuevas juntas o edítenlas en un sólo archivo digital; y envíenlas a un periódico u otro destino que sirva para educar a la gente. Aliéntelos a usar su creatividad al organizar las noticias, a desarrollar un título y a preparar una carta de presentación del trabajo que acompañará al producto final.

## temas contemporáneos sobre embarazo y parto

**INSTRUCCIONES PARA ESCRIBIR SOBRE SU TEMA:** Escribirán dos párrafos. Escribanlos en dos hojas de papel separadas. El primer párrafo es una respuesta personal al tema. Escribirán solamente sus propios sentimientos y opiniones. Si lo desean, pueden escribir acerca de cualquier experiencia relacionada con el tema que hayan tenido. El segundo párrafo es una “noticia breve”. El propósito de esta noticia breve es educar a otras personas.

### PARA PREPARAR SU NOTICIA BREVE:

- 1 Obtengan información sobre su tema. Para los temas A–F, la información puede obtenerse a partir de los materiales escritos indicados. Para los temas G–N, la información debe obtenerse a partir de breves entrevistas con tres personas; ellas pueden ser sus compañeros de clase; pero, de ser posible, traten de obtener opiniones de diferentes personas.
- 2 Expliquen cuál es el tema.
- 3 Describan por qué este tema es “noticia” o por qué es un tema controversial o de interés general.
- 4 Terminen el párrafo con una conclusión o con preguntas para que sus lectores reflexionen. Cuando escriban esto, recuerden que está dirigido a una audiencia pública, como los lectores de un periódico o radioescuchas.
- 5 Finalmente, en la parte inferior de la página, indiquen la forma en que obtuvieron la información, leyendo o entrevistando a personas.

## embarazo y parto: temas contemporáneos y preguntas para guiarse

### TEMAS PARA LEER Y REFLEXIONAR (A-F)

#### **A Selección de sexo en lugares en donde se prefiere a los hijos varones**

*Consulten:* Hoja informativa sobre Selección de Sexo.

*Reflexionen en:* ¿Cuál es la solución a este problema en el largo plazo?

#### **B Reproducción asistida** (tecnologías para ayudar a parejas que no pueden tener hijos)

*Consulten:* Hoja informativa sobre Infecundidad y Reproducción Asistida.

*Reflexionen en:* ¿Cómo se sienten acerca de contratar y pagarle a alguien más para llevar un embarazo (maternidad subrogada)?

#### **C Cesárea:** Algunas veces esta cirugía se practica cuando no es necesaria; algunas veces no está disponible cuando es necesaria. ¿Qué es lo correcto?

*Consulten:* Hoja informativa sobre Parto y Amamantamiento (en lo referente a la cesárea)

*Reflexionen en:* ¿De qué forma los factores económicos influyen en la tasa de cesáreas?

#### **D Cuando el aborto no es una opción:** Aborto forzado o maternidad forzada

*Consulten:* Hoja informativa sobre Aborto.

*Consulten:* Unidad 7 sección sobre embarazo no planeado y aborto.

*Reflexionen en:* ¿Debe alguna persona ser forzada a tener un aborto? ¿Debe alguna persona ser forzada a llevar a término un embarazo no deseado?

#### **E Fístula obstétrica**

*Consulten:* Hoja informativa sobre Parto y Amamantamiento (en lo referente a la fístula obstétrica).

*Reflexionen en:* ¿Por qué no hay más gente que sepa acerca de este problema? ¿Qué se puede hacer al respecto?

#### **F Estar embarazada siendo VIH-positiva**

*Consulten:* Hoja informativa sobre Parto y Amamantamiento (en lo referente a ser VIH-positiva y estar embarazada).

*Consulten:* Hoja informativa sobre Reproducción y Embarazo (sección sobre la promoción del embarazo saludable).

*Reflexionen en:* ¿Cuáles son sus sentimientos en torno a este tema?

## embarazo y parto: temas contemporáneos y preguntas para guiarse

### TEMAS PARA ENTREVISTAR Y REFLEXIONAR (G-O)

#### **G Paternidad adolescente**

*Entrevisten a tres personas. Pregunten: ¿Están los varones adolescentes listos para ser padres? ¿Tiene la mayoría de padres adolescentes una posición responsable y activa en las vidas de sus hijos? ¿Qué responsabilidad tienen los hombres para prevenir el embarazo no deseado?*

#### **H Facilitar a las adolescentes el manejo de la menstruación**

*Entrevisten a tres adolescentes. Pregunten: ¿Qué es lo que la mayoría de las mujeres hace para mantenerse limpias durante la menstruación? ¿Qué usan para el sangrado menstrual? ¿Es un problema el costo? ¿Qué tanto problema son los cólicos menstruales?*

#### **I Adopción: Conocer o no conocer a sus padres/hijos biológicos**

Muchos bebés son adoptados por personas que no conocen a los padres biológicos de estos. Algunas veces, la niña o niño recibe información sobre sus padres biológicos, de uno o de los dos, o pueden incluso tener contacto con alguno de sus padres biológicos. Algunas veces esta información no está disponible o el contacto no es posible. *Entrevisten a tres personas. Pregunten: ¿Qué piensan ustedes que es mejor? ¿Debe una niña o niño recibir información acerca de sus padres biológicos? ¿Debe una niña o niño adoptado tener la oportunidad de entrar en contacto con sus padres biológicos?*

#### **J Cursos sobre el parto: Preparación tanto de los padres como de las madres para el parto y la paternidad. En algunos lugares, las parejas toman clases juntos con el objeto de prepararse para tener un bebé en ellas aprenden sobre el parto y el cuidado del recién nacido.**

*Entrevisten a tres personas. Pregunten: ¿Es necesario este tipo de curso en nuestra comunidad? ¿Qué diferencia hay cuando el hombre tiene este tipo de información para ser padre?*

#### **K La presencia del padre durante el nacimiento de su hija o hijo**

*Entrevisten a tres personas. Pregunten: ¿Debe el padre estar presente en la sala de parto cuando nacen sus hijos? ¿Podría esta experiencia afectar el vínculo afectivo con sus hijos?*

#### **L Políticas de licencia de maternidad y licencia de paternidad**

*Entrevisten a tres personas. Pregunten: ¿Cuánto tiempo de licencia consideran ustedes que la madre necesita después de dar a luz? ¿Cuánto tiempo de licencia debería poder tomar el padre?*

#### **M ¿Quién les enseñó acerca de la reproducción y cuándo ocurrió esto?**

*Entrevisten a tres personas. Pregunten: ¿Quién les enseñó acerca de dónde vienen los niños y las niñas? ¿Qué edad tenían? ¿Cuál consideran ustedes es la mejor manera de aprender acerca de la reproducción humana?*

#### **N Políticas gubernamentales que proporcionan incentivos que afectan el tamaño de la familia**

Algunos gobiernos que desean que sus poblaciones crezcan ofrecen dinero a las parejas que tienen más hijos. Por otro lado, algunos gobiernos, están preocupados porque sus poblaciones están creciendo demasiado rápido y ofrecen dinero o regalos a las personas que se someten a una operación para terminar un embarazo. *Entrevisten a tres personas. Pregunten: ¿Están de acuerdo con alguna de estas políticas? ¿Por qué sí o por qué no?*

#### **O ¿Embarazada y en la escuela?**

Todos los días, algunas adolescentes que todavía van a la escuela quedan embarazadas. En algunos lugares, se les permite continuar con sus estudios, mientras que, en otros, se ven forzadas a abandonar la escuela. *Entrevisten a tres personas. Pregunten: ¿Cuál es la mejor política para apoyar tanto a las adolescentes embarazadas como a sus bebés? ¿Cuál es el rol y la responsabilidad del padre?*



## cada minuto de cada hora: relatos de muertes relacionadas con el embarazo

**VISIÓN GENERAL:** Las y los estudiantes leen estudios de caso sobre muerte materna. A través de escenificaciones y análisis en grupo, exploran cómo estas muertes podrían haberse evitado.

**OBJETIVOS:** Posibilitar que las y los estudiantes describan las muchas formas en que la pobreza y la desigualdad de género conducen a la muerte (y a serios problemas de salud) en las mujeres embarazadas; identificar cómo estos resultados podrían ser evitados; aumentar su nivel de preocupación acerca de la mortalidad materna como un verdadero problema; fortalecer sus habilidades analíticas.

### INSTRUCCIONES

**1** Escriba las palabras “mortalidad materna” en el pizarrón. Formule las siguientes preguntas y escriba las respuestas en el pizarrón:

- ¿Qué piensan ustedes que significa el término “mortalidad materna”? [*Explore con una definición similar a: “la muerte de una mujer debido a causas relacionadas con el embarazo o parto”.*]
- Aquí van algunas preguntas: ¿Con qué frecuencia piensan ustedes que una mujer o niña muere en alguna parte del mundo debido a causas relacionadas con el embarazo? ¿Una cada semana? ¿Una cada diez minutos? ¿Una cada día? [*Permita el planteamiento de algunas suposiciones.*] La respuesta es: cada minuto de cada día, cada día del año. Durante la hora que dedicamos a aprender acerca del tema de mortalidad materna, sesenta mujeres y niñas morirán por esta causa. Cada año, esto equivale a medio millón de muertes. Un número bastante mayor de ellas no mueren pero sufren otros problemas relacionados con el embarazo. (especialmente en el caso de adolescentes).

- Estas muertes ¿creen que son un número similar en todos los países del mundo? Por ejemplo, ¿qué porcentaje de muertes maternas supondrían ustedes que ocurre en los países “en desarrollo” (países que tienen menor grado de industrialización o con altos niveles de pobreza)? ¿Una décima parte? ¿La mitad? ¿Dos terceras partes? [*Permita el planteamiento de algunas suposiciones.*] La respuesta es: 99 por ciento. La mortalidad materna es extremadamente rara en los países más “desarrollados”.
- También, las muchachas jóvenes están en un mayor riesgo. Comparadas con las mujeres adultas, las niñas menores de 15 años tienen una probabilidad significativamente mayor de morir en el parto.
- ¿Cuántas muertes maternas piensan ustedes que se pueden evitar? ¿Una baja proporción? ¿Más de la mitad? ¿Un tercio? [*Permita algunas suposiciones.*] Expertos en la materia informan que “casi todas” esas muertes maternas pueden evitarse.

### DURACIÓN:

60–85 minutos, dependiendo del número de estudios de caso utilizados

### MATERIALES:

Pizarrón y tiza; una copia de cada estudio de caso.

### PREPARACIÓN:

Revise los ocho estudios de caso provistos. Modifíquelos o reemplácelos según sea necesario para que sean apropiados y auténticos para su entorno. Revise el contenido relevante (sección “Cuando el embarazo continúa” en la Unidad 6 y las hojas informativas sobre Reproducción y Embarazo y sobre Parto y Amamantamiento) en el libro de **PAUTAS** que acompaña a este volumen y que está disponible en <[www.unsolocurriculo.org](http://www.unsolocurriculo.org)>. O refiérase a otra fuente confiable de información.

- ¿Piensan ustedes que en la actualidad una mujer tiene mayor o menor probabilidad de morir debido a causas relacionadas con el embarazo y el parto, en comparación con la situación hace algunas décadas? *[Permita el planteamiento de algunas suposiciones.]* La respuesta es que las probabilidades son las mismas.
- Hoy aprenderemos más acerca de estos temas. Ustedes entenderán cómo pueden ayudar a hacer la diferencia en sus propias vidas y en las vidas de otras personas.

**2** Divida a la clase en tantos grupos como número de estudios de caso esté usted utilizando. Proporcione a cada grupo un estudio de caso para leer, en un papel doblado para que no lo lean anticipadamente.

Explique:

- Cada grupo está recibiendo un estudio de caso diferente de muerte materna. Después de que lean sus respectivos estudios de caso, analícenlos en grupo, planteando las siguientes preguntas: *¿Qué salió mal?* (Cuáles fueron los principales factores que condujeron a la muerte de la mujer o niña?) *¿Qué debía haber sucedido?* (¿Qué pudo haber sucedido diferente y le hubiera salvado su vida?) *[Escriba las dos preguntas principales en el pizarrón.]*
- Ustedes van a revivir el relato de la mujer en pequeñas escenificaciones (de dos o tres minutos). Primero, ustedes escenificarán el guión tal y como está escrito en el estudio de caso. Después, lo escenificarán de nuevo, incorporando los pasos

que se podría haber tomado para salvar la vida de la mujer. Ustedes pueden decidir que los mismos “actores” hagan la nueva versión, o que diferentes miembros de su grupo escenifiquen el segundo guión.

- 3** Haga que todos los grupos escenifiquen sus dos guiones.
- 4** Reserve 15 minutos después de las escenificaciones para analizar en grupo:
  - ¿Cómo les hicieron sentir estos relatos? ¿Qué parte del estudio de caso les hizo sentir de esa forma?
  - Las personas, los miembros de la familia, las comunidades, los prestadores de servicios de salud y los gobiernos, todos pueden actuar para evitar estas muertes. ¿Cuáles son algunas de las medidas más importantes que pueden tomarse antes de que una mujer se embarace para proteger su salud (y la salud de su recién nacido)? *[Escriba las respuestas en el pizarrón; complete según sea necesario.]*
  - ¿Qué puede hacerse durante el embarazo? *[Escriba las respuestas en el pizarrón; complete según sea necesario.]*
  - ¿Qué puede hacerse durante el parto? *[Escriba las respuestas en el pizarrón; complete según sea necesario.]*
  - ¿Cómo podemos evitar las muertes maternas en adolescentes menores de 15 años?
  - ¿Cómo van ustedes a usar la información que aprendieron hoy?

## estudios de caso sobre mortalidad materna

**CASO DE RANI:** Cuando Rani tenía 13 años, su madre murió dando a luz. Su padre le explicó que ella tendría que dejar de ir a la escuela para que pudiera cocinar y ayudar en el cuidado de sus hermanos menores. Su hermano mayor, quien todavía iba a la escuela, trató de ayudar a Rani para que continuara con sus estudios, pero pronto Rani desistió porque sus otras tareas le dejaban poco tiempo para estudiar. A los 19 años, Rani se casó con Ramesh y se fue a vivir con él a casa de sus padres. Los familiares de Ramesh, quienes apreciaban los conocimientos de Rani referentes al cuidado de los niños, querían que ella tuviera un hijo inmediatamente.

Cuando Rani se embarazó, su esposo no dejaba de decir que ella iba a tener un hijo varón. En secreto, sin embargo, Rani imaginaba que tendría una niña y se prometía a sí misma que su hija tendría oportunidad de terminar sus estudios, algo que ella misma nunca pudo hacer. Después de ocho meses, de acuerdo con las costumbres locales, Rani regresó al poblado de sus padres para dar a luz. Cuando comenzaron los dolores del trabajo de parto, un médico local acudió a verla. Después de que el bebé no nacía a pesar de haber transcurrido un día y una noche de trabajo de parto, el médico la refirió al hospital más cercano, localizado a 100 kilómetros de distancia. Debido a la avanzada hora, nadie pudo arreglar un transporte para llevar a Rani sino hasta la mañana siguiente. Cuando Rani finalmente llegó exhausta al hospital de distrito, ella pudo dar a luz a su bebé. Aunque su esposo se mostró desilusionado de que el bebé no fuera varón, Rani susurró su promesa a su hija recién nacida. Mientras tanto, sin embargo, ella comenzó a sangrar de manera más abundante. Si bien el personal del hospital arregló apresuradamente una transfusión de sangre, Rani entró en coma. A pesar de los esfuerzos del personal del hospital, Rani había perdido demasiada sangre y murió de la misma forma en que murió su madre.

**CASO DE CHARITY:** Charity tenía 15 años. Pasaba su tiempo en la escuela, estudiando en casa y realizando tareas del hogar. A veces salía con un hombre que había conocido cerca de la escuela. Él le daba regalos y algo de dinero que ella había usado para comprar sus libros de texto, y ella tenía relaciones sexuales con él. Charity le pedía que usara condones por seguridad, como ella había aprendido en la escuela, pero él le dijo que no se preocupara. Ella decidió no seguir viendo al hombre, pues él no le gustaba mucho. Pronto, sin embargo, Charity se dio cuenta que estaba embarazada. Cuando le dijo a sus padres, su padre la golpeó, pero no la echaron de su casa. Ella dejó la escuela después de algunos meses y se fue a vivir con una tía en otra población. Su familia había acordado que la tía criaría al hijo para que nadie supiera del embarazo de Charity. Cuando ella empezó su trabajo de parto, su tía le dijo que se mantuviera fuerte, que el bebé saldría por sí solo. Sin embargo, el bebé se atoró en el canal de parto. La tía llamó a una partera local, quien llegó y cortó con una hoja de afeitar a Charity para ampliar la abertura de la vagina y que el bebé pudiera salir. El bebé salió rápidamente y Charity pensó que pronto regresaría a su vida anterior, más triste pero más prudente. Después de unos días, sin embargo, ella encontró que el área en donde fue cortada se había infectado. Después de unos cuantos días más, Charity desarrolló una fiebre alta. Su tía quiso llevar a Charity al hospital, pero ella se rehusó. Charity tenía temor de que alguien en el hospital descubriera que había estado embarazada. Cuando la fiebre empeoró a la mañana siguiente, su tía llamó de todas formas a una ambulancia, pero ya era demasiado tarde. Charity murió unas cuantas horas después de llegar al hospital.

## estudios de caso sobre mortalidad materna

**CASO DE ANA:** Ana vivía con su esposo en un remoto poblado andino en Bolivia. Ella nunca aprendió a leer o escribir. Por un tiempo ella tomó píldoras anticonceptivas, pero dejó de hacerlo porque su esposo se oponía a la anticoncepción. Cuando Ana se embarazó, ella fue una vez al centro de salud local para atención prenatal. Ella se sintió avergonzada en el centro de salud porque no hablaba español y el personal no hablaba quechua. Ella sintió que el médico no mostró interés en ella y que solamente quería que ella se fuera. En el noveno mes de su embarazo, Ana comenzó a sentir dolor en la parte baja del abdomen. Una vecina que había sido partera dijo a la familia de Ana que el bebé estaba mal posicionado y les dijo que llevaran a Ana al centro de salud. Sin embargo, Ana tenía temor de ir, debido a la forma como había sido tratada durante su visita prenatal. Además, su esposo había escuchado que se pedía a las pacientes que acudían al puesto de salud que pagaran algunas cuotas, pero su familia no podía pagarlas. Ana permaneció en casa. Después de diez días, el dolor había empeorado. La partera persuadió a la familia de Ana para que la llevaran al centro de salud. Ellos no tenían acceso a un auto, por lo que hicieron el viaje en una carreta jalada por un caballo. El centro de salud estaba a 15 kilómetros del poblado, un largo viaje en carreta. A la mitad del camino, Ana comenzó a sangrar abundantemente y murió.

**CASO DE FÁTIMA:** Fátima quería ser maestra. Sin embargo, cuando tenía 15 años sus padres la casaron y se fue a vivir con su esposo Alí, un chofer de camión. Los padres de Alí presionaron a la pareja para que tuvieran hijos, por lo que Fátima no usó anticoncepción. Ella dio a luz a tres hijos en cinco años, En cada parto, una partera local la ayudó. Cuando ella tenía ocho meses de embarazo con su cuarto hijo y Alí estaba haciendo entregas, Fátima comenzó a sentirse muy enferma. Debido a que Alí controlaba el dinero en la familia, Fátima no tenía dinero para pagar por la transportación al puesto de salud. Así que esperó a que su esposo llegara a casa. Para cuando Alí regresó a casa, Fátima estaba temblando con mucha fiebre y estaba muy débil. Alí hizo arreglos para ir al hospital, pero para cuando llegaron, Fátima había fallecido.

**CASO DE MARIA CLARA:** María Clara vivía con su esposo, Pedro, y con un sobrino (el hijo de su hermano, quien había muerto en un accidente). Ellos vivían en un poblado en la montaña bastante alejado del pueblo más cercano, distante a siete horas de camino a lomo de mula del hospital más cercano. Cuando María Clara se embarazó, ella fue a un chequeo. El médico le dijo que ella debía reportarse en el hospital dos semanas antes de la fecha en que debía nacer su bebé, para evitar que tuviera que enfrentar alguna complicación peligrosa de último minuto estando alejada de la atención médica. Conforme se acercaba el final de su embarazo, María Clara se puso nerviosa respecto a dejar su casa. Pedro se quejaba por el hecho de que ella estaría fuera de casa por tanto tiempo, argumentando que él no sabía cocinar. También, ella sabía que Pedro bebía la mayoría de las noches y algunas veces se ponía violento, por lo que se preocupaba que él pudiera golpear a su sobrino. Ella también se preocupaba de que Pedro podría pasar tiempo con una mujer que trabajaba en el bar a donde él iba después del trabajo; una vecina le había advertido que la empleada del bar había sido vista con Pedro. María Clara decidió viajar al hospital solamente una semana antes de la fecha que el médico le había dicho que debía nacer su bebé. Sin embargo, el bebé nació el día anterior a su partida hacia el hospital y María Clara comenzó a sangrar. Pedro no pudo transportarla a tiempo al centro de salud para salvarla y ella murió.

## estudios de caso sobre mortalidad materna

**CASO DE YERUKNESH:** Yeruknesh nació en una comunidad remota de Etiopía. Cuando tenía 13 años, mientras recogía madera para combustible, ella fue raptada por el Sr. Zena, un viudo de 32 años con dos hijos; y posteriormente obligada a casarse con él. Poco después, ella se embarazó. Yeruknesh no tenía a quien recurrir para recibir consejo o hablar acerca de sus problemas. Cuando empezó su trabajo de parto, ella se sintió aterrorizada. Abrazando fuertemente su almohada, ella llamaba a su madre, con lágrimas recorriendo sus mejillas. Ella estaba en agonía, con una alta fiebre y sudando profusamente. Unas vecinas llegaron a su casa, prendieron una vela y oraron por Yeruknesh. El Sr. Zena llamó a la partera tradicional del poblado, pero la partera no estaba capacitada para manejar ese tipo de situaciones. Entonces, el Sr. Zena pidió a los hombres del poblado que le ayudaran a cargarla hasta el hospital. Para cuando llegaron al hospital, el feto había muerto y Yeruknesh murió a los 15 años de edad.

**CASO DE HUSAN:** Saeeda Bibi, quien vive en Mardan, en la provincia de la frontera noroccidental de Pakistán, relata cómo su única hija, Husan Pari, murió en el parto a la edad de 13 años. “Cuando Husan tenía ocho años, su padre murió en un accidente de carretera. Yo me preocupé de que si moría también, ¿quién cuidaría de mi hija? Yo quería que se casara, que fuera feliz y estuviera segura. Así que encontré una pareja para ella; un granjero de una villa cercana. Husan Pari estaba muy emocionada por su boda. En un lapso de tres meses ella quedó embarazada y yo la llevé a consultar a la partera tradicional (Dai), quien le dio remedios para el vómito. Nosotros podíamos pagar a la Dai en pequeñas cantidades a plazos y nos gustaban sus oraciones y hierbas. Husan trabajaba muy duro y su dieta era pobre — las supersticiones le hicieron dejar de comer huevo y pescado — y se puso terriblemente delgada. Me preocupó cómo soportaría los dolores de parto. Fuimos a ayudarla cuando escuchamos sus gritos, pero el bebé no salía. La partera se puso nerviosa y se rehusó a ayudarla más, diciendo que debíamos llevar a Husan al hospital. En el camino, Husan Pari se puso azul, fría como el hielo y murió en mis brazos. Yo no pude salvar ni a ella ni a su bebé. No puedo recordar cómo llegué a casa o cómo fue el funeral. El dolor era insoportable”.

**CASO DE FLORENCIA:** Florencia era una mujer soltera de 24 años que cultivaba y vendía vegetales. Una noche ella fue violada a su regreso del mercado. Ella tenía miedo de decirle a alguien y cuando su período menstrual no llegó ese mes, ella se dio cuenta que había quedado embarazada como resultado de la violación. Aunque el aborto estaba restringido legalmente en su país y generalmente se realizaba bajo condiciones antihigiénicas, Florencia estaba determinada a no continuar con el embarazo. Ella fue a ver a una persona quien le insertó algo en la vagina y le dijo que el sangrado se detendría en una semana. Al final de la semana, Florencia seguía sangrando y también había desarrollado una fiebre alta. Entonces fue al hospital en donde un médico la atendió y le dio antibióticos. Al principio ella se resistía a revelar que había tenido un aborto por temor a ser castigada o incluso arrestada. Finalmente, ella le dijo al médico. El médico, quien estaba convencido de que el aborto debería ser seguro y accesible, se compadeció profundamente de Florencia e hizo su mejor esfuerzo para salvarla. Él lloró cuando ella murió diez días después.

Los casos de Yeruknesh y Husan están adaptados de la Alianza del Listón /Lazo Blanco por una Maternidad Segura y de Historias de Madres Perdidas y se usan con permiso. Ver <[www.whiteribbonalliance.org/exhibit/default.cfm](http://www.whiteribbonalliance.org/exhibit/default.cfm)>. El caso de Yeruknesh's fue aportado por un médico socio de Development Assistance of Ethiopia. El caso de Husan fue enviado por Blue Veins — Women Welfare and Relief Service of Pakistan. Varias de las otras historias son adaptaciones de situaciones reales. Los nombres de algunas mujeres han sido cambiados.

# hechos sobre las infecciones de transmisión sexual

**VISIÓN GENERAL:** Las y los estudiantes elaboran carteles para presentar información importante sobre las infecciones de transmisión sexual (ITS), incluido el VIH y el SIDA.

**OBJETIVOS:** Promover que las y los estudiantes que describan la forma de transmisión de las ITS, cómo prevenir su transmisión y dónde buscar servicios de pruebas y tratamiento; aumentar su nivel de conciencia sobre la importancia de buscar servicios de pruebas y tratamiento.

## INSTRUCCIONES

- 1 Explique que esta sesión es sobre infecciones de transmisión sexual — también llamadas ITS — que incluyen el VIH y el SIDA (como condición de salud debida a la infección con VIH).
- 2 Divida a la clase en cuatro grupos mixtos (hombres y mujeres). Asigne a cada grupo un tema de la lista (o permítales elegir; trate de cubrir todos los temas). Explique:
  - Ustedes crearán en sus respectivos grupos un cartel informativo sobre su tema. ¡Usen su imaginación!
  - Consideren tantos aspectos como sea posible. Incluyan información sobre pruebas, tratamiento y prevención. Ustedes pueden usar los materiales que les voy a proporcionar como recursos. En algunos casos (como en los carteles acerca de los “mitos”) ustedes pueden entrevistar a sus compañeros de clase para obtener más ideas.
- 3 Distribuya los materiales que describen los hechos y también los suministros para elaborar los carteles. Recuerde a los participantes que deben dedicar unos diez minutos para obtener su información, diez minutos para analizar en grupo y planificar la elaboración de su cartel; y 15 minutos para producir el cartel. Circule entre los grupos para apoyarlos cuando estén haciendo

su investigación, su análisis en grupo y cuando estén produciendo sus carteles. Si no completan los carteles en el tiempo asignado, extienda el plazo o indíqueles cuándo pueden tener tiempo para terminar este trabajo.

### En una sesión posterior

- 4 Si es necesario, permita que los grupos tengan un período breve adicional para completar sus carteles.
- 5 Pida a cada grupo que presente su cartel y acepte preguntas de la clase.
- 6 Exhiba los carteles en el salón de clase tanto tiempo como sea posible.

### TEMAS DE LOS CARTELES

Mitos sobre las ITS  
 Mitos sobre el VIH y el SIDA  
 Doble protección  
 Cinco hechos importantes sobre el VIH y el SIDA  
 ¿Qué es la clamidia?  
 ITS y género  
 ¿Cómo afectan la clamidia y la gonorrea la fecundidad futura?  
 VPH y herpes: dos importantes ITS  
 ¿Qué es una infección del tracto reproductivo?

### DURACIÓN:

Pasos 1-3: 40 minutos

Pasos 4-6: 40 minutos

### MATERIALES:

Papel y marcadores para elaborar los carteles; una copia de las **PAUTAS** (el libro que acompaña a este volumen) o copias de las siguientes páginas de ese libro: hojas informativas sobre Infecciones de Transmisión Sexual, sobre VIH y SIDA y sobre Infecciones del Tracto Reproductivo; y las secciones sobre ITS y VIH de la unidad 7. El libro de **PAUTAS** está disponible en <[www.unsolocurriculo.org](http://www.unsolocurriculo.org)>. O utilice otra fuente confiable de información sobre ITS y VIH.

### PREPARACIÓN:

De ser posible, obtenga varias copias de los materiales mencionados anteriormente. Busque información sobre dónde puede la gente joven hacerse la prueba y recibir tratamiento en su comunidad. Escriba los temas de los carteles en el pizarrón.

unidad **7**

actividad **47**

## género y uso del condón

**VISIÓN GENERAL:** Las y los estudiantes analizan las barreras (incluidas las normas de género) para el uso del condón y las formas de superar estas barreras; también, aprenden a usar el condón. Esta actividad está dirigida a estudiantes que ya cuentan con información básica sobre los condones como método de protección contra las ITS, incluido el VIH, y el embarazo no deseado.

**OBJETIVOS:** Favorecer que las y los estudiantes describan obstáculos para el uso del condón y cómo estos obstáculos pueden ser superados; describir el uso correcto del condón; fortalecer las habilidades de pensamiento crítico.

### INSTRUCCIONES

**1** Explique (y escriba las respuestas claves):

- Hoy estaremos analizando en grupo el uso del condón. ¿Qué sabemos acerca de los condones? *[Explore: Protegen contra las ITS/VIH y el embarazo no deseado; son usados por los hombres.]*
- ¿Quién puede usar los condones? ¿Hay un condón para las mujeres o solamente para los hombres? *[Señale que: También hay un condón femenino. Ofrezca información básica acerca de este método.]*
- ¿Por qué es importante saber sobre los condones? *[Explore: Todos los días hay personas que mueren de SIDA o por complicaciones derivadas del aborto inseguro; éstas son muertes que podrían haber sido evitadas si las personas hubieran usado condones. Los condones ofrecen protección contra el embarazo, el VIH y otras infecciones.]*
- Si las personas saben sobre los condones, ¿significa esto que los van a usar?

**2** Haga que los participantes formen parejas y distribuya la hoja de trabajo. Explique:

- Hay muchas razones por las que las personas no usan condones o no los usan correctamente. Su hoja de trabajo describe la experiencia de nueve parejas reales. También ofrece sugerencias sobre qué podría haber ayudado a estas parejas.
- Lean con su pareja la situación de cada caso descrito. Entonces decidan cuál solución o soluciones se ajustan a su situación: ¿qué podría ayudarles a usar los condones correctamente la próxima vez?

**3** Reúna de nuevo a todo el grupo y analice con el grupo la situación de cada caso descrito en la hoja de trabajo. Si el tiempo lo permite, para los casos C, F e I (los cuales involucran desigualdad de género), propicie un análisis más a fondo.

### DURACIÓN:

Pasos 1-4 (Por qué algunas personas no usan condones): 40 minutos

Pasos 5-7 (El uso apropiado del condón): 15 minutos

### MATERIALES:

Pizarrón y tiza; claves de respuestas para maestros; para los Pasos 1-4: copias de la hoja de trabajo. Para los Pasos 5-7: tarjetas ilustrativas. Si es posible, muestras de condones masculinos y femeninos para propósitos de demostración.

### PREPARACIÓN:

Averigüe si el condón femenino está disponible localmente y en dónde. Revise la información sobre los condones masculinos y femeninos en la hoja informativa al final del libro de **PAUTAS** (el volumen que acompaña a este libro) u otro texto confiable. Para los Pasos 1-4: Revise la hoja de trabajo y ambas hojas de claves para maestros. Para los Pasos 5-7: Prepare las tarjetas ilustrativas (ver "Pasos apropiados en el uso del condón").

**4** Después de revisar la situación de las nueve parejas, facilite el análisis usando las siguientes preguntas:

- ¿Quién es responsable del uso del condón?
- ¿Por qué las mujeres y adolescentes deberían tener acceso al condón femenino? [*Explore con: para tomar la protección en sus propias manos si su pareja no quiere usar un condón masculino.*]
- ¿Cómo pueden las personas asegurarse de que están suficientemente preparadas para usar condones cuando los necesiten?

**5** Forme dos o tres equipos (aproximadamente de 12 a 16 personas por equipo).

Presente el tema:

- Una de las razones por las que las personas no usan condón es que no saben cómo usarlo. Esta es una mala excusa para acabar teniendo un problema serio de salud, por lo que ahora vamos a aprender el uso apropiado del condón masculino.

Tener la suficiente edad para aprender cómo usar un condón NO significa que ustedes estén preparados para tener relaciones sexuales; pero es mejor saber cómo usar un condón ANTES de que lo necesiten y no después de que han tenido la relación sexual, cuando es demasiado tarde. Al usar condones ustedes pueden seguir algunos pasos con bastante anticipación; esto es, antes de estar en una situación romántica. Algunos de los pasos pueden seguirse cuando ya se está en una situación íntima, pero inmediatamente antes que la relación sexual tenga lugar. Ustedes deben saber qué hacer en relación con el uso del condón durante la relación sexual y, también, deben saber qué hacer con el condón después de usarlo [*Escriba en el pizarrón “con bastante anticipación”, “inmediatamente antes”, “durante la relación sexual” y “después de la relación sexual”.*]

**6** Explique la actividad:

- He separado todos los pasos involucrados en el uso apropiado del condón masculino y he puesto cada paso en una tarjeta por separado. Voy a entregar un conjunto de tarjetas ilustrativas a cada grupo. *[Asegúrese de revolver las tarjetas de tal forma que estén en desorden antes de distribuir las.]* Cada equipo debe trabajar en conjunto para poner los pasos en el orden correcto.
- De ser posible, cada persona en la sesión debe tener una tarjeta ilustrativa diferente. Entonces organice a los participantes en cuatro grupos. *[Señale las cuatro opciones escritas en el pizarrón.]* El primer grupo debe incluir a cualquier persona que tenga tarjetas con los primeros pasos — aquellos que deben ser realizados con bastante anticipación. El siguiente grupo mostrará las tarjetas con los

pasos a realizarse inmediatamente antes de tener relaciones sexuales. El tercer grupo de tarjetas debe incluir los pasos que podrían llevarse a cabo durante las relaciones sexuales. El cuarto grupo mostrará los pasos que deben seguirse después de la relación sexual. Dentro de sus respectivos grupos, traten también de poner los pasos en orden. Entonces colóquense en línea, en el orden de su tarjeta. *[Nota: En el primer grupo esto puede ser un poco más difícil.]*

- Tienen cinco minutos. ¡Comiencen!

- 7** Detenga el proceso después de cinco minutos y reúna de nuevo a todo el grupo. Pida a los participantes que expliquen el orden de los pasos. Interrumpa para cuestionarles acerca de cualquier paso que no esté en el orden correcto (ver clave de respuestas). Responda cualquier pregunta que surja.

## soluciones que empoderan a las personas para que usen condones

A continuación encontrarán relatos sobre nueve parejas que no usaron los condones correctamente. Para cada una, piense sobre qué hubiera ayudado a esa persona o pareja. Seleccione una o más “soluciones” de la siguiente lista y encierre en un círculo el número que corresponda a una de dichas soluciones. Por ejemplo, encierre en un círculo el “2” para indicar una “Mayor igualdad y poder compartido entre la muchacha y el muchacho”. (Ustedes pueden encerrar en un círculo más de un número si piensan que la pareja requiere más de una solución.)

- Solución 1** Información sobre el uso correcto del condón
- Solución 2** Mayor igualdad y poder compartido entre la muchacha y el muchacho
- Solución 3** Mejores habilidades de comunicación
- Solución 4** Información sobre dónde obtener condones
- Solución 5** Una idea más realista sobre el riesgo del VIH y el embarazo
- Solución 6** Un lugar seguro en donde compartir sus preocupaciones sobre el desempeño sexual

**Pareja A:** Estas dos personas jóvenes tienen relaciones sexuales y usan condones. Después de que el joven eyacula se queda inmóvil durante cinco minutos. Su pene se vuelve suave y reduce su tamaño y, cuando se mueve un poco, ve con preocupación que un poco de su semen gotea fuera del condón en la entrada de la vagina de su pareja.

**La pareja A necesita:**    **1**            **2**            **3**            **4**            **5**            **6**

**Pareja B:** Estas dos personas jóvenes han decidido tener relaciones sexuales y usar condones. Una de ellas investiga en el mercado local pero no encuentra ni condones masculinos ni femeninos a la venta. La otra piensa que los condones podrían estar disponibles en la escuela, pero la enfermera dice que no. Cada uno de ellos espera que el otro haya encontrado los condones. El fin de semana, comienzan a tener relaciones sexuales. Ambos tienen vergüenza de decir lo que sucedió, por lo que ignoran el tema y simplemente tienen la relación sexual sin usar condón.

**La pareja B necesita:**    **1**            **2**            **3**            **4**            **5**            **6**

**Pareja C:** Estas dos personas jóvenes quieren tener relaciones sexuales. La muchacha le dice a su pareja que ella trajo unos condones, pero él le dice “De ninguna manera... ¡con esas cosas se siente pésimo!” Ella trata de insistir pero él se enoja, le dice que ella está actuando como una niña y le pregunta si realmente lo ama o no. Finalmente, ella deja de discutir y tienen relaciones sexuales sin el condón.

**La pareja C necesita**    **1**            **2**            **3**            **4**            **5**            **6**

## soluciones que empoderan a las personas para que usen condones

**Pareja D:** Estas dos personas desean tener relaciones sexuales y han acordado usar condones. Pero cuando llega el momento de usarlos, el joven empieza a manejar torpemente el paquete de condones y pierde su erección. Esta vez, omiten el coito sexual. Pero la siguiente vez que están juntos, él se pone ansioso por la posibilidad de perder de nuevo su erección. Él le dice a su novia que los condones arruinan el ambiente por lo que acuerdan seguir adelante y tener relaciones sexuales sin usar condón.

**La pareja D necesita** 1 2 3 4 5 6

**Pareja E:** Estas dos personas han decidido tener relaciones sexuales. Ambas piensan que es una buena idea usar condones, pero cada una tiene temor de que la otra persona piense que es “descarado(a)” si sugiere usar condones. Al final, ninguna sabe como plantear el asunto, por lo que tienen relaciones sexuales sin usar condón.

**La pareja E necesita** 1 2 3 4 5 6

**Pareja F:** Este adolescente de 16 años, participa en una pandilla. Él desea dejar la pandilla, pero hacerlo es difícil y puede ser peligroso. Sin embargo, su banda le promoverá dejarlos si se convierte en padre. Él explica a su novia de 15 años, que si ellos tienen un bebé, eso podría salvar la vida de él y que sería un buen padre. Ella se siente confundida sobre qué hacer. Ella desea terminar su escuela y no se siente preparada para ser madre. Pero ella también piensa que debe ayudar a su novio. Ellos tienen relaciones sexuales sin condón.

**La pareja F necesita** 1 2 3 4 5 6

**Pareja G:** Estas dos personas deciden tener relaciones sexuales. El joven pregunta si ellos deberían usar protección, pero ella dice que recientemente tuvo su período menstrual por lo que no puede embarazarse.

**La pareja G necesita** 1 2 3 4 5 6

**Pareja H:** Estas dos personas deciden tener relaciones sexuales. La pareja conversa acerca de usar condones para protegerse contra el VIH, pero ambos acuerdan que si estuvieran enfermos lo sabrían. Por lo tanto tienen relaciones sexuales sin usar condón.

**La pareja H necesita** 1 2 3 4 5 6

**Pareja I:** Una joven de 17 años de edad está teniendo relaciones sexuales con un hombre de 25 años, quien le da regalos y algunas veces dinero para ayudarla con sus gastos. Algunas veces él usa condones, pero esta vez él no tiene un condón consigo. Ella piensa que deberían esperar y tener relaciones sexuales en otro momento, pero él promete que no habrá problema sin usar condón. Ella ya recibió dinero de él esta semana, por lo que ella siente que no puede rehusarse. Ellos tienen relaciones sexuales sin usar condón.

**La pareja I necesita** 1 2 3 4 5 6

## clave de respuestas para “soluciones que empoderan a las personas para que usen condones”

**NOTA PARA MAESTROS:** La siguiente lista identifica las principales “soluciones” para la pareja en cada historia. Para cualquier caso, los participantes pueden sugerir soluciones adicionales. Sea flexible con las respuestas; pero, como mínimo, asegúrese de que las soluciones que se indican a continuación fueron incluidas en las respuestas finales.

- Pareja A**      **Solución 1** (Información sobre el uso correcto del condón)
- Pareja B**      **Solución 4** (Información sobre dónde obtener condones); también:  
**Solución 3** (Mejores habilidades de comunicación)
- Pareja C**      **Solución 2** (Mayor igualdad y poder compartido entre la muchacha y el muchacho); también:  
**Solución 3** (Mejores habilidades de comunicación)
- Pareja D**      **Solución 6** (Un lugar seguro en donde compartir sus preocupaciones sobre el desempeño sexual)
- Pareja E**      **Solución 3** (Mejores habilidades de comunicación); también:  
**Solución 5** (Una idea más realista sobre el riesgo del VIH y el embarazo)
- Pareja F**      **Solución 2** (Mayor igualdad y poder compartido entre la muchacha y el muchacho)
- Pareja G**      **Solución 5** (Una idea más realista sobre el riesgo de embarazarse)
- Pareja H**      **Solución 5** (Una idea más realista sobre el riesgo de contraer VIH)
- Pareja I**      **Solución 2** (Mayor igualdad y poder compartido entre la muchacha y el muchacho)

## pasos apropiados en el uso del condón

**NOTA PARA MAESTROS:** Prepare 16 tarjetas ilustrativas. En cada tarjeta escriba un paso de la lista siguiente. No incluya el “numero de paso”. (Los numeros se han colocado solamente para que usted sepa el orden de la respuesta). Los pasos 1 al 5 pueden no estar en orden (es flexible).

### (Con bastante anticipación)

- 1 Hablar sobre sexo seguro con su pareja.
- 2 Comprar condones (y lubricante, si lo desea) o encontrar una clínica u otro centro comunitario que los proporcione gratuitamente.
- 3 Conservar los condones en un lugar seco y fresco (no en la cartera).
- 4 Verificar la fecha de caducidad del condón y asegurarse de que la fecha no haya pasado.
- 5 Practicar poniéndose un condón, de tal forma que usarlo posteriormente sea algo natural y cómodo.

### (Inmediatamente antes de la relación sexual)

- 6 Iniciar las caricias sexuales. La estimulación sexual, en especial acariciar el clítoris, puede ayudar a lubricar la vagina.
- 7 Abrir el empaque del condón cuidadosamente procurando no romper el condón (no usar los dientes!).
- 8 Cuando el pene esté erecto . . . oprimir la punta del condón y colocarlo en la cabeza del pene.
- 9 Sostener la punta del condón y desenrollarlo hasta que el pene esté completamente cubierto.
- 10 Si la vagina todavía parece estar seca, continuar con las caricias o humedecer el exterior del condón con un lubricante a base de agua (no usar lubricantes a base de aceite como la Vaselina porque pueden causar deterioro y ruptura del condón).

### (Durante la relación sexual)

- 11 Si el condón se rompe, el hombre debe retirar el pene inmediatamente. *[Recuerdeles a los participantes el uso de la anticoncepción de emergencia en caso de haber ocurrido la eyaculación.]*
- 12 Después de la eyaculación , mientras que el pene esté todavía erecto . . .
- 13 Sostener el extremo abierto del condón, en la base del pene.

### (Inmediatamente después de la relación sexual)

- 14 Retirar cuidadosamente el pene de la vagina, sosteniendo el condón en la base del pene.
- 15 Quitarse cuidadosamente el condón sin derramar el semen sosteniendo el borde del condón.
- 16 Amarrar el condón o enrollarlo en papel higiénico y desecharlo apropiadamente.

# iniciar una conversación sobre sexo y seguridad

**VISIÓN GENERAL:** Las y los estudiantes practican cómo iniciar conversaciones sobre temas importantes de salud sexual y seguridad que con frecuencia son ignorados. (Nota: Esta actividad tiene cierto grado de relación con la Actividad 38; las y los educadores pueden implementar cualquiera de las dos o ambas actividades para enseñar estas habilidades.)

**OBJETIVOS:** Posibilitar que las y los participantes reflexionen y practiquen iniciar conversaciones sobre temas relacionados con la sexualidad y la seguridad sexual; fortalecer sus habilidades de pensamiento crítico.

## INSTRUCCIONES

**1** Presente la actividad con las siguientes preguntas:

- Hoy vamos a reflexionar y practicar acerca de cómo tener conversaciones sobre seguridad sexual. ¿Qué tan fácil es hablar sobre aspectos relacionados con el sexo? ¿Por qué?
- ¿Qué puede facilitar esto?

**2** Pida a sus estudiantes que formen parejas. Escriba los siguientes temas en el pizarrón:

*Si tener o no tener relaciones sexuales*  
*Experiencia sexual previa*  
*Infecciones de transmisión sexual, VIH y SIDA*  
*Uso previo de drogas*  
*Uso de condones*

**3** Explique:

- Con sus compañeros(as) van a practicar como iniciar una conversación sobre temas difíciles pero importantes. Para cada uno de los temas escritos en el pizarrón, traten de iniciar una conversación con una potencial pareja sexual. Escriban al menos una forma específica en la que comenzarían a tratar el tema que eligieron.
- También decidan cuándo debe tener lugar una primera conversación — ¿Cuándo se conocen? ¿Después del primer beso? ¿Cuando ya están en una situación sexual? Recuerden que las personas no necesitan hablar sobre todos los temas en una misma ocasión.

## DURACIÓN:

Pasos 1-3: 40 minutos

Pasos 4-10: 40 minutos

## MATERIALES:

Pizarrón y tiza

## PREPARACIÓN:

Revise y modifique los situaciones según sea necesario (por ejemplo, la pareja podría estar comprometida). Planee sus tiempos cuidadosamente y motive que las escenificaciones sean breves.

- 4** Para cada tema, pida a un grupo que comparta sus ideas, escriba sus respuestas en el pizarrón. Pregunte:
- ¿Alguien quiere compartir una sugerencia diferente? (Añada esto a la lista.)
  - ¿Cuáles ideas piensan que podrían funcionar y por qué? ¿Hay algunas ideas que ustedes piensan que podrían no ser un buen enfoque? ¿Por qué?
  - En una relación, ¿Cuándo debería tener lugar por primera vez esta conversación? ¿Por qué?
- 5** Después de revisar todos los temas, pregunte:
- ¿Qué puede facilitar el tener este tipo de conversaciones?
  - Ahora nosotros reflexionaremos acerca de cómo podrían desarrollarse esas conversaciones en la vida real.
- 6** Explique:
- La primera persona va a iniciar la conversación, pero la segunda persona debe tratar de dificultarla. La segunda persona puede mostrar torpeza, puede estar en desacuerdo o puede tratar de evitar la conversación.
  - La misión de la primera persona es tratar de que la conversación siga avanzando, al menos un poco.
- 7** Pida dos voluntarios para que escenifiquen una conversación sobre el primer tema (si tener o no tener relaciones sexuales). Explique:
- Pónganle nombre a sus personajes y traten de actuar en forma realista.
  - Este es su escenario [*Inserte los nuevos nombres al leer el siguiente escenario*]:
  - “**Ali** y **Lia** han estado saliendo por un tiempo y han comenzado a sentir cercanía física. Ellos no han tenido relaciones sexuales. Ninguno está seguro acerca del comportamiento sexual o de los hábitos de consumo de drogas de la otra persona antes de que comenzaran a salir. Ali cree que ellos podrían llegar a involucrarse más – sexualmente – y está muy preocupado acerca del VIH. En este momento ellos están paseando”.
  - Los demás participantes deben tomar notas sobre la forma en que los dos voluntarios se están comunicando.
- 8** Facilite un breve análisis en grupo, planteando las siguientes preguntas:
- ¿Qué funcionó bien? ¿Qué pudo haber sido manejado de manera diferente?
  - ¿Fue realista la conversación?
  - ¿Tienen algún consejo para Ali o Lia?

**9** Repita los Pasos 6–8 para tantos escenarios como el tiempo lo permita:

- **Anjali** inicia una conversación con **Mo** sobre si tener o no relaciones sexuales. Ellos pueden estar o no de acuerdo en qué hacer.
- **Carlo** inicia una conversación con **Mar** acerca de su experiencia sexual previa y el uso de drogas.
- **Henry** y **Mia** han hablado y piensan que quieren tener relaciones sexuales. Henry comienza una conversación con Mia sobre el uso de condones. *[En privado, instruya a Henry que él no desea tener relaciones sexuales sin usar condón; e indique a Mia que ella no piensa que sea necesario usar condones.]*

**10** Concluya con las siguientes preguntas escribiendo las respuestas claves en el pizarrón:

- Antes de tener una conversación como ésta, ¿sobre qué necesitan pensar por ustedes mismos? *[Explore con: ¿cómo se sienten?, ¿qué es lo que quieren?, ¿qué quieren decir?]*
- ¿Cuáles son algunas sugerencias para una comunicación exitosa?
- ¿Cuáles son algunas sugerencias para decir “no” de manera respetuosa?
- ¿Qué derechos tiene cada persona? *[Sugiera: el derecho a expresar su opinión, el derecho a decir no, el derecho a proteger su propia salud.]*
- ¿De quién es la responsabilidad de iniciar ese tipo de conversaciones en una relación? ¿Por qué?

unidad **7**

actividad **49**

### DURACIÓN:

Paso 1: 10 minutos (a realizar un día antes)

Pasos 2-4: 40 minutos (flexible)

### MATERIALES:

Pizarrón y tiza; hoja para distribuir (si no hay un orador invitado).

### PREPARACIÓN:

Invite a uno o dos expositores que sean VIH-positivos (idealmente una mujer y un hombre). Si esto no es posible, invite a un miembro de un grupo que trabaje en VIH y SIDA, o alguien que cuide a una persona con VIH. Pida a la persona invitada que relate su historia personal. Informe a esta persona sobre la edad de los participantes, así como el conocimiento previo sobre el SIDA que tengan y el tiempo asignado para la presentación/preguntas. Considere pedir a la persona invitada que comente sobre:

*Enterarse de la propia condición de VIH*

*Revelar la propia condición de VIH*

*Estigma/Discriminación*

*Obtención de apoyo*

*Servicios de salud y tratamiento*

*Vida diaria*

*Cómo el vivir con el VIH difiere*

*al ser hombre o mujer*

Lleve a cabo el Paso 1 antes de la visita de la(s) persona(s) invitadas.

# Aprendiendo de personas con VIH y SIDA

**VISIÓN GENERAL:** Las y los estudiantes escuchan un relato sobre una persona que es VIH-positiva.

**OBJETIVOS:** Posibilitar que las y los estudiantes comprendan y desarrollen solidaridad hacia las personas que viven con VIH y SIDA.

## INSTRUCCIONES

### Antes de la visita de la o el expositor invitado

**1** Informe a los participantes que en la siguiente sesión uno o más expositores invitados compartirán sus experiencias personales con el VIH. Pregunte: “¿Qué les gustaría escuchar al respecto?” “¿Qué temores tienen ustedes?” De respuesta a cualquier temor, revisando la información sobre el VIH según sea necesario. Recuerde a los participantes las reglas básicas; si no cuenta con ellas, pídale que generen algunas mediante una tormenta o lluvia de ideas para definir el comportamiento adecuado hacia los expositores invitados.

Actividad alternativa: si no es posible contar con expositores invitados de su comunidad, usted puede usar la hoja titulada “Relatos verdaderos”. Pida a los participantes que le pongan los nombres que deseen a las personas en los relatos y que los lean en voz alta. Promueva que hagan preguntas y, posteriormente, proceda con los Pasos 3 y 4.

### En el momento de la visita de la o el expositor

**2** Presente brevemente y agradezca a la o el expositor invitado. Mencione por cuánto tiempo esta persona va a hablar.

**3** Reserve tiempo para que los participantes puedan formular preguntas. Después agradezca a la o el expositor y despídalo atentamente.

### Justo después de que la o el expositor se haya ido

**4** Facilite un análisis en grupo mediante las siguientes preguntas:

- ¿Qué sentimientos o impresiones tuvieron durante la presentación?
- ¿Qué parte de la presentación fue más significativa o sorprendente para ustedes?
- ¿Qué aprendieron sobre lo que es vivir con el VIH?
- ¿Qué sentimientos mencionó la o el expositor haber tenido?
- ¿Qué mitos o estereotipos ella o él enfrentó?
- ¿Tienen alguna pregunta adicional?
- ¿Qué es lo más importante que aprendieron o experimentaron hoy? ¿De qué forma lo que aprendieron logrará hacer una diferencia en sus vidas? *[Explore con: Yo me sentiré y me comportaré diferente hacia las personas que viven con el VIH y el SIDA. Seré más precavido en cuanto a la prevención de la transmisión del VIH.]*

## relatos verdaderos (para usar si no hay una o un expositor invitado)

**RELATO DE X:** Yo soy una mujer zambiana de 22 años de edad y tengo VIH, el virus que causa el SIDA. Cuando aún era niña perdí a mis padres debido al SIDA y fui criada principalmente por mi hermana mayor. Cuando tenía 19 años quedé embarazada y comencé a recibir atención prenatal en el centro de salud local, en donde me hicieron la prueba de VIH. Cuando me dijeron que yo había resultado positiva no podía creerlo. Me sentía saludable y tenía apariencia saludable. No parecía ser real. Yo no quería morir. Cuando se lo dije a mi novio él se rió. Él dijo: “Vamos, tú no te ves enferma. Ellos solamente están tratando de asustarte”. Pero entonces él fue a hacerse la prueba y se enteró que él también tenía la infección. Afortunadamente, mi hermana ha sido muy amorosa. Ella me ayuda a pagar por mis medicamentos y me da apoyo de muchas otras formas. Yo he decidido que no voy a dejar que el VIH sea un obstáculo definitivo en mi vida. Si decido hacerlo, puedo luchar. Es una fortuna que me hiciera la prueba, porque así pude iniciar mi terapia antirretroviral que me mantiene saludable y protege a mi bebé para que no nazca con el VIH. La parte más difícil es cuando otras personas me tratan mal debido a mi condición. No sé por cuánto tiempo permaneceré saludable, pero estoy viviendo mi vida a plenitud. Soy una buena madre. Y tengo un trabajo: enseñar a otras personas jóvenes sobre cómo protegerse a sí mismas y a sus parejas para no contraer esta infección.

**RELATO Y:** A los 18 años de edad, yo era un muchacho rudo con corte de pelo tipo punk; de día tomaba clases en la universidad y por la noche salía a pasear en el Smart Bar y el Metro. Hace solamente dos años, yo estaba parado entre las puertas batientes del bar Jewel, en un teléfono público, cuando me enteré que tenía el virus que causa el SIDA. Me quedé atónito. Pero lo que me faltaba de salud, lo compensaba con juventud. Yo era valiente e idealista. Creía que nosotros — pacientes, médicos, científicos e investigadores — si realmente teníamos la intención, podríamos curar el SIDA. Sé que eso suena idealista, pero necesitaba inspiración en ese momento. El idealismo es lo que me mantuvo de pie cuando había poca esperanza. Siempre había querido escribir. Después de mi diagnóstico, supe exactamente sobre qué estaría escribiendo y me sumergí en el tema. Logré juntar suficiente dinero para publicar una revista llamada *Plus Voice [Voz Positiva]*. Mi visión era producir una revista sobre estilo de vida para personas viviendo con el virus, la primera en su tipo. Algunas veces me siento exhausto, pero mis escritos y mis amigos me mantienen luchando. He sido VIH-positivo toda mi vida adulta. Por supuesto, todavía no tenemos una cura para el SIDA. Pero ahora tenemos excelentes medicinas como para mantener al virus a raya, y cada año la medicina está mejorando. Pero usar esta nueva medicina no es cosa fácil. Tiene efectos severos en tu cuerpo y ciertamente no representa un permiso para actuar de manera poco saludable en otros aspectos. Usen su cinturón de seguridad. No fumen. Beban moderadamente. Obtengan ayuda psicológica cuando la necesiten. Hagan ejercicio. Siempre, pero siempre, usen condón. Y sean rigurosamente francos consigo mismos acerca de cualquier aspecto de sus vidas. *[Adaptado con permiso de Test Positive Aware Network <www.tpan.com>.]*



## ¿qué tienes que decir? ¿qué te gustaría saber?

**VISIÓN GENERAL:** Las y los estudiantes analizan en grupo cuánta responsabilidad tienen las personas de revelar su condición de VIH a su pareja sexual. Examinan el complejo equilibrio entre el derecho a la privacidad y el derecho a protegerse de cualquier daño. A través de la escritura creativa exploran sus sentimientos en torno a este dilema. (Nota: Con anterioridad a esta actividad, los participantes deben haber aprendido conceptos básicos sobre derechos humanos, consentimiento informado, así como sobre VIH y SIDA.)

**OBJETIVOS:** Posibilitar que las y los participantes piensen de manera crítica acerca de cuánta responsabilidad u obligación tienen las personas de revelar su condición de VIH a su pareja sexual.

### INSTRUCCIONES

- 1 Presente la actividad, aprovechando las siguientes preguntas. *[Registre las respuestas de los participantes en el pizarrón.]*
  - Hoy analizaremos en grupo una pregunta delicada y complicada: si las personas están obligadas o no a revelar su condición de VIH a una pareja sexual.
  - ¿Piensan ustedes que las personas que saben que son VIH-positivas siempre se lo dicen a sus parejas sexuales?
  - ¿Cuáles son algunas de las razones por las que una persona puede ocultar su condición de VIH a su pareja? *[Explore con: proteger su privacidad; temor al estigma, al abandono y a la discriminación.]*
  - ¿Cuáles son algunas de las razones para que las personas no hagan el esfuerzo de hacerse la prueba de VIH? *[Explore con: Tienen temor de*

*resultar positivos (tener el VIH); sienten vergüenza de ir a una clínica para hacerse la prueba; desconocen sitios en donde se ofrezcan las pruebas gratuitamente; se sienten y parecen saludables y no creen que podrían estar infectados; no pueden coincidir con los horarios de las pruebas porque están en conflicto con los horarios de la escuela y el trabajo; no confían en que el resultado se mantendrá privado/secreto.]*

- ¿Cuáles son algunas de las razones por las que las personas deberían hacerse la prueba del VIH? *[Explore con: Si la prueba es negativa, sentirán un gran alivio. Si la prueba es positiva, ellas pueden iniciar un tratamiento; mantener a sus parejas seguras de una futura infección; informar a sus parejas presentes y pasadas, de tal forma que esas personas puedan también hacerse la prueba.]*

### DURACIÓN:

Pasos 1-5: 45 minutos

Pasos 5-6: 45 minutos

### MATERIALES:

Pizarrón y tiza

### PREPARACIÓN:

Piense en “preguntas abiertas” (no del tipo que tienen respuesta sí/no) conforme usted explora al grupo en busca de respuestas más profundas en el Paso 1. De ser posible, obtenga información acerca de la prevalencia del VIH en su entorno. Esta actividad puede provocar sentimientos intensos en algunos participantes; piense acerca de cómo usted puede apoyarlos de manera apropiada. Respete la privacidad de todos y no obligue a nadie a leer su relato en voz alta.

**2** Pida a los participantes que saquen sus cuadernos. Explique:

- Hemos tenido oportunidad de reflexionar sobre algunas de las razones por las que la gente puede no elegir hacerse la prueba o revelar a sus parejas su condición de VIH. Ahora escribirán una historia o relato corto que profundice en este tema (no menos de una página ni más de tres).
- ¿De qué debe tratar su historia? Puede referirse a alguien que decide no hacerse la prueba. O puede ser acerca de una persona que contrajo el VIH de una pareja que no le reveló que él o ella era VIH-positivo. O, bien, puede ser sobre alguien que sabe que está infectado con el VIH y comparte esta información con su pareja.
- ¿Qué aspectos y sentimientos debe reflejar su historia? Debe reflejar emoción y tensión, muestren cómo su personaje llegó a una decisión, cómo él o ella se sintió al respecto y qué sucedió (de qué forma la decisión afectó su propia vida y cómo afectó la vida de otras personas). Piensen sobre cómo se siente su personaje (¿atemorizado? ¿apoyado? ¿solo? ¿aliviado? ¿arrepentido? ¿amado? ¿agradecido? ¿resentido?).

- El relato o los personajes pueden ser reales o inventados y basarse en su propia experiencia o en alguna situación que ustedes conozcan, pero es importante no usar los nombres reales de las personas. *Comentario final:* Estos relatos no deben ser largos, pero tienen que ser elaborados con seriedad. Esta es una tarea que merece toda su consideración; no es humorística. Si se acaba el tiempo de la clase, su relato puede ser terminado posteriormente.

**3** Pida a los participantes que comiencen a pensar sobre sus relatos e inicien su redacción. Si planea pedir que lean posteriormente sus relatos, mencione esto antes de que comiencen a escribir. Dígalos que pueden hablar con usted si encuentran problemas en el desarrollo de su historia. *[Puede sugerir: Un joven tiene temor de hacerse la prueba porque perdió a su padre y a su madre debido al SIDA; una joven tiene temor de decirle a su pareja que ella es VIH-positiva como resultado de una violación, porque su novio cree que ella aún no ha tenido relaciones sexuales.]*

- 4 Recolecte los trabajos o pida a los participantes que los completen después. Sin embargo, antes de la segunda sesión (en la cual los jóvenes leerán su trabajo en voz alta), lea previamente cada historia para asegurarse que sea apropiado y que no incluya a nadie conocido.
  - 5 Invite a los jóvenes a que lean sus relatos (no todos los trabajos tienen que ser leídos).
  - 6 Concluya con un análisis en grupo de las siguientes preguntas:
    - ¿Alguno ha llegado a ver este dilema en forma diferente después de escuchar los relatos de sus compañeros o al escribir su propio relato? ¿De qué forma sienten que algunas de sus actitudes o sentimientos han cambiado? *[Explore con: ¿Piensan ahora que hacerse la prueba del VIH es más difícil o más fácil de lo que ustedes pensaban? ¿Decírselo a la pareja, es más o menos importante de lo que ustedes pensaban? Después de hacer este ejercicio, ¿creen que podrían responder de manera diferente si tienen una situación similar con su pareja?]*
- Contarle o no a la pareja que uno(a) es VIH-positivo ¿es siempre un tema claro y que debe ser hecho?
  - ¿De qué forma nos aseguramos de que somos tan francos como sea posible con nuestras parejas y con nosotros mismos, con el fin de garantizar nuestra propia salud y la de nuestra pareja?
  - ¿Debe ofrecerse consejería y pruebas voluntarias y anónimas y deben ser promovidas activamente cuando las personas van a una clínica? O ¿Los proveedores de servicios deben tomar las pruebas para detección de VIH solamente a quienes lo solicitan?
  - ¿Tienen comentarios o preguntas? *[Trate de concluir esa sesión con un comentario sobre el hecho de que la pandemia del SIDA requiere que todos nosotros seamos francos, empáticos, auto disciplinados, valientes y optimistas.]*

# juegos de conocimiento sobre anticonceptivos

**VISIÓN GENERAL:** Las y los estudiantes revisan la información sobre los métodos anticonceptivos por medio de un crucigrama y un juego. Analizan en grupo la responsabilidad compartida por la anticoncepción (Nota: Esta actividad puede servir como introducción o como revisión de los métodos anticonceptivos.)

**OBJETIVOS:** Revisar y fortalecer el conocimiento de las y los participantes acerca de los métodos anticonceptivos; fortalecer sus habilidades de redacción.

## INSTRUCCIONES

**Tarea (a ser asignada antes de esta actividad):**

Completen el crucigrama de “Métodos Anticonceptivos”. [Entregue un crucigrama en blanco a cada participante.]

**Continúe al día siguiente con el Paso 1.**

- 1** Revise en grupo las respuestas al crucigrama. Responda cualquier pregunta que tengan los jóvenes.
- 2** Explíqueles que van a participar en un juego llamado “Cinco Preguntas”, el cual pondrá a prueba su conocimiento sobre los diferentes anticonceptivos. Forme tres equipos y explique:
  - Esta bolsa tiene varios pedazos de papel y en cada uno está escrito el nombre de un método anticonceptivo diferente. El Equipo 1 comenzará sacando un papel de la bolsa.

- Los Equipos 2 y 3 tratarán de adivinar cuál es el método anticonceptivo que está escrito en el papel del Equipo 1. Para averiguarlo, solamente pueden plantear preguntas que pueden ser respondida con “sí” o “no”, no pueden responder con más palabras. Primero, el Equipo 2 hará una pregunta al Equipo 1.
- 3** Explique las reglas. [Nota: si los jóvenes tienen algún conocimiento previo sobre los métodos anticonceptivos, pueden usar las pistas “sí” o “no” para ayudarles a identificar la respuesta (método) correcta. Si carecen de un conocimiento básico de los anticonceptivos, es posible que cada equipo necesite su propia hoja informativa para poder usar las pistas de manera efectiva.]

## DURACIÓN:

45 minutos

## MATERIALES:

Pizarrón y tiza; copias del crucigrama y la hoja con la “Lista de Métodos Anticonceptivos”; pedazos de papel con los nombres de los anticonceptivos; una bolsa; cuatro copias de la hoja informativa sobre Métodos Anticonceptivos del libro **PAUTAS** (el volumen que acompaña a este libro) u otro texto confiable; de ser posible, un reloj (para controlar los intervalos de 30 segundos); un pequeño premio para el equipo ganador.

## PREPARACIÓN:

Fotocopie el crucigrama (con las respuestas o no). Revise la lista de métodos anticonceptivos; borre cualquier que no estará cubriendo. Antes de esta sesión, haga que los participantes busquen información y aprendan sobre la lista de métodos. Escriba el nombre de cada método anotado en su lista en un pedazo de papel separado. Doble los papeles a la mitad y colóquelos en una bolsa. Lea la nota en el Paso 3 y haga la sesión de acuerdo a esa información. Revise la información sobre los anticonceptivos.

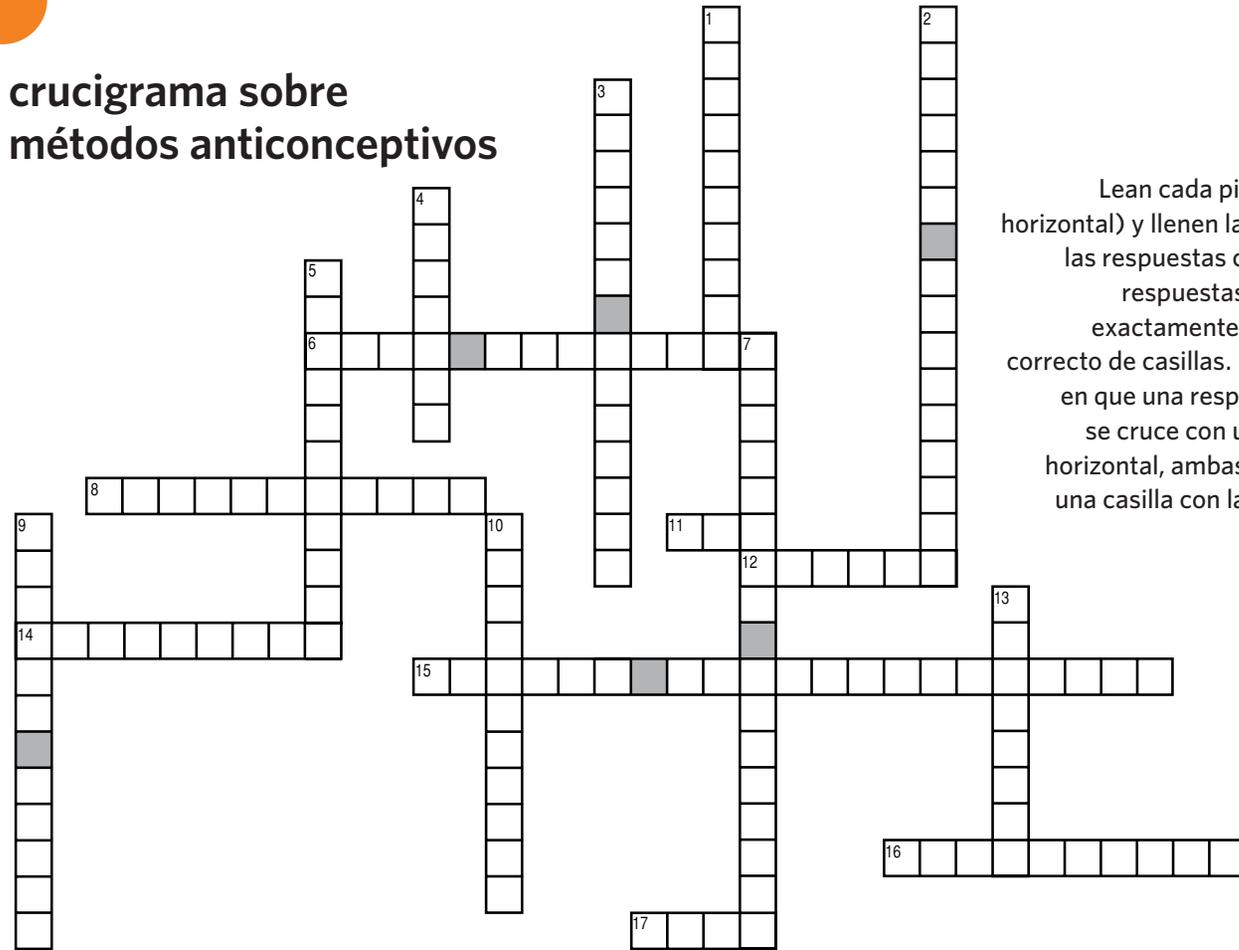
- El equipo que responda las preguntas puede consultar la hoja informativa sobre métodos anticonceptivos para estar seguros de responder de manera correcta. *[Muestre la hoja informativa.]* Recuerden que tienen solamente 30 segundos para responder “sí” o “no”. Pueden analizar en voz baja la respuesta en su grupo antes de contestar. Además, deberán mostrarme lo que está escrito en su papel, de tal forma que yo pueda corregir cualquier información equivocada. Si ustedes dan información equivocada sobre su método, su equipo perderá un punto. Y recuerden, solamente pueden responder diciendo “sí” o “no”. Finalmente, nombren a alguien de su equipo para que controle cuántas preguntas contestaron y anuncie cuando cinco preguntas hayan sido contestadas sin que el método haya sido identificado correctamente.
  - Después de escuchar la respuesta del Equipo 1 a la primera pregunta del Equipo 2, el Equipo 2 puede tratar de adivinar el nombre del método anticonceptivo. Si el Equipo 2 se equivoca (o elige no adivinar), el Equipo 3 puede hacer la siguiente pregunta. Los Equipos 2 y 3 se turnarán formulando preguntas hasta que uno de los equipos proporcione la respuesta correcta (ganando con ello un punto), o hasta que cinco preguntas hayan sido formuladas y contestadas sin una respuesta correcta.
  - Si, después de que se hayan formulado cinco preguntas, ningún equipo adivina el método correctamente, el Equipo 1 anunciará la respuesta, aclarará información importante relacionada con el método y ganará el punto.
- 4** Explique la forma en que continuará el juego.
- Enseguida, el Equipo 2 sacará un papel de la bolsa y los Equipos 1 y 3 formulan las preguntas. Continuaremos en turnos de esta forma hasta que se nos acabe el tiempo o hasta que todos los papeles hayan sido sacados de la bolsa.
  - ¿Todo el mundo comprende las reglas del juego? *[Si es necesario, haga una demostración con uno de las papeletas (método).]*
- 5** Nombre a un participante encargado de tomar el tiempo para que controle los períodos de 30 segundos disponibles para responder a cada pregunta. Nombre a otro joven para que lleve el control de los puntos ganados por cada equipo, marcándolos en el pizarrón.

- 6 Pida al Equipo 1 saque un papel y proporcioneles la hoja informativa sobre anticonceptivos. Asegúrese de verificar cada papel conforme va siendo sacado de la bolsa; mantenga consigo una copia de la hoja informativa para tener una referencia rápida y poder corregir cualquier información equivocada.
- 7 Después de que se haya dado la respuesta correcta o que se hayan contestado cinco preguntas sin obtener respuesta, detenga la actividad. Otorgue el punto al equipo ganador y pida al Equipo 2 que tome un pedazo de papel. Indique a los equipos que continúen turnándose en esta forma por alrededor de 20 minutos o hasta diez minutos antes del final de la sesión.
- 8 Declare un equipo vencedor y otórguele el premio, si es que lo tiene a mano.

- 9 Reserve de cinco a diez minutos para analizar en grupo:
  - ¿Qué aprendieron sobre un método anticonceptivo hoy que no supieran y que hayan encontrado interesante?
  - *[La siguiente pregunta puede dejarse como tarea, ver abajo.]* ¿Todo el mundo necesita saber acerca de la anticoncepción? ¿De quién es la responsabilidad de protegerse contra los embarazos no deseados?

**Tarea:** Escriba un párrafo en respuesta a estas preguntas: ¿Todo el mundo necesita saber acerca de la anticoncepción? ¿De quién es la responsabilidad de protegerse contra los embarazos no deseados? Pueden exponer directamente su opinión o responder en un documento escrito.

## crucigrama sobre métodos anticonceptivos



Lean cada pista (vertical y horizontal) y llenen las casillas con las respuestas correctas. Sus respuestas deben caber exactamente en el número correcto de casillas. En los lugares en que una respuesta vertical se cruce con una respuesta horizontal, ambas compartirán una casilla con la misma letra.

### horizontales

6. Una mujer puede saber si es fértil o no con base en la cantidad y consistencia de su \_\_\_\_\_ (dos palabras).
8. Método basado en dosis que se administran periódicamente a la mujer para evitar la ovulación y espesar el moco cervical (plural).
11. Se inserta en el útero y usualmente tiene forma de T (abreviatura).
12. Sacar el pene de la vagina antes de eyacular.
14. Copa de goma flexible que se llena con espermicida y se inserta en la vagina, cubriendo el cuello uterino.
15. Anticonceptivo que la mujer aplica a su piel como bandita curativa; no protege contra las ITS/VIH (dos palabras).
16. Una mujer puede calcular cuándo ella es fértil, registrando sus ciclos menstruales en un \_\_\_\_\_.
17. Método usado por algunas mujeres durante el periodo de amamantamiento (siglas).

### verticales

1. Procedimiento quirúrgico que evita la liberación del espermatozoides en los hombres.
2. Un hombre lo usa sobre su pene durante la relación sexual; previene el embarazo y protege contra las ITS/VIH (dos palabras).
3. Dispositivo en forma de dona que la mujer inserta en su vagina; no protege contra las ITS/VIH (dos palabras).
4. Método que la mujer toma diariamente para evitar el embarazo (nombre común).
5. El método de la \_\_\_\_\_ implica que la mujer use un termómetro para saber cuando está en un período no fértil de su ciclo menstrual.
7. Operación mediante la cual las trompas de falopio de una mujer son cortadas o atadas para evitar que el óvulo y el espermatozoides se unan (dos palabras).
9. Funda o bolsa delgada que la mujer inserta en su vagina, para evitar que el espermatozoides entre en su cuerpo (dos palabras).
10. Sustancia que se introduce en la vagina para matar el espermatozoides y que tiene varios tipos de presentación.
13. Pequeña barra que se inserta en el brazo de la mujer.

**respuestas horizontales:**  
 6. moco cervical; 8. inyectables; 11. DIU; masculino; 3. anillo vaginal; 4. píldora; 12. coito interrumpido; 14. diafragma; 15. parche anticonceptivo; 16. calendario; 17. MELA.  
**verticales:** 1. vasectomía; 2. condón femenino; 10. espermicida; 13. implante.

## lista de métodos anticonceptivos usados en el mundo

### Métodos temporales, controlados por la o el usuario (que bloquean el esperma para que no pueda llegar al óvulo)

- Condón masculino
- Condón femenino
- Diafragma
- Tapón cervical
- Espermicidas

### Métodos hormonales o de barrera intracorporal

#### Corta duración, controlados por la usuaria

- Anticoncepción oral (la píldora)
- Anticoncepción de emergencia

#### Larga duración

- Inyectables (Depo-provera)
- Anillo vaginal hormonal
- Parche hormonal
- Implante hormonal
- Dispositivo intrauterino (DIU)

### Métodos basados en la conducta (o en la comprensión y buen funcionamiento del cuerpo)

- Método de la lactancia (MELA) o amenorrea del periodo de lactancia
- Retiro
- Método del moco cervical basado en el conocimiento de los signos de fecundidad
- Método de la temperatura corporal basado en el conocimiento de los signos de fecundidad
- Métodos del calendario, días estándar, cuenta ciclos (también llamado método del ritmo)
- Abstinencia
- Estimulación sexual sin penetración (juego sexual sin intercambio de fluidos)

### Métodos quirúrgicos permanentes

- Ligadura tubárica (u otros métodos de esterilización femenina)
- Vasectomía



## ponerse en sus zapatos: la decisión de terminar un embarazo

**VISIÓN GENERAL:** Las y los estudiantes leen estudios de caso y analizan en grupo las razones por las que las mujeres deciden acceder un aborto.

**OBJETIVOS:** Promover el análisis grupal de tres razones por las que las mujeres deciden acceder un aborto; fortalecer las habilidades de pensamiento analítico y de diálogo.

### INSTRUCCIONES

**1** Comience la actividad con las siguientes preguntas:

- Hoy vamos a hablar sobre algunas decisiones complicadas que tomamos en nuestras vidas. ¿En algún momento ustedes - o alguien cercano a ustedes — tuvo que tomar una decisión difícil con la que otras personas pueden no haber estado de acuerdo? [*Los participantes deben tener algunos minutos para pensar.*]
- ¿Cómo se sintieron? o ¿Cómo creen que la persona se sintió? ¿Hubo alguna clase de apoyo?
- En caso de no haber tenido apoyo, ¿cómo afectó esto la decisión y cómo se sintieron?
- Para millones de mujeres y adolescentes, enfrentarse a un embarazo no deseado se convierte en un momento de decisión. Para algunas, esta decisión es simple y directa; mientras que, para otras, es muy difícil y compleja.
- Hoy estaremos analizando en grupo la decisión de si debe practicarse o no un aborto. No entraremos en la discusión de si el aborto es correcto o incorrecto. En lugar de ello, consideraremos lo que conduce a tomar esa decisión para tratar de comprender por qué algunas mujeres y muchachas optan por tener un aborto.

- ¿Qué opciones tiene una muchacha o mujer cuando se embaraza? [*Explore con: tener el bebe y criar a su hijo; dar al bebé en adopción; o terminar con el embarazo.*]

**2** Divida a los participantes en grupos de cuatro o cinco personas. Proporcione a cada grupo un estudio de caso y pídale que lo lean, que completen el nombre del personaje que habla en el relato y, posteriormente, que analicen en grupo las siguientes preguntas [*escríbalas en el pizarrón*]:

- ¿Por qué esta joven tuvo un aborto?
- ¿Qué rol desempeñaron otras personas en su decisión?

[*Mientras trabajan, escriba en el pizarrón “Razones por las que las mujeres deciden tener un aborto:”*]

**3** Reuna a todo el grupo nuevamente. Pida al primer grupo que lea su estudio de caso y de cinco a siete minutos para que todos los y las jóvenes participantes analicen las siguientes preguntas:

- ¿Por qué esta joven decidió tener un aborto?
- ¿Todos ustedes están de acuerdo en que estos fueron los motivos? ¿Puede haber algún otro?

### DURACIÓN:

60 minutos (pueden dividirse en dos sesiones)

### MATERIALES:

Pizarrón y tiza; un estudio de caso de la hoja “Historias sobre el Aborto” para cada grupo; el volumen de **PAUTAS** de *Un sólo currículo* (disponible en <[www.unsolocurriculo.org](http://www.unsolocurriculo.org)>) o una fotocopia de la sección sobre embarazo no planeado y aborto en la Unidad 7 de ese volumen.

### PREPARACIÓN:

Revise los materiales indicados arriba para generar una lista completa de razones por las que las mujeres y las adolescentes deciden tener abortos. Revise y, de ser necesario, modifique los estudios de caso para hacerlos apropiados a cultura local. Asegúrese de que los casos reflejen varias razones para decidir tener un aborto. Infórmese sobre las leyes locales respecto al aborto (especialmente en relación con la gente joven) y al apoyo a menores de edad.

[A través de preguntas explore por otras causas que sean relevantes al caso.]

- ¿Qué rol desempeñaron las demás personas (la pareja, la familia, las amistades u otras personas) en su decisión, ya sea directamente o influyendo en su manera de pensar?
  - ¿Alguien más desea comentar?
- 4** Repita este procedimiento para cada caso. Asigne siete minutos para cada caso.
- 5** Reserve 10–15 minutos para revisar estas preguntas al final:
- En su opinión ¿estas son las razones (escritas en el pizarrón) por las que las adolescentes deciden practicarse un aborto? ¿En qué otras razones pueden ustedes pensar como causas por las que las mujeres deciden practicarse un aborto? [Añada estas otras razones a la lista en el pizarrón.]
  - A nivel mundial, la mayoría de las mujeres que se practican un aborto están casadas. ¿Pueden ustedes pensar en algunas situaciones en las que una mujer casada pueda decidir practicarse un aborto?
  - En algunos países, el acceso al aborto es legal para cualquier mujer, en otros, el aborto no está permitido o está restringido legalmente (es decir, permitido bajo ciertas circunstancias).
  - ¿Por qué las mujeres y adolescentes buscan practicarse un aborto aún cuando el procedimiento sea ilegal – y muchas veces inseguro - en su país?

**Tarea:** Seleccionen una de las siguientes citas.

*Cuando juzgas a otros, no los defines a ellos, te defines a ti mismo.*  
— Wayne Dyer

*Nunca podemos juzgar la vida de los demás, porque cada uno sabe de su propio dolor y de su propia renuncia. Una cosa es suponer que uno está en el camino cierto, otra es suponer que es el único camino.*  
— Paulo Coelho

*Recuerda que soy Humano. Antes de juzgarme o decidir cómo vas a tratarme, ponte un rato en mis zapatos. Si lo haces, pienso que con mayor comprensión te darás cuenta que podemos encontrarnos a medio camino y recorrer el resto juntos.*  
— Eric Harvey y Steve Ventura

*Debería gustarme satisfacer a todos, si tan solo pudiera; pero al tratar de satisfacer a todos, puede ser que no logre satisfacer a nadie. Por lo tanto, he llegado a la conclusión de que el mejor camino es satisfacer la propia conciencia y dejar al mundo que forme su propia opinión, favorable o no.*  
— Mohandas K. Gandhi

Enseguida, copien la cita y respondan las siguientes preguntas:

- ¿Cómo les hace sentir esta cita?
- ¿Están de acuerdo o en desacuerdo con el autor?
- ¿Cómo se relaciona el significado de esta cita con la situación de una adolescente que elige terminar un embarazo no planeado?

## historias sobre el aborto

### HOJA PARA EL GRUPO 1

Mi nombre es \_\_\_\_\_. Mi novio Lu y yo tenemos 22 años de edad y hemos estado saliendo durante dos años. Uso píldoras anticonceptivas, pero olvidé tomar una píldora un par de veces el mes pasado. Entonces, me di cuenta que estaba embarazada. Acabo de empezar a trabajar en un nuevo empleo que me encanta pero que todavía no me paga muy bien. Me gusta mucho mi vida como es ahora y no deseo un bebé. Así que fui a una clínica de planificación familiar y recibí consejería de una enfermera, quien me recomendó enérgicamente que me casara y tuviera a mi bebé. Lu está de acuerdo con la enfermera, porque supone que, a fin de cuentas, yo deseo ser madre; así que ¿por qué no ahora? Estoy disgustada porque siento que me están presionando para tener un hijo que no quiero tener. He decidido ir a un lugar en donde he oído hay un médico que realiza abortos sin hacer muchas preguntas.

### HOJA PARA EL GRUPO 2

Mi nombre es \_\_\_\_\_. Tengo 20 años de edad y fui la primera persona de mi aldea en ser aceptada en la universidad en la ciudad capital. Mi familia, amigos y vecinos tienen grandes esperanzas en que mi éxito será el comienzo de un cambio real en la comunidad. Poco después de iniciar mis clases comencé a salir con otro estudiante; y, después de unos cuantos meses, comenzamos a tener relaciones sexuales. La mayor parte del tiempo usábamos condones; pero, de vez en cuando, nos veíamos envueltos en el momento y no los usábamos. Cuando descubrí que estaba embarazada, recurrí a mi novio para hablar sobre lo que deberíamos hacer, pero de pronto él se volvió distante y dejó de estar disponible. Me enteré por un amigo en común que mi novio pensaba que estaba tratando de atraparlo para casarnos. Yo ni siquiera deseo casarme, pero tampoco quiero ser una madre soltera a mi edad. Quiero poder terminar mis estudios y tener oportunidad de lograr mis sueños. Me hubiera gustado recurrir a mi familia por apoyo, pero tuve miedo de que se desilusionaran de mí y yo no quería decepcionarlos. Así que decidí callar y usar parte del dinero que me envían para mis estudios para pagar por un aborto.

## casos de aborto

### HOJA PARA EL GRUPO 3

Mi nombre es \_\_\_\_\_. Soy un joven de 17 años. Cuando me enteré que mi novia estaba embarazada dije “¿Qué? ¡Oh no!” Mis sentimientos eran una mezcla de sobresalto, temor, preocupación y asombro. Una pequeña pare de mi se sentía un poco orgulloso de saber que yo era capaz de fertilizar. Pero, eventualmente, tenía que enfrentar la pregunta “¿Y ahora qué — paternidad, adopción, aborto?” Mi novia y yo estamos todavía en la escuela y sabemos que somos demasiado jóvenes para ser unos buenos padres. Así que llegamos a la conclusión de que la mejor decisión para nosotros era un aborto. Un amigo nos recomendó una clínica y fuimos juntos. La persona en la clínica nos explicó exactamente lo que iba a suceder. Antes de irnos, ella también nos informó acerca de la anticoncepción y nos dio una caja de condones. Tuve que hacer frente a muchas de mis propias emociones, pero estoy orgulloso de haber ayudado a mi novia a superar esta difícil decisión.

### HOJA PARA EL GRUPO 4

Mi nombre es \_\_\_\_\_. Tengo 15 años de edad y vivo con mi familia (que es muy grande). Cada año, nos visitan mis tios con su hijo, mi primo, quien ahora tiene 18 años. Un día este año, cuando todos habían salido de la casa, mi primo me preguntó si podía tocarme y me dijo que quería que yo le hiciera lo mismo a él. Esto se sintió raro y en realidad no me gustó, pero él es mi primo mayor y no quería hacerlo sentir mal. Cuando comenzó a desvestirme y se puso encima de mí, yo me asusté y traté de alejarlo, pero él era demasiado fuerte y entonces me violó. Cuando me enteré de que estaba embarazada, me asusté mucho. Quería pedir ayuda a mi madre pero estaba demasiado avergonzada para explicar lo que había pasado. Finalmente, encontré valor y le dije a mi madre. Ella inmediatamente me llevó a tener un aborto y se rehusó a hablar del tema. Me sentí aliviada de no seguir embarazada, pero me hubiera gustado hablar con alguien al pasar por esta difícil experiencia.



## ¡inspírense! para la creación del cambio

**VISIÓN GENERAL:** Las y los estudiantes seleccionan una cita que les inspira y exploran lo que significaría aplicar el mensaje de la cita en sus propias vidas.

**OBJETIVOS:** Aumentar la motivación y la confianza de las y los participantes para cambiar el mundo en el que viven.

### INSTRUCCIONES

**1** Explique:

- Hoy vamos a explorar lo que significa trabajar por la justicia social o cambiar el mundo en que vivimos, aunque sea en una forma muy pequeña. Revisaremos una serie de frases célebres de personas que han hecho la diferencia a través de sus propios esfuerzos.
- Lean la lista y seleccionen la cita que más los inspire. Entonces tomen su cuaderno y en la parte superior de una página copien su cita (junto con el nombre de la persona a la que se le atribuye).
- Piensen en el significado de su cita. Escriban una respuesta de al menos tres párrafos. El primer párrafo debe explicar lo que ustedes piensan que es el mensaje de la cita. El segundo párrafo debe hablar de por qué esta cita fue significativa para ustedes. En el párrafo final analicen que significaría que ustedes aplicaran el mensaje de esta cita en su propia vida (o si ya lo han aplicado, comenten eso).

*[Asigne tiempo para que los participantes escriban los párrafos.]*

**2** Pregunte si alguien seleccionó la primera cita de la lista. De ser así, pida lea sus párrafos. (Indique

que pueden omitir lo que consideren privado). Si más de una persona selecciona una misma cita, considere la posibilidad de darles opción de leer sus respuestas. Continúe con las demás citas de la misma forma. Calcule 2 minutos por cada una de las frases.

**3** Concluya con las siguientes preguntas de orientación:

- ¿Cuáles son algunos de los mensajes claves que ustedes derivan de estas frases célebres?
- ¿Cuáles son algunos de los beneficios personales que obtienen las personas cuando ayudan a promover la justicia social?
- ¿Cuáles son algunos de los retos y riesgos?
- ¿Es importante para las y los ciudadanos actuar respecto a los temas que les preocupan?

**Tarea:** Encuentren una forma de compartir la cita que eligieron. Pueden conversar sobre ella en casa con sus familiares, escribirla cuidadosamente y exponerla en alguna parte, ponerla en la firma de su email, o encontrar otra forma de compartir su mensaje inspirador. Escriban y presenten mañana la forma en que están compartiendo su cita.

### DURACIÓN:

60–90 minutos, dependiendo de cuántas frases célebres seleccione.

### MATERIALES:

Pizarrón y tiza; hoja de "Frases célebres sobre justicia social y activismo".

### PREPARACIÓN:

Revise las frases célebres y elimine cualquiera de ellas que no sea adecuada para su entorno. Usted puede añadir otras si lo desea, de su propio país o región. Ajuste el número de frases célebres (y de presentaciones de los participantes) de acuerdo a la disponibilidad de tiempo. Obtenga copia de las frases célebres que va a usar o escribalas en el pizarrón.

## frases célebres sobre justicia y activismo

*Sé tú mismo el cambio que quieres ver en el mundo.*

- **Mohandas Gandhi**, considerado como el padre de la nación de India. Inspiró la desobediencia civil no violenta, lo cual condujo a la India a su independencia de Gran Bretaña e inspiró movimientos a favor de los derechos civiles y la libertad en todo el mundo.

*Lavarse las manos del conflicto entre los poderosos y los débiles, significa tomar partido de lado de los poderosos, no es ser neutral.*

- **Paulo Freire**, influyente educador brasileño que fue pionero de las prácticas educativas que destacan la conciencia crítica de la opresión.

*El poder no hace concesiones si no se le reclama. Nunca lo hizo y nunca lo hará. Si buscas saber el grado de sometimiento que acepta la gente, encontrarás la medida exacta de la injusticia y de lo incorrecto que se le impone; y esto continuará hasta que los oprimidos resistan ya sea con palabras o con golpes, o con ambos. Los límites de los tiranos están determinados por la resistencia de aquellos a los que oprimen.*

- **Frederick Douglass** nació como esclavo y se convirtió en líder del movimiento contra la esclavitud en los Estados Unidos. Fue autor, orador y asesor del Presidente Abraham Lincoln y un creyente de la igualdad universal.

*La libertad no es algo que una persona puede conferir a otras como regalo. Ellas la reclaman como propia y nadie puede negárselas.*

- **Kwame Nkrumah**, fundador y primer presidente de la moderna Ghana y un influyente Pan-africanista.

*La responsabilidad no recae solamente en los líderes de nuestros países o en quienes han sido nombrados o electos para hacer un determinado trabajo. Recae en cada uno de nosotros individualmente.*

- **Su Santidad, el 14° Dalai Lama**, líder espiritual de los budistas tibetanos y activista de la autonomía tibetana.

*Nunca dudes de que un pequeño grupo de ciudadanos pensantes y comprometidos pueda cambiar el mundo. De hecho, es lo único que siempre lo ha hecho.*

- **Margaret Mead**, antropóloga cultural estadounidense.

## frases célebres sobre justicia y activismo

*El mundo es un lugar peligroso, no debido a quienes hacen el mal, sino debido a quienes lo observan y no actúan.*

- **Albert Einstein**, físico teórico ganador del Premio Nobel, mejor conocido por la teoría de la relatividad. Firmó oponente contra el nazismo, fue también activista contra las pruebas nucleares y el racismo.

*Cuando los nazis vinieron por los comunistas, permanecí en silencio; yo no era comunista. Cuando encerraron a los socialdemócratas, permanecí en silencio; yo no era socialdemócrata. Cuando vinieron por los sindicalistas, no levanté la voz, yo no era sindicalista. Cuando vinieron por los judíos, permanecí en silencio; yo no era judío. Cuando vinieron por mí, no quedaba nadie que levantara la voz a mi favor.*

- **Martin Niemöller**, un reconocido teólogo y pastor alemán anti nazi, quien sobrevivió a su reclusión en un campo de concentración. Durante toda su vida él continuó siendo un activista en contra de la guerra.

*La injusticia en cualquier parte es una amenaza a la justicia en todas partes. Estamos atrapados en una ineludible red de reciprocidad, atados en un sólo destino. Cualquier cosa que afecta a alguien directamente, nos afecta a todos indirectamente.*

- **Martin Luther King, Jr.**, pastor de la iglesia bautista, fue el más famoso líder del movimiento de derechos civiles de los Estados Unidos. Promotor de la no violencia y activista por el trato de igualdad a todas las razas, fue el hombre más joven en recibir el Premio Nobel de la Paz.

*Son las pequeñas actividades que hacen los ciudadanos. Eso es lo que hará la diferencia. Mi pequeña actividad es plantar árboles.*

- **Wangari Maathai**, ambientalista, promotora de la igualdad de género y activista política keniana. Fundó el Movimiento Cinturón Verde y se le otorgó el Premio Nobel de la Paz en 2004 (la primera mujer africana en recibirlo). También, se convirtió en Miembro del Parlamento Keniano.

# un tema que me interesa



**VISIÓN GENERAL:** Las y los estudiantes identifican un tema o problema en la sociedad que les interesa. Ellos exploran la idea de aplicar estrategias de advocacy en sus propias vidas.

**OBJETIVOS:** Ayudar a las y los estudiantes a que consideren e identifiquen un tema que les preocupe; practicar sus habilidades de comunicación y de expresión oral; plantearse un cambio positivo en sus propias vidas.

## INSTRUCCIONES

**1** Presente el tema:

- Hemos aprendido sobre varios temas que tienen un impacto en nuestras vidas — especialmente en relación con los temas de género, salud y derechos. ¿Cuáles son algunos de los temas específicos que hemos estudiado? [*Explore con los temas cubiertos.*]
- Cada uno de ustedes identificará un problema en la sociedad que les interese. Debe estar relacionado con alguno de los temas que hemos analizado en grupo.

**2** Proporcione la lista de “Un problema que me interesa” a cada estudiante. Explique:

- Escriban su nombre en ambas páginas de esta hoja. Luego revisen la lista de temas de justicia social, preguntándose a sí mismos: “¿Cuáles temas me interesan?”
- Verán que la lista se divide en tres categorías (género, salud sexual y derechos sexuales). Marquen tres temas que les interesen. Pueden estar todos en una misma categoría o pueden corresponder a diferentes categorías.
- También pueden añadir algún tema de justicia social que les interese y que no esté en la lista.

## DURACIÓN:

Pasos 1-4: 45 minutos

Pasos 5-8: 45 minutos

## MATERIALES:

Pizarrón y tiza; dos hojas de trabajo (“Un problema que me interesa” y “Una carta escrita desde el corazón”) para cada estudiante; una copia de la unidad 8 del libro de **PAUTAS** (el libro que acompaña este volumen, también accesible en: <[www.unsolocurriculo.org](http://www.unsolocurriculo.org)>).

## PREPARACIÓN:

Revise la lista de la hoja de trabajo “Un problema que me interesa”. Borre los temas que pudieran no ser seguros para que los participantes profundicen en ellos. Añada otros temas que sean relevantes localmente. Revise la hoja “Una carta escrita desde el corazón”. Si usted planea dirigir a los participantes en un proyecto de advocacy (usando la unidad 8 del libro de **PAUTAS**), conserve la columna derecha de las “acciones comunes” contenidas en “Una carta escrita desde el corazón”. Si no es así, borre esa columna para evitar que los jóvenes vayan a iniciar un proyecto de advocacy sin orientación o apoyo.

- 3** Agrupe a los participantes en parejas (si es posible del mismo sexo). Explique:
- Hagan un análisis en conjunto de uno o más temas que sean de su interés (calcule 20 minutos para esta actividad).
  - Compartan argumentos convincentes sobre los temas que les interesan o las razones por las que ustedes quieren aprender más acerca de ellos. Tal vez tengan una historia que compartir con los demás.
  - Practiquen escucharse con atención unos a otros y entablen un diálogo respetuoso.
  - Recuerden: Respeten los temas de interés de todos sus compañeros de clase. La justicia equitativa y el respeto inician precisamente aquí mismo, en el salón de clase a través de la forma en que nos comportamos entre nosotros mismos.
- 4** Reúna de nuevo al grupo completo y pregunte si alguien desea decir cuál problema o problemas han seleccionado y por qué. Promueva que todos participen.

- 5** Presente a las y los jóvenes el concepto de trabajar por el cambio social (advocacy). Explique:
- Algunas personas se involucran en grandes campañas para cambiar el mundo. ¿Alguno de ustedes ha escuchado acerca de acciones que las personas emprenden para resolver alguno de los problemas contenidos en su hoja de trabajo y que son del interés de ustedes o de sus compañeros?
  - ¿Qué se puede decir de acciones en las áreas que hemos estudiado — igualdad de género y salud y derechos sexuales y reproductivos? [*Proporcione algunos ejemplos. Si es necesario, ofrezca un ejemplo de la Unidad 8 del libro de PAUTAS o de su propia experiencia.*]
  - ¿Cuál sería un ejemplo de un cambio que ese tipo de acciones haya provocado en el mundo? [*Algunos ejemplos que usted puede mencionar son: poner fin a la práctica de la mutilación genital femenina; aumento en el número de niñas que asisten a la escuela; hombres que se unen a campañas contra la violencia basada en género; la legalización del aborto; hacer que las escuelas sean más seguras para las y los jóvenes homosexuales; y permitir que las adolescentes embarazadas permanezcan en la escuela.*]

**6** Presente la idea de la importancia de lograr pequeños cambios. Dirija el análisis en grupo usando los siguientes puntos:

- Usualmente, el hacer advocacy se refiere a cambios muy grandes. Pero aún un esfuerzo pequeño puede provocar un cambio significativo para lograr una mejora — ya sea en su propia vida o en la vida de alguien a su alrededor.
- Imaginen y consideren un pequeño paso que puedan dar para hacer una diferencia, específicamente para mejorar la igualdad de género o proteger los derechos sexuales o reproductivos de ustedes mismos o de otra persona. *[Explore con algunas ideas: no discriminar a otra persona; compartir responsabilidades que usualmente están separadas por género; decidir nunca ejercer coerción hacia otra persona para tener relaciones sexuales; o escribir una disculpa por no haber tratado con respeto a alguien en el pasado.]*
- ¿Pueden pensar en una situación que hayan visto en su propia vida, en la que alguien hizo un cambio positivo, ya sea grande o pequeño?

**7** Recuerde a los participantes que hay beneficios y riesgos personales al involucrarse en el trabajo de advocacy. Pregunte:

- ¿Que beneficios puede tener una persona cuando participa en acciones a favor de la justicia social o advocacy? *[Explore con: sentirse empoderada*

*al saber que se puede causar un impacto en otras personas; construir nuevas relaciones; fortalecer las habilidades personales como hablar en público o escribir; ser objeto de la admiración de otras personas.]*

- ¿Cuáles son algunos de los riesgos que una persona puede enfrentar al involucrarse en el trabajo de advocacy o en la acción a favor de la justicia social? *[Explore con: posible desaprobación social; distraerse del trabajo de la escuela o de otros aspectos importantes de la vida; desilusionarse si no logra los cambios que pretende hacer; ser arrestado o enfrentar otros peligros, aún si sus actividades son completamente legales y no violentas. Recuerde a los participantes que es importante cuidar su seguridad.]*

**8** (Este paso puede ser asignado como tarea.)

Distribuya las hojas de trabajo o escriba las preguntas en el pizarrón. Indique a los participantes:

- Escriban una carta desde el corazón sobre el tema que les interesa y que indique lo que pueden hacer al respecto.
- La carta puede estar dirigida a ustedes mismos, a uno de sus padres, a un amigo o pareja romántica, o a un líder comunitario.

## un problema que me interesa

La siguiente lista incluye algunos de los problemas sociales que mucha gente trata de resolver porque le preocupan. Esta lista tiene tres categorías distintas: género, salud sexual y derechos sexuales. Piensen en cuáles temas son de mayor interés para ustedes. Puede ser que les interese un problema similar a los que se plantean en la lista. O pueden proponer un tema completamente diferente.

**Marquen tres temas que les interesen. Pueden ser todos de una o de diferentes categorías.**

### TEMAS DE GÉNERO

- Nuestros libros de texto refuerzan los estereotipos.
- Ciertas políticas en nuestra escuela discriminan a algunos grupos de personas.
- Hay demasiadas burlas e intimidación en la escuela.
- Los varones en nuestra comunidad sienten presión de actuar “rudamente” o ser valientes.
- Los jóvenes sienten presión de unirse a una pandilla para probar que son hombres.
- Muchas muchachas carecen de oportunidades para aprender a administrar el dinero.
- Las muchachas no tienen suficientes oportunidades de participar en deportes o formar parte de equipos.
- Las adolescentes no tienen espacios seguros para reunirse con sus amigas y pares.
- La publicidad presenta a hombres y mujeres de forma que es dañina para nosotros.
- Muchos hombres jóvenes carecen de oportunidades para aprender cómo ser buenos padres.
- La violencia basada en género (violencia contra las mujeres y las niñas) es demasiado común e incluso aceptada.
- Los hombres que son violentos hacia sus esposas o hijos son usualmente más violentos después de consumir alcohol.
- Las normas de género contribuyen a los trastornos alimenticios.
- Demasiadas mujeres y adolescentes buscan la cirugía cosmética para tratar de ajustarse a una imagen ideal.
- Las niñas no tienen las mismas oportunidades que sus hermanos de ir a la escuela.
- No se permite a las jóvenes embarazadas que continúen asistiendo a la escuela.
- En sus hogares, los niños y las niñas no son tratados de la misma forma.
- Las personas en la comunidad no comprenden de manera suficiente la desigualdad de género.
- Son muy pocas las personas que están conscientes del problema del acoso sexual.
- OTRO: \_\_\_\_\_

# un problema que me interesa

## TEMAS DE SALUD SEXUAL

- Las y los adolescentes no tienen acceso a servicios de salud sexual y reproductiva que sean amigables para jóvenes.
- Es difícil obtener los condones.
- Muchos de mis pares no saben acerca del VIH.
- Muchas escuelas en nuestra área no enseñan acerca del VIH.
- Muchas personas desconocen su condición de VIH.
- La gente joven no tiene información básica sobre sus propios cuerpos.
- La tasa de infecciones de transmisión sexual en jóvenes es demasiado alta.
- Muchas mujeres y niñas en ciertas partes del mundo están en riesgo de fístula obstétrica.
- Las personas no saben acerca de la mortalidad materna o no les importa mucho.
- El aborto está restringido legalmente — y, como resultado de ello, es peligroso — en muchos lugares.
- OTRO: \_\_\_\_\_

## TEMAS DE DERECHOS SEXUALES

- El problema de incesto es en gran parte ignorado en muchas sociedades.
- Demasiadas niñas son obligadas a casarse cuando todavía son menores de edad.
- Hay personas que todavía practican la mutilación genital femenina.
- Muchas jóvenes son explotadas sexualmente por “amantes adinerados” (adultos que les dan dinero, regalos o concesiones).
- Muchas personas jóvenes, especialmente las niñas, son víctimas de la trata de seres humanos con fines de explotación sexual.
- La violación es demasiado común, e incluso tolerada.
- Mucha gente no se da cuenta de que los niños varones también están en riesgo de abuso sexual.
- Con frecuencia, las personas homosexuales no son tratadas con dignidad.
- Muchas personas jóvenes, especialmente las adolescentes, no sienten tener realmente derecho a insistir en el uso del condón.
- Las personas que viven con el VIH y SIDA no reciben suficiente apoyo y respeto.
- OTRO: \_\_\_\_\_

**¡Asegúrense de escribir su nombre en ambas páginas de esta hoja de trabajo!**

## una carta escrita desde el corazón

**NOTA:** Hay muchas formas de tratar de hacer un cambio positivo. Recuerden: es importante empezar con algo pequeño. También es importante elegir una acción que sea legal y segura. Algunas ideas para actuar son:

### **Acciones en lo personal**

Decidir no discriminar a otras personas  
Acompañar a una amiga o un amigo que necesite atenderse en un centro de servicios de salud  
Prometer no participar en actos de violencia contra otras personas  
Escuchar a alguien que necesite hablar  
Aprender más sobre el tema que me interesa  
Hablar a mis amistades y familia sobre el tema

### **Acciones para un proyecto de advocacy**

Crear un pequeño grupo de acción social  
Escribir una carta a un funcionario público  
Escribir un artículo dirigido a mis pares  
Unirme a una organización que trabaje en el tema que me interesa  
Pedir que mi escuela cambie una política (relacionada con el tema)  
Planificar un evento en la comunidad

Estimada(o) \_\_\_\_\_,

Estoy aprendiendo sobre igualdad de género y sobre salud y derechos sexuales y reproductivos. Me doy cuenta de que puedo dar un pequeño pero significativo paso con el fin de hacer un cambio positivo. Un tema que me interesa particularmente es \_\_\_\_\_.

Algo que puedo hacer para lograr un cambio positivo es [*seleccionen una acción de la lista anterior o escriban una idea diferente*]: \_\_\_\_\_.

Lo que yo espero es \_\_\_\_\_.

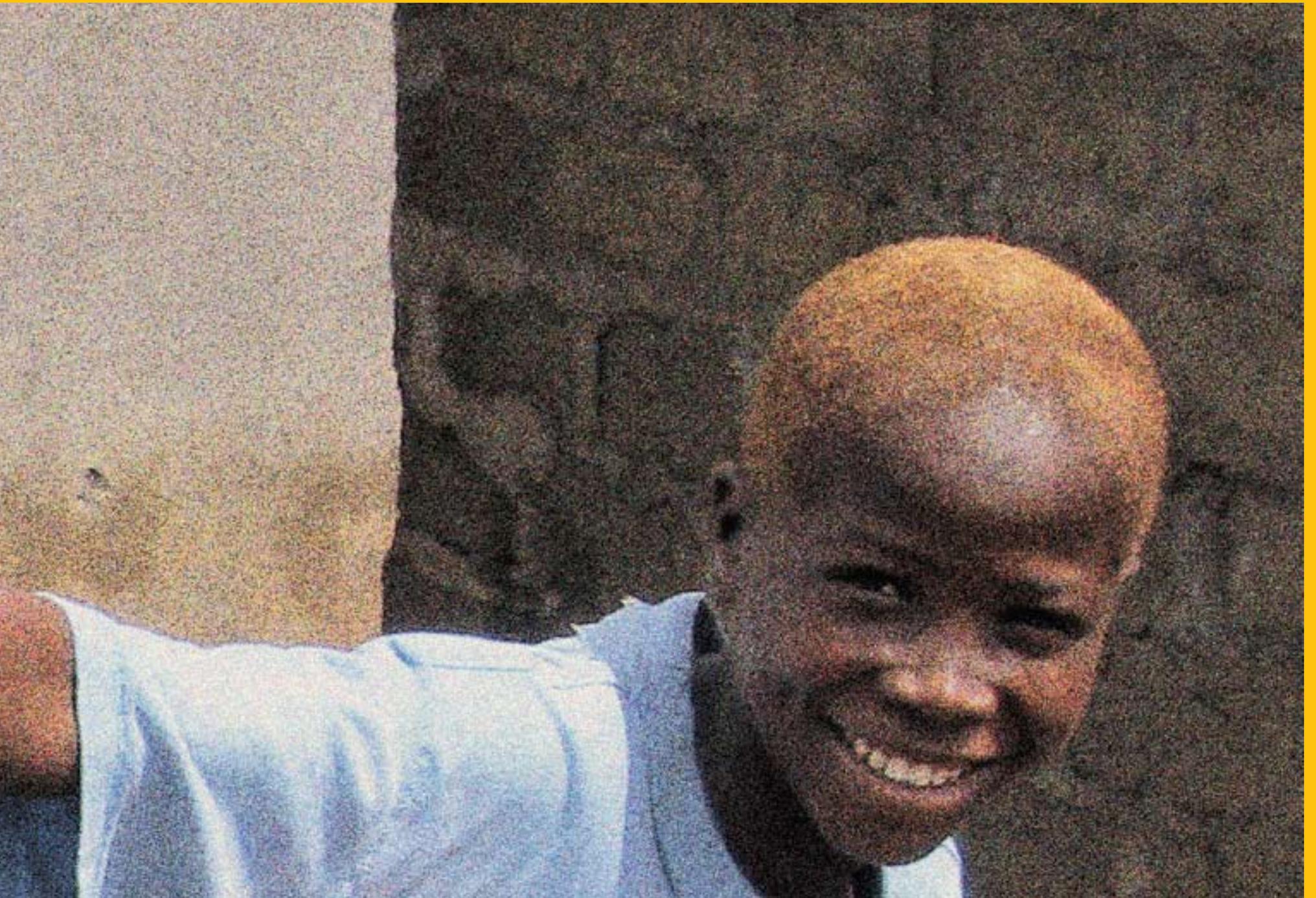
Yo quiero ser una persona que \_\_\_\_\_.

Sinceramente,

\_\_\_\_\_

# RECURSOS ADICIONALES

Los recursos listados en las siguientes páginas pueden descargarse sin costo, excepto cuando se indique lo contrario. Algunos de los materiales están disponibles en diferentes idiomas (se señalan en color naranja).



## ejemplos de programas selectos

**Aahung** en Pakistán realiza capacitación, investigación y trabajo de advocacy para crear un ambiente en donde los derechos sexuales de cada persona sean respetados, protegidos y ejercidos. <[www.aahung.org](http://www.aahung.org)>.

**Conscientizing Male Adolescents** en Nigeria, tiene el propósito de desarrollar la conciencia crítica de los hombres adolescentes acerca de los prejuicios y prácticas sexistas, así como de las actitudes y habilidades necesarias para cambiarlos. Para mayor información, ver edición 14 de Q/C/Q: <[www.popcouncil.org/pdfs/qc/qc14.pdf](http://www.popcouncil.org/pdfs/qc/qc14.pdf)>. [Disponible en inglés y francés](#)

**Dance4Life** involucra a bailarines, músicos, educadores pares y gente joven que vive con el VIH para educar y empoderar a las personas jóvenes en la respuesta al VIH y SIDA. <[www.dance4life.com](http://www.dance4life.com)>.

**Democracia y Sexualidad (DEMYSEX)** es una red de organizaciones mexicanas que tiene el propósito de fortalecer la educación sexual, para asegurar la equidad de género y el ejercicio de los derechos sexuales en el desarrollo de una cultura democrática. <[www.demysex.org.mx](http://www.demysex.org.mx)>. [Disponible en español e inglés.](#)

**Educación para la Sexualidad y Construcción de Ciudadanía** en Colombia. Este programa es una iniciativa del Ministerio de Educación Nacional, con enfoques de construcción de ciudadanía, de perspectiva de género y del ejercicio de los derechos humanos, sexuales y reproductivos. <[www.mineducacion.gov.co/1621/propertyvalue-38519.html](http://www.mineducacion.gov.co/1621/propertyvalue-38519.html)>.

**Girls Power Initiative** en Nigeria, tiene el propósito de equipar a niñas con la información, habilidades y oportunidades de acción para que se desarrollen como mujeres jóvenes competentes y con confianza en sí mismas. <[www.gpinigeria.org](http://www.gpinigeria.org)>.

**Girls Incorporated** en los Estados Unidos, proporciona programas educativos para niñas, especialmente en zona de alto riesgo y que están insuficientemente atendidas, para que puedan enfrentar la discriminación de género y llevar vidas exitosas, independientes y satisfactorias. <[www.girlsinc.org](http://www.girlsinc.org)>.

**International Centre for Reproductive Health and Sexual Rights (INCREASE)** en Nigeria, trabaja para expandir el acceso a la información y los servicios de salud y derechos sexuales y reproductivos. <[www.increase-increase.org](http://www.increase-increase.org)>.

**MenEngage** es una alianza global que trabaja con el propósito de involucrar a hombres y niños en la reducción de las desigualdades de género y en la promoción de la salud y bienestar de mujeres, hombres, niñas y niños. <[www.menengage.org](http://www.menengage.org)>.

**El Programa de Educación para la Sexualidad y Construcción de Ciudadanía** es una iniciativa del Ministerio de Educación Nacional de Colombia. Genera prácticas pedagógicas que propicien el desarrollo de competencias, para el ejercicio de los derechos humanos sexuales y reproductivos, y una sexualidad sana, plena y responsable. <[www.mineducacion.gov.co/1621/propertyvalue-38519.html](http://www.mineducacion.gov.co/1621/propertyvalue-38519.html)>.

**Raising Voices** en Uganda, trabaja para evitar la violencia contra las mujeres a través del abordaje de sus causas de raíz, como son los roles tradicionales de género y la falta de equilibrio de poder entre mujeres y hombres. <[www.raisingvoices.org](http://www.raisingvoices.org)>.

**Scenarios USA** (inspirado originalmente en Escenarios del Sahel) patrocina un currículo y un concurso de elaboración de guiones basados en la reflexión sobre temas de género. Los guiones ganadores son convertidos en cortometrajes. El currículo y filmes “¿De qué se trata realmente la masculinidad?” [“What’s the Real Deal about Masculinity?”], están disponibles para compra, pero los filmes también pueden verse en línea sin costo. <[www.scenariosusa.org](http://www.scenariosusa.org)>.

**Sonke Gender Justice Network** trabaja con hombres, mujeres, gente joven, niñas y niños en el sur de África con el fin de lograr la igualdad de género, prevenir la violencia basada en género, así como reducir la propagación del VIH y el impacto del SIDA. <[www.genderjustice.org.za](http://www.genderjustice.org.za)>.

**White Ribbon Campaign** trabaja para educar a hombres y niños para poner fin a la violencia contra las mujeres. <[www.whiteribbon.ca](http://www.whiteribbon.ca)>. [Disponible en inglés y francés.](#)

# currículos y actividades

**ABC: La enseñanza de los Derechos Humanos: Actividades prácticas para escuelas primarias y secundarias**, Oficina del Alto Comisionado de las Naciones Unidas para los Derechos Humanos, 2003. 124 páginas. Este manual ayuda a las y los educadores para fomentar la conciencia y la acción en materia de derechos humanos. <[www.ohchr.org/EN/PublicationsResources/Pages/TrainingEducation.aspx](http://www.ohchr.org/EN/PublicationsResources/Pages/TrainingEducation.aspx)>. **Disponible en español, árabe, chino, inglés, francés y ruso.**

**African Transformation: The Way Forward, Facilitator's Workshop Guide**, Health Communication Partnership, USAID, and Communication for Development Foundation Uganda, 2005. 118 páginas. Herramientas para conducir talleres comunitarios sobre la influencia de las normas de género en nuestras vidas. <[www.popline.org/ics-wpd/mmc/media/PLAFR302.pdf](http://www.popline.org/ics-wpd/mmc/media/PLAFR302.pdf)>.

**Construyendo Derechos: Talleres de Conversación Para Adolescentes**, FLACSO y UNFPA, 2006. 90 páginas. Instrucciones para conducir análisis en grupo guiados, sobre ocho aspectos de la sexualidad y los derechos. <[www.issuu.com/flacso.chile/docs/construyendo\\_derechos/15](http://www.issuu.com/flacso.chile/docs/construyendo_derechos/15)>. **Disponible solamente en español.**

**Capacitación de Mujeres Jóvenes para Liderar el Cambio**, YWCA Mundial y UNFPA, 2006. 124 páginas. Documento dirigido a facilitadores que desean empoderar a las mujeres jóvenes para que se conviertan en líderes y para catalizar el cambio positivo en sus vidas y comunidades. <[www.worldywca.org/world\\_ywca/communications/resources/empowering\\_young\\_women\\_to\\_lead\\_change](http://www.worldywca.org/world_ywca/communications/resources/empowering_young_women_to_lead_change)>. **Disponible en español, inglés y francés.**

**Engaging Boys and Men in Gender Transformation: The Group Education Manual**, EngenderHealth and Promundo, 2008. 356 páginas. Ejercicios participativos para involucrar a los hombres (y sus parejas), mediante la exploración de la socialización de género y su impacto en la prevención y atención del VIH. <[www.acquireproject.org/archive/files/7.0\\_engage\\_men\\_as\\_partners/7.2\\_resources/7.2.3\\_tools/Group\\_Education\\_Manual\\_final.pdf](http://www.acquireproject.org/archive/files/7.0_engage_men_as_partners/7.2_resources/7.2.3_tools/Group_Education_Manual_final.pdf)>. **Disponible en inglés y francés.**

**Filling the Gaps: Hard to Teach Topics in Sexuality Education**, Consejo de Información y Educación de la Sexualidad de los Estados Unidos, 1998. 193 páginas. Este manual proporciona planes de lecciones en temas tales como la abstinencia, las opciones relacionadas con el embarazo, el comportamiento sexual y la identidad sexual. <[www.siecus.org/pubs/filling\\_the\\_gaps.pdf](http://www.siecus.org/pubs/filling_the_gaps.pdf)>.

**Gendering Prevention Practices: A Practical Guide to Working with Gender in Sexual Safety and HIV/AIDS Awareness Education**, Instituto Nórdico para Estudios sobre la Mujer e Investigación de Género, 2003. 52 páginas. Este manual pretende desarrollar la conciencia de género en la gente joven como medio para promover un comportamiento sexual más seguro. <[www.nikk.no/filestore/Publikasjoner/Living\\_for\\_Tomorrow/lft\\_gendprevpract.pdf](http://www.nikk.no/filestore/Publikasjoner/Living_for_Tomorrow/lft_gendprevpract.pdf)>.

**Género o sexo: ¿a quién le importa?**, Ipas y Health and Development Networks, 2002. 106 páginas. Este recurso para capacitación pretende aumentar las habilidades de las y los adolescentes y de quienes trabajan con jóvenes, así como aumentar su comprensión sobre el género y la salud reproductiva. <[www.ipas.org/Publications/Genero\\_o\\_sexo\\_A\\_quien\\_le\\_importa.aspx](http://www.ipas.org/Publications/Genero_o_sexo_A_quien_le_importa.aspx)>. **Disponible en español e inglés.**

**Hombres Jóvenes y la Prevención de VIH: Una Guía para la Acción**, Promundo y UNFPA. 2007. Dos documentos, 115 páginas y 38 páginas, respectivamente. Proporcionan información conceptual y práctica sobre cómo diseñar, implementar y evaluar actividades de prevención del VIH y del SIDA, que incorporan una perspectiva de género y comprometen a los hombres jóvenes. <[www.promundo.org.br/materiais%20de%20apoio/Toolkit-ESP.pdf](http://www.promundo.org.br/materiais%20de%20apoio/Toolkit-ESP.pdf)> y <[www.promundo.org.br/materiais\\_de\\_apoio/Toolkit-ESP\\_herramientas.pdf](http://www.promundo.org.br/materiais_de_apoio/Toolkit-ESP_herramientas.pdf)>. **Disponible en español, inglés y portugués.**

**Human Rights Education Series**, Human Rights Resource Center, Universidad de Minnesota, 2000. El tercero de una serie de seis libros, publicados con Amnistía Internacional y la Red de Educación Gay, Lésbica y Heterosexual, sobre diversidad y derechos sexuales. <[www1.umn.edu/humanrts/edumat](http://www1.umn.edu/humanrts/edumat)>.

**International Programme on Sexuality Publications**, Youth Incentives. Este sitio web incluye modelos de sesiones educativas, folletos, hojas informativas y resúmenes en temas de advocacy. <[www.youthincentives.org/rutgersnisso\\_groep/youthincentives/Downloads](http://www.youthincentives.org/rutgersnisso_groep/youthincentives/Downloads)>. **Disponible en inglés y francés.**

**Keep the Best Change the Rest: Participatory Tools for Working with Communities on Gender and Sexuality**, Alianza Internacional contra el VIH/SIDA, 2007. 96 páginas. Este kit contiene actividades para ayudar a que los miembros de la comunidad exploren la forma en que el género y la sexualidad afectan sus vidas, así como para identificar formas de mejorar sus relaciones y proteger su salud sexual. <[http://pdf.usaid.gov/pdf\\_docs/PNADJ846.pdf](http://pdf.usaid.gov/pdf_docs/PNADJ846.pdf)>.

**MediaLitKit™ Framework for K-12 Media Literacy**, Center for Media Literacy, 2005. Este kit incluye una explicación de diferentes medios audiovisuales para la enseñanza, así como las estrategias para implementarlos. <[www.medialit.org](http://www.medialit.org)>. La biblioteca de sesiones está disponible en <[www.medialit.org/reading\\_room/rr4\\_lessonplan.php](http://www.medialit.org/reading_room/rr4_lessonplan.php)>. **Disponible en español e inglés.**

**Nueva edición de 'Mi cuerpo está cambiando'**. Próximamente será publicada por el Institute for Reproductive Health. Este currículo enseña a la gente joven sobre pubertad y la maduración de sus cuerpos, con énfasis en la menstruación y el conocimiento de la fertilidad para jóvenes. <[www.irh.org](http://www.irh.org)>. **Disponible en español, inglés y francés.**

**One Man Can Workshop Activities: Talking to Men about Gender, Domestic and Sexual Violence and HIV/AIDS**, Sonke Gender Justice, 2006. 48 páginas. Este manual ofrece actividades para alentar a los hombres y los niños a que reflexionen sobre sus propias actitudes y comportamiento en relación con el género, las mujeres, la violencia doméstica y sexual, el VIH/SIDA, la democracia y los derechos humanos. <[www.genderjustice.org.za/onemancan/complete-one-man-can-toolkit/download-the-complete-to.html](http://www.genderjustice.org.za/onemancan/complete-one-man-can-toolkit/download-the-complete-to.html)>. **Disponible en afrikaans, inglés, francés, isixhosa e isizulu.**

**Our Future: Sexuality and Life-skills Education for Young People, Grades 4-5, Grades 6-7, and Grades 8-9**, Alianza Internacional contra el VIH/SIDA. 2006 y 2007. 132 páginas, 128 páginas y 150 páginas, respectivamente. Los tres volúmenes proporcionan información y actividades de aprendizaje sobre pubertad, amistad, género, sexualidad, embarazo, infecciones de transmisión sexual, VIH, SIDA y uso de drogas. También proporcionan ideas sobre la preparación de padres y tutores para abordar los temas de sexualidad con niños y adolescentes de ambos sexos. <[www.aidsalliance.org/publicationsdetails.aspx?id=211](http://www.aidsalliance.org/publicationsdetails.aspx?id=211)>.

**People's Movement for Human Rights Education (PDHRE-International)** trabaja para desarrollar y fomentar la educación de los derechos humanos. Esta organización publica manuales de capacitación y materiales educativos para la capacitación en materia de derechos humanos. <[www.pdhre.org](http://www.pdhre.org)>.

**Rights and Desire: A Facilitator's Manual to Healthy Sexuality**, Breakthrough, 2006. 106 páginas. El propósito de este manual es generar un diálogo positivo sobre las relaciones, el sexo y la sexualidad. <[www.breakthrough.tv/images/downloads/rights\\_and\\_desire.pdf](http://www.breakthrough.tv/images/downloads/rights_and_desire.pdf)>.

**Sakhi Saheli — Promoting Gender Equity and Empowering Young Women: A Training Manual**, CORO for Literacy, Horizons/Population Council e Instituto Promundo, 2008. 136 páginas. El manual promueve la reflexión para posibilitar que las mujeres comprendan la forma en que las normas de género afectan sus vidas y aumentan su vulnerabilidad respecto al VIH y a otros problemas de salud reproductiva. <[www.popcouncil.org/pdfs/horizons/India\\_SakhiSaheli\\_Eng.pdf](http://www.popcouncil.org/pdfs/horizons/India_SakhiSaheli_Eng.pdf)>.

**Sexuality and Life-skills: Participatory Activities on Sexual and Reproductive Health with Young People**, Alianza Internacional contra el VIH/SIDA. 2008. 172 páginas. Proporciona actividades para ayudar a que la gente joven desarrolle conocimientos, actitudes positivas y habilidades para crecer y gozar de su salud sexual y reproductiva y su bienestar. <[www.aidsalliance.org/publicationsdetails.aspx?id=295](http://www.aidsalliance.org/publicationsdetails.aspx?id=295)>.

**Stepping Stones: A Training Package on HIV/AIDS, Communication and Relationship Skills**, ACTIONAID, 1995. 240 pages. £11.25. Este manual es para conducir un taller sobre las necesidades sociales, sexuales y psicológicas, así como para practicar diferentes formas de comportamiento en las relaciones <[www.steppingstonesfeedback.org](http://www.steppingstonesfeedback.org)>. Puede adquirirse en <[www.talcuk.org/books/bs-stepping-stones.htm](http://www.talcuk.org/books/bs-stepping-stones.htm)>.

**Tools for Change: An Educator's Resource Site**, Centro para la Investigación y Educación en Violencia Contra las Mujeres y los Niños, Universidad de Western Ontario. Este sitio web proporciona una lista de recursos para los grados del 3 al 9, y promueve relaciones saludables e igualitarias. <[www.toolsforchange.ca](http://www.toolsforchange.ca)>.

**Trabajando con Hombres Jóvenes (Serie)**, Project H de Instituto Promundo, con ECOS, PAPAÍ, Salud y Género. Guías para la educación de hombres jóvenes en edades de 15-24 sobre roles de género, violencia y sexualidad. <[www.promundo.org.br/396](http://www.promundo.org.br/396)>. **Disponible en español, inglés y portugués.**

**Working with Young Women: Empowerment, Health, and Rights**, Instituto Promundo, Salud y Género, ECOS, Instituto PAPAÍ y World Education. 2009. 143 páginas. Estos manuales presentan actividades sobre equidad de género y derechos de las mujeres, para ser utilizados por mujeres jóvenes en edades de 15-24 años. <[www.promundo.org.br/352](http://www.promundo.org.br/352)>. **Disponible en inglés y portugués.**

**Yaari Dosti — Young Men Redefine Masculinity**, Population Council, CORO for Literacy, MAMTA y Instituto Promundo, 2006. 110 páginas. Este manual promueve la equidad de género como una estrategia para la prevención de la infección por VIH. <[www.popcouncil.org/pdfs/horizons/yaaridostieng.pdf](http://www.popcouncil.org/pdfs/horizons/yaaridostieng.pdf)>. **También disponible en hindi en** <[www.popcouncil.org/pdfs/horizons/yaaridostihindi.pdf](http://www.popcouncil.org/pdfs/horizons/yaaridostihindi.pdf)>.

## capacitación y desarrollo de maestros

**Capacitación de Instructores para el Desarrollo**, Centro para el Desarrollo y Actividades de población, 1995. 107 páginas. Este manual ofrece un taller de seis días para la enseñanza de técnicas de capacitación participativa. <[www.cedpa.org/uploaded\\_files/trainingtrainers\\_spanish\\_all.pdf](http://www.cedpa.org/uploaded_files/trainingtrainers_spanish_all.pdf)>. **Disponible en español, inglés y francés.**

**Doorways: School-Related Gender-Based Violence Prevention and Response**, USAID, 2009. Este set de tres manuales (uno para los maestros, otro para los estudiantes y otro para los consejeros comunitarios) apoya a una alianza comunidad-escuela para hacer que las escuelas sean seguras. <[www.usaid.gov/our\\_work/cross-cutting\\_programs/wid/doorways.html](http://www.usaid.gov/our_work/cross-cutting_programs/wid/doorways.html)>.

**Gender, HIV, and Human Rights: A Training Manual**, UNIFEM, UNFPA, UNAIDS, 2000. 213 páginas. Incluye una capacitación de un día y otra de dos días con el propósito de aumentar la comprensión de los educadores sobre las dimensiones de género y de derechos humanos de la pandemia del VIH. <[www.unifem.org/resources/item\\_detail.php?ProductID=5](http://www.unifem.org/resources/item_detail.php?ProductID=5)>.

**Género o sexo: ¿a quién le importa? Notas para capacitación de capacitadores**, Ipas, 2002. 69 páginas. Estas notas permiten a facilitadores experimentados conducir la capacitación Género o sexo: ¿a quién le importa? (ver sección anterior de currículos). <[www.ipas.org/Publications/Genero\\_o\\_sexo\\_a\\_quien\\_le\\_importa\\_Notas\\_para\\_capacitacion\\_de\\_capacitadores.aspx](http://www.ipas.org/Publications/Genero_o_sexo_a_quien_le_importa_Notas_para_capacitacion_de_capacitadores.aspx)>. **Disponible en español, creole e inglés.**

**The Human Rights Education Handbook: Effective Practices for Learning, Action, and Change**, Universidad de Minnesota, 2000. Este manual guía a los educadores para una enseñanza efectiva sobre los derechos humanos. <[www1.umn.edu/humanrts/edumat/hreduseries/hrhandbook/toc.html](http://www1.umn.edu/humanrts/edumat/hreduseries/hrhandbook/toc.html)>.

**Our Future: Preparing to Teach Sexuality and Life Skills, An Awareness Training Manual for Teachers and Community Workers**, Alianza Internacional contra el VIH/SIDA, 2008. 94 páginas. Prepara a los educadores para enseñar el currículo "Nuestro Futuro" (*Our Future*) (ver sección previa de currículos y actividades). <<http://www.aidsalliance.org/publicationsdetails.aspx?id=293>>.

**Training of Trainers: Designing and Delivering Effective Human Rights Education, Training Manual**, Equitas — Centro Internacional para la Educación en Derechos Humanos, 2007. 202 páginas. Guión de un taller experiencial de seis días sobre como capacitar a capacitadores en educación de derechos humanos. <[www.equitas.org/english/ed-manuals/ed-manuals.php](http://www.equitas.org/english/ed-manuals/ed-manuals.php)>. **Disponible en ruso (próximamente edición en francés).**

## lecturas sobre enseñanza y aprendizaje

**Experiential Learning Cycles: Overview of 9 Experiential Learning Cycle Models**. Este sitio web revisa nuevos modelos de aprendizaje experiencial y su aplicación. <[www.wilderdom.com/experiential/elc/ExperientialLearningCycle.htm](http://www.wilderdom.com/experiential/elc/ExperientialLearningCycle.htm)>.

**Gold Dust Resources**, Quality Improvement Agency. Este sitio web proporciona recursos, que incluyen hojas informativas y actividades en video, para fortalecer las habilidades y conocimientos de maestros nuevos y experimentados. <[www.goldust.org.uk](http://www.goldust.org.uk)>.

**Hesperian Foundation**. Publica libros y boletines que abordan las causas sociales subyacentes a la mala salud y que sugieren formas en que los grupos pueden organizarse para mejorar las condiciones de salud en sus comunidades. <[http://espanol.hesperian.org/Publicaciones\\_y\\_Recursos.php](http://espanol.hesperian.org/Publicaciones_y_Recursos.php)>. **Hay materiales disponibles en hasta 152 idiomas.**

**The Learner-centered Teaching Series**, Programa de efectividad en la enseñanza, Universidad de Oregon. Este sitio web ofrece una serie en cuatro partes sobre enseñanza centrada en el estudiante, e incluye una visión general, el desarrollo de un programa de estudios, contenido de enseñanza y evaluación del estudiante. <<http://tep.uoregon.edu/workshops/teachertraining/learnercentered/learnercentered.html>>.

**Paulo Freire and Informal Education**, Enciclopedia de la Educación Informal, 2002. Este sitio web proporciona una introducción básica al trabajo de Paulo Freire y ofrece referencias y vínculos adicionales. <[www.infed.org/thinkers/et-freir.htm](http://www.infed.org/thinkers/et-freir.htm)>.

**Training for Transformation, Volúmenes 1-3**, ITDG Publishing, 2002. 462 páginas. US\$50. Este set de tres volúmenes de técnicas innovadoras de capacitación integra varios enfoques y metodologías para la educación participativa, el desarrollo organizacional y la autoconfianza de la comunidad. Pueden pedirse a la Fundación Hesperian en: <[www.hesperian.org/mm5/merchant.mvc?Screen=PROD&Store\\_Code=HB&Product\\_Code=B803&Category\\_Code=HEB](http://www.hesperian.org/mm5/merchant.mvc?Screen=PROD&Store_Code=HB&Product_Code=B803&Category_Code=HEB)>.

# herramientas para la implementación de programas

**Canadian Guidelines for Sexual Health Education**, Ministry of Health of Canada, 2003. Ejemplo de cómo un gobierno aborda la educación sexual. <[www.phac-aspc.gc.ca/publicat/cgshe-ldnemss/cgshe\\_toc.htm](http://www.phac-aspc.gc.ca/publicat/cgshe-ldnemss/cgshe_toc.htm)>.

Disponible en inglés y francés.

**CARE**. CARE tiene varias publicaciones relevantes que incluyen Addressing the Social Factors that Influence Sexual and Reproductive Health, y el kit de herramientas ISOFI: Tools for Action and Learning on Gender and Sexuality (para ayudar al personal de programas a explorar temas de género y sexualidad). <[www.care.org/careswork/whatwedo/health/srh/publications.asp](http://www.care.org/careswork/whatwedo/health/srh/publications.asp)>. Disponible en español, inglés y francés.

**Developing Guidelines for Comprehensive Sexuality Education**, Consejo de Información y Educación de la Sexualidad de los Estados Unidos, 1999. 36 páginas. Este manual proporciona a educadores, políticos y activistas una guía paso a paso orientada a desarrollar pautas para programas de educación integral en sexualidad <[www.siecus.org/pubs/guidelines/guideintl.pdf](http://www.siecus.org/pubs/guidelines/guideintl.pdf)>.

**Dynamic Contextual Analysis of Young People's Sexual Health:**

**A Context Specific Approach to Understanding Barriers to, and Opportunities for, Change**. Thomas Coram Research Unit, Universidad de Southampton, 2006. 51 páginas. Describe la forma de conducir un análisis contextual dinámico de los factores que afectan las vidas sexuales de la gente joven como base de la programación. <[www.safepassages.soton.ac.uk/pdfs/DCA2.pdf](http://www.safepassages.soton.ac.uk/pdfs/DCA2.pdf)>.

**Facing the Challenges of HIV, AIDS, STDs: A Gender-based Response**, Royal Tropical Institute, Servicio de Diseminación de Información sobre el SIDA para el Sur de África y la Organización Mundial de la Salud, 1995. 56 páginas. Información y lista de verificación para quienes formulan las políticas e implementan los programas de VIH y SIDA y otras ITS. <[data.unaids.org/Topics/Gender/FacingChallenges\\_en.pdf](http://data.unaids.org/Topics/Gender/FacingChallenges_en.pdf)>. Disponible en inglés y en hindi.

**Key Issues in the Implementation of Programmes for Adolescent Sexual and Reproductive Health**, Departamento de Salud y Desarrollo del Niño y del Adolescente, Organización Mundial de la Salud, 2004. 51 páginas. Revisa temas de programación en salud sexual y reproductiva de adolescentes. <[http://www.who.int/child\\_adolescent\\_health/documents/fch\\_cah\\_04\\_3/en/index.html](http://www.who.int/child_adolescent_health/documents/fch_cah_04_3/en/index.html)>.

**Marco de IPPF para la Educación Integral en Sexualidad**, Federación Internacional de Planificación de la Familia, 2006. 9 páginas. Un repaso general de la educación integral en sexualidad y un marco de planificación básico para su implementación. <[www.ippf.org/NR/rdonlyres/D48D8C50-0B93-4593-9111-4B41A44BFC91/0/sexedSP.pdf](http://www.ippf.org/NR/rdonlyres/D48D8C50-0B93-4593-9111-4B41A44BFC91/0/sexedSP.pdf)>. Disponible en español, inglés y francés.

**La perspectiva de género en la educación sobre el VIH/SIDA**, UNICEF, 24 páginas. Información de referencia, listas de verificación y actividades para capacitar a educadores en entornos formales e informales. <[www.unicef.org/lifeskills/files/UNICEF\\_Gender\\_HIVSpan.pdf](http://www.unicef.org/lifeskills/files/UNICEF_Gender_HIVSpan.pdf)>. Disponible en español, inglés y francés.

**RHIYA (The Reproductive Health Initiative for Youth in Asia)**, fue una iniciativa de la Unión Europea y el UNFPA para los países del Sur y el Sureste de Asia, que buscaba mejorar la salud sexual y reproductiva de personas de 10 a 24 años de edad. El proyecto produjo una serie de estudios de caso e informes de implementación del proyecto: <[www.unfpa.org/eu\\_partnership/rhiya](http://www.unfpa.org/eu_partnership/rhiya)>.

**Synergizing HIV/AIDS and Sexual and Reproductive Health and Rights — A Manual for NGOs**, AIDSNET, 2006. 22 páginas. Proporciona evidencia y pautas para integrar la salud sexual y reproductiva, los derechos y el género en el trabajo que se realiza en respuesta al VIH. <[www.aidsnet.dk/Default.aspx?ID=2366](http://www.aidsnet.dk/Default.aspx?ID=2366)>.

**Toolkit for Mainstreaming HIV and AIDS in the Education Sector: Guidelines for Development Cooperation Agencies**, ONUSIDA, 2008. 75 páginas. Recursos y materiales de capacitación. <<http://unesdoc.unesco.org/images/0015/001566/156673E.pdf>>.

# capacitación y asistencia técnica

**Africa Regional Sexuality Resource Centre (ARSRC)**, con sede en Lagos, Nigeria, organiza institutos de sexualidad en la región de África. <[www.arsrc.org/training/asi/background.htm](http://www.arsrc.org/training/asi/background.htm)>.

**Asociación Sueca para la Educación Sexual (RFSU)** proporciona asistencia técnica y capacitación sobre salud y derechos sexuales y reproductivos de la gente joven, diversidad sexual y derechos humanos. <[www.rfsu.se/es/Espanol/](http://www.rfsu.se/es/Espanol/)>. Disponible en español, francés, inglés y sueco.

**Creating Resources for Empowerment in Action (CREA)** trabaja para empoderar a las mujeres con el fin de que articulen, exijan y tengan acceso a los derechos humanos, a través de asistencia técnica y capacitación en materia de derechos de las mujeres, género y sexualidad. Con sede en la India, CREA conduce varios cursos alrededor del mundo. <<http://web.creaworld.org>>.

**Girls Power Initiative**, con sede en Calabar, Nigeria, tiene un Instituto para el Desarrollo del Género, con el fin de crear conciencia sobre el género, los derechos y la sexualidad. <[www.gpinigeria.org](http://www.gpinigeria.org)>.

**Global Youth Coalition on HIV/AIDS** es una red dirigida por jóvenes compuesta por 4,000 líderes jóvenes y adultos aliados en 150 países del mundo. GYCA capacita y empodera a jóvenes líderes para ampliar las intervenciones de VIH y SIDA entre sus pares. <[www.youthaidscoalition.org/pages.html?page=HomeSpanish](http://www.youthaidscoalition.org/pages.html?page=HomeSpanish)>. Disponible en español e inglés.

**Instituto Promundo**, con sede en Brasil, desarrolló el Proyecto H y el Proyecto M para abordar temas de género, derechos y salud sexual con hombres y mujeres jóvenes. Los proyectos proporcionan asistencia técnica y capacitación en educación en materia de género y sexualidad. <[www.promundo.org.br](http://www.promundo.org.br)>. Disponible en español, inglés y portugués.

**International School for Humanities and Social Sciences, Universiteit van Amsterdam**, conduce investigaciones y un Instituto de Verano sobre Sexualidad, Cultura y Sociedad, que explora las dimensiones sociales de la sexualidad a través de las culturas. Tiene disponibles becas para participantes de países selectos. <[www.ishss.uva.nl/SummerInstitute/index.html](http://www.ishss.uva.nl/SummerInstitute/index.html)>.

**National Sexuality Resource Center, Universidad Estatal de San Francisco** tiene un Instituto de verano sobre sexualidad y cultura. <[nsrc.sfsu.edu](http://nsrc.sfsu.edu)>.

**The Pleasure Project**, con oficinas en Oxford, Reino Unido y la India, proporciona capacitación y asistencia técnica a capacitadores y consejeros para que adopten un enfoque positivo respecto al sexo en su trabajo. <[www.thepleasureproject.org](http://www.thepleasureproject.org)>.

**Reprolatina**, con sede en Brasil, proporciona capacitación en temas de género y salud y derechos sexuales y reproductivos en Bolivia, Brasil, Chile y Paraguay. <[www.reprolatina.org.br/site/html/entrada/index.asp](http://www.reprolatina.org.br/site/html/entrada/index.asp)>. Disponible en portugués.

**Talking about Reproductive and Sexual Health Issues (TARSHI)**, con sede en la India, proporciona capacitación en sexualidad, género y derechos en la región del Sur y Sudeste de Asia. <[www.tarshi.net](http://www.tarshi.net)>. Disponible en inglés y en hindi.

# organizaciones internacionales de advocacy y política

**Action Canada for Population and Development (ACPD)** promueve el desarrollo global con enfoque en los derechos y la salud sexual y reproductiva. <[www.acpd.ca](http://www.acpd.ca)>.

**Advocates for Youth** realiza trabajo de advocacy a favor de políticas que permitan a los jóvenes tomar decisiones responsables e informadas acerca de su salud reproductiva y sexual en los Estados Unidos y a nivel mundial. <[www.advocatesforyouth.org](http://www.advocatesforyouth.org)>.

**Amnistía Internacional**, organización de derechos humanos que promueve el acceso seguro de las niñas a la educación a través de su campaña de Escuelas Seguras para las Niñas. Para consultar un informe y hojas informativas, ver <[www.amnesty.org/es/campaigns/stop-violence-against-women/issues/empowerment-women/safe-schools](http://www.amnesty.org/es/campaigns/stop-violence-against-women/issues/empowerment-women/safe-schools)>.

**BRIDGE, Institute for Development Studies**, realiza labor de advocacy en materia de género, cerrando las brechas entre la teoría, las políticas y la práctica, con información de género accesible y diversa, tanto impresa como en línea. <[www.bridge.ids.ac.uk](http://www.bridge.ids.ac.uk)>.

**Católicas por el Derecho a Decidir** trabaja para impulsar la ética sexual y reproductiva con base en la justicia, en un compromiso con el bienestar de las mujeres y la capacidad moral de personas que toman decisiones apropiadas sobre sus vidas. <<http://www.caticasporelderechoadecidir.org/>>.

**Center for Health and Gender Equity (CHANGE)** trabaja para asegurar que las políticas y los programas internacionales de los Estados Unidos promuevan los derechos y la salud sexual y reproductiva. <[www.genderhealth.org/index.php](http://www.genderhealth.org/index.php)>.

**Center for Reproductive Rights** es una organización de advocacy legal que trabaja en todo el mundo. Para publicaciones sobre derechos sexuales y reproductivos de los adolescentes, ver: <[www.reproductiverights.org/pdf/adolescents%20bp\\_FINAL.pdf](http://www.reproductiverights.org/pdf/adolescents%20bp_FINAL.pdf)>. <[www.reproductiverights.org/pdf/BRB\\_SexEd.pdf](http://www.reproductiverights.org/pdf/BRB_SexEd.pdf)>. <[www.reproductiverights.org/pdf/SexualityEducationforAdolescents.pdf](http://www.reproductiverights.org/pdf/SexualityEducationforAdolescents.pdf)>.

**CHOICE for Youth and Sexuality** es una organización con sede en Holanda que promueve la salud y los derechos sexuales y reproductivos de la gente joven. <[www.choiceforyouth.org](http://www.choiceforyouth.org)>.

**Coalición Internacional para la Salud de la Mujer (IWHC)**, tiene el propósito de generar políticas y programas de salud y población, así como financiamiento para promover y proteger los derechos y la salud de niñas y mujeres en todo el mundo. <[www.iwhc.org](http://www.iwhc.org)>.

**Consejo de Información y Educación de la Sexualidad de los Estados Unidos (SIECUS)** trabaja por la educación en sexualidad y la salud y los derechos sexuales. <[www.siecus.org](http://www.siecus.org)>.

**Family Care International** trabaja para evitar los daños y muertes relacionados con el embarazo y el parto, así como para asegurar la salud y los derechos sexuales y reproductivos a nivel internacional. <[www.familycareintl.org/en/home](http://www.familycareintl.org/en/home)>.

**Family Violence Prevention Fund** trabaja para terminar la violencia contra las mujeres, niñas y niños dentro del hogar y la comunidad, así como para ayudar a quienes se ven afectados por la violencia en los Estados Unidos y en todo el mundo. <[www.endabuse.org](http://www.endabuse.org)>.

**Federación Internacional de Planificación de la Familia (IPPF)** es una red global de asociaciones miembros que presta servicios de salud sexual y reproductiva y defiende los derechos sexuales y reproductivos para todas las personas. <[www.ippf.org/en](http://www.ippf.org/en)>.

**Human Rights Watch** trabaja para proteger los derechos humanos en todo el mundo, incluidos los derechos de las mujeres y de las personas lesbianas, gays, bisexuales y transgénero; y los derechos relacionados con la salud, incluido el VIH. <[www.hrw.org/es](http://www.hrw.org/es)>.

**International Gay and Lesbian Human Rights Commission (IGLHRC)** trabaja para asegurar el pleno goce de los derechos humanos por todas las personas, sin importar su orientación sexual o expresión sexual, su identidad o expresión de género, o condición de VIH. <[www.iglhrc.org](http://www.iglhrc.org)>.

**International Lesbian and Gay Association (ILGA)** es una red global de organizaciones comprometidas con el logro de derechos iguales para las personas lesbianas, gay, bisexuales, transgénero e intersexuales (LGBTI). <<http://ilga.org/ilga/es/index.html>>.

**Ipas** trabaja a nivel global con el propósito de aumentar la capacidad de las mujeres para que ejerzan sus derechos sexuales y reproductivos y para reducir las muertes y lesiones relacionadas con el aborto. <[www.ipas.org](http://www.ipas.org)>.

**Women's Global Network for Reproductive Rights (WGNRR)** reúne a grupos e individuos comprometidos con el trabajo de advocacy a favor de los derechos reproductivos de las mujeres. <[www.wgnrr.org](http://www.wgnrr.org)>.

**World Association for Sexual Health (WAS)** trabaja para promover la salud sexual de todas las personas a través de su órgano internacional, sus federaciones regionales continentales y sus organizaciones nacionales. <[www.worldsexology.org](http://www.worldsexology.org)>.

**Youth Coalition**, organización internacional de gente joven que trabaja para promover los derechos sexuales y reproductivos de las y los jóvenes a nivel nacional, regional e internacional; así como para asegurar la participación significativa de la gente joven en la toma de las decisiones que les afectan. <[www.youthcoalition.org](http://www.youthcoalition.org)>.

Muchas de las organizaciones indicadas en esta página tienen materiales disponibles en múltiples idiomas.

# organizaciones regionales de advocacy y política

**Africa Regional Sexuality Resource Centre**, patrocinado por Action Health Incorporated en Nigeria, el Centro busca contribuir al desarrollo de programas y políticas de sexualidad positiva en África, a través de la educación, el diálogo público informado y el trabajo de advocacy. <[www.arsrc.org/index.htm](http://www.arsrc.org/index.htm)>.

**Amanitare: African Partnership for the Sexual and Reproductive Health and Rights of Women and Girls**, trabaja en la integridad corporal de las mujeres y los derechos sexuales y reproductivos en África, haciendo labor de advocacy para la atención de los derechos de las mujeres en materia de VIH/SIDA, mortalidad materna y anticoncepción. <[www.amanitare.org.za](http://www.amanitare.org.za)>.

**Asian-Pacific Resource and Research Centre for Women (ARROW)** promueve y protege los derechos y la satisfacción de las necesidades de salud de las mujeres, con énfasis en la sexualidad y la salud reproductiva. <[www.arrow.org.my//index.php?option=com\\_content&task=view&id=12&Itemid=29](http://www.arrow.org.my//index.php?option=com_content&task=view&id=12&Itemid=29)>.

**ASTRA - Central and Eastern European Women's Network for Sexual and Reproductive Health and Rights**, red de ONG e individuos, activistas de la salud y los derechos sexuales y reproductivos, especialmente en Europa Central y Oriental. <[www.astra.org.pl](http://www.astra.org.pl)>.

**Centro Latinoamericano en Sexualidad y Derechos Humanos** difunde el conocimiento sobre sexualidad desde una perspectiva de derechos humanos para ayudar a combatir la desigualdad de género y contribuir a la lucha contra la discriminación de las minorías sexuales en la región. <[www.clam.org.br/publique/cgi/cgilua.exe/sys/start.htm?UserActiveTemplate=\\_ES&tpl=home](http://www.clam.org.br/publique/cgi/cgilua.exe/sys/start.htm?UserActiveTemplate=_ES&tpl=home)>.

**European Youth Centre Budapest** busca promover la unidad Europea y la dignidad de sus ciudadanos, al asegurar el respeto por los derechos humanos, una democracia pluralista y el estado de derecho. Ver la campaña "Todos diferentes, todos iguales": <[www.alldifferent-allegal.info](http://www.alldifferent-allegal.info)>.

**National Sexuality Resource Center**, en la Universidad Estatal de San Francisco, desarrolla contenido, proporciona información y conduce capacitaciones en los Estados Unidos con una perspectiva positiva y de justicia social en materia de sexualidad. <[nsrc.sfsu.edu](http://nsrc.sfsu.edu)>.

**Red de Salud de las Mujeres Latinoamericanas y del Caribe (RSMLAC)** es una red de organizaciones e individuos que promueven la salud de las mujeres, los derechos humanos y la ciudadanía. <[www.reddesalud.org/](http://www.reddesalud.org/)>.

**SIECCAN (Sex Information and Education Council of Canada)** fomenta la educación pública y profesional sobre la sexualidad humana, a través de información, consultoría, investigación y publicaciones. <[www.sieccan.org/index.html](http://www.sieccan.org/index.html)>.

**South and Southeast Asia Resource Centre on Sexuality**, patrocinado por Talking about Reproductive and Sexual Health Issues (TAR SHI) en la India <[www.tarshi.net](http://www.tarshi.net)>, tiene el propósito de aumentar el conocimiento sobre la sexualidad, la salud sexual y el bienestar sexual en el Sur y Sudeste de Asia. <[www.asiasrc.org/plspk/2007\\_1/at\\_resource\\_centre.asp](http://www.asiasrc.org/plspk/2007_1/at_resource_centre.asp)>.

**Women for Women's Human Rights (WWHR)**, con sede en Turquía, trabaja a nivel nacional e internacional para promover los derechos de las mujeres. Apoya a la Coalición por los Derechos Sexuales y Corporales en las Sociedades Musulmanas. <[www.wwhr.org/index.php](http://www.wwhr.org/index.php)>.

**Women Living Under Muslim Laws (WLUML)** es una red de solidaridad internacional que pretende fortalecer el movimiento por la igualdad y derechos de las mujeres cuyas vidas son determinadas, condicionadas o gobernadas por leyes y costumbres que se dice se derivan del islam. <[www.wluml.org/english/index.shtml](http://www.wluml.org/english/index.shtml)>.

**YouAct, European Youth Network for Sexual and Reproductive Health and Rights**, red de gente joven en Europa, activos en el campo de los derechos sexuales y reproductivos, tiene el propósito de empoderar a la gente joven para que sus voces sean escuchadas. <[www.youact.org](http://www.youact.org)>.

La mayoría de las organizaciones indicadas en esta página tienen materiales disponibles en idiomas específicos a su región.

# documentos de advocacy y política

**Advocacy Kit for Growing Up Global: The Changing Transitions to Adulthood in Developing Countries**, Advocates for Youth y Population Reference Bureau, 2005. Este kit contiene hojas informativas que resumen los hallazgos de una revisión de expertos sobre la transición de la gente joven a la adultez; también incluye sugerencias de advocacy. <[www.advocatesforyouth.org/publications/growingupglobal/index.htm](http://www.advocatesforyouth.org/publications/growingupglobal/index.htm)>. Growing Up Global puede comprarse o leerse en línea: <[www.nap.edu/catalog.php?record\\_id=11174](http://www.nap.edu/catalog.php?record_id=11174)>.

**Deadly Inertia: A Cross-country Study of Educational Responses to HIV/AIDS**, Global Campaign for Education, Bruselas, Bélgica, 2005. 52 páginas. Esta publicación revisa la respuesta del sector educación a la pandemia del VIH. <[www.cominit.com/en/node/218512/38](http://www.cominit.com/en/node/218512/38) and [www.unesco.org/bpi/aids-iatt/deadly-inertia.pdf](http://www.unesco.org/bpi/aids-iatt/deadly-inertia.pdf)>.

**Declaración Ministerial: Prevenir con educación**, 2008. Esta declaración refleja el compromiso compartido por los Ministros de Salud y de Educación en América Latina y el Caribe para fortalecer los esfuerzos de prevención de VIH, con el fin de asegurar el acceso a la calidad, a la educación integral en sexualidad y los servicios de salud sexual y reproductiva. Busca fomentar la equidad entre todas las personas y combatir la discriminación. <[http://data.unaids.org/pub/BaseDocument/2008/20080801\\_minsterdeclaration\\_es.pdf](http://data.unaids.org/pub/BaseDocument/2008/20080801_minsterdeclaration_es.pdf)>. **Disponible en inglés y español.**

**Educación sobre sexualidad y relaciones: hacia una perspectiva de estudios sociales**, Deborah Rogow y Nicole Haberland. 2005. *Sex Education* 5(4): 333-344. Este documento presenta argumentos para sustentar la educación sobre sexualidad y relaciones dentro del marco de los estudios sociales, con énfasis en el género, el contexto social y los derechos humanos. **Disponible en español en** <[www.popcouncil.org/pdfs/SE\\_5\\_4\\_esp.pdf](http://www.popcouncil.org/pdfs/SE_5_4_esp.pdf)>. **También disponible en inglés en** <[www.popcouncil.org/pdfs/SE\\_5\\_4.pdf](http://www.popcouncil.org/pdfs/SE_5_4.pdf)>. **También disponible en francés en** <[www.popcouncil.org/pdfs/SE\\_5\\_4\\_fr.pdf](http://www.popcouncil.org/pdfs/SE_5_4_fr.pdf)>.

**Género y Sexualidad, Canasta Básica**, BRIDGE, 2007. Este paquete contiene tres documentos que examinan el vínculo entre el género, la sexualidad y los derechos sexuales: *Informe General* (62 páginas); *Colección de Recursos de Apoyo* (75 páginas); y *Desarrollo y Género "en Breve"* (6 páginas). <<http://www.bridge.ids.ac.uk/non-english.htm#espanol>>. **Disponible en español, inglés y francés.**

**HIV testing: The mutual rights and responsibilities of partners**, Ruth Dixon-Mueller and Adrienne Germain. 2007. *Lancet* 370(9602): 1808-1809. Este documento comenta y presenta argumentos en relación con el reconocimiento de los derechos y responsabilidades mutuos de ambos miembros de la pareja en una relación o intercambio sexual. <[http://www.ph.ucla.edu/EPI/se aids/lancet370\\_1808\\_1809\\_2007.pdf](http://www.ph.ucla.edu/EPI/se aids/lancet370_1808_1809_2007.pdf)>.

**International Guidelines on Sexuality Education: An evidence informed approach to effective sex, relationships, and HIV/STI education**, UNESCO, junio de 2009 (versión en borrador). Este documento no es un currículo. Más bien se enfoca en los aspectos del 'por qué' y el 'qué', los cuales requieren atención en las estrategias para introducir o fortalecer la educación en sexualidad. Explica lo que es la educación en sexualidad y por qué es importante. <<http://unesdoc.unesco.org/images/0018/001832/183281e.pdf>>. **Disponible en inglés, francés y español.**

**Los Principios de Yogyakarta**, Este documento aborda la aplicación de los derechos humanos a los temas de orientación sexual e identidad de género. <[www.yogyakartaprinciples.org/principles\\_sp.htm](http://www.yogyakartaprinciples.org/principles_sp.htm)>. **Disponible en español, árabe, chino, inglés, francés y ruso.**

**Triple Jeopardy: Female Adolescence, Sexual Violence and HIV/AIDS**, Coalición Internacional para la Salud de la Mujer (IWHC), 2008. 6 páginas. Este resumen informativo proporciona datos relevantes, una explicación del vínculo entre la violencia sexual y la vulnerabilidad de las jóvenes al VIH y sugiere respuestas de políticas y programas. <[www.iwhc.org/index.php?option=com\\_content&task=view&id=2693&Itemid=824](http://www.iwhc.org/index.php?option=com_content&task=view&id=2693&Itemid=824)>. **Disponible en español, inglés, francés y portugués.**



**UN SÓLO  
CURRÍCULO**