



Universidad Nacional Autónoma de México

Facultad de Estudios Superiores Iztacala

"Taller de educación sexual para adolescentes"

T E S I S
QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE
LICENCIADA EN PSICOLOGÍA
P R E S E N T A (N)

Diana Juárez Osornio

Directora: Mtra. **Hilda Rivera Coronel**

Dictaminadores: Lic. **Lino Mauricio Contreras Vázquez**

Lic. **Javier Tadeo Sánchez Betancourt**





Universidad Nacional
Autónoma de México



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

Agradecimientos:

Agradezco infinitamente al Universo y a Dios, por concederme estar un instante en la tierra aprendiendo a vivir. Por permitirme estar con mi familia que siempre me ha acompañado en cada uno de mis pasos y ha respetado cada una de las decisiones que he tomado para recorrer este camino. Gracias a cada uno de los seres que han dejado enseñanzas y que han decidido partir, a cada uno de los instantes que me han permitido vibrar y sentir, aprender y conocer, porque gracias a ellos soy lo que he decidido ser.

Agradezco a mi madre Laura Osornio que con cada muestra de apoyo y afecto me ha mostrado que la grandeza está en la humildad y en el trabajo y que día a día acompaña mi crecimiento. A mi padre Carlos Juárez por fomentar la fortaleza en mi carácter para sobrellevar este camino.

Gracias a mis hijos Jonathan Yamil Leal y Santiago Montenegro por ser el principal motivador de vida y de amor, y sobre todo por concebirme el honor de ser el guía más importante de su desarrollo, su madre.

Gracias a mis hermanos que me han acompañado en mi proceso de formación y muchas de sus palabras de aliento fueron las que me han impulsado para lograr cada uno de los objetivos que me he propuesto, Roberto Juárez, Henry Juárez y Aldo Juárez.

Gracias a mi asesora Hilda Rivera, que un día me mostró su apoyo, creyó en mí y continuamente me sigue apoyando y guiando.

Gracias a mis asesores Javier Tadeo Sánchez y Lino Mauricio Contreras que me han brindado su apoyo, tiempo y me han trasmitido conocimientos para poder concluir con este trabajo y cumplir con mis objetivos personales.

Gracias a cada una de las almas que han estado conmigo, mis amigos, los hermanos que yo he escogido, mis mejores amigas Ximena Rodríguez y Karla López, que han visto mi sopesar durante mucho tiempo y han creído en mi. A Adriana Flores e Ileana Lozano que siempre me apoyan y brindan tiempo, ese tiempo que jamás recuperarán y sobre todo me comparten sus aprendizajes y experiencias. Gracias a Alma Lizet González y Carolina Jimeno porque se convirtieron en grandes amigas, por ser mis cómplices y por los momentos felices que compartimos. Gracias por el apoyo, comprensión, tiempo y diversión de cada una de las almas que han decidido permanecer a mi lado, a mi primo Juan Carlos García, al apoyo de mi amigo Ignacio Campos y por último pero no menos

importante a una persona que actualmente se ha vuelto un motivador y que llena mi vida de felicidad Israel Aguilera.

Agradezco a la vida por proveerme de sabiduría y por cada una de sus enseñanzas, que me han permitido concluir con este trabajo.

ÍNDICE	PÁG.
RESUMEN	6
INTRODUCCIÓN	7
CAPÍTULO 1. PERSPECTIVA HISTÓRICA DE LA ADOLESCENCIA	10
1.1. Historia de la adolescencia	
1.1.1. Nacimiento de la juventud en la Roma Antigua	12
1.1.2. Adolescencia en la edad media y época industrial	13
1.1.3. Adolescencia en las sociedades contemporáneas y sociedades tradicionales	17
1.2. ¿Qué es adolescencia?	20
1.3. Adolescencia temprana, media y tardía.	23
CAPÍTULO 2. CARACTERÍSTICAS DE LA ADOLESCENCIA	
2.1. Características biológicas	25
2.2. Características psicológicas	29
2.2.1. Autoestima	31
2.3. Características sociales	35
2.3.1. Asertividad	38
CAPÍTULO 3. DEFINICIONES DE SEXUALIDAD	
3.1. ¿Qué es la sexualidad?	43
3.1.1. Identidad sexual, género y sexo	45
3.2. Educación sexual: conducta sexual adolescente	50
3.3. Alternativas para la conducta sexual.	55

JUSTIFICACIÓN	61
Objetivo general	63
Procedimiento	64
RESULTADOS	66
DISCUSIONES	77
CONCLUSIÓN	90
BIBLIOGRAFÍA	91
ANEXOS	96

RESUMEN

Se ha contemplado dentro de la educación básica, la educación sexual como un objetivo a desarrollar, ésta última contempla sólo el acceso a información y no el desarrollo de habilidades que permitan ejercerla de manera certera. El en el presente trabajo se implementó un taller de Educación sexual que tuvo el objetivo de reforzar actitudes y aptitudes en adolescentes que permitieran vivir una sexualidad saludable e integral. El estudio fue cualitativo, participaron 90 alumnos de 6to de primaria con una edad promedio de 10-12 años. Se dividió en tres fases, primero se hizo una detección de necesidades, aplicación y reestructuración con base a las observaciones que se detectaron. Las técnicas empleadas fueron observación participante y entrevista; posterior a la aplicación del taller se lograron desarrollar habilidades y actitudes en los participantes, como asertividad y autoestima. Así mismo se favoreció la conciliación de los conflictos en el aula, impactando de manera positiva sobre su núcleo familiar y escolar, además de un incremento en la formación de actitudes que permitieran expresar emociones y sentimientos relacionados a su sexualidad.

Palabras clave

Desarrollo, autoestima, asertividad, sexualidad, adolescentes, actitudes y aptitudes.

INTRODUCCIÓN

En nuestra sociedad existe una gran diversidad de creencias y actitudes respecto al tema de la educación sexual, es un tema que genera gran controversia y resistencias emocionales en algunas personas.

En la actualidad los adolescentes y jóvenes socializan en un entorno que reconoce la necesidad de combatir la desigualdad de género y, cada vez, cuentan con más posibilidades, información, recursos y medios para tomar libre y responsablemente sus propias decisiones, incluidas las de la vida sexual y reproductiva. Por ello, la educación sexual es indispensable ya que aporta las herramientas necesarias para que los jóvenes tomen decisiones más favorables en su futuro. De manera que, el ejercer la sexualidad adecuada y responsablemente informándose respecto al tema genera ventajas a nivel emocional y social, impactando de manera positiva en el desarrollo de las y los adolescentes de la actualidad.

La educación se vuelve una herramienta fundamental en toda sociedad, ya que a través de ella se pueden prevenir la mayoría de los problemas sociales, y re-educar valores formativos. En la educación básica, se les brinda información a los adolescentes, sin embargo la información no siempre es de calidad, incluyendo la información sobre sexualidad. Pues esta información debería propiciar el desarrollo no sólo de conocimiento sino de habilidades que contribuyan en la toma de decisiones y la comunicación interpersonal para que se le considere integral, contemplando tanto las necesidades del mundo actual y la vivencia propia de la sexualidad, dado que esto repercute en el desarrollo biopsicosocial de todos los individuos.

La niñez y adolescencia se han vuelto en un gran foco de intervención principal, debido a que especialmente durante esas etapas de la vida, es donde se

construye la personalidad, por ello el sistema educativo tiene un rol fundamental en el desarrollo de la persona repercutiendo sobre el plano afectivo– emocional. Dentro del plano afectivo y emocional se incluye la autoestima como un factor de protección ante las conductas de riesgo, ligado al impacto que se tiene la familia sobre los individuos, por el rol fundamental en la educación sexual en niños y adolescentes y por ser uno de los principales espacios sociales.

El otro espacio de socialización, es la escuela, en ella se ven reflejados los variados modelos de comportamiento y formas diversas de ver la realidad en los adolescentes, muchas veces marcados por estereotipos que les son transmitidos por medios de comunicación o modelos adultos. Por tal razón, el sistema educativo debe ofrecer la posibilidad de problematizar y analizar estos modelos propuestos proporcionándoles la información y conocimiento necesarios, así como desarrollando en ellos y ellas habilidades para que puedan construir su propia forma de ser. En este contexto, la educación integral se torna en una herramienta estratégica para influir en todas las esferas de la personalidad y para brindar las habilidades necesarias para acceder a información correcta que repercuta en el plano de la vivencia de su sexualidad. (UNESCO, 2014)

En nuestro país la educación se ha centrado en el desarrollo de habilidades intelectuales dejando fuera o poco atendidos los aspectos restantes de la personalidad. Por lo tanto, en el presente taller se abordará el tema desde una perspectiva integral, incluyendo técnicas vivenciales que permitan lograr la asimilación personal, y por ende, la retroalimentación de la experiencia propia.

Se iniciará con un abordaje histórico, con el principal objetivo de conocer el surgimiento de la adolescencia como etapa. Dado que la etapa de adolescencia se convierte en un foco de atención y de principal preocupación, determinado por los procesos de carácter social, político y económico en occidente, pues la llegada de la modernidad y con ella la industrialización ya que se consideró como los

principales detonantes, durante el abordaje histórico la educación se torno de carácter obligatoria. En la actualidad la educación es una herramienta formativa indispensable para el desarrollo de la personalidad del individuo y hoy día es un factor fundamental para el desarrollo dentro de la sociedad, no sólo en el contexto escolar, sino en el ámbito familiar y social. Posteriormente, se definirá a la adolescencia, se hará distinción de las distintas fases que la comprenden: adolescencia temprana, media y tardía. Se discutirá la importancia de la etapa y las características principales con el fin de conocer las repercusiones en los diversos ámbitos, como son, el biológico, psicológico y social, con la finalidad de identificar factores de vulnerabilidad y factores de protección, útiles en la vivencia de la sexualidad de los adolescentes. Ya que el fomentar estas habilidades y actitudes a través de técnicas vivenciales permite apoyar el proceso y vivencia de la etapa. La asertividad se vuelve una habilidad para la vida, fundamental, pues se le atribuye el mejoramiento de las relaciones interpersonales y el fortalecimiento de la autoestima se considera fundamental para evitar que el adolescente tenga conductas de riesgo, además de favorecer la toma de decisiones. El trabajo integral de estas características permite mejorar la calidad de vida y genera mayores posibilidades y alternativas que les permiten a los adolescentes ejercer su sexualidad, no sólo de manera responsable sino de manera plena. Por ello el objetivo general del presente trabajo es que a través de la implementación del taller de educación sexual se promuevan las actitudes y aptitudes en adolescentes, que fomenten el desarrollo de una sexualidad saludable e integral.

1. PERSPECTIVA HISTÓRICA DE LA ADOLESCENCIA

1.1. Historia de la adolescencia

En este primer capítulo se tiene como propósito dar a conocer el surgimiento y desarrollo de la adolescencia como etapa y como concepto, por lo que se iniciará con una aproximación teórica respecto al surgimiento de las distintas definiciones, dentro de una perspectiva histórica, para de ésta manera abordar el concepto de adolescencia desde diferentes disciplinas, así como las distintas fases que la comprenden como son; la adolescencia temprana, media y adolescencia tardía.

La adolescencia es un proceso social surgido en la modernidad, la infancia y adolescencia son comprendidas como un espacio social, debido a que el modo de ser del niño, niña o adolescente se relaciona con el lugar y momento histórico del que se es parte. Partiendo de la premisa de que la adolescencia es un constructo moderno, o mejor dicho un producto de la modernidad, podemos adentrarnos en un momento histórico como la sociedad del Antiguo Régimen, en la cual no había cabida para el niño y menos para el adolescente; el ser humano pasaba de niño a hombre, sin etapas de juventud. A finales del siglo XVII se produce una modificación de las costumbres y surge un espacio para el niño y la familia, esto ya en las sociedades avanzadas como fueron las sociedades industriales, en donde a partir de la modificación de prácticas, surge la escolarización, convirtiéndose en un aspecto indispensable de las prácticas morales y sobre todo reformistas, dando pie a la idea de que existe una infancia larga, de manera tal, que se convierte en una fase intermedia en el ciclo de vida de las personas, una especie de fase previa a la adultez (Gaitán, 2010).

La noción de adolescencia claramente es una construcción social, a lo largo de los diferentes momentos históricos se da cabida a este nuevo grupo social, donde se legitiman sus derechos; siendo un grupo heterogéneo debido a las diferencias, ya sea de clase económica, raza, religión, sexo, forma de expresión,

etc., que comprenden esta nueva juventud. Todo eso llega a través de una transición lenta, en ciertos momentos históricos y políticos, los adolescentes eran señalados como un grupo vulnerable o problemático, característica de gran importancia ya que en la actualidad, se le sigue ubicando de esa manera. Souto (2007) define a la juventud como:

“...el período de la vida de una persona en el que la sociedad deja de verle con un niño, pero no le da un estatus y funciones completas de adulto. Como una etapa de transición de la dependencia infantil a la autonomía adulta, se define por las consideraciones que la sociedad mantiene sobre ella: qué se le prohíbe o a qué se le obliga...” (Souto, 2007, p.171)

Si damos cuenta de esta cita, podemos concluir que la juventud, es una etapa en la que la sociedad ha permeado sus ideas, creencias, expectativas y alcances, de manera tal que la adolescencia o juventud en una gran medida es una construcción social de la modernidad, que en la actualidad ha dado paso a que esta se amplíe, con la finalidad de que los jóvenes puedan retrasar lo más posible su momento de incorporarse al mundo laboral.

Lutte (1991) señala tres momentos históricos importantes en donde se puede hablar de la historia y trascendencia de la adolescencia, el primer momento es el nacimiento de la juventud en la Roma Antigua, el segundo momento es la creación de la adolescencia en la época industrial, el tercer momento es la comparación entre la adolescencia en las sociedades tradicionales y las sociedades contemporáneas.

1.1.1. Nacimiento de la juventud en la Roma antigua.

En la Roma Antigua dada en el siglo II a. c., no se situaba ningún periodo referido como adolescencia o juventud, ya que para este período la vida estaba comprendida por tres etapas principalmente; infancia, adultez y vejez, se tenía una noción clara de la entrada de la pubertad, ésta se celebraba con ceremonias religiosas en donde el púber daba paso a la entrada de la adultez para posteriormente participar en la milicia o magistratura obteniendo los mismos derechos y deberes que el padre (Lutte, 1991).

Los jóvenes romanos simplemente no decidían sobre sí mismos, ya que el adulto era quién decidía en qué momento dejaría de portar la indumentaria que lo distinguía como un niño, y comenzaría a utilizar la que lo convertiría en hombre. Por lo general a los 12 años abandonan la enseñanza elemental, y a los 14 su indumentaria infantil, a los 16 se optaba por una carrera pública, o el ejército. Siendo los principales conocimientos aprendidos en el trabajo, aprendiendo principalmente de los mismos subordinados. A los 17 años estaban ocupando su primer cargo público (Nagasaki, 2012).

Solé (2005) expresa que había actos simbólicos, que demostraban el cambio de la niñez a la adolescencia, mediante ceremonias, definidas por la transición entre el paso del estado infantil a la edad adulta relacionado completamente a la pubertad fisiológica, la pubertad, entendida en un sentido literal, como maduración sexual. Este acto consistía en el abandono de la toga (un vestido romano que se lleva alrededor del cuerpo desnudo de una persona) el abandono de la toga pretexta (bordada de púrpura) para tomar la *toga viril* (la toga blanca del ciudadano libre). Para las mujeres o las *púlela* romanas, el único rito de transición en aquella época consistía en el matrimonio. Después de ofrecer sus muñecas a los *lares* de la familia y después de vestir una noche anterior al matrimonio la *túnica recta* como señal de buen augurio, el día de la boda las *vírgenes* arreglaban el cabello de un modo especial y la cabeza estaba cubierta

por un velo rojo el (*flámenes*) mientras que alrededor de la cintura llevaban un cinturón de lana cuyo nudo debía deshacer el marido en el lecho nupcial. Los rituales de transición no son exclusivos de la roma Antigua, Pedreira y Álvarez (2000) refieren que en algunas culturas, el paso a la edad adulta se realiza través de ritos iniciáticos que aseguran la inserción del niño en el mundo adulto, reduciéndose el tiempo de transición al que dura el rito.

Lara (1996) refiere que la llegada de la pubertad en diferentes culturas, determina lo que llama actitudes interculturales, estas son aquellas que los adultos determinan para los jóvenes como actos simbólicos ya sea a través de algún rito o proceso de iniciación al comienzo de la pubertad principalmente en una edad aproximada de los 12 años. Por ejemplo, en algunas tribus apaches cuando llegaba la madurez sexual de una niña, se hacía un ritual de cuatro días donde se cantaba ante su choza, desde la aurora hasta el amanecer. Simultáneamente existe una amplia variedad de ritos de iniciación o actos simbólicos en muchas otras culturas, definidos principalmente por lo que se conoce como pubertad. Estudios antropológicos desarrollados en diversas culturas han evidenciado la ritualización iniciática, tanto en el varón como en la mujer, que marcan el abandono de la infancia y la entrada en la vida adulta.

Hasta en este primer momento no se le reconocía a la adolescencia como etapa, podemos identificar, que la maduración biológica era un claro indicador de cambio para la vida de los adolescentes, y los adultos que convivían con los mismos, tenían diferentes maneras de reconocerlo a través de ritos o ceremonias, todo a partir de la cultura de pertenencia. Un aspecto que se liga al reconocimiento de la adolescencia como grupo social nuevo en la Roma, fue la llegada de la urbanización, lo cual detona en diversos cambios en la sociedad occidental.

El reconocimiento de la juventud, como un grupo social en la Roma Antigua, se debe principalmente a; los procesos de urbanización, la extensión de la propiedad rural y el desarrollo de la esclavitud como medio de producción. Ante

las cuales el senado Romano, decide aprobar una ley plaetoria (acta de nacimiento de un nuevo grupo social) instituyendo una ley de acción penal contra el que abusará de la inexperiencia de los jóvenes. Una vez que se les reconocía a los mismos en este período de transición, continuaron viviendo con limitaciones, principalmente de derechos, siendo incapacitados para actuar completamente como adultos (Lutte, 1991).

1.1.2. Adolescencia en la edad media y época Industrial

Durante la edad media, Lutte (1991) refiere que la juventud duraba aproximadamente de los 7-10 años o de los 25-30 años en realidad no se podían distinguir sub-estadios, se podía comenzar la escuela a cualquier edad, la juventud se situaba entre la dependencia de la infancia y la relativa independencia de la edad adulta caracterizada por el matrimonio y la herencia. Los niños, a partir de los siete años vestían como adultos y asumían roles de los adultos. A los adolescentes, durante este período no se les dio tanta importancia, puesto que en las sociedades pre-industrializadas Europeas, no existía una clara distinción entre otras fases y la vida pre-adulta. Cuando los niños cumplían 7 años de edad, se les incluía en las actividades de la vida adulta, la terminología era muy diferente, por ejemplo, se considera que la “adolescencia” comenzaba entre los 21 o 28 años respectivamente y la “juventud” se alargaba hasta los 40 o 50 años (Soto, 2007).

Le Golf (2007) reafirma que las etapas de la vida no eran determinantes más allá de los roles sociales que se adquirían al pasar por estas, de hecho los habitantes de este periodo no poseían una conciencia clara del paso de la niñez a la adultez. En la edad media, cada etapa no era investida de rasgos psicológicos particulares, tampoco existían rituales de iniciación para las etapas, lo cual permitía que la transición de niño a adulto se llevara a cabo sin ningún acto particular dictado por la sociedad. Tampoco la mayoría de edad estaba fijada, ni a lo largo de todo el período, tampoco las periodizaciones establecían unos límites universales, por una parte durante toda la Baja Edad Media los doce años para las

mujeres y los catorce para los hombres era en promedio como una edad mínima para el acceso al sacramento del matrimonio, por otro lado el sexo y el grupo social al que perteneciera cada persona fueron definitivos en este aspecto.

Para principios de la Edad Moderna, la familia comenzó a perder poder y empezó a ceder ante las funciones formativas, las que antes eran familias de tipo patriarcal se transformaron en familias nucleares (compuesta por padres e hijos), los hijos ya permanecían dentro del núcleo familiar hasta que se casaban, poco a poco, se les empezó a considerar importantes, por lo que se lamentaba perderlos, y se les consideraba conveniente limitar su número para atenderlos mejor (Gaitán, 2010).

El desarrollo de la historia de la adolescencia, arroja que la educación tuvo una influencia muy grande al focalizar la atención y darles prioridad a los jóvenes, Souto (2007) describe que en la edad Media y Moderna la educación, aunque solo tuviera relevancia para una minoría de hombres de clase altas, con la entrada de la modernidad, el grupo que era comprendido entre los 14 y 18 años, pasaron a perder cierta independencia y empezaron a estar más sujetos a controles desde familiares hasta institucionales. Entre los factores que favorecieron el desarrollo de la juventud, encontramos la regularización por parte del mercado laboral y mejoramiento de las condiciones de trabajo tanto de niños como adolescentes, el período de educación se volvió obligatorio y se fue ampliando, volviéndose uno de los ejes más importantes para poder tener acceso a un trabajo y un estatus social. Sin embargo este periodo de modernización tuvo grandes diferencias y avances diferentes entre los países, convirtiéndose en un proceso lento y diferenciado. Ubicando entonces a la juventud como un grupo social, grupo social que actualmente y desde hace tiempo tiene diferencias, nunca se le ha considerado como un grupo social homogéneo, las divisiones se hacen presentes desde diferencias económicas, sociales, políticas ó culturales.

El descubrimiento de la adolescencia, históricamente inicia a finales del siglo XVII e implicó la asignación de un nuevo estatus social, en donde tres elementos fundamentales, repercuten en la formación del individuo, Gaitán (2010) lo menciona como un triple proceso: *institucionalización*, *individualización* e *individuación*. Entendiendo por *institucionalización*, a el proceso de inclusión en instituciones, principalmente el sistema educativo, que influye en la vida de los niños y organizan sus días; la *individualización* que pone el énfasis en la autonomía individual y desarrollo moral del individuo y la *individuación* que se refiere a la identificación de los individuos para facilitar la igualdad de los derechos sociales y el bienestar. A partir de lo antes expuesto, entendemos que este triple proceso responde a la necesidad social de controlar y garantizar un progreso humano orientado principalmente por el conocimiento.

En la industrialización surgieron diversos acontecimientos de tipo social que provocaron cierta preocupación en la sociedad, la etapa de la juventud se dividió en la llamada infancia escolar y la adolescencia.

La adolescencia aparece en la clase burguesa, en las últimas décadas del siglo XIX y deriva de un conjunto complejo de factores ligados a la industrialización y al desarrollo capitalista de la sociedad. En este período se acentúa la distancia entre las clases sociales: repercutiendo en diferencias de clase, como la clase burguesa o el proletariado que fue sometido a condiciones muy duras de trabajo, los sectores más afectados estaban comprendidos por los jóvenes, trayendo como consecuencia una exclusión del contexto laboral. El proletariado fue víctima del desempleo, en particular los jóvenes, muchos de los cuales son expulsados del mundo del trabajo como consecuencia de los progresos de la mecanización y diversas inconformidades de grupos juveniles comenzaron a surgir (Lutte 1991).

La revolución industrial provocó una mayor marginación y subordinación de los jóvenes, porque muchos de ellos fueron expulsados del mundo del trabajo y ya no podían participar en la vida de los adultos como antes. Comenzaron a llevar

una vida separada bajo el control de la familia y de la escuela, de los movimientos de juventud, condenados al desempleo, privados del trabajo. Hasta el siglo XIX, los jóvenes se resistieron a las tentativas de limitar sus libertades. Detonando en rebeliones manifestadas de formas variadas: revueltas estudiantiles, participación en las revoluciones y, participación en las luchas de clase, delincuencia, manifestaciones variadas de contracultura y de subcultura. Hacia fines del siglo XIX los jóvenes de 14 a 18 años, se resignaron a depender de la familia y de las demás instituciones debido a la represión ya que muchas veces fue necesario que interviniese el ejército para reprimirlas, como ocurre algunas veces en la actualidad (Lutte, 1991).

El reconocimiento de la infancia y adolescencia se consolida entre las clases medias, en la segunda mitad del siglo XIX, difundiéndose los valores que comporta entre las clases trabajadoras durante el siglo XX, con la ayuda particular del estado de bienestar. Ubicando a este periodo como un tiempo de vida destinado al entrenamiento de las personas con la finalidad de llegar a ser el tipo de individuo que la sociedad espera, legitimando su situación de dependencia, una dependencia que si bien en las primeras etapas de la vida humana tiene un fundamento biológico y psíquico evidente, en edades más avanzadas como es la adolescencia, se torna de carácter social (Gaitán, 2010).

Como podemos apreciar, el reconocimiento de la adolescencia se liga completamente al proceso histórico que se vivió en la pre-industrialización y la industrialización en occidente, todo guiado sobre el eje de progreso y conocimiento, siendo el Estado una parte fundamental de esto.

1.1.3. Adolescencia en las sociedades contemporáneas y sociedades tradicionales.

El tercer momento del que hace mención Lutte (1991) tiene que ver con las diferencias entre el mundo occidental contemporáneo y las llamadas sociedades

primitivas, dado que en la antigüedad los ritos de iniciación aseguraban que los adolescentes se volvieran más funcionales e independientes a temprana edad para su comunidad, otorgándoles un estatus de adulto, el reconocimiento de la adolescencia como etapa y como grupo social no fue un proceso equitativo ni generalizado en los diferentes países del mundo. En las sociedades contemporáneas el reconocimiento de este grupo se liga completamente a un período de preparación para que se puedan involucrar en las actividades de los adultos.

El último período que encauzo a las sociedades contemporáneas, fue una pieza clave en la historia, debido a que los jóvenes con muchos de los movimientos de los que fueron participes lograron recuperar algunas libertades, entre ellas, la total participación de la mujer y un menor control por parte los adultos, además de una mayor libertad sexual como ejemplo el uso facilitado de los anticonceptivos. Los que antes eran movimientos sociales centrados en los problemas típicos de la adolescencia como la independencia o libertad, ahora se ven más enfocados a los procesos sociales. En este período pos-industrial, los jóvenes siguen siendo resultado de diversas discrepancias sociales, entre ellas una distribución no igualitaria del poder y de las riquezas tanto para países de primer mundo como países del tercer mundo, en donde actualmente existe un gran empobrecimiento de muchas clases. En las sociedades occidentales los jóvenes aún siguen siendo víctimas de muchos actos de violencia, en la actualidad se le reconoce a la adolescencia como un período de la vida y como un grupo social con sus particularidades, además de ser es diferente para cada país y para cada cultura (Lutte, 1991).

Desde la perspectiva antropológica se resalta que es el medio sociocultural es el que realmente determina la dirección de la adolescencia e influye sobre el grado en el que los adolescentes son bienvenidos a la comunidad de los adultos y el conseguir el estatus de adulto no se justifica necesariamente por la separación de los padres, sino por el establecimiento de la identidad personal y sus nuevas

funciones dentro de la comunidad, ya que como se es sabido en la sociedad moderna, la adolescencia ha resultado un período prolongado de desarrollo, siendo su terminación imprecisa y sus privilegios y responsabilidades son a menudo ilógicos y confusos (Rice, 2000).

La historia de la adolescencia tiene gran relación con la historia de los procesos sociales, de los que formaron parte y así como estos cambian, también muchas de las actitudes de los jóvenes cambian y se permean por el contexto; la modernidad da paso todavía a muchas exclusiones de tipo social, es importante decir que en la actualidad también se le da más libertad a los jóvenes para que tomen sus decisiones, entre ellas por ejemplo la preferencia sexual.

El conocimiento de la historia nos permite conocer el origen de esta etapa. La aparición de la modernidad no se trata únicamente de cambios tecnológicos, que se han reflejado a lo largo del tiempo sino de profundas transformaciones en otros ámbitos como pueden ser la vida familiar, laboral, las relaciones interpersonales etc. y la adolescencia se convierte en un fenómeno con implicaciones sociales, de carácter biológico, psicológico y sexual, donde se afirman los rasgos de carácter y las consolidaciones afectivas y profesionales. Actualmente en algunos de los países del Tercer Mundo, de la infancia se llega a la adultez, sin el intervalo adolescente, puesto que de la infancia se dirigen directamente al trabajo en el caso de los chicos y a la maternidad en el caso las chicas. La adolescencia está vinculada en la mayoría de los países occidentales a determinantes sociales como son la escolarización obligatoria, mayor tiempo de formación profesional, prolongando el entrar a la vida laboral por tanto mayor dependencia económica de las figuras parentales, al igual que una postergación al establecimiento con una pareja, este tipo de factores contribuyen a la prolongación de la adolescencia, haciéndola cada vez más problemática.

Pedreira y Álvarez (2000) hacen hincapié en que cada sociedad *inventa* la adolescencia que se merece y luego valora ese invento como bueno o malo

dependiendo de su ideología, sus creencias políticas o experiencias personales, la mayoría de los adultos se sienten obligados a apaciguar la temible vitalidad de estos jóvenes, en buena medida pudiera deberse a que los adolescentes consigan desarrollar algo de lo que ellos, cuando fueron adolescentes, quisieron llevar a cabo y no supieron, no les dejaron, no se atrevieron o, simplemente, no pudieron.

1.2 ¿Qué es la adolescencia?

La palabra adolescencia procede del latín «adolecen», es decir, el que adolece en su aplicación al desarrollo humano, se utiliza para un período evolutivo de transición entre la infancia y la etapa adulta, durante el que se produce el desarrollo necesario para adaptarse a las características de la vida en esta última etapa. En condiciones normales, el inicio de la adolescencia coincide con el de la pubertad, pero si no ocurren simultáneamente, el adolescente tiene que soportar ese desajuste (Pineda, 2002).

La adolescencia como tal representa una etapa del hombre, que se ha insertado en una cultura, siendo este aspecto cultural el que determina gran parte de sus manifestaciones y su propia duración, por esto la adolescencia puede tener una duración diferenciada, esto de acuerdo con las diferentes teorías del desarrollo (Blaustein, Corella, Cozzetti, Garde, Granell&Rahola. 2002).

La intensidad de los procesos que en ella acontecen es variable, pudiendo alcanzar hasta 10 años en nuestras sociedades occidentales contemporáneas. Pero hay que señalar que se trata de un proceso psicosocial vinculado a la pubertad; por ello se trata de un proceso que varía de persona a persona, de familia a familia y de época histórica a época histórica, era o década en relación con la siguiente. Es una etapa sujeta a cambios y modificaciones siempre llena de dinamismo.

Pineda (2007) señala que la adolescencia es una etapa entre la niñez y la edad adulta que cronológicamente se inicia con los cambios puberales y que se caracterizan por profundas transformaciones biológicas, psicológicas y sociales en donde muchas de ellas generan crisis conflictos y contradicciones, esencialmente positivos, llegándose a convertir en un periodo de adaptación a los cambios corporales, sino una fase de grandes determinaciones hacia una mayor independencia psicológica y social.

Por otro lado desde una perspectiva del campo de estudio de la psicología evolutiva la adolescencia es vista según Dávila (2004) como:

“Una edad especialmente dramática y tormentosa en la que se producen innumerables tensiones con inestabilidad, entusiasmo y pasión, en las que el joven se encuentra dividido entre tendencias opuestas, además la adolescencia presupone un corte profundo con la infancia...” (Dávila, 2004, pág.81)

Si bien esta es una concepción de la adolescencia antigua, podemos vislumbrar otro tipo de concepciones, por ejemplo hablando desde un punto biológico o fisiológico, se podría decir que la adolescencia se alcanza en la etapa final del crecimiento, con el comienzo de la capacidad de reproducción: pudiendo decirse que la adolescencia se extiende desde la pubertad hasta el desarrollo de la madurez reproductiva completa, tomando en cuenta que no se completa la adolescencia hasta que todas las estructuras y los procesos necesarios para la fertilización y concepción, gestación y lactancia no han terminado de madurar (Dávila, 2004). Esta concepción no toma en cuenta rasgos emocionales que se vean reflejados en el proceso mismo, aunque no carece de veracidad, sugiere que no es suficiente para poder comprender la totalidad de esta etapa. Desde la visión de las ciencias sociales, donde se sugiere la importancia de las relaciones de tipo social en la formación y conformación del adolescente, se ubica al concepto de adolescencia como una construcción únicamente de tipo social.

Algunas de las concepciones antes descritas definen al adolescente como un individuo con cambios continuos en todas sus esferas; en la social, psicológica y biológica. Como es sabido, el ser humano tiene una tendencia a ser un ser social; un aspecto que resalta durante esta etapa, es la búsqueda constante de independencia al igual que la búsqueda de pareja, en primer lugar la independencia busca reforzar su identidad y en su caso el interés por la pareja, se debe al incremento de la energía sexual encauzada por la maduración de las glándulas sexuales. La vida emocional comienza a cobrar un gran peso, sobre todo por los temores que implica la llegada de los cambios y la adaptación a los mismos, la dependencia misma comienza a tener un gran peso pues surge en ellos un aumento por controlar sus conductas, generando inconformidad por el sometimiento del que se vuelven parte.

Para fines del presente trabajo se utilizará la definición de Monroy (2002), en la que se plantea que la adolescencia es un acontecimiento *social*, porque el individuo evoluciona de ser un niño dependiente a ser un adulto autosuficiente y depende del lugar y momento histórico del que forma parte el que le permitirá su evolución; uno *psicológico* porque tiene que hacer nuevos ajustes que diferenciará su conducta infantil de la conducta adulta, que a su vez formaran reajustes que permitirán un mejor desarrollo personal, además de tener un aspecto *biológico* que es claro en la muestra de los cambios y un fin *psicosocial*, lo cual implica que sea muy fácil determinar cuándo se inicia y muy difícil cuando termina. Lo cual implica el reconocimiento de los adolescentes en su medio, además de la propia percepción de ellos con los demás.

Se ha establecido que el período de adolescencia abarca de los 9 a los 24 años principalmente, sin embargo al prolongarse cada vez más la adolescencia, se ha tenido la necesidad de dividir a la etapa misma en sub-estadios (adolescencia temprana, media y tardía).

1.3. Adolescencia temprana, media y tardía

La Organización Mundial de la Salud (OMS) establece que la adolescencia transcurre entre los 10 y 19 años, considerándose en dos fases adolescencia temprana (10-14 años) y adolescencia tardía de (15 a 19 años).

Según la Unicef la adolescencia temprana se considera como un período entre los 10 y 14 años, en esta etapa en la que, por lo general, comienzan a manifestarse los cambios físicos, como una aceleración del crecimiento, seguido por el desarrollo de los órganos sexuales y las características sexuales secundarias; la adolescencia tardía, como subsecuente fase, abarca la parte posterior de la segunda década de la vida, en líneas generales entre los 15 y los 19 años de edad. Para entonces, ya usualmente han tenido lugar los cambios físicos más importantes, aunque el cuerpo sigue desarrollándose (Unicef, 2011).

La temeridad es un rasgo común de la fase temprana y media de la adolescencia, cuando los individuos experimentan con el “comportamiento adulto”, este comienza a disminuir durante la fase tardía, poco a poco se desarrolla la capacidad de evaluar riesgos y tomar decisiones más inteligentes y conscientes. Sin embargo, las conductas de riesgo aparecen, principalmente fumar cigarrillos, experimentación con drogas y la ingesta de alcohol, estas conductas frecuentemente se adquiere en la fase temprana en muchos casos prolongándose hasta la adolescencia tardía e incluso manteniéndola en la edad adulta. Se calcula que 1 de cada 5 adolescentes entre los 13 y los 15 años fuma, y aproximadamente la mitad de los que empiezan a fumar en la adolescencia lo siguen haciendo al menos durante 15 años posteriores. Estos aspectos pueden afectar el desarrollo del cerebro que tiene lugar durante la adolescencia y puede resultar seria y permanentemente afectado por el uso excesivo de drogas o alcohol. (Unicef, 2011)

En la adolescencia tardía, las mujeres suelen correr un mayor riesgo que los varones de sufrir consecuencias negativas para la salud, incluida la depresión;

y a menudo la discriminación. La violencia de género magnifica estos riesgos. Las mujeres tienen una propensión a padecer trastornos alimentarios, tales como la anorexia o bulimia; esta vulnerabilidad se deriva en parte por las profundas ansiedades que tienen sobre su imagen corporal, comúnmente alentadas por los estereotipos culturales y mediáticos de la belleza femenina. La adolescencia tardía es una etapa de oportunidades, idealismo y promesas. Es durante estos años que los adolescentes ingresan en el mundo del trabajo o de la educación superior, establecen su propia identidad y comienzan a participar activamente en la configuración del mundo que les rodea (Unicef, 2011).

Los sub-estadios mencionados (temprano, medio o tardío) en realidad dependen de múltiples factores y lo que realmente determina el inicio o término de esta etapa depende en cómo cada individuo comienza a asumir sus propios cambios con base a sus propias herramientas individuales, pudiendo ser un proceso lento o acelerado de acuerdo a como lo perciba cada individuo.

2. CARACTERÍSTICAS DE LA ADOLESCENCIA

En este capítulo se abordarán las distintas dimensiones que caracterizan al período de adolescencia: biológica, psicológica y social. Las características biológicas, son aquellas que tienden a marcar la transición de la etapa de la vida infantil, a la de la vida adulta, y en un primer plano determina un cambio en la estructura física, que representan el comienzo de una nueva etapa en el ciclo de vida, caracterizado por un amplio crecimiento, cambios en la composición corporal, además del desarrollo de los órganos sexuales y reproductivos, para así alcanzar la plena madurez física, seguidamente se plantearán la dimensión psicológica que básicamente se ve implicada con los cambios emocionales y cognitivos que conllevan un ajusten la personalidad de los adolescentes. En un tercer momento se abordará el aspecto social, en donde la nueva apariencia no solo modifica la relación y la imagen que se tiene de uno mismo, sino que también produce cambios en las relaciones con las otras personas. Surgiendo entre ellas un gran interés las relaciones afectivas.

2.1. Características biológicas

Al comienzo de este desarrollo físico se le conoce como pubertad, un hecho puramente biológico que ocurre, tanto en hombres como en mujeres, cada uno de manera distinta y en edades distintas, teniendo claro que existen diferencias fisiológicas que caracterizan a cada sexo, en donde suelen ser los hombres los que generalmente tienen esta madurez biológica más tarde. La maduración sexual ocurre para los hombres y mujeres durante la adolescencia temprana.

La pubertad tiene lugar cada vez a edades más tempranas, Rahola et al. (2002) señalan que la pubertad en las mujeres generalmente ocurre entre los 10 y 12 años de edad, mientras que en los hombres ocurre alrededor de un año después, es decir, entre los 11 y 13 años. Este proceso provoca una serie de cambios internos y externos en el cuerpo de los jóvenes, que concluyen con la

maduración sexual y, por lo tanto, con la capacidad biológica de tener hijos. Los chicos y las chicas que comienzan a crecer de una manera intensa y rápida, les resulta difícil ajustarse al cambio; y de manera pasajera pierden el control de sus movimientos, chocan con los muebles o rompen objetos de manera involuntaria. Acompañando a este crecimiento aparecen los caracteres sexuales denominados secundarios, los cuáles son una serie de cambios anatómicos, fisiológicos, psicológicos, de conducta, de gustos, etc., que se inician en las etapas de la pubertad. En esta etapa el sudor adquiere un olor distinto y en ocasiones aparecen brotes de acné. Al respecto, Lara (1996) señala que en cuanto a las edades de inicio de la pubertad, se ha presentado un adelanto en la aparición de la misma, ya que desde hace aproximadamente unos 100 años en países como Japón, EE.UU. y Europa occidental, cada vez es más temprano el desarrollo de los jóvenes. Cuestión que Feldman (2007) también afirma, que la aparición de la menarquía en las niñas, en países más pobres o en vías de desarrollo, empieza más tarde en comparación con los países con mayores ventajas económicas, incluso en los países más ricos, las niñas de los grupos más acomodados empiezan a menstruar antes que las niñas menos prósperas, dando por entendido que las niñas entre más sanas y mejor nutridas la menarquía será más temprana en comparación de las que sufren mala alimentación o desnutrición. Por otro lado la maduración sexual de los niños sigue un curso diferente, ya que el pene y el escroto comienzan a crecer a una tasa acelerada alrededor de los 12 años y alcanzan el tamaño adulto unos tres o cuatro años más tarde, los cambios físicos que se hacen presentes, involucran un aumento en la producción de hormonas y así desencadenan el inicio de la adolescencia, dando lugar a cambios abruptos del estado de ánimo, concibiendo que la llegada de la pubertad repercute en otras dimensiones, como son la psicológica y social.

Coleman & Hendry (2003) refieren que la palabra pubertad viene del latín, que significa edad de la madurez, se considera que tiene su origen con el inicio de la menstruación en las chicas y la aparición del vello púbico en los chicos, este tipo de cambios son claramente observables. Sin embargo la pubertad es todavía

un proceso más complejo ya que representa cambios asociados con la maduración sexual, que también contempla las características sexuales secundarias, además del funcionamiento del corazón, del sistema cardiovascular, de los pulmones el tamaño y fuerza de muchos músculos del cuerpo, la pubertad debe verse como un acontecimiento en la vida física. La pubertad también tiene como característica el comienzo de la actividad hormonal que se ve influenciado por el sistema nervioso central en especial el hipotálamo y la pituitaria, lo cual implica una intensificación de la producción de hormonas (Monroy, 2002).

La menarquía (comienzo de la menstruación) y la espermarquia (producción de espermatozoides) son los hitos del desarrollo puberal, ya que marcan el comienzo de la capacidad reproductiva de los jóvenes. En ambos sexos, la pubertad trae como consecuencia una mayor conciencia de la sexualidad, de los sentimientos sexuales, el erotismo, y una mayor motivación y atracción sexual. Ante estos cambios hormonales, se da inicio a la vida sexual en los adolescentes. La auto-estimulación o masturbación es una conducta sexual frecuente; sin embargo, va asociada con sentimientos de culpabilidad, ansiedad o miedo (Maddaleno&Shutt-Aine, 2003).

Algunos autores hacen referencia al llamado estirón puberal, refiriéndose a la tasa acelerada de crecimiento ya sea de peso o de talla, que es notable en la llamada etapa de adolescencia temprana, esto puede ser diferenciado de adolescente a adolescente, aun siendo concebido como normal, los cambios se dan de maneras distintas, para cada uno, unos más pronto que otros, por ejemplo en los chicos el estirón puede comenzar desde los 9 años de edad o puede retrasarse hasta los 15, mientras que el estirón de las chicas puede comenzar desde los 7 u 8 años o retrasarlo hasta los 12, 13 o 14 años de edad. Musito, Sánchez & Villarreal (2010) lo describen como un marcado aumento en el crecimiento del cuerpo que se distribuye asincrónicamente, que comienza por las extremidades manos y pies, brazos y piernas y alcanza finalmente el tronco. Si bien este cambio corporal se produce en ambos sexos, la coordinación y

sucesión del mismo es diferente para hombres y mujeres. Las mujeres suelen presentar el estirón puberal, el aumento de peso y las primeras apariciones de caracteres sexuales secundarios alrededor de los 10-11 años, mientras que los hombres presentan los mismos cambios un año después.

Las características que se experimentan en la adolescencia se dividen en dos grupos, las características primarias y las características secundarias, las primeras, son de índole fisiológica, entre ellas: la menarquía en la mujer y la emisión seminal en el hombre o el desarrollo que sucede en los órganos internos y externos que hacen posible la unión sexual y reproducción, en su caso la llamada menstruación en la mujer y la eyaculación en los hombres, además del crecimiento genital en ambos, en tanto las características secundarias son los rasgos físicos externos. Entre los cambios que ocurren en la mujer se aprecia el ensanchamiento de las caderas, sus senos se desarrollan, aumento de peso y estatura, crece vello en la región púbica y en las axilas, sus genitales se desarrollan. En el hombre se observan los siguientes cambios: aceleración del crecimiento, aumento de peso, los hombros se ensanchan el desarrollo muscular es más acentuado, crecen los órganos genitales, aparecen vellos en la cara, tórax, axilas y la región púbica, experimentan súbito cambio de voz. Estos cambios son producidos por las hormonas de las glándulas endocrinas que son transportadas al organismo a través del torrente sanguíneo (Monroy, 2002).

En la etapa donde se hacen presentes los cambios físicos, aparece otro tipo de fenómenos como son; las diferencias entre hombres y mujeres, debido al cambio notable en el crecimiento de talla y peso en los chicos, siendo casi el doble en los hombres, determinando en un aumento en la fuerza física y mayor resistencia física en comparación con las chicas, o por su lado el crecimiento de los senos en las chicas, permite que se hagan presentes ese tipo de diferencias, es importante mencionar que el llamado estirón puberal también ocurre de manera distinta ya que las mujeres generalmente son las que tienden a madurar más rápido en comparación con los hombres. Un ejemplo claro de esto es donde una

chica de maduración rápida sobresale de sus clases en función de la talla, mientras que un chico por ejemplo que sea lento al madurar se distingue por ser el más bajo que el resto del grupo (Coleman & Hendry, 2003).

Feldman (2007) señala que la menstruación y la eyaculación son fenómenos que ocurren en lo privado, pero hay cambios en la forma y tamaño del cuerpo que son bastantes obvios y traen consecuencias a los adolescentes que entran en la pubertad como es la vergüenza, esto es más común en las chicas ya que a menudo no se sienten a gusto con su nuevo cuerpo y la reacción de las y los jóvenes depende en gran medida de en qué momento ocurra la pubertad, ya que los que maduran mucho antes o después que la mayoría de sus compañeros se ven especialmente afectados por esto.

Por ello, más adelante se abordarán las implicaciones psicológicas que puede traer consigo la llegada de estos cambios en la adolescencia, ya que los niños que maduran más pronto suelen ser más aptos para los deportes y poseen un auto concepto positivo. Un ejemplo claro de ello es la relación existente entre la maduración temprana y la influencia positiva, en los jóvenes, ya que los chicos que maduran pronto tienden a ser líderes en su grupo de amigos y por su lado si las chicas que maduran pronto, suelen sentirse más atractivas o populares (Lara, 1996). Es de suma importancia conocer las implicaciones que traen consigo la adolescencia y la llegada de la pubertad, pues esta influye de forma directa en el comportamiento de un adolescente, por la segregación de hormonas y los cambios anatómicos que llevan a formular una nueva concepción de sí mismo. Estas implicaciones psicológicas serán abordadas a continuación.

2.2. Características psicológicas

La madurez temprana repercute en una dimensión psicológica o social, si bien presentan influencias positivas, existen otro tipo de implicaciones negativas que

pueden repercutir con la llegada de la madurez tardía en los adolescentes, resulta ser igual de complejo.

Estas repercusiones se relacionan con el desarrollo de las características físicas e implican modificaciones tanto internas como externas que impactan a los adolescentes, ya que los lleva a la incertidumbre sobre las posibilidades de desempeñar un rol como hombre o mujer, lo que los hace vulnerables ante comentarios, prejuicios y estereotipos. Lo cual se ve reflejado en su autoconcepto, en cómo se identifican y sobre todo en la autoestima (Krauskopof ,1999).

La dimensión psicológica, tiene gran relación con el comportamiento de los adolescentes, con su manera de poder enfrentar y entender que es lo que está pasando en su cuerpo, generalmente entendido como una gran preocupación, aunado a las implicaciones culturales de cada lugar. Dentro de este plano psicológico, existe una maduración cognoscitiva, que es definida como la capacidad que se va desarrollando para pensar de manera lógica, conceptual y futurista y el desarrollo psicosocial que es una mejor comprensión de uno mismo en relación con otro (Monroy, 2003).

Dentro de las implicaciones psicológicas que trae consigo la adolescencia se hace preciso hablar de la llamada búsqueda de identidad, que es un proceso de identificación, como es que la persona toma conciencia de su individualidad y de su diferencia respecto a los demás. Los adolescentes desean saber quiénes son, cómo son y cómo se definen en las distintas áreas que les constituyen. En otras palabras, se está modificando y conformando su autoconcepto físico, familiar, emocional, social y académico laboral, aspectos que configuran la imagen integral que se tiene de sí mismo. Un ejemplo de ello, es que en las jóvenes, el desarrollo de los senos, se vuelve un evento cargado de emotividad, ya que los senos representan al sexo y es la señal más clara para los otros de que el cuerpo está madurando, de hecho al principio en la pubertad se concibe a los senos como

un órgano sexual y puede traer implicaciones como aceptación al cuerpo o rechazo al mismo (Lutte, 1991).

Por su parte Monroy (2003) dice que la mayoría de las respuestas de los adolescentes frente a la pubertad son en general preocupaciones, y nos señala algunos puntos, el primero es el tamaño y posición de los genitales en el varón, el tamaño de los senos y la función de la menstruación en la mujer, la estatura, el peso, el acné, el acrecentamiento de los impulsos sexuales y agresivos que no sabe manejar, comparación de sí mismo con sus amigos, la nueva conciencia de su cuerpo, sentimientos bisexuales que lo confunden y otros más.

Por ello, la mayoría de los adolescentes tienden a compararse con otros adolescentes y con modelos que aparecen en los medios de comunicación para valorar su aspecto físico, su rendimiento académico o sus gustos. Es a través de la interacción con los demás como se interiorizan los patrones de conducta considerados adecuados para un determinado contexto social. Así pues, por medio de la interacción y de los procesos de percepción y comparación social, el adolescente va desarrollando un concepto de sí mismo, definiendo que aquel que tiene una actitud positiva hacia sí mismo, tiende a dar una impresión positiva hacia los demás de sí mismo por ende le será más fácil comprometerse en nuevas relaciones en comparación con aquellos adolescentes que creen que valen muy poco (Lutte, 1991).

2.2.1. Autoestima

La autoestima se vuelve crucial e importante en este período ya que los cambios físicos que ocurren durante la pubertad influyen en el modo en que el joven se percibe a sí mismo y es percibido por los demás.

Maddaleno&Shutt-Aine (2003) mencionan que los cambios hormonales y físicos del cuerpo durante la adolescencia dan lugar a sentimientos de

autoconciencia y preocupación en relación con la imagen del cuerpo y el atractivo físico. La autoestima es determinante del bienestar emocional del joven y se considera un factor protector que ayuda a las personas jóvenes a superar situaciones difíciles. Los sistemas de apoyo social, particularmente las relaciones con los padres y pares contribuyen a aumentar la autoestima de los adolescentes. Un buen nivel de autoestima y bienestar emocional permite a los adolescentes desarrollar una serie de habilidades personales y facilita la toma de decisiones para llevar a cabo una vida sexual más saludable. Por el contrario, la baja autoestima se ve implicada en los problemas de salud, tales como depresión, suicidio, anorexia nerviosa, delincuencia, conducta de riesgo sexual y otros problemas de ajuste.

En un estudio realizado por Moreno & Ortiz (2009) en la Ciudad de Xalapa, Veracruz en México dirigido a 298 alumnos de una secundaria, tuvo como objetivo estudiar la relación entre las conductas de riesgo de trastorno alimentario, la imagen corporal y la autoestima; se aplicaron diversos instrumentos; un cuestionario de datos generales para contextualizar a la población, un registro de talla y peso actual, para obtener el índice de masa corporal (IMC). Se utilizó además el Test de Actitudes Alimentarias (EAT) de Garner y Garfinkel (1979). Al evaluar los instrumentos se encontró que la relación entre los trastornos alimentarios, la imagen corporal y la autoestima de los adolescentes tiene una alta correlación, se comprobó que las mujeres tienen una mayor tendencia hacia este tipo de trastornos que los hombres, no obstante éstos también presentan el riesgo. Tanto hombres como mujeres se encuentran en una etapa de crecimiento y desarrollo en el que están constantemente evaluándose, presentan baja autoestima y se encuentran insatisfechos con su imagen corporal, lo que los puede llevar a realizar conductas como querer bajar de peso. Se identificó que los adolescentes tienen gran insatisfacción con la imagen corporal, es posible observar que las mujeres presentan mayor preocupación por engordar y mayores porcentajes de riesgo para desarrollar un trastorno alimentario, quizá debido a que la presión social es más fuerte hacia ellas, de manera tal que el contexto social

tiene un gran impacto, tornándose con carácter influyente, que impacta de manera distinta sobre el género de cada uno de los adolescentes.

El desarrollo de la pubertad puede afectar la autoestima de forma diferente, ya que hay algunos jóvenes que se alegran con los cambios físicos que presentan, y algunas mujeres lo pueden vivir de manera diferente, pueden tener momentos difíciles, con menos confianza y seguridad en sí mismas, lo que contribuye a una menor autoestima. Cobo, 2003 define la autoestima como:

“...Sentimiento valorativo de nuestro ser, de nuestra manera de ser, de quienes somos nosotros, el conjunto de rasgos corporales, mentales y espirituales que configuran nuestra personalidad. Esta se aprende, cambia y la podemos mejorar...” (Cobo, 2003, p. 64)

En la formación de la autoestima, influyen factores diversos como son los personales: imagen corporal, las habilidades físicas e intelectuales; otro factor son las personas significativas: padres, hermanos, profesorado y amigos y por último los factores sociales: valores, cultura, creencias. Por lo tanto en la formación de una autoestima positiva, están relacionadas las distintas tareas del individuo en la infancia, adolescencia y edades subsecuentes. Álvarez (2010) refiere que el adolescente está en busca de su intimidad personal construyendo y elaborando la imagen de sí mismo y el auto concepto personal.

El tema de autoestima es crucial y de gran importancia en esta etapa; porque es un aspecto que puede cambiar y mejorar, esto no sólo por parte del individuo mismo, sino por las redes de apoyo con las que cuentan los adolescentes.

Álvarez (2010) define este como un periodo de cambio y consolidación en el concepto de sí mismo por varias razones, una es que el desarrollo intelectual

posibilita un concepto más complejo y sofisticado de sí mismo, que implica un número mayor de dimensiones y una creciente independencia emocional y necesidad de adoptar importantes decisiones sobre su trabajo, valores, comportamiento sexual, etc.

Es por eso que es importante identificar las necesidades en el adolescente, con la finalidad de poder entender su dinámica. Monroy (2003) ejemplifica algunas de ellas, las cuales son: el ser tomado en cuenta en su comunidad, tener la oportunidad de expresar sus nuevos sentimientos, ejercitar sus crecientes capacidades y habilidades físicas e intelectuales, aprender a coordinar, controlar y expresar su vigor físico, tener la oportunidad de experimentar nuevos roles y patrones de conducta, evaluar y experimentar nuevos valores, filosóficos e ideas, cometer errores y equivocarse, establecer nuevas relaciones sociales con sus padres, maestros y compañeros de ambos sexos desde el punto de vista de su nueva identidad en evolución, empezar a pensar acerca del futuro, prepararse para las metas y las responsabilidades de los adultos.

En esta transición entre la pre adolescencia y adolescencia temprana, se construye un momento crucial al iniciarse la reestructuración del esquema corporal y la reorganización de la personalidad, a estos cambios si se le suman los escolares, que es el período en el que los adolescentes cambian de grado, de la educación básica a la educación media. Una vez que se han destacado de manera general muchas de las necesidades de los adolescente, la búsqueda de la propia identidad que quién es, cómo es, que quiere ser, etc., aparecen nuevas sensaciones, necesidades y dudas (Monroy, 2003).

De manera tal que las emociones que experimentan irán cambiando a medida que desarrollen nuevas habilidades de interpretar situaciones sociales. Por lo que se abordarán las implicaciones sociales que se entrelazan con las dimensiones psicológicas.

2.3. Características sociales

El medio social influye en gran medida en las condiciones de adaptación y de aceptación de los adolescentes durante la etapa de la pubertad, dentro de este medio social encontramos que muchas personas aportan significados para los mismos, estas personas son los padres, hermanos, amigos o los medios de comunicación, todos ejercen una influencia considerable sobre el modo de experimentar la vivencia de la pubertad, pueden facilitarla o contrariamente hacerla angustiante y difícil.

Los principales patrones de conducta psicosocial son comunes para las personas jóvenes, la cultura influye en su comportamiento. En América Latina, la identidad y los roles de género ejercen una gran influencia y ponen presión sobre los adolescentes de ambos sexos. Para las mujeres, la menstruación es un proceso fisiológico que se considera como un rito de iniciación hacia la edad adulta. El machismo juega un papel importante en el desarrollo de la identidad en la medida que a los hombres se les socializa para ser autosuficientes e independientes, no mostrar emociones y no preocuparse ni quejarse de su salud física, ni buscar ayuda en momentos de estrés emocional. Más aún, esta socialización promueve probar su masculinidad a través del número de parejas sexuales y la frecuencia de la actividad sexual. Los adolescentes experimentan con varios roles en la búsqueda de su identidad. Esto les permite adoptar conductas de salud, ya sean promotoras de la salud o de riesgo. (Maddaleno & Shutt-Aine, 2003)

La adolescencia es un período en que las decisiones y elecciones son de gran importancia y las habilidades ponen al joven en el curso de una vida segura y productiva o viceversa. La realidad es que los adolescentes valoran aquellas actividades que les suponen un reto creciente y hacen que se desarrollen sus habilidades. Disfrutan cuando participan en deportes, aficiones, arte, música, etc. y con sus amigos. Esto hace que se aumenten sus habilidades y conocimientos y se

sientan a gusto consigo mismos. Si no tienen estas oportunidades los adolescentes frecuentemente se buscan otras alternativas que les suponga un desafío.

Casas & Ceñal (2005) hablan de que existe la gran evidencia de que los adolescentes disfrutan y buscan las situaciones que les hace sentirse competentes. Si estas situaciones no existen, las inventan. Como estas oportunidades creadas por los propios adolescentes, que por definición están fuera de la norma social, obligatoriamente los adultos las verán como anormales. En ocasiones, todo ello resulta en nuevas manifestaciones de arte, música o incluso avances científicos gracias a romper con las ideas preconcebidas de los “mayores”. La violencia, uso de drogas y delincuencia juvenil normalmente las vemos entre los adolescentes varones de áreas sociales marginales, pero sorprendentemente también afecta a aquellos que no les falta de nada. Estos comportamientos se deben a la necesidad de librarse de un entorno aburrido y sin retos. Para lo cual el robo, vandalismo o incluso la experimentación con drogas, significa el hacer cosas excitantes, más o menos peligrosas y de las que uno puede estar “orgulloso”. Incluso la promiscuidad sexual para muchos adolescentes es una forma de probar sus habilidades en un contexto que supone un desafío. Existen varias áreas en las que los adolescentes pueden tener dificultades para expresar todo su potencial en nuestra sociedad que podríamos llamar los “obstáculos al disfrute de la adolescencia”, que se resumen en:

1. Restricción de movimiento y libertad.
2. Falta de responsabilidad.
3. Problemas de sexualidad e intimidad.
4. Aislamiento de los modelos adultos.
5. Falta de poder y control.

Aparece la llamada lucha de independencia, esta fase puede comenzar en la etapa inicial de la adolescencia, durante la adolescencia intermedia (15–19 años de edad) cuando los jóvenes tienden a reafirmar su independencia separándose

desus padres y otros adultos. Durante este período, se muestran reticentes a aceptar el consejo o las críticas de sus padres y tienden a desarrollar un fuerte lazo con su grupo de pares. Este sentimiento de “invencibles” les urge aprobar su independencia y autonomía. Las influencias sociales y ambientales determinan si esta conducta se convierte en constructiva o destructiva para la salud y bienestar del adolescente. La desviación constructiva se refleja en el joven que lucha por su independencia y trata de involucrarse en el estilo de vida adulto (Maddaleno & Shutt-Aine, 2003).

Álvarez (2010) señala que cuando en los primeros años de vida, el grupo de referencia de gran importancia para el niño era la familia y la escuela, en la etapa de adolescencia, los espacios donde son posibles los intercambios se expanden de manera extraordinaria, mientras por otro lado se debilita mucho la referencia a la familia en el proceso de autonomía personal.

Otro aspecto de gran importancia en este periodo es el enamoramiento, ya que, se tienen vinculaciones y enamoramientos, estos pueden ser con maestros, entrenadores. Los mismo compañeros del sexo opuesto, ya que comienzan a convivir en ambientes mixtos, grupos en donde los jóvenes experimentan por primera vez, la unión en parejas y es frecuente que en estos contextos ocurran las primeras conductas románticas o sexuales, estas primeras conductas implican tomarse de las manos, abrazarse y besarse y caricias por encima de la cintura (Shibley, 2002).

En ésta etapa los y las adolescentes comienzan a sentirse atraídos por personas del sexo opuesto, y disfrutan permaneciendo juntos por mucho tiempo, asisten a actividades colectivas en donde su principal objetivo es la diversión, aquí es donde las citas se convierten en un suceso importante ya, que estas se vuelven en un principio la manera de aprender cómo establecer intimidad con otro individuo. Feldman (2007) refiere que las citas en la adolescencia temprana y media no son exitosas para facilitar la intimidad y la verdadera intimidad se hace

presente y se vuelve más común en la adolescencia avanzada, ya que en este punto los adolescentes toman más en serio la relación por medio de las citas y la ven como una manera de elegir pareja.

2.3.1. Asertividad

Los cambios vividos en los jóvenes durante este período, tiene diversas implicaciones, y la manera de reaccionar ante tales hechos, depende en gran medida de diversos factores entre ellos, las llamadas habilidades para la vida o habilidades sociales, las cuales en la mayoría de los casos facilitan la convivencia con otros, además de fomentar una estructuración más sana de la personalidad, por ello es importante señalar estas habilidades y la funcionalidad en el desarrollo de los adolescentes.

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS, 1993), la asertividad es la capacidades para adoptar un comportamiento adaptativo y positivo que permite a los individuos abordar con eficacia las exigencias y desafíos de la vida cotidiana. Son habilidades personales, interpersonales, cognitivas y físicas que permiten a las personas controlar y dirigir sus vidas, desarrollando la capacidad para vivir con su entorno y lograr que éste cambie. Estas habilidades debe considerarse dentro de un marco cultural determinado, y los patrones de comunicación varían ampliamente entre culturas y dentro de una misma cultura, dependiendo de factores tales como la edad, el sexo, la clase social y la educación. Además, el grado de efectividad de una persona dependerá de lo que desea lograr en la situación particular en la que se encuentre.

Según la Organización Mundial de la Salud (2001) las habilidades para la vida abarcan tres categorías básicas que se complementan y fortalecen entre sí.

Habilidades sociales	Habilidades cognitivas	Habilidades emocionales
Asertividad,	Resolución de problemas	Autoestima

Comunicación	Administración de tiempo	Manejo de estrés
Empatía	libre	Control de la ira
Negociación o rechazo.	Proyecto de vida	Control de emociones
	Pensamiento crítico	

Tabla 1. Tabla de habilidades básicas

En el anterior apartado describimos la importancia de alta o baja autoestima, esto solo para ejemplificar la fuerza con la que cada individuo puede enfrentarse a situaciones adversas, y el cuadro antes descrito tiene que ver con las habilidades sociales, es decir, con la competencia social o la capacidad que tiene la persona para enfrentarse con éxito a las exigencias y desafíos de la vida diaria, actuar de una manera pertinente negociando con el entorno social y afrontando las complejidades de la vida, con el fin de mantener un estado de bienestar físico, psicológico y social, mediante un comportamiento positivo y adaptable en la interacción con las demás personas y con el entorno social y cultural (Maddaleno & Shutt-Aine, 2003).

La educación en estas habilidades, puede fortalecer la competencia psicosocial de los jóvenes y dentro de esta educación debe haber información, actitudes adecuadas, cualidades y valores.

El cuadro describe tres aspectos fundamentales importantes para la vida. Maddaleno & Shutt-Aine (2003) señalan que las habilidades cognitivas se refieren a la toma de decisiones, solución de problemas, comprensión de la consecuencia de las acciones, determinación de soluciones alternativas, habilidades de pensamiento crítico, análisis de la influencia de sus pares, los medios de comunicación, las creencias sociales, autoevaluación y clarificación de valores. Y las habilidades para el control de las emociones: Autoconocimiento y manejo de las emociones, (manejo de sí mismo).

La conducta asertiva es considerada un elemento fundamental en el proceso de socialización y en algunos casos un equivalente a habilidad social; es el arte adquirido mediante la experiencia y la práctica de comunicarse con personas de todos los niveles, que implica habilidades para expresar y responder a sentimientos, opiniones, creencias, intereses, valores, expectativas y disgustos de manera apropiada, honesta, directa, con seguridad y libertad, respetando la dignidad y derechos propios y ajenos. La conducta asertiva requiere del conocimiento y aceptación de capacidades y limitaciones, centrando la atención en el logro de metas y manteniendo el respeto propio independientemente si éstas se logran o no. De manera contraria, los comportamientos agresivos y pasivos son expresiones no asertivas que tienen consecuencias negativas; impiden una comunicación efectiva, adecuada, satisfactoria y armoniosa; afectan la integridad psicológica y física del individuo y obstaculizan el desarrollo de potencialidades humanas. Diversos estudios han puesto de manifiesto que algunos de los riesgos en el inicio del consumo de sustancias en los adolescentes están relacionados con una insuficiente habilidad para intercambiar ideas, emociones o solucionar problemas, así como presentar dificultades para defender los propios derechos ante los demás; es decir, carecer de respuestas asertivas. Asimismo, se ha encontrado que algunos jóvenes que consumen alcohol, beben para facilitar sus interacciones sociales y que con mayor frecuencia los varones tienen menos habilidades para afrontar el ofrecimiento de bebidas alcohólicas (Arellanez, Martínez & Velázquez, 2012).

Por consiguiente, el desarrollo de estas habilidades está estrechamente relacionado con el aprendizaje. A medida que los adolescentes tienden a pensar de forma más abstracta, están más capacitados para tomar decisiones que puedan contribuir a conductas saludables. Para desarrollar habilidades cognitivas y de razonamiento sólidas, los adolescentes necesitan práctica y experiencia para manejar sus nuevas experiencias y situaciones, y los adultos deben promover estas prácticas. Es importante explorar la influencia que tienen la percepción, los valores y las actitudes de los jóvenes sobre su conducta. Esto puede llevar a un

desarrollo adolescente saludable, en el que los jóvenes posean una serie de habilidades para resistir presiones, negociar interacciones interpersonales con éxito y comportarse de acuerdo con sus valores y creencias personales, he ahí la relevancia del tema en cuestión ya que es importante implementar en el adolescente estas habilidades, para potenciar en el adolescente la promoción del bienestar y ajuste psicosocial, y con ello, la prevención de conductas de riesgo tan graves para el adolescente, como son el consumo de drogas, participación en conductas delictivas, violentas y conductas sexuales riesgosas.

Respecto a las conductas sexuales, se encontró que la asertividad se encuentra complementemente ligada a la asertividad sexual. Iglesias (2010) la define como la capacidad para llevar a cabo la asertividad social en un contexto sexual, es decir:

“La conciencia de uno mismo como ser sexual y el uso, con poca ansiedad, de un conjunto de habilidades conductuales para obtener satisfacción sexual de uno mismo y de su pareja” (Iglesias, 2010, p. 294).

Es la capacidad para iniciar la actividad sexual, rechazar la actividad sexual no deseada, así como negociar las conductas sexuales deseadas, el empleo de métodos anticonceptivos y los comportamientos sexuales más saludable. Un gran número de estudios demuestra que la asertividad sexual constituye un componente central de la sexualidad humana, pues se relaciona con diversos aspectos de la respuesta sexual, como el deseo y la satisfacción sexual. Por lo tanto son comportamientos que no se pueden separar de la sexualidad humana, en el siguiente capítulo se abordará el tema de sexualidad ampliamente, ya que esta se vuelve una parte fundamental en el desarrollo del individuo y es un aspecto involucrado a la adolescencia como tal.

Para fomentar la asertividad se tiene que emplear una serie de técnicas que te permitan el desarrollo de la misma, estas técnicas deben tener por objetivo enseñar a las personas como emplearlas ante situaciones adversas, que tipo de alternativa de resolución tienen, la eficacia de las misma y las repercusiones que trae para la mejora de su interacción.

3. DEFINICIONES DE SEXUALIDAD

A lo largo de este tercer capítulo se abordaran los principales aspectos de la sexualidad adolescente, conceptos como: sexo, género e identidad sexual. Aspectos relacionados a la salud sexual y reproductiva de las y los adolescentes. El manejo de la sexualidad y las alternativas de la misma. Como se mencionó en los capítulos anteriores, durante este período, los cambios hormonales de la pubertad no sólo estimulan la maduración de los órganos sexuales, sino que también producen un nuevo rango de sentimientos respecto a la sexualidad misma. La conducta y los pensamientos sexuales se convierten en preocupaciones centrales de los adolescentes, en los humanos como seres sexuados biológicamente, la sexualidad no se remite únicamente al concepto biológico sino a los diversos significados que cada sociedad, cultura e individuo le atribuyen a la misma.

3.1 ¿Qué es la sexualidad?

En México hay un gran número de adolescentes y jóvenes que realmente no saben o no entienden hechos significativos sobre la sexualidad. Además, en su mayoría no se han detenido a pensar que el sexo formará parte de sus vidas y que tendrán que tomar sus propias decisiones acerca de él. Aún en la actualidad habiendo más flexibilidad ante el tema, sigue generando en los jóvenes sentimientos como culpa o ansiedad acerca de su comportamiento sexual y qué decir del número de jóvenes que comienzan con una actividad sexual temprana y muchas veces detonan en situaciones como embarazos precoces o algún contagio de alguna infección de transmisión sexual. Las y los adolescentes tienen la responsabilidad al igual que el derecho de obtener la información necesaria y adecuada sobre su sexualidad para traducirse en la toma de decisiones adecuadas respecto a su propio cuerpo (Maddaleno & Shutt-Aine, 2003).

Durante esta etapa, con carácter dinámico, incluyendo el carácter biológico, social y psicológico que anteriormente se han descrito, las y los jóvenes descubren su sexualidad, y empiezan a experimentar con la sexualidad de otras personas. Las prácticas sexuales como la masturbación adquieren mucha relevancia. Se da un acercamiento más profundo con el cuerpo, el placer sexual y lo prohibido. Se cuestionan las normas sociales sobre lo que se puede o no se puede, sobre lo que es ser hombre o ser mujer, y se van construyendo muchos significados respecto a la sexualidad. Culturalmente, esta etapa representa un despertar hacia lo que será la adultez y las responsabilidades que ello implica. Los hombres y mujeres tendrán significados distintos sobre la sexualidad y de igual manera jugaran distintos roles, que muchas de las veces serán puestos en tela de juicio (Maddaleno&Shutt-Aine, 2003).

La genitalidad ocupa ahora un lugar clave para el sujeto. Aparecen los enamoramientos, la seducción, los “ligues” y las primeras experiencias sexuales. (Rahola et al. 2002). El cuerpo humano es sexual en su conjunto, abarcándolo como un todo y no solo los órganos genitales; la sexualidad es al mismo tiempo, el medio que proporciona la más profunda unión psíquica y física entre dos personas ya que comparten emociones y sensaciones.

Para la aplicación del presente taller se tomó en cuenta la definición de sexualidad expuesta por Monroy (2003) en ella se considera que la sexualidades un conjunto de características biológicas, psicológicas y socioculturales que nos permiten comprender el mundo y vivirlo por medio de nuestro ser como hombres o mujeres, dado que se convierte en una parte fundamental sobre nuestra personalidad e identidad, sin desligar que la sexualidad sea una necesidad humana que se expresa mediante el cuerpo, es un elemento básico de la feminidad o masculinidad, de la autoimagen y autoconciencia del desarrollo personal, además de que permite establecer relaciones interpersonales significativas con otros.

La sexualidad es una dimensión del ser humano ineludible, se basa: en el sexo, las identidades de sexo, el género, la orientación sexual, el erotismo, la vinculación afectiva, el amor y la reproducción. Se experimenta o se expresa en forma de pensamientos, fantasías, deseos, creencias, actitudes, valores, actividades, prácticas, roles y relaciones y la interacción de los múltiples factores, permite que cada individuo viva y exprese, a través de lo que siente, piensa o hace y en cada una de las etapas de la vida se muestra de forma distinta (Consejo Estatal de Población, 2010).

Sexualidad y sexo, son dos términos que tienden a considerarse sinónimos, sin embargo existen claras diferencias. *Sexo*, se refiere al conjunto de características biológicas que definen al espectro de humanos como hembras y machos. El término *género* contempla la suma de valores, actitudes, papeles, prácticas o características culturales basadas en el sexo. El género refleja y perpetúa las relaciones particulares entre el hombre y la mujer (Coespo, 2010).

3.1.1. Identidad sexual, género y sexo

Rahola et al. (2002) afirman que, durante la adolescencia la constitución psíquica de la identidad sexual y la elección amorosa son principalmente lo que está en juego. La familia y las instituciones empujan para que el adolescente se reconozca, definiendo su propia identidad: haciendo de las diferentes “versiones” de identificación que se le presentan, una “versión definitiva”. Pues es a través de la relación con el otro sexo, cuando las incertidumbres se hacen más grandes en el adolescente, como qué posición mantener en cuanto a la vivencia de la sexualidad, por ello, a través de un arduo proceso de identificación es como logra consolidar la identidad sexual.

La identidad sexual es definida por Monroy (2003) como el aspecto psicológico de la sexualidad y este comprende tres elementos que no se pueden separar: la identidad de género, el rol o papel de género y la orientación sexual,

se describe la identidad de género como el aspecto psicológico de la sexualidad, sentirse hombre o mujer manifestando externamente por medio del rol o papel de género que es todo lo que una persona hace o dice para indicar a otros o a sí mismo el grado en el que es hombre o mujer o incluso ambivalente y la orientación se refiere a la atracción, gusto o preferencia de la persona para elegir compañero sexual.

Durante la etapa inicial de la adolescencia (de 10 a 13 años) e intermedia (de 14 a 17 años) cuando se solidifica la identificación de género observando los roles de género en los adultos de su entorno. Desarrollan imágenes personales e ideales de masculinidad o feminidad basados en estereotipos sociales según el sexo, la mayoría de las veces tiene gran influencia con los medios de comunicación y por último la identificación de género que incluye el reconocimiento y conciencia de que uno es hombre o mujer y a su vez asumir las funciones, valores y responsabilidades que conllevan. Este es el aspecto más básico del desarrollo de la identidad y sucede muy temprano durante el proceso de desarrollo. La mayoría de las personas jóvenes tienen un firme sentido de su identidad sexual antes de la adolescencia y reconocen las funciones que caracterizan a hombres y mujeres, pero es durante la adolescencia cuando los jóvenes se identifican más fuertemente con los roles adultos del género. (Maddaleno & Shutt-Aine, 2003).

Es entonces cuando la orientación sexual se vuelve un tema de debate; Feldman (2007) hace énfasis en que la orientación sexual es complicada, ya que esta, puede verse relacionada con el objeto de interés sexual y la identidad de género, la identidad de género es, el género que un individuo cree que tiene psicológicamente y aquí es cuando la orientación sexual y la identidad de género no necesariamente, se relacionan, un hombre que tiene una fuerte identidad de género masculino puede sentirse atraído por otro hombre, dando por hecho de que, el grado en que hombres o mujeres representan la conducta masculina o

femenina tradicional no necesariamente se relaciona con su orientación sexual. La orientación sexual es definida por la Coespo, 2010 como:

“...la organización específica del erotismo y el vínculo emocional de un individuo con relación al género de la pareja involucrada en la actividad sexual. La orientación sexual puede manifestarse en forma de comportamientos, pensamientos, fantasías o deseos sexuales, o en una combinación de estos elementos” (Coespo, 2010, p.24).

Esta atracción hacia el sexo opuesto o el mismo sexo se dispara por el aumento hormonal característico de la etapa y durante la adolescencia temprana el joven se hace más consciente de cuál es el sexo que le atrae y le excita más. Los jóvenes empiezan a desarrollar conciencia sobre su orientación sexual, su atracción sexual o emocional hacia los hombres, mujeres o ambos sexos. Aun cuando muchos homosexuales o lesbianas adultos recuerdan su adolescencia como un periodo de confusión acerca de su orientación sexual, la mayoría no se identifica a sí mismo como homosexual antes de la adolescencia tardía; esto puede estar relacionado con los valores sociales y los tabúes asociados con la homosexualidad (Coespo, 2010).

Durante esta etapa, las tensiones aumentan para los homosexuales, ya que se enfrentan a situaciones y prejuicios sociales muy fuertes, aunque casi al finalizar la adolescencia, deciden afrontar la situación y adoptan su orientación sexual y se sienten cómodos con ella y algo que aún en la actualidad es difícil plantear es que, aún no existe una explicación plenamente aceptada de por qué algunos adolescentes desarrollan una orientación heterosexual y otros homosexual y se ha llegado a la conclusión de que la orientación sexual tiene gran relación con factores diversos como pueden ser los genéticos, fisiológicos y ambientales (Feldman, 2007).

En la adolescencia, es común que los jóvenes decidan iniciar con su actividad sexual. LaCoespo (2010) señala que la actividad sexual, es una expresión conductual de la sexualidad personal donde el componente erótico es el más evidente y la actividad sexual se caracteriza por los comportamientos que buscan el erotismo y es sinónimo de comportamiento sexual.

Los jóvenes comienzan a formar nuevas vinculaciones afectivas, sobre todo con el grupo de pares y aquí mismo es cuando muchos de ellos comienzan los primeros noviazgos y por tanto los primeros contactos de tipo sexual. Feldman (2007) asegura que las relaciones sexuales se vuelven un aspecto importante, ya que la mayoría de la gente, lo alcanza durante la adolescencia; y generalmente la edad de la primera relación sexual refleja las influencias socio-culturales de cada individuo.

Un aspecto integrado a la sexualidad y del que poco se habla, es la masturbación, durante esta etapa el joven descarga su impulso sexual en esta práctica y parece ser como una parte normal en el desarrollo de los jóvenes, el único mal que puede traer consigo esta práctica es el hacer sentir al joven culpable, lo cual generará sentimientos como ansiedad, que lejos de detenerse en hacerlo, producirá mayor necesidad de hacerlo, debe ser vista como una descarga natural del impulso sexual; en el pasado, esta era vista de manera muy negativa, pero en la actualidad es considerada como una práctica normal e inofensiva que muchas de las veces procederá hasta la etapa de la adultez (Monroy, 2003).

De acuerdo con Feldman (2007), la masturbación es el primer tipo de sexo que practican los adolescentes y se le conoce como auto-estimulación sexual solitaria o masturbación y para la edad de 15 años un 80% de los jóvenes y 20% de las jóvenes reportan que lo han hecho alguna vez y la frecuencia de la masturbación en los hombres ocurre más al inicio de la segunda década de edad y luego disminuye, mientras que en las mujeres la frecuencia es menor al inicio y se incrementa a lo largo de la adolescencia.

La sexualidad recibe influencias sociales, económicas y culturales, mismas que moldean la manifestación del sexo biológico en la conducta en relación con el medio ambiente y con nosotros mismos; esto nos hace pensar en la gran importancia de los factores externos que influyen en la sexualidad y su formación, además en el marco de referencia interno que se forma en el transcurso del tiempo, permite a los individuos formular un concepto de sí mismo sobre la base de su sexo, género y orientación sexual y desenvolverse socialmente conforme a la percepción que tiene de sus capacidades sexuales.

Una parte básica de la vida sin duda es la sexualidad y contempla además de la vida sexual otros aspectos definitorios como; son los elementos culturales, emocionales, sociales, hormonales, etc., y el proceso histórico por el que se le conoce a la misma anteriormente solo se enfocaba dentro de la genitalidad, es decir, lo físico. La sexualidad se limitaba casi exclusivamente al coito. Hoy día, este concepto ha evolucionado, hasta el punto en el que se entiende que una mirada, un gesto, una caricia, un susurro, pueden considerarse como componentes sexuales, que cumplen el objetivo principal del sexo: el placer (Monroy, 2002).

Todo conocimiento acerca de la sexualidad implica actitudes, ya sean positivas o negativas, ante las cuales cada individuo, determina su conducta sexual, siendo que una actitud abierta puede permitir la existencia de los valores de cada individuo en el medio social. Y en esta relación social encontramos que también hay diferentes actitudes respecto a la educación sexual, hay una gran ambivalencia respecto a esto. Cada individuo se vuelve responsable de sus acciones, esto serán comportamientos sexuales responsables y se expresa en diferentes los planos personal, interpersonal y social. Por ello se hace conveniente hablar de las implicaciones de la educación sexual, ya que también la sociedad tiene una gran influencia con esto, fomentando los comportamientos sexuales responsables al proporcionar la información, recursos y derechos que las personas necesitan para participar en dichas prácticas (Feldman, 2007).

3.2. Educación sexual: conducta sexual adolescente

La educación sexual, es imprescindible en la actualidad, ya que los seres humanos somos seres sexuados y como seres con este carácter, no podemos desligarnos de la misma y esta se vuelve una característica con la cual los individuos vivimos. Durante esta etapa se tiene una implicación negativa designada principalmente por lo social, hay una serie de definiciones que nos hablan de las conductas antisociales o peligrosas que ponen en riesgo la salud de los adolescentes. Rodríguez (2007) asegura que el fomentar que los jóvenes se sientan bien con su sexualidad; requiere redes de apoyo, entre las cuales, la educación sexual tiene su contribución, y uno de los principales propósitos, es que los jóvenes puedan conocerse, aprendan a aceptarse y puedan expresar su sexualidad de manera armoniosa.

La educación sexual comienza desde el núcleo familiar, la familia juega uno de los roles más importantes, ya que esta tiene la función de iniciar el proceso de socialización de los hijos y en relación con la sexualidad el proceso educativo no tiene por qué ser diferente ya que es en el seno familiar donde el niño aprende su papel femenino o masculino, descubre su cuerpo, los nombres de las partes y funciones sexuales del mismo, la valoración de ellas y de su sexo de asignación lo que es o no aceptado por su grupo social, las relaciones interpersonales con el mismo y el otro sexo (Monroy, 2002).

Aunque autoras como Rodríguez (2007) mencionen que en la actualidad los jóvenes ven a la Escuela como un agente principal de información sobre sexualidad, los padres de familia ocupan el segundo lugar y, el 10% lo recibe de los amigos. A pesar de que la educación sexual es abordada en el ámbito escolar, la mayoría de los jóvenes llegan al nivel medio superior desconociendo principios básicos. Los adolescentes requieren de más y mejor información que les permita conocerse a sí mismos y a su entorno social, adquirir valores y actitudes que

enriquezcan su formación como sujetos capaces de reflexionar y decidir el ejercicio de su sexualidad con autonomía y responsabilidad.

Por ello, cualquier tipo de programa que tenga por objeto la educación sexual y que se desarrolle dentro de las escuelas, debe contar con el principal apoyo de los padres de familia, ya que esto permitirá mejores resultados, dejando a un lado las creencias de que, la educación sexual puede llevar a los adolescentes a tener un abuso de su cuerpo o promiscuidad, ya que las encuestas realizadas revelan lo contrario que a mayor educación, mayor respeto por uno mismo y por los demás. Y una característica que no se debe omitir en cuanto a la educación sexual, es que los contenidos de la misma deben ser acordes con el desarrollo psicosexual del niño de las y los adolescentes (edad, intereses, necesidades reales y sentidas) (Monroy, 1983).

Haciendo una remembranza en el aspecto histórico de la educación sexual, en el mundo occidental del siglo XX, este fue testigo de innumerables controversias sobre los conceptos de educación sexual. La industrialización, la urbanización y las transformaciones de la familia tradicional llevaron a desarrollar propuestas de educación sexual que respondieran a los profundos cambios culturales. Una diversidad de modalidades educativas en Europa, en los Estados Unidos, en América Latina abrieron el camino, dentro de ellas, podemos ubicar principalmente dos enfoques: la visión conservadora y la progresista. Desde la visión conservadora se desarrolló una educación sexual basada en prejuicios negativos, con la idea de controlar a las juventudes ante las tentaciones o debilidades sexuales, basaron sus mensajes en el valor de la castidad enfocándose en las consecuencias negativas del ejercicio irresponsable de la sexualidad: la disolución de la familia, la promiscuidad, los embarazos fuera del matrimonio y la proliferación de enfermedades. Por el contrario, la visión progresista se basa en la investigación y la información científica, trata a las juventudes como seres en desarrollo capaces de reflexionar con base en su conciencia individual, de decidir sobre su comportamiento sexual recurriendo a

prácticas preventivas y participando activamente en los programas (Rodríguez, 2007).

A comienzos del siglo XXI, se comienza a tener una actitud positiva hacia la sexualidad y hacia las prácticas preventivas, producto que ha resultado de la inversión de casi 30 años de actividades muy diversas por parte de diferentes agentes de cambio. Hoy podemos ver un efecto muy concreto entre los y las adolescentes que ha sido resultado de la educación sexual de la escuela, de la orientación en los centros de salud, de los mensajes de la televisión así como de las madres y padres de familia que se han abierto a la comunicación. La educación sexual ha venido trabajando con el propósito de poder prevenir ciertas conductas de riesgo que son preocupantes para la sociedad, teniendo clara la noción de su contribución positiva para la prevención de las mismas, conductas como embarazos en la adolescencia y contagio de infecciones de transmisión sexual (Molina, 2013).

Por ejemplo los efectos positivos que se han visto a partir de la implementación de programas de educación sexual, si hablamos de la prevención en el embarazo adolescente, considerando que este lleva consigo riesgos en la salud de la madre y de su descendencia, limitando a las adolescentes en el desarrollo personal y sus trayectorias de vida, los países en donde las jóvenes tienen más escolaridad, más información y mayor acceso a servicios de anticoncepción, las tasas de embarazo entre adolescentes son menores, en México, 70 de cada 1000 mujeres jóvenes están embarazadas, en Estados Unidos la tasa es de 52 por cada 1000, en tanto que en Francia y Alemania el número de embarazos en la adolescencia es bajísimo. En México el embarazo adolescente ha venido descendiendo debido a las mayores oportunidades para las mujeres, a la educación sexual y los servicios de salud reproductiva. En 1974 una de cada ocho mujeres mexicanas de 15 a 19 años tenían al menos un hijo, en el año 2000, una de cada catorce de las jóvenes de este grupo de edad es madre. Diversos estudios han demostrado que la utilización de anticonceptivos y condones

aumenta y es más constante entre quienes han participado en cursos de educación sexual, sobre todo si esta información se recibe antes de la primera relación sexual, es decir, en la preadolescencia. El uso correcto y constante del condón protege entre un 90 y 95% de la transmisión de infecciones de transmisión sexual incluyendo el SIDA. El uso del condón o preservativo ha comenzado a generalizarse entre los y las jóvenes que han escuchado de la existencia de este dispositivo desde que nacieron a través de las campañas de televisión contra el SIDA, las campañas de planificación familiar y la información de la escuela. En los últimos años se ha logrado que más de la mitad de los jóvenes que tienen relaciones sexuales utilicen el condón, al menos una vez, otros métodos anticonceptivos también han incrementado su uso (Rodríguez, 2007).

Históricamente, los programas oficiales de educación sexual de México han incorporado elementos importantes de la sexualidad en el curriculum escolar del nivel básico, desde 1974 los temas de pubertad, reproducción, planificación familiar e Infecciones de Transmisión Sexual (ITS). A mediados de los 80 ante la epidemia del VIH/SIDA se desplegó una campaña nacional de medios dirigida por el sector de salud, muy enfocada al uso del condón y a las prácticas de sexo más seguro, y se incorporó la prevención del VIH/SIDA en los programas y planes de estudios, como cultura de la prevención en la primaria y como parte de la prevención de ITS en los programas de las escuelas secundarias. En 1997 instituciones gubernamentales y organizaciones de la sociedad civil colaboraron en la reforma curricular para dar una visión integral de la educación sexual, en consonancia con el plan de acción de la Conferencia Internacional de Población y Desarrollo de El Cairo, llegando a incluir en el currículum oficial los temas de igualdad de género, erotismo, relaciones sexuales y el condón desde el 6º año de primaria y se creó una nueva asignatura de Formación Cívica y Ética, con una visión más integral que incorpora la perspectiva de derechos sexuales dentro de la formación ciudadana. Sin embargo estos avances no han sido acompañados por una amplia capacitación y actualización del magisterio ni por el desarrollo de estrategias y materiales educativos novedosos que faciliten las tareas. En agosto

del 2008, en el marco de la Conferencia Mundial de VIH-SIDA, el gobierno de México convocó y firmó la Declaración Ministerial “Prevenir con Educación”, en la cual se comprometieron los Secretarios de Educación y de Salud de 27 países latinoamericanos para promover una educación sexual integral en las escuelas de la región, estableciendo metas específicas para reducir en 75 por ciento las escuelas sin educación sexual integral y en 50 por ciento los estudiantes sin servicios de salud sexual y reproductiva, para el año de 2015 (Rodríguez, 2009).

Es importante destacar la continuidad y la mejora de estos programas en la educación de los jóvenes, una educación sexual integral, debe estar integrada por diversos factores: biológicos, psicológicos, sociales, culturales, afectivos, éticos y la escuela, la cual constituye uno de los ejes fundamentales del espacio de enseñanza y aprendizaje, con contenidos que se adecuan a las edades de los niños e incluye el desarrollo de saberes y habilidades para el cuidado del propio cuerpo; la valoración de las emociones y de los sentimientos en las relaciones interpersonales; el fomento de valores y actitudes relacionados con el amor, la solidaridad, el respeto por la vida y la integridad de las personas, y el ejercicio de los derechos relacionados con la sexualidad. También promueve el trabajo articulado con las familias y de algunas instituciones (Molina, 2013).

Al valorar el efecto que los programas de educación sexual pueden lograr, los jóvenes deben conocer qué tipo de repercusiones puede traer a su vida el tomar decisiones desinformadas. Por ejemplo al hablar de paternidad y maternidad precoz, representa problemas que los adolescentes no han contemplado; primero la crianza de los hijos, tiene grandes costos, los costos directos para las jóvenes madres en términos de pérdida o de postergar la educación, generando como consecuencia cambios abruptos en sus trayectorias evolutivas, en las relaciones con sus iguales y pérdida de oportunidades económicas. En segundo lugar; los abuelos también se ven afectados, al principio generalmente se sienten disgustados, lo que impide la aceptación del embarazo,

esto supone una distorsión de sus propios planes de vida, con frecuencia han de cargar con las responsabilidades del cuidado de un niño que no es suyo, además de proporcionar un espacio adicional para el nuevo niño y alimentar una nueva boca, y en tercer lugar; para los hijos nacidos de madres adolescentes, el coste incluye una mayor probabilidad de vivir en pobreza y en una familia de un único progenitor, pobres expectativas educativas, un posterior desarrollo pobre y un aumento en la probabilidad de ser padre también cuando llegue a la adolescencia (Philip, 2000).

El beneficio que trae consigo la educación sexual es sin duda muy grande, pero aún tiene mucho que mejorar. Existen diversas propuestas para ello, y es que la educación sexual integre todas las esferas de posible acción y contemple factores informativos y que posibilite el desarrollo de habilidades que les ofrezcan una amplia gama de alternativas que permitan disfrutar su sexualidad responsablemente.

3.3. .Alternativas para la conducta sexual

De acuerdo con el Desarrollo Integral del Adolescente (DIF, 2012), las prácticas sexuales tienen varios fines, el primero es la preservación de la especie, el cual depende de la conducta sexual que es el apareamiento entre los sexos complementarios con la finalidad de procrear, el segundo es como fuerza cohesiva entre la pareja y como medio para mantener la unión familiar, la sexualidad constituye fuerza para formar vínculos de intimidad entre pareja, el tercer es como un medio de comunicación de efectos como el amor, la sociedad y la agresividad, también funciona como un símbolo de posición o de estatus social, por ejemplo en los adolescentes, mientras más experiencias sexuales tengan mayor es su grado de masculinidad en los hombres y el último de los propósitos es donde la sexualidad ha sido negada o controlada y esta es la de obtención de placer. Aunque en la actualidad existe mayor libertad en cuanto a las actitudes hacia la sexualidad, hay mayor tolerancia a la diversidad de comportamientos sexuales

esto influye en los jóvenes. Aun cuando el acto sexual se realiza en la intimidad, la sociedad influye sobre el comportamiento, las repercusiones sociales han llegado a normalizar y regular este comportamiento a través de las leyes, valores, mitos, tabúes, etc.

Entre las alternativas en las conductas sexuales que se les puede ofrecer a los adolescentes, está la masturbación, que es una práctica común entre los jóvenes y muchas veces libera tensión, sin embargo es una de las conductas que más está cargada de mitos o prejuicios (DIF, 2012).

Otra de las alternativas que los jóvenes utilizan para satisfacer sus necesidades son las caricias sexuales, la cual representa una alternativa adecuada ante la prohibición y los riesgos de llegar a tener una relación sexual coital y al referirse a las caricias sexuales, se refiere al hecho de mantener contacto físico entre dos personas con el propósito de obtener gratificación a través de la excitación sexual pero sin implicación, coito, pene-vagina, el significado primario de las caricias sexuales es iniciar los encuentros heterosexuales y psicosociales como parte del desarrollo psicosexual del adolescente, esta práctica constituye un ensayo a través de la cual los adolescentes experimentan y aprenden sobre la sexualidad propia y de la pareja, al igual que otro tipo de prácticas tiene algunos argumentos a favor y otros en contra, algunos a favor, pueden ser el autoconocimiento sin el coito y alguna de las desventajas por ejemplo es que es una práctica que socialmente no es aceptada y hasta cierto punto la sociedad desaprueba este tipo de caricias, por ejemplo la doble moral que repercute más en las mujeres quienes deben de comportarse con ciertas actitudes contrarias a las caricias sexuales.

Otra de las alternativas de la conducta sexual, es el coito es quizá más controversial en la vida de los adolescentes ya que los adultos a menudo se muestran muy preocupados por si los jóvenes deben o no deben iniciar con su vida sexual, en la cual el coito es la forma predominante de la conducta sexual de

todas las sociedades occidentales y la relación sexual implica varias etapas por las que hay que atravesar para llegar a la resolución única del acto sexual, la cual comienza con la erección del pene y la lubricación de la vagina, después de que se ha presentado un estímulo sexual afectivo, estas respuestas ponen al individuo en condiciones biológicas y psicológicas para la unión única y se manifiesta por una tensión que se va aumentando, por lo que el sujeto tiene que liberar la tensión a través de una respuesta fisiológica, el orgasmo, el cual va acompañado usualmente de una respuesta psicológica de placer intenso, en el hombre por la eyaculación. Respecto a este acto existen muchos mitos y creencias, pero lo que es cierto es que se ha visto un aumento en el inicio de las relaciones sexuales coitales en los jóvenes, esto pudiera ser un reflejo a la mayor permisividad a los jóvenes y la mayor libertad de decidir sobre su sexualidad, algo contrario a las generaciones anteriores en donde las relaciones sexuales premaritales eran vistas como algo pecaminoso (DIF, 2012).

Una conducta alternativa, es la abstinencia. La abstinencia sexual total es la manera más eficaz de protegerse ante conductas de riesgo como: el embarazo o infección por el VIH. Funciona mejor cuando van dirigidas a jóvenes que todavía no están sexualmente activos. Daileader (2003) informa que hay programas que han logrado la postergación de aproximadamente un año en la iniciación sexual en los jóvenes. La "abstinencia" significa distintas cosas para distintas personas. La mayoría de los grupos religiosos por lo general ven la abstinencia como un compromiso de abstención de relaciones sexuales hasta el matrimonio. Otras personas ven la abstinencia como la postergación de las relaciones sexuales hasta algún momento en el futuro, por ejemplo, cuando inicien una relación de compromiso previa al matrimonio. El término también puede referirse a quienes han estado sexualmente activos pero que luego han decidido abstenerse, lo cual se conoce como "abstinencia secundaria" La iniciación sexual a temprana edad puede colocar a los adolescentes en situación de mayor riesgo de embarazo no deseado, VIH y otras infecciones de transmisión sexual (ITS).

Estudios recientes demuestran que una mayor asertividad sexual se relaciona no sólo con el uso del preservativo de forma consistente, sino también con la intención de uso del mismo independientemente de si se ha o no ingerido alcohol, las actitudes positivas hacia su uso, la intención para usar microbicidas y utilizar mejores estrategias de influencia para el uso del preservativo. Además, puede actuar como mediador en la relación que se establece entre la victimización sexual y las conductas sexuales de riesgo. Por el contrario, la baja asertividad sexual se relaciona con dificultades para usar el condón y con el uso inconsistente de mecanismos útiles para la prevención de embarazos. También se ha señalado que las personas con baja asertividad sexual tienen un mayor número de parejas sexuales, suelen tener más parejas en riesgo para el contagio por VIH, a su vez un mayor número de relaciones sexuales casuales. La asertividad sexual es menor en mujeres que tienen encuentros ocasionales que en aquellas con pareja estable, también se ha puesto de manifiesto que las intervenciones destinadas a prevenir el contagio de ITS/VIH producen mejoras en la asertividad sexual y que los programas destinados a mejorar la asertividad sexual reducen el número de conductas de riesgo emitidas por una persona (Iglesias, 2010).

Por ello dentro de las alternativas para que los jóvenes vivan su sexualidad también entran los métodos anticonceptivos, la información sobre los mismos, es responsabilidad de quienes deciden iniciar su vida sexual, pero si este adolescente es asertivo, la mayoría de las veces sabrá decidir adecuadamente sobre su sexualidad, aunado a esto resulta necesario decir que los sistemas de apoyo social con los que cuentan los adolescentes como las relaciones con los padres y pares contribuyen a aumentar la autoestima de los adolescentes. Un buen nivel de autoestima y bienestar emocional permite a los adolescentes desarrollar una serie de habilidades personales y facilita la toma de decisiones que llevan a una vida sexual más saludable. Por el contrario, la baja autoestima se ve implicada en conductas de riesgo sexual y otros problemas más.

Una investigación realizada en el estado Táchira, en Venezuela, tuvo por objetivo identificar componentes psicosociales para el diseño de una intervención educativa para la prevención del embarazo adolescente, 250 estudiantes adolescentes participaron, se les aplicaron una serie de cuestionarios, los cuales arrojaron que los adolescentes tenían poca experiencia sexual. El 50% nunca había tenido relaciones sexuales, sólo el 11,2% admitió haber llegado al coito durante esta etapa de la adolescencia, el 24,8% había tenido intimidades sexuales sin llegar al coito y el restante 14% había besado en los labios y abrazado a una chica(o) con caricias con las manos o por encima de la ropa. Los adolescentes carecían de información básica en materia de prevención del embarazo, pues sólo el 38,9% sabía lo que era la abstinencia, el 58,8% conocía los dispositivos intrauterinos, el 76,4% conocía la píldora anticonceptiva y el 94% acertó en lo que es un preservativo. Lo cual indicaba que al menos la mitad de los adolescentes no había tenido experiencia sexual, mientras que los demás apenas habían tenido algún contacto íntimo pero sin llegar al coito. Sólo el 11,2% de los adolescentes admitieron haber tenido relaciones sexuales coitales, de los cuales cuatro alumnas ya son madres adolescentes. De los alumnos que ya habían iniciado actividades sexuales, reportaron utilizar preservativo y pocos el coito interrumpido. Sin embargo dentro de la muestra se encontró que un 25% tienen caricias sexuales que incluyen caricias genitales, lo cual sugiere que están próximos a iniciar actividad sexual con coito, lo que indica la necesidad de iniciar un programa de educación sexual. Esta necesidad se hace también evidente considerando que el 25% de los adolescentes que mantienen relaciones sexuales con coito no utilizan un método de prevención del embarazo o ITS. La mayoría de los adolescentes no conocía la información sobre la posibilidad de que ocurra el embarazo sin la protección con algún método anticonceptivo (riesgo del coito interrumpido). Lo anterior indicó que era necesaria la puesta en marcha de un programa educativo que les explicará no sólo todo lo relacionado con la salud reproductiva, sino que abarque el entrenamiento a los adolescentes en destrezas y habilidades sociales que le permitan manejar adecuadamente las relaciones de pareja ya que el considerar las características, necesidades y preocupaciones de los adolescentes

en materia de sexualidad y desarrollo personal, estaría contemplando también las necesidades psicológicas y sociales en los adolescentes pues decían sentir preocupación al atravesar esta etapa.(Canelón, Becerra &Moreno, 2006).

A través de esta información podemos constatar que los adolescentes que inician con la actividad sexual, requieren especial atención no sólo de manera informativa, sino de la participación dentro de un espacio que les permita desarrollar habilidades, donde se les escuche y externen su sentir, al iniciar con la actividad sexual para que con ello puedan ejercer su sexualidad de manera responsable y crítica. Un ejemplo significativo de esto se realizó en Brasil, en donde a través de la participación activa de talleres vivenciales permitió el ejercicio sano y responsable de la sexualidad en los adolescentes de su comunidad.

El estudio tuvo como objetivo sensibilizar a los adolescentes a través de acciones educativas centradas en la salud sexual y reproductiva. Se utilizó la metodología llamada “Círculo de la Cultura” de Paulo Freire, el cual está formado por un grupo de personas que se reúnen para discutir temas que sean de interés mutuo. Para la ejecución de las actividades se organizaron y ejecutaron talleres temáticos, teatros, presentaciones de video, dinámica y discusión en grupo, y se utilizaron recursos didácticos como fotografías, carteles, discos, cintas de vídeo, equipos de métodos anticonceptivos, recortes, collages y dibujos. Cuando finalizaron los encuentros educativos, los estudiantes demostraron conocer mejor los métodos contraceptivos y el más indicado para uso y protección ante las ETS y formas de prevenirlas; reconocieron la importancia del cuidado de sí mismo y de la pareja y la prevención del embarazo no planificado. Se evaluaron los temas abordados en las piezas teatrales que los alumnos presentaron, y se observó la adquisición de nuevos conocimientos, el respeto a sí mismo y al otro, la mejor integración y socialización del grupo, el compromiso y responsabilidad por sus opciones y decisiones que los preparaban para el ejercicio responsable (Rodrigues, Cosentino, Rossetto, Pautz, & Silva, 2010).

JUSTIFICACIÓN

La educación sexual es indispensable ya que aporta las herramientas necesarias para que los jóvenes tomen decisiones más razonadas acerca de su futuro. La sexualidad contempla las características biológicas, psicológicas y socioculturales, además de que es una necesidad humana, un elemento básico de la feminidad o masculinidad, de la autoimagen y autoconciencia del desarrollo personal, y que permite establecer relaciones interpersonales significativas con otros. La interacción de los múltiples factores, permite que cada individuo viva y exprese, a través de lo que siente, piensa o hace. El trabajo integral de todas las áreas permite vivir plenamente la sexualidad, el principal espacio social donde los adolescentes participan se vuelve crucial para la elaboración e implementación de programas educativos en materia de sexualidad como el contexto familiar y escolar, pues la mayoría de los adolescentes sienten la necesidad de recibir información de educación sexual, quizá una de las razones principales es que inician la actividad sexual a edades más tempranas, la participación en talleres y programas de educación sexual, en la mayoría de los casos evita que los jóvenes se vuelvan propensos a situaciones indeseadas, la toma de decisiones de manera crítica y responsable sobre el ejercicio de su propia sexualidad se vuelve fundamental y garantiza que se sientan satisfechos con el ejercicio pleno y responsable de su sexualidad.

Es una responsabilidad social en que los jóvenes en primer lugar accedan a este tipo de información debido a que uno de los principales problemas de salud presentes entre los jóvenes, la OMS (2003) reporta que las ITS ocupan uno de los cinco primeros lugares de demanda de consulta en el primer nivel de atención médica y se ubica en las diez primeras causas de morbilidad general en el grupo de 15 a 44 años de edad. En cuanto al embarazo en adolescentes, en el año 2000, en México, ocurrieron más 500 000 embarazos en jóvenes menores de 19 años, y de éstos alrededor de 360 000 llegaron a su término, lo que representó el 17% del total de nacimientos del país. Debido a los índices tan elevados que existen ante la problemática antes mencionada se han tomado medidas drásticas

en cuanto a la salud sexual, tales como la creación de programas de educación sexual y reproductiva para los adolescentes que les proporcionan información clara y precisa. Sin embargo, aunque existe gran variedad de programas y talleres sobre la salud sexual de los adolescentes, aún se puede observar que las ITS y el embarazo no deseado se siguen presentando en los adolescentes.

La educación sexual debe ser un proyecto pedagógico y una respuesta para satisfacer necesidades de la comunidad tales como: la falta de conocimiento sobre el control de natalidad, capacidad de vencer mitos originados por la ignorancia y dignificar la condición del hombre sobre la mujer y en términos generales proveer las herramientas para crear las alternativas que permitan una convivencia armónica a través del diálogo, la participación que aporten el bienestar tanto físico como mental de la persona y la sociedad.

Molina (2013) refiere que los programas de educación sexual para adolescentes deben partir de un enfoque incluyente, considerando aspectos biológicos, éticos, afectivos, sociales, culturales y de género. Este debe incorporar de manera temprana la promoción de comportamientos saludables y placenteros, fortalecer la capacidad de negociación asertiva, fomentar decisiones responsables e informadas con relación al beneficio que tiene el postergar el inicio de vida sexual y el uso de métodos anticonceptivos, en especial el condón y la anticoncepción de emergencia. La información y provisión de anticonceptivos en parejas no unidas debe hacerse con fines de prevención de embarazo e Infecciones de Transmisión Sexual.

Aunque ya existen muchos talleres en la actualidad sobre educación sexual y ayudan a prevenir situaciones indeseadas, no cuenta con elementos como los que se tomaron en cuenta para este taller. Y es que este taller contempla a los adolescentes como seres biopsicosociales e intenta trabajar con ellos de manera integral, en primer lugar provee de información indispensable para los que atraviesan por esta etapa, entendiendo el proceso por el que se encuentran

transitando para que se sientan escuchados y comprendidos y puedan entender y disfrutar su sexualidad, por otro lado se hace un entrenamiento en habilidades sociales propiciando que la asertividad sea una principal herramienta en todas las esferas en las que se desenvuelven, se intenta generar factores de protección en los principales espacios sociales donde se desenvuelven, empezando por el familiar ya que se proporcionan las herramientas necesarias a los padres de los adolescentes de sexto año, para promover la autoestima de sus hijos, así como también para hablar de sexualidad con ellos, generando, buena comunicación, y propiciando pautas educativas correctas, fomentando el sano apego familiar, el contemplar al adolescente de manera integral trae beneficios sociales, como evitar la deserción escolar, menor riesgo de que los adolescentes se vean implicados en conductas de riesgo, tales como drogadicción, uso de sustancias tóxicas , así como una disminución considerable de la violencia.

Por ello es importante el poder cubrir con todas las necesidades que los adolescentes presenten, primeramente detectando las dimensiones de posible mejora y ofreciéndoles a los jóvenes una gama amplia de posibilidades sanas que les permita vivir su sexualidad de manera integral y esto es responsabilidad tanto de los adultos como de las instituciones.

Objetivo General:

Promover actitudes y aptitudes para fomentar una sexualidad saludable e integral en adolescentes de 10 a 12 años de edad mediante un taller de educación sexual.

Objetivos específicos

- Contribuir y propiciar la formación de habilidades sociales como asertividad sexual.
- Mediante la estimulación y reflexión de su propia vida generar un desarrollo de la autoestima como eje principal.

- Que conozcan las alternativas para ejercer su sexualidad de manera sana responsable.

Participantes

90 alumnos de sexto año de primaria con rangos de edades entre 10-12 años respectivamente, de sexo indistinto. Pertenecientes a 3 grupos de sexto año de primaria.

Lugar

Escuela Primaria Lic. Isidro Fabela ubicada en Av. Barrientos s/n, Tlalnepantla. Edo. De México.

Instrumentos

Las técnicas empleadas en la aplicación de este taller, fueron las técnicas de la dinámica grupal, la observación directa y la entrevista, la observación directa y la entrevista semiestructurada, consistió en recabar una serie de datos, anotar todos los hechos que sucedían en determinado momento. A través de la participación directa del observador dentro del grupo. Un instrumento que fue de gran utilidad es el buzón de dudas o sugerencias, que sirvió para darle al investigador una guía de la dirección y efectos de la implementación del taller.

Procedimiento

Este taller maneja un enfoque cualitativo. Baptista, Fernández y Sampieri (2006) señalan que el enfoque cualitativo, se basa en métodos de recolección de datos no estandarizados, en donde no se efectúa una medición numérica. Esta investigación tiene un carácter de investigación-acción, lo cual quiere decir que es un método de transformaciones que, estudia, controla y alcanza las modificaciones deseadas en el entorno social de aplicación. Este taller tuvo una reestructuración con base a las necesidades y observaciones que se recabaron en el transcurso de la aplicación y la detección de necesidades a través de la entrevista y los comentarios proporcionados por los adolescentes.

Fase I

Presentación y Detección de necesidades

Durante esta fase, se realizó un sondeo de necesidades se aplicó una entrevista a los profesores de cada aula, para que a través de su trabajo con el grupo identificará que tipo de problemáticas había en cada uno y entonces se pudiera apoyar en esa área, se le aplicó un cuestionario a profesores y alumnos **(ver anexo1)**

Fase II

Aplicación del taller y recolección de datos

Durante esta fase se diseñó un taller con base a los resultados obtenidos de los cuestionarios, las temáticas fueron:

Sesión 1: Presentación

Sesión 2: Autoconcepto y autoestima

Sesión 3: Valores

Sesión 4: Motivación y habilidades sociales

Sesión 5: Sexualidad

Sesión 6: ¿Que es sexo?

Sesión 7: Cuidado con el sexo

Sesión 8: Cierre

Las cartas descriptivas de cada una de las sesiones vienen descritas **(ver anexo 2)**. Posterior a esto se utilizó la observación directa y la entrevista semiestructurada para recolectar información, además del buzón de dudas y sugerencias

RESULTADOS

Primera fase

Presentación y detección de necesidades.

Durante la fase de detección de necesidades, los profesores indicaron que las principales problemáticas presentes en el aula de clases principalmente el mal comportamiento de los alumnos, los docentes externaron las problemáticas particulares en sus grupos. En uno de los grupos, el profesor identificó a tres alumnos con problemas de conducta y agresión hacia los compañeros de clase, en los otros grupos restantes no había problemas significativos de conducta, sin embargo los profesores identificaron que los principales inconvenientes, era la falta de participación dentro de la clase, cabe destacar que cada grupo tenía una dinámica de comportamiento completamente diferente.

En el cuestionario de detección de necesidades (**Ver anexo 2**) se encontró que en los tres grupos había una gran desinformación respecto al tema de sexualidad ya que a preguntas como: ¿Qué es sexo?, ¿Qué métodos anticonceptivos conoces?, Menciona más de una Enfermedad de Transmisión sexual?, ¿Qué es sexualidad?, ¿Conoces el proceso para adquirir un método anticonceptivo? y durante la etapa de la adolescencia, ¿qué tipo de cambios físicos ocurren en hombres y mujeres?. Primeramente los adolescentes confundían sexo con relaciones sexuales, no conocían más de un método anticonceptivo, el condón fue el mencionado por los que conocían del tema, y la enfermedad de transmisión sexual más conocida era el VIH. Entre otras respuestas la mayoría de los alumnos sabían cómo prevenir un embarazo. Expresaron un gran interés por que se impartiera un taller sobre la sexualidad y el tema de violencia o Bullying.

Dentro de las observaciones que se hizo con cada grupo, se identificó que la dinámica de grupo-profesor, profesor-grupo, era completamente diferente. Dos de los grupos poseían una dinámica de comportamiento pasivo, dado que se notaron

poco participativos y reflexivos a propuestas o indicaciones, mostraron motivación e interés por saber el propósito del taller solamente.

En uno de los grupos la interacción profesor-grupo reflejo un alto grado de permisividad del docente hacia los alumnos, factor que generaba la constante deconductas disruptivas en el salón de clases, las conductas predominantes fueron: (burlas, sarcasmo, gritos, poco respeto entre los compañeros y hacia el profesor).

Dentro de esta primera fase se identificaron las áreas principales de trabajo como la violencia y la sexualidad, primero por un alto grado de desinformación y sobre todo por el gran interés de rescatar el tema y reforzarlo de manera conjunta tanto por los adolescentes como por los docentes. Dentro de la aplicación del taller y dentro de la fase de aplicación se pudo identificar otros aspectos de importancia, los cuales adelante se señalaran.

Segunda fase

Dentro de la aplicación del taller se realizaron ajustes que pudieran rescatar y complementar la aplicación del mismo. En la primera sesión se pudo comparar la dinámica de comportamiento entre los grupos, con la finalidad de generar una estrategia de trabajo diferente para cada uno de ellos. Lo cual resulta de gran relevancia porque la forma de trabajo se tuvo que adaptar para rescatar las necesidades de cada uno de los grupos. En el siguiente cuadro comparativo, se identifican las diferencias entre cada uno de los grupos, los factores que se tomaron en cuenta fue la motivación, participación y asertividad.

Categoría	Grupo 1	Grupo 2	Grupo 3
Motivación	-Motivación -Disposición.	-Disposición	
Participación	-Poca participación -Trabajo en equipo difícil	-Poca participación - Cooperación	Mucha participación. - Trabajo en equipo difícil.

Asertividad	Pasividad	Pasividad	Agresividad tanto en participaciones como en la conducta
--------------------	-----------	-----------	--

Tabla 2. Tabla Comparativa entre grupos.

Este cuadro comparativo nos da referencia de que áreas de trabajo se tenían con cada uno de los grupos. En el grupo de 3 es donde se requirió controlar los comportamientos disruptivos (gritos, insultos a los compañeros dentro de cada sesión y burlas). Todo esto con la finalidad de mejorar el clima y el trabajo de todos, se utilizó el trabajo en equipo, la motivación y la cooperación, pues estas conductas eran indispensables para la impartición del taller. La motivación se generó a través de la actitud reflexiva, se fomentó la escucha activa para disminuir este tipo de conductas, con la finalidad de desarrollar un ambiente de confianza y flexibilidad. Por ello se motivó a los alumnos con emplear tiempos para realizar actividades lúdicas como salir a jugar al patio, con el propósito de mejorar las relaciones interpersonales de los grupos y fomentar el trabajo cooperativo y en equipo. Con los grupos 1 y 2, se trabajo con la participación activa principalmente.

Dentro de la fase de análisis de la información y recolección de datos, la prioridad fue el buzón de dudas y/o sugerencias con el cual se trabajo en cada una de las sesiones, de manera que, a partir de los comentarios de los alumnos depositados en este, se hicieron modificaciones al taller, con el objetivo de tocar algunos de los temas sugeridos, utilizándose como una herramienta de apoyo. Las dudas abarcaron temas como violencia; esta en sus diferentes contextos, (familiar, social y académico) espacios de convivencia entre los adolescentes, en dos de los grupos de sexto año donde se hizo hincapié es estos temas, se encontraron comentarios como los siguientes:

...“Quiero hablar sobre mi familia, quiero un consejo para que mi hermano deje el alcohol y las drogas”, “quiero que vengan a hablar del bullying”, “¿cómo puedo evitar los insultos?”, “quisiera hablar con Diana de

algo que pasa en mi casa”, “quiero desahogarme” y “¿cómo evitar el bullying?”.

Las temáticas generales propuestas por los grupos fueron; sexualidad, pornografía, noviazgo, alcoholismo, drogadicción, abuso sexual y conductas psicosociales que se relacionaban con su aspecto físico principalmente, temas alimentación y autoconcepto, los comentarios fueron los siguientes:

“Me gustaría que nos platicarán sobre qué es el amor y cómo se siente cuando te enamoras de alguien”, “¿qué es la pornografía sexual?”, “quisiera hablar con Diana sobre el noviazgo”, “me gusta una niña pero ella no me quiere”, “opino que expongan un tema sobre la adolescencia y las relaciones sexuales”, “hablar sobre el uso del condón”, “cómo saber si sé es gay”, “¿es mala la masturbación?”, “pueden hablar sobre la menstruación”, “sobre la obesidad y la sexualidad”, “me siento mal porque no soy güera”, “quisiera platicar sobre mi alimentación” y “¿qué es un emo?”.

El cuadro que se presenta a continuación, representa las temáticas propuestas por los alumnos, estas temáticas se dividieron por áreas, fundamentalmente: la social, psicológica y la biológica.

Biológico	Psicológico	Social
✓ Relaciones sexuales	✓ Valores	✓ ¿Qué son los Emos?
✓ ¿Qué es la pornografía?	✓ Percepción de la personalidad	✓ Las drogas y alcohol
✓ Abuso sexual	✓ ¿Cómo saber si eres gay?	✓ La violencia familiar
✓ El condón	✓ El noviazgo	✓ El bulliing
✓ ¿Qué es la menstruación?	✓ El amor	✓ Adicciones
	✓ ¿Qué es la	

✓ ¿La masturbación es mala? ✓ Alimentación y aspecto físico	adolescencia?	✓ Amistad
--	---------------	-----------

Tabla 3. Temáticas generales propuestas en el buzón de dudas

Esta información habla de que los adolescentes se encontraban interesados en su mayoría por resolver dudas centradas en el área biológica, sin embargo la diferencia no era muy significativa para las otras áreas, pues para las otras dos áreas se mantenía más discreción para poder expresar sus inquietudes, esto se pudo corroborar cuando la mayoría de los alumnos querían interactuar de manera personal con el coordinador del taller para resolver inquietudes de carácter social, psicológico y emocional. Así mismo se propuso crear un espacio para interactuar y orientar a través de entrevistas a los alumnos, esto generó mayor empatía y confianza con los adolescentes y fue un apoyo para identificar el área problema y rescatar esas necesidades.

En las entrevistas se identificó que el género masculino se inclinaba a resolver aspectos que reafirmaban su personalidad y a su vez masculinidad, en las entrevistas, los adolescentes notaban gran preocupación respecto a su orientación sexual y al inicio de la misma. Por otro lado las mujeres tenían mayor preocupación desde un lado afectivo-emocional pues enfatizaban en temas como la violencia familiar e inquietud por su autoconcepto y su condición física principalmente, por ejemplo un fragmento de una entrevista es el siguiente:

T-¿Cómo estas U, de que quieres platicar?

U- La verdad es que no sé como decirlo, porque siento mucha pena, pero quiero saber ¿si ver pornografía es malo?

T- ¿quién te dijo que era malo?

U- Nadie, pero....mmm pues es que me llama mucho la atención y como decirlo ¿es malo masturbarse?

T- No puedes decir que algo es bueno o malo, que no este bien visto es diferente, recuerda que es natural el hecho de que explores tu cuerpo, conozcas las funciones, esta es una alternativa que no está bien vista, por la gente en general, pero debes entender que hay lugares para realizarlo, donde tu puedas tener intimidad y que no afectes a nadie.

U- sonrío....si eso lo sé, pero muchas veces me da pena comentarlo con mi papá y prefiero, ya sabes entre cuates lo platicamos,

T-¿Qué platicas?

U- Pues que chava se esta poniendo bien buena y quien nos gusta... ya sabes

Para las mujeres adolescentes, el rol está orientado a la pasividad respecto a las relaciones interpersonales, muchas hablaban del amor romántico el cuál ellas debían merecer y esperar con paciencia, en la actividad sexual es semejante, pues las adolescentes ante la toma de decisiones respecto a su sexualidad se notaron muy pasivas, en pocos casos sabían negociar de qué manera protegerse ante una situación como esa.

A- Hola B es qué quería saber ¿tú qué opinas del amor?

B- Yo que opino, pues qué siempre debemos relacionarnos con personas que nos valoren, que me demuestren el amor así, con respeto

A- ¿Por qué preguntas eso A?

B- Es que estoy saliendo con un chavo de por mi casa, salimos a veces al cine y siento que estoy enamorada, pero el otro día me dijo que si quería hacer el amor con él, yo no supe que decirle la verdad me dio miedo y mucha pena..... ¿cómo saber si le gusto? ¡qué tal estoy muy gorda! Ay no sé, porque además es un poco más grande que yo tiene 14 años y yo apenas voy a cumplir 12

Los hombres al hablar de sexualidad, inmediatamente la vinculaban a aspectos como la genitalidad o el placer sexual, las dudas principales fueron: ¿Qué es la adolescencia?, ¿cuándo comenzar a tener relaciones sexuales?, ¿Qué es la pornografía?, ¿cómo usar un condón, ¿La masturbación es mala?, ¿Cómo saber si eres gay?etc. los hombres quieren reafirmar su género, por ello lo vinculan más a lo vivencial.

Dos entrevistas fueron significativas en la implementación y análisis de este taller. Estas se describirán a continuación y estos casos rescatan lunas de las principales preocupaciones de los adolescentes:

El primer caso corresponde a una joven adolescente que se hacía lesiones físicas con navajas o cuchillos, esta táctica es conocida como (cutting) Joven "A", esta joven refería hacerlo por moda, hablaba de una influencia de los grupos "Emos", a su vez enfatizaba que sus amistades le pedían que se propiciara este tipo de lesiones como una especie de condición para que perteneciera al grupo, indicaba que este tipo de lesiones le provocaban dolor y su mamá tenía de su conocimiento esta información, la alumna indicaba que en escasas ocasiones su mamá le ponía atención debido a la carga de trabajo con la que la madre contaba. La alumna señaló que estas lesiones las realizaba para llamar la atención de su mamá, ya que no había nadie más con la que pudiera convivir, por eso la joven optaba por salirse de su hogar en diversas ocasiones incidiendo en realizarse lesiones físicas simplemente porque se sentía aburrida.

El segundo caso pertenecía un chico que se nombrará Joven "B", el principal elemento de trabajo en él, fue la conducta disruptiva realizada en clases, este chico tenía una incidencia muy alta por realizar conductas violentas dentro y fuera del salón de clases. Era identificado por estudiantes de los diferentes grados como un agresor, sobre todo por estudiantes de grados inferiores. Durante la entrevista el joven mencionó que en su casa, su papá era muy violento y constantemente golpeaba a su mamá, hermanos y a él, que no trabajaba y que

uno de sus hermanos, el mayor, era alcohólico, Este joven refería que las cosas las hacía por diversión y que siempre conseguía lo que él deseaba, sin importar la manera o los medios que empleaba para conseguirlo.

La última fase tiene que ver prácticamente con la reestructuración del taller, con base a la información recabada durante la observación directa y las entrevistas con los alumnos y profesores. Todos los datos y la información recabada sirvió para tomar decisiones respecto a los cambios; dentro la segunda sesión, se utilizó el cuento de nombre “Una delgada historia” (**Anexo 11**), debido a la necesidad de abordar el tema de autoestima, en vez del que se tenía contemplado llamado “La pequeña luciérnaga” (**Anexo 12**). La sesión tres sobre el tema de valores, se cambio por el tema de bulliying, pero se complementó con el manejo de los valores sociales. La sesión 4 se reestableció, debido a la necesidad de propiciar el trabajo en equipo y la cooperación entre los alumnos, para el tema de asertividad, se optó por utilizar técnicas y dinámicas vivenciales que reforzarán el aprendizaje. Para la sesión número 5 antes de abordar el tema de sexualidad, se implementaron temáticas como amor, noviazgo y amistad con la finalidad de relacionarlo con el tema de sexualidad. Dentro de las modificaciones más importantes fue el uso de técnicas dinámicas y vivenciales, una de ellas fue sobre el uso adecuado del condón, en la cual se optó por jugar, “te embarazas”, en esta técnica lo único que se hacía era que ellos pusieran atención en cada uno de los pasos para colocar el condón, además de hacerlo ellos mismos, él que no escuchaba o ponía atención se embarazaba. Las últimas sesiones no sufrieron ninguna modificación, en la estructura quedaron como están estructuradas las cartas descriptivas.

De acuerdo a lo cambios aplicados en algunas sesiones, factores como el autoestima tuvieron un impacto significativo sobre el taller, ya que se podían externar comentarios de otros puntos de vista, sin que se generaran emociones negativas como enojo o molestia de ellos hacia los demás y viceversa, se lograron mayor número de consensos respetando los diferentes puntos de vista. La actitud

reflexiva se vio en aumento ya que de forma abierta y constante podían reconocer sus habilidades, mostrando un nivel alto de confianza y reconociendo sus áreas de oportunidad.

Sin duda uno de los mayores logros de este taller fue que se pudieron generar actitudes positivas y aprendizaje constante y cooperativo, pues dentro de cada una de las sesiones impartidas, los alumnos adquirieron la capacidad de expresar sus dudas e inquietudes de manera abierta frente al grupo. En las primeras sesiones en el buzón de dudas había una gran cantidad de preguntas referente a su sexualidad, que se fueron tratando de manera general como puntos importantes, con cada uno de los grupos, pero conforme se sintieron más confiados en su manera de expresarse, las fueron expresando directamente en cada una de las sesiones.

Los alumnos lograron reconocer que tanto sus habilidades como cualidades podían mejorar en la interacción con cualquier individuo, y que esto dependía del auto-concepto y percepción que ellos tenían sobre sí mismos. Algunos alumnos dijeron sentirse mejor en el salón de clases a partir de la aplicación del taller, pues ya podían trabajar en equipo sin necesidad de que el coordinador del grupo interfiriera para conciliar las diferencias, se organizaban en un menor tiempo para realizar las actividades designadas y propició un aumento en la comunicación de los miembros de cada uno de los grupos y mayores relaciones interpersonales en el mismo, mejorando el clima de trabajo dentro del aula de clases. Cada uno de los docentes expreso que había mejorado la manera en la que trabajaban con cada uno de sus alumnos y esto repercutía de manera positiva, pues los adolescentes tenían más disposición al trabajo en el salón de clases.

Antes de la aplicación del taller los alumnos sólo conocían dos enfermedades de transmisión sexual (SIDA y gonorrea), no conocían las demás infecciones, en cuanto al uso de anticonceptivos, los métodos de su conocimiento

eran el condón y la pastilla de emergencia, comúnmente confundida con las pastillas anticonceptivas, se les proporcionó información, sobre educación sexual, ante las cuáles se les brindaron alternativas, con las que contaban para poder iniciar su vida sexual de manera responsable.

Desconocían el procedimiento de utilizar un condón, se evaluó que adquirieran el conocimiento de manera práctica sobre el procedimiento para la colocación del condón masculino. Se destino un espacio para realizar preguntas abiertas a los alumnos con la finalidad de corroborar si la información era clara y a su vez reforzar la misma para evitar confusiones, las respuestas de los alumnos ante estas preguntas fueron certeras; conocían cuáles eran las opciones que tenían para resolver algunas de las problemáticas a las que se pudieran enfrentar, qué tipo de Instituciones, les pudiera proporcionar un servicio y a cuál dirigirse en caso de ser necesario. De igual manera como reconocer factores de riesgo ante los cuales pudieran estar expuestos durante el inicio o transcurso de la actividad sexual.

Dentro de los resultados más significativos se comprobó que dentro de los espacios sociales donde la asertividad se hizo másevidente fue a través de la convivencia entre padres-hijos. Los alumnos indicaron que el poder contar con el punto de vista y la confianza de sus padres, para abordar temas de este carácter, generaban mayor seguridad en sí mismos. Los padres y los alumnos externaron que la asertividad dio como resultado mayor cercanía con sus hijos. El taller de educación sexual para padres, tuvo un resultado positivo se trabajo con cada grupo de forma separada y se logró juntas entre 10 y 15 padres de familia por grupo, incluyendo mujeres hombres y ancianos. Esto permitió una mayor diversidad de opiniones y comparaciones de las técnicas empleadas en el taller. En inicio externaron una gran cantidad de dudas respecto al tema de sexualidad, sobre todo querían saber cómo orientar a sus hijos y como fortalecer la autoestima y mejorar los canales de comunicación con ellos.

El taller tanto para los adolescentes como para los padres tuvo un efecto significativo y cumplió con los propósitos y objetivos establecidos de ambos talleres, las habilidades sociales de los adolescentes mejoraron, principalmente la asertividad, esto se identificó gracias a las interacciones de los alumnos en las sesiones aplicadas y a las participaciones, con el avance de cada una de las sesiones se fomentaba la modificación de estas habilidades, cambio el lenguaje que utilizaban, y el lenguaje corporal expresaban más seguridad que al inicio de la impartición de los talleres. La apertura y empatía de cada uno de los adolescentes fue mejorando, pues ellos expresaron sus inquietudes, hicieron propuestas de manera abierta dentro de la implementación del taller.

En cuanto al tema de sexualidad, la mayoría de los adolescentes lograron externar que se sentían más seguros ante la toma de decisiones y el hecho de conocer las posibles riesgos de no cuidarse, los hacían reflexionar sobre el uso responsable de anticonceptivos en el caso de los hombres y en el caso de las mujeres, algunas adolescentes reconocieron se sentían más confianza para poder expresar con su pareja cuando se sintieran listas para iniciar con su actividad sexual. Por su puesto esto garantiza que el tema era visto sin prejuicios y sobre todo ampliaba la posibilidad de que en las relaciones afectivo-sexuales que los adolescentes tuvieran se sintieran satisfechos y a su vez tuvieran una conducta sexual más responsable que facilitará el diálogo y la negociación con la pareja sexual.

DISCUSIÓN

En el análisis del presente trabajo se logró el objetivo principal de este taller, el cual fue que a través implementar un taller de educación sexual que reforzara las actitudes y aptitudes en adolescentes, que permitieran desarrollar y vivir una sexualidad saludable e integral. Propiciando la formación de habilidades sociales como asertividad y el fortalecimiento de la autoestima.

Mucha de la información encontrada tiene una amplia relación con la que se específico en el marco teórico de este trabajo, en donde se logró constatar que uno de los contextos de mayor relevancia en el comportamiento del adolescente es la influencia familiar, esto se clarifica al analizar que, las problemáticas de conducta como la violencia, tenían un factor de origen y este es la familia.

Los casos de los jóvenes A y B son muestras claras de eso, pues se la familia, tiene un papel fundamental formativo en las actitudes de los jóvenes ante el medio al que son expuestos, en este caso el contexto escolar. Retomando el caso del Joven "A" el cual es un adolescente que constantemente se encontraba violentando a sus compañeros en clase y teniendo una conducta disruptiva frecuente, el mismo refería tener problemáticas como, violencia intrafamiliar, adicciones y mala comunicación con los padres. Lo anteriormente descrito coincide con lo que Musito, Sánchez & Villarreal (2010) señalan, en donde enfatizan que la familia es el principal agente de socialización del niño y del adolescente, en ella se conforman los valores personales, la identidad y los recursos psicosociales del adolescente, esto le permitirá abrirse camino el individuo hacia la sociedad. De la provisión de recursos que la familia ofrece a sus miembros dependerá en gran medida el grado de ajuste psicosocial de cada uno. Sin embargo, es necesario tener en cuenta que los entornos donde viven y se relacionan las familias, también modelan el comportamiento de los padres. Desde esta perspectiva, la capacidad para cuidar y educar con éxito a un niño o adolescente no es únicamente una cuestión de los padres, sino que es también

una función de la comunidad y cultura particular donde los padres y adolescentes viven.

García (2008) señala que las conductas disruptivas más frecuentes en el aula de clases son: la agresividad, falta de compañerismo, las conductas moralmente inadecuadas, las que atentan contra la autoridad del docente, las que dificultan el rendimiento académico, las que alteran las normas de funcionamiento de la clase y las dificultades de adaptación a la situación escolar y de aprendizaje. La relación entre las conductas disruptivas y clase social son elevadas, pues normalmente los valores y normas que se imparten desde los centros educativos suelen concordar con los hogares que tienen una posición socioeconómica media-alta. En los hogares de un bajo nivel social es más fácil que se vean envueltos en enfrentamientos. Los alumnos conforme van siendo mayores se van revelando con la escuela, debido a que los valores que se les pretenden inculcar en la escuela no tienen paralelo con la vida de su entorno más próximo.

Esto último corrobora que en las comunidades donde existe un nivel alto de violencia, es común que se reproduzcan las conductas violentas en el ámbito escolar. Siendo Tlalnepantla de Baz un municipio del Estado de México con altos índices de violencia. Donde hay una gran prevalencia de clases sociales desfavorecidas, que por supuesto se vuelven más propensas a desarrollar este tipo de conductas y a su vez obtener bajos resultados académicos.

Otro caso muestra de las problemáticas anteriores corresponde a la entrevista con la joven "B" que se cortaba con navajas las manos y las piernas, esta, práctica es conocida como "cutting", esta práctica es una autoflagelación hacia la piel con navajas, que cuando es producida la persona experimenta una sensación de placer, que compensa al sentimiento de culpa que sienten cuando hay problemas en sus familias. La joven "B" mencionaba en la entrevista sentirse incomprendida, sola y poco entendida en su familia y que con sus amistades compensaba este sentimiento de soledad, esto último me hace reflexionar en la influencia de los pares con el desarrollo de la adolescencia, este interés y sentido

de pertenencia que buscan en diferentes grupos, las amistades son con quienes comienzan a formar relaciones de índole íntimo y con quienes comparten experiencias, se entienden, comprenden y hacen que el adolescente se sienta comprendido.0

Por ello en el período de adolescencia los individuos se vuelven vulnerables ante los grupos sociales, además del gran peso de la influencia familiar. Convirtiéndose en un indicador para la vulnerabilidad ante conductas de alto riesgo, por ejemplo Álvarez & Massa (2000) sostienen lo anterior puesto que durante esta etapa los adolescentes se encuentran buscando la identidad personal y esa se va adquiriendo y consolidando conforme pasa el tiempo, para ellos, la identificación, es la primer característica, ya sea con pares o "ideas", principalmente, lo cual es fácilmente observable ya sea en la forma de vestir, de hablar, de moverse o simplemente de estar y ellos buscan signos claros que permitan que esa identificación se realice desde el mundo externo. Una segunda característica está representada por un idealismo, en ocasiones ingenuo y simple, pero en otras ocasiones cargado de argumentos que ocasionan incomprendiones y bastantes problemas con el contexto familiar y social. Es la época de militar en organizaciones juveniles altruistas o bien pandillistas, es el momento de cambiar el mundo, pero no hay que olvidar el posible desencanto posterior. Una cierta tendencia a aislarse y al cuidado por la imagen externa terminan por completar lo más llamativo de esta situación. Si consideramos esta Información y la comparamos con la joven "A", hay un claro indicativo de que lo que buscaba la joven era un sentido de pertenencia, y este sentido de pertenencia, lo encontró con sus amistades, estas amistades, que decían pertenecer al grupo "Emos" al igual que la búsqueda de sensaciones que le estimularán ante la poca atención en casa.

Los seres humanos somos seres sociales, que constantemente nos asociamos con otros grupos en los que cada quien satisface sus necesidades físicas, afectivas y sociales, y los adolescentes no es un grupo que pueda hacerse

esperar. Para Monroy (2002) también es imprescindible la importancia en esta etapa de la influencia familiar, al mismo tiempo que la influencia de los pares en edad, puesto que la información dada por los compañeros de la misma edad es más creíble para los adolescentes en comparación con la brindada por los adultos

Esta descripción nos brinda información sobre la importancia del autoestima, para la formación de la personalidad. Los jóvenes “A” y “B” son un ejemplo de ello, ya que el autoestima como pilar en el desarrollo de cada individuo, funciona como un regulador, el hecho es que; sí el autoestima es baja son más propensos y se exponen a situaciones que no permiten un desarrollo positivo. Musito, Sánchez & Villarreal (2010) explican que las personas que tienden a mantener una elevada autoestima, intentan comportarse de modo que su autoimagen se fortalezca a lo largo de la vida, y en especial durante la adolescencia, por otro lado los adolescentes que no reciben suficiente aprobación de sus padres, profesores y de otras personas cuya opinión es importante para ellos (por ejemplo la joven “A” que se cortaba con navajas), pueden experimentar sentimientos de autodesprecio haciendo que busque vías alternas que le permita recuperar la autovaloración, aumentando su predisposición a mantener contacto con grupos socialmente desviados con los que reforzará su autovalía, en este caso en el grupo “Emo”.

El fortalecimiento de la autoestima es un factor que también le concierne a los padres de familia, pues cabe destacar que el hogar es de donde se ve favorecida o desfavorecida y esto depende del papel activo de los padres de familia en la labor de crianza

Dentro del análisis de las dudas que los alumnos externaron durante la implementación del taller se logró categorizar por género, hombres y mujeres, contemplando factores de identidad y cómo es que cada uno de ellos asumía su rol en su contexto social.

Un dato importante que permitió lo antes mencionado es el ubicar que las dudas de las mujeres que relacionaban profundamente con la sexualidad y los aspectos relacionados a la misma como: el amor y el noviazgo, aspecto físico, alimentación y obesidad, amistad y dudas respecto a los cambios físicos los cuales estaban viviendo.

En rol de los hombres coincide con lo que explica Molina (2013) es un rol histórico que se relaciona con la conquista sexual, como una forma de probar su propia masculinidad. Debido a que se estimula a los hombres a pensar en primer lugar en su desempeño sexual, por lo que el placer sexual de las mujeres se valora como una prueba del desempeño masculino, de lo contrario pueden ser identificados como “homosexuales”. La homofobia es parte integral de la construcción social de la sexualidad masculina, y conduce a patrones de conducta tales como el inicio sexual temprano, muchas veces riesgoso, tener múltiples parejas o la actividad sexual coercitiva y abusiva. Desde esta perspectiva, la homofobia es destructiva para hombres y mujeres, ya sean homosexuales o heterosexuales. Esto anterior se ve reflejado en las dudas de los adolescentes ¿Cómo saber si eres gay?.

Todo esto hace preciso mencionar que en el análisis de la sexualidad y el género, implica distinguir las conexiones entre dos sistemas. Los mandatos, creencias, sistemas de prohibiciones y regulaciones sobre la sexualidad “esperada” para mujeres y hombres.

Amorín, Benedet, Carril, Celiberti, Gómez, Güida & Parra (2005) mencionan que partimos de una concepción de la sexualidad como un complejo proceso de construcción y producción socio-histórica, cultural, lo cual se muestra claramente en las dudas de las y los adolescentes. La sexualidad es un producto altamente específico de las relaciones sociales, en tanto implica las diversas maneras en que los sujetos se relacionan como seres sexuados en intercambios que, como todo lo

humano, son acciones y prácticas cargadas de sentido. Incluye tanto sus productos simbólicos como las bases materiales sobre las cuales se sostienen.

Lo importante en la etapa de adolescencia es que como proceso de construcción socio-histórica, implica reconocer la variabilidad social de las formas, las creencias, las prácticas y los significados a ellas asociadas. Para muchos adolescentes entrevistados el machismo era una principal referencia, pues cuando alguno de ellos se acercaba para tratar temas como homosexualidad, lo hacían de manera penosa, dándole una connotación negativa, preguntaban si era malo, como si hubiera algo de lo que se tuviera que apenar, pues ante los demás (mayoría) la homosexualidad era vista despectivamente, justo cuando uno de los compañeros no entraba en juegos donde se mostraba la valía, era calificado en su mayoría como un cobarde como un “gay”.

Amorín & cols. (2005) ubican tres dimensiones que se deben incluir en el análisis de la sexualidad, las cuales se articulan de manera compleja: significaciones, prácticas y discursos. Esta relación íntima entre las tres dimensiones debe, contextualizarse en escenarios socio-políticos e históricos específicos. Pero, a su vez, la relación entre estas tres dimensiones debe ser analizada como producto de relaciones de poder: de clase, género, raza/etnia, generación y orientación sexual.

El rol de género en los adolescentes era el más visible, pues su manera de expresarse entre compañeros era reafirmando la hombría, principalmente argumentando que las jóvenes estaban poniéndose más guapas, contando quien era el que tenía un número mayor de novias, esto a su vez reforzaba su personalidad

Es muy importante comprender que siendo la sexualidad una construcción social, se puede influir y modificar. En la participación con los adolescentes durante la implementación del taller se volvió fundamental conversar con ellos y

encontrar un lenguaje adecuado para eso que no ha sido expresado, ya que la principal vía para que las personas modifiquen sus percepciones de sí mismas y para que lleguen a comprender la relación entre su comportamiento individual y el contexto en el que se involucran fue el dialogo.

El principal contexto donde se podía ver reflejado este cambio fue el clima escolar, ya que ese es el área social más importante en el que, los adolescentes se involucran, él cual se tuvo que modificar para tener un efecto positivo para propiciar la reflexión sobre su propia sexualidad.

El clima escolar fue uno de las principales problemas de las que se quejaron los docentes que trabajaban con los adolescentes, esto es efecto de diversos factores desde las actitudes y aptitudes del profesor a cargo de los grupos o situaciones específicas que se presentandurante el proceso enseñanza-aprendizaje. El clima depende de muchos factores; pero es importante que cada docente conozca a su grupo teniendo apertura y flexibilidad para las situaciones que puedan surgir, Musito, Sánchez & Villarreal (2010) señalan que cuando el clima del aula se considera positivo, es porque los estudiantes se sienten aceptados, valorados, pueden expresar sus sentimientos y opiniones, se les escucha, se les tiene en cuenta y pueden realizar aportaciones e implicarse en diversas actividades. En otras palabras, el clima del aula será positivo cuando el funcionamiento y la comunicación sean adecuados. Podemos decir que el funcionamiento es adecuado cuando los alumnos tienen claras las reglas y la relación entre profesores y alumnos es positiva, de modo que se favorece el desarrollo cognitivo, afectivo y social de los alumnos. Respecto de la comunicación, el hecho de que tanto los alumnos como los profesores puedan expresar abiertamente sus preocupaciones, dificultades o inquietudes, constituye un recurso indispensable para hacer frente a los problemas que puedan surgir. Lo cual durante la implementación del taller, se hizo a través de la aplicación del buzón de dudas y sugerencias, éste fue la principal herramienta que permitió la apertura y posteriormente la comunicación coordinador-grupo y la apertura

además de la flexibilidad para resolver dudas fue la principal vía que propició que el clima escolar se viera favorecido.

Respecto al tema de autoestima se encontró que la relación existente entre ésta y el tipo de respuestas ante cualquier situación, es fundamental como cimiento y desarrollo de la personalidad.

Durante la implementación del taller se encontró que los adolescentes, sobre todo las mujeres tenían dudas respecto su imagen personal, muchas querían que se hiciera un análisis sobre el tema de la alimentación y obesidad, “me siento fea,” ¿cómo le puedo caer bien a los demás?, ¡Me siento gorda!, etc.

Como se aprecia esto es un factor ineludible de lo que implican los cambios y la aceptación de tales en la adolescencia, Álvarez & Massa (2000) señalan que los cambios corporales hacen referencia a la codificación de la imagen corporal lo cual permite comprender la preocupación, el desprecio o una mezcla de ambas o, más aún, las oscilaciones entre uno y otro polo a lo largo de la adolescencia. Desde la primitiva imagen corporal, adquirida a lo largo de toda la primera y segunda infancia, ya que debe adquirirse una nueva, que puede oscilar entre el mayor nivel de agrado y aceptación y el mayor de los rechazos, intentando “disimular” esos cambios corporales o bien a realzarlos de forma exagerada. Esta nueva imagen corporal, idealizada o rechazada, pone una vez más en consideración el emerger de la sexualidad versus genitalidad adulta y su función.

Lo cual hace enfatizar que estos cambios físicos a su vez tienen gran influencia sobre los aspectos psicológicos y se vuelve fundamental en esta etapa, la definición de identidad, es la etapa en la que se produce el proceso de identificación, es decir, la persona toma conciencia de su individualidad y de su diferencia respecto a los demás. Los adolescentes desean saber quiénes son, cómo son y cómo se definen en las distintas áreas que les constituyen. En otras palabras, se está modificando y conformando su autoconcepto físico, familiar,

emocional, social y académico laboral, aspectos que configuran la imagen global que se tiene de uno mismo. Por tal razón, la autoestima tiene una gran importancia desde la perspectiva evolutiva por su papel en el ajuste general, la calidad de vida y la perspectiva de futuro de un sujeto, puesto que las autoevaluaciones pueden ser activas en la formación de nuestras percepciones y decisiones. Y muchas de las dudas de los adolescentes son en relación a su percepción, el intentar verse mejor, como preocuparse por la alimentación y la percepción que los otros tienen de ellos como la aceptación.

Conociendo en que la autoestima se vuelve un aspecto emocional indispensable para la vida, el sujeto se valora mediante las cualidades que provienen de su experiencia y que son consideradas como positivas o negativas. Así pues, Musito, Sánchez & Villarreal (2010) definen la autoestima como la satisfacción personal del individuo consigo mismo, la eficacia de su propio funcionamiento y una actitud evaluativa de aprobación que siente hacia sí mismo. La autoestima está formada no sólo por la imagen que tenemos de nosotros mismos sino por lo que sentimos hacia nosotros, por cómo nos valoramos, queremos y respetamos. Pregúnteles cómo se pueden sentir las personas cuando se valoran a sí mismas.

En las distintas sesiones con los alumnos, se habló de las cosas positivas en la personalidad de cada uno, y también las cosas negativas que había que mejorar, se reflexionó, a través de cuentos, pláticas y su relación con los mismos compañeros, propiciando que los alumnos reforzarán la seguridad consigo mismos, la toma de decisiones meditadas, dejando muy evidente que el hecho de poder respetar las diferencias, entre ellos las de la forma de pensar así mantuviera así y se le pudiera ofrecer una visión diferente de las cosas, el fortalecimiento de la autoestima prevé en la mayoría de los casos que los adolescentes tengan conductas negativas como en el caso de la joven "B".

La asertividad fue una de las principales prioridades a desarrollar como habilidad social, ya que utilizada en la conducta sexual, resulta ser de gran utilidad, pues se termina convirtiendo en un mediador social propiciando una mejora en las relaciones sexuales y las relaciones interpersonales entre los adolescentes.

Musito, Sánchez & Villarreal (2010) mencionan que una persona se comporta asertivamente cuando conoce cuáles son sus derechos e intereses personales, los defiende mediante una serie de habilidades y estas habilidades le permiten ser objetivo y respetuoso consigo mismo y con los demás. Es una forma de expresión consciente, congruente, clara, directa y equilibrada, cuya finalidad es comunicar nuestras ideas y sentimientos o defender nuestros legítimos derechos sin la intención de herir, o perjudicar, actuando desde un estado interior de autoconfianza, en lugar de la emocionalidad limitante típica de la ansiedad, la culpa o la rabia. Plantea también que la asertividad es necesaria y conveniente a causa de los beneficios que genera.

Uno de los principales beneficios de la implementación del taller fue que se pudo utilizar esta habilidad social en los diferentes contextos sociales en los que se ven envueltos, principalmente en el que comenzarán a tener un papel activo, el cuál es en el contexto sexual.

Cuando se comenzó a enfatizar el tema de inicio del contacto sexual con su pareja, en específico las mujeres expresaron, que no se dejarían forzar a iniciar o tener un contacto sexual sin antes darse oportunidad de conocer a la persona, comunicarle su sentir o en su caso posponer el encuentro hasta que se sintieran completamente seguras de querer hacerlo. Una de las jóvenes expuso ante todo el grupo que ella no estaría dispuesta a tener relaciones sexuales con alguien, si esta persona no utilizaba el condón, esto a su vez reflejaba que las mujeres ya no sólo tomaban el papel pasivo en la relación, sino que se sentían con la seguridad

suficiente para poder defender su manera de sentir y protegerse de manera responsable comunicando su forma de ver la situación.

Autores como Iglesias (2010) definen que la asertividad sexual, se identifica porque los jóvenes toman conciencia de uno mismo como ser sexual y disminuye la ansiedad, utilizan un conjunto de habilidades conductuales que sirven para obtener satisfacción sexual de uno mismo y de su pareja o bien la capacidad para iniciar la actividad sexual, rechazar la actividad sexual no deseada, así como negociar las conductas sexuales deseadas, el empleo de métodos anticonceptivos y los comportamientos sexuales más saludables.

En general, en todos los grupos fue visible que los alumnos comenzaban a participar en cada una de las sesiones de manera más abierta y frecuente, al expresar su punto de vista eran más críticos para dar sus opiniones, a través de la reflexión encontraban la solución más viable, tomando en cuenta que los efectos de los distintos estilos de comportamiento como son el estilo agresivo o pasivo, no beneficiaría su relación con los otros, este cambio se proyectó no solo en las relaciones amistosas con los pares sino se vio beneficiado el contexto familiar.

Otra manera en que aprendieron a desarrollar la asertividad fue cuando ellos eran los que tomaban la iniciativa de buscar al coordinador para tratar de manera personal algunas dudas referentes a su sexualidad. Fue un claro indicativo de que tanto el autoestima estaba fortalecida como la asertividad era utilizada para la comunicación con los demás.

Un aspecto básico y uno de los objetivos del taller fue trabajar con la desinformación sobre la sexualidad y el acompañamiento brindado en este proceso de conocimiento fue brindado con el fin de orientar e informar de manera certera a los jóvenes, en la implementación de este taller, se encontraron divergencias entre la información que los jóvenes reciben de padres, maestros o amistades, ya que no resolvió las inquietudes que se encontraban experimentando

la adolescencia. Por ello el resaltar la importancia de la educación sexual no es sólo un trabajo en el ámbito escolar, es un trabajo que requiere de un acompañamiento de expertos de adultos con la información precisa como son los padres.

Monroy (2002) refiere que en la adolescencia, principalmente en alumnos que comienzan a experimentar la pubertad desde el sexto año de primaria se les tiene que brindar información sobre los temas que contempla la etapa en sí, como los cambios físicos, emocionales y sociales que vienen a abrumarlos, pues en muchos casos, los padres en sus hogares no han tenido el cuidado de prevenirlos e informarlos.

Los talleres de educación sexual que se desarrollan en escuelas, no sólo debe tener el apoyo de los docentes a cargo, digamos que la efectividad de la información en gran medida depende no solo de la escuela, sino de la cooperación de los padres de familia y la preparación especial de los maestros que se interesen en impartir un taller de esta similitud. Y este debe de contar con herramientas que permitan la apertura de los canales de comunicación, es este caso específico se utilizó un buzón de dudas y sugerencias como un canal abierto para propiciar información clara y concisa, respecto a lo anterior Monroy (2002) enfatiza que la información que se le debe proporcionar al adolescente de la anatomía y fisiología es realmente indispensable y no hay necesidad de entrar en detalles muy específicos. En cambio se debe dejar un amplio margen para contestar todas las preguntas que se deriven en la temática y de preferencia en las escuelas o eventos se debe crear un buzón o caja grande con ranura que esté al alcance de todos, para que depositen todas aquellas dudas que los aquejan.

En la impartición de este taller se logró responder a todas las dudas que se generaron en torno al tema de sexualidad, desde qué es sexo, hasta como saber cuándo se está preparado para iniciarse en actividad sexual. Un aspecto fundamental es que se tuvo que implementar una plática dirigida específicamente

para apoyar a los padres de familia y brindarles herramientas que les permitieran hacerlo de manera oportuna, Musito, Sánchez & Villarreal (2010) concuerdan en que la familia y la escuela poseen características comunes que favorecen su colaboración, pues ambos contextos están inmersos en la misma cultura, tienen como finalidad común la educación de niños y niñas, así como la estimulación y promoción de su desarrollo; así, comparten la labor de cuidar y proteger a niños y adolescentes. Al mismo tiempo, no debemos olvidar que son contextos con diferentes funciones, distinta organización espacio-temporal y con roles diferenciados.

Monroy concuerda con eso, pues para ella la educación en relación con la sexualidad, en el proceso educativo no tiene por qué ser diferente. Pues los ejemplos, las actitudes y las verbalizaciones darán a todos los miembros de la familia mensajes para formar sus propios conceptos y sucede que en muchas ocasiones la sexualidad a nivel familiar se ve reducida específicamente a la genitalidad, y el adolescente la considera una característica que sólo posee el adulto asignándoles una valoración no siempre positiva, sino que le atribuye aspectos negativos, según hay sido la actitud con la que fue orientado.

Por ello hago hincapié en completa importancia y responsabilidad de los padres de familia en la educación sexual de sus hijos. El objetivo de la plática para padres fue dar las herramientas necesarias a los padres, para promover el autoestima de los niños así como también para hablar de sexualidad con sus hijos, lo cual no sólo brinda un resultado muy significativo y positivo, sino que dio la apertura para resolver dudas que permitieron desmitificar ciertos significados que los padres le atribuían a la educación sexual, para concluir es importante señalar que también en la familia es el lugar donde el niño aprende su papel femenino o masculino

CONCLUSIÓN

El taller que se implementó en los jóvenes de sexto año de primaria, tuvo un efecto positivo y significativo en los adolescentes, padres de familia y docentes a cargo, debido a que se fueron desarrollando aptitudes y actitudes que permitieron apoyar en el ejercicio pleno de la sexualidad. Una de las ventajas que ofreció la implementación de este taller es que se identificaban las necesidades y sobre las mismas se elaboraba un plan de acción.

La apertura de los alumnos y la motivación, fue un factor intrínseco, pues permitió que el objetivo del taller se cumpliera. La principal habilidad social desarrollada fue la asertividad, esto sólo fue resultado del fortalecimiento de la autoestima, característica fundamental en el desarrollo de la personalidad de los individuos y el apoyo de padres de familia se volvió de suma importancia pues permitió un trabajo cooperativo e integral.

Si bien la escuela es un espacio social crucial donde el joven se desarrolla y desarrolla su personalidad, la preparación del orientador educativo requiere incorporar no sólo el aspecto informativo sino el formativo de su propia persona. Precisamente porque la sexualidad humana es la más íntima vía de comunicación, expresión interpersonal, el tocar el tema pone en primer plano la necesidad de desarrollar integralmente el potencial que no sólo reafirme la función de docente sino de consejería de ahí radica la importancia de seguir apoyando en estos ámbitos la implementación de diversos talleres que permitan un mejor desarrollo emocional en los niños y adolescentes, sobre todo perteneciente a comunidades de bajos recursos, donde una de las principales problemáticas es la violencia. El estado de México es un estado con muchas necesidades. Se propone que para la implementación de talleres que apoyen la educación sexual, se investigue qué tipo de necesidades tiene la comunidad para poder tener mejor efecto en los jóvenes, los sistemas de apoyo siempre beneficiaran y los talleres de esta índole fortalecerán y apoyarán siempre en el crecimiento de los jóvenes.

La educación es uno de los pilares centrales para contribuir a que niñas, niños y adolescentes fortalezcan el conocimiento de su realidad a través de la reflexión crítica. No se necesita recalcar el hecho de que en nuestro país la educación se ha centrado en el desarrollo de habilidades intelectuales dejando fuera o poco atendidos los aspectos restantes de la personalidad. Por lo tanto, este taller quiso abordar el tema desde una perspectiva integral e integradora a la práctica para lograr enriquecerse de la experiencia propia.

El apoyar este proceso me brinda un valor enriquecedor, pues el apoyar en la búsqueda del individuo a establecer su identidad, me proporciona una satisfacción personal, que me hace parte de su proceso formativo.

BIBLIOGRAFÍA

1. Aliño S. M., Cruz S. F., Martínez V. N. & Pineda, P. S. (2002) *Manual de prácticas clínicas para la atención integral a la salud en la adolescencia*. Editorial MINSAP. Ciudad de la Habana, Cuba. pp. 15-24.
2. Alsinet, C., Pérez, R. M., Agulló, M. J., (2003). Adolescentes y percepciones del riesgo. *Revista de Estudios sobre juventud*, México, D.F. 18, 90-101.
3. Álvarez, L. M. & Massa, J. L. (2000). Desarrollo psicosocial de la adolescencia: bases para una comprensión actualizada. *Documentación social*, (120), 69-90
4. Amorín, D., Benedet, L., Carril, E., Celiberti, L., Gómez, A., Güida, C., & Parra, A. V. (2005). Adolescentes y sexualidad. Significados, discursos y acciones en Uruguay. Un estudio retrospectivo (1995–2004). *Cátedra Libre en Salud Reproductiva, Sexualidad y Género. Facultad de Psicología/UdelaR, con el apoyo de UNFPA. Montevideo, Uruguay*.
5. Andrade, P. P.; Betancourt, O. D. & Palacios, D. J. (2006) Factores familiares asociados a la conducta sexual en adolescentes. *Revista Colombiana de Psicología*, Bogotá, Colombia, 15, 91-101.
6. Arellanez Hernández, J. L., Martínez García, A. L. & Velázquez A. M., (2012). Asertividad y consumo de drogas en estudiantes mexicanos. *Acta Colombiana de Psicología*, 15(1), 131-141.
7. Arias, M., Acuña, P., Cáceres, G., Pedroza, P., Mendoza, L., Micolta, C., Núñez, G., Ramirez, R., & López, S. (2012) Actividad sexual en adolescencia temprana: problema de salud pública en una ciudad colombiana. *Revista Chilena de obstetricia y ginecología*. Tuluá, Colombia, 4, 271-279.
8. Atienzo, E. E., Cuenca, L. C., Hernández, A. V., Prado, B. H. & López, L. S. (2013). Salud sexual y reproductiva de los adolescentes en México: evidencias y propuestas. *Gaceta Médica de México*, 149, 299-307.
9. Barbera, I. & Benlloch, M. (2004) *Psicología y Género*. Editorial Pearson Prentice Hall, Madrid, España, pp.111-113.
10. Blaustein, C. L., Cornellà, J., Cozzetti, E., Rahola, R. R., Garde, T. M. & Granell, C. J. (2002). *La Adolescencia: Consideraciones biológicas, psicológicas y*

sociales. *Manual de salud reproductiva en la adolescencia Cap. I. Madrid: Sociedad Española de Contracepción.*

11. Casas, R., & Ceñal, M. (2005). Desarrollo del adolescente. Aspectos físicos, psicológicos y sociales. *Pediatría integral*, 9(1), 20-24.
12. Cobo, M. (2003) Importancia del desarrollo de la autoestima en educación primaria. *Revista aula y docente*, 61-65.
13. Coleman, J. C. & Hendry, B. (2003) *Psicología de la adolescencia*. Ediciones Morata. Madrid, 17- 47.
14. Consejo Nacional de Población (2013) 26 de Septiembre, día mundial para la prevención del embarazo no planificado en adolescentes. Recuperado de: [http://www.conapo.gob.mx/es/CONAPO/26 de Septiembre 2013 Dia Mundial para la Prevencion del Embarazo No Planificado en Adolescentes](http://www.conapo.gob.mx/es/CONAPO/26_de_Septiembre_2013_Dia_Mundial_para_la_Prevenccion_del_Embarazo_No_Planificado_en_Adolescentes)
15. Contini, N. (2008). Las habilidades sociales en la adolescencia temprana. Perspectivas desde la Psicología Positiva. *Psicodebate. Psicología, cultura y Sociedad*, 9, 45-63.
16. Cruz, M. A. (24 de Noviembre del 2012) ENSANUT 2012: creció 33% el número de adolescentes con vida sexual activa. *La jornada*. Recuperado de: <http://www.jornada.unam.mx/2012/11/24/sociedad/033n1soc>
17. Daileader, C. Abstinencia y postergación de la iniciación sexual.
18. Dávila, L. O. (Diciembre, 2004) Adolescencia y juventud: de las nociones a los abordajes. *Revista última década*. Valparaíso, 21, 83-89.
19. Delamanter, J. & Shibley, J. & (2002) *Sexualidad Humana*. Editorial Prentice Hall, México, pp 265-268.
20. El Fondo para las Naciones Unidas en la Infancia UNICEF (2011) *Punto de mira*. Adolescencia temprana y tardía. Recuperado de: <http://www.unicef.org/spanish/sowc2011/pdfs/La-adolescencia-temprana-y-tardia.pdf>
21. Falta juanamarialvarez y libro promajoven
22. Feldman, R. S. (2007) *Desarrollo psicológico a través de la vida*. Prentice Hall. Edo de México, 392-395 y 447-453.
23. Gaitán, M. L. (2010) Sociedad, infancia y adolescencia, ¿De quién es la dificultad?. *Revista interuniversitaria de pedagogía social*, Madrid, 17, 29-42.

24. García, A. (2008). La disciplina escolar. *Universidad de Murcia, Murcia*.
25. Gómez, E. C. & Quiroz, F. S. (2010). Conductas sexuales alternas y permisividad en jóvenes Universitarios. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 15(2), 285-309.
26. Iglesias, P. S. (2010). El papel de la asertividad sexual en la sexualidad humana: una revisión sistemática. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 10(3), 553-577
27. Instituto Nacional de Estadística y Geografía (2012). Estadísticas a propósito del Día Internacional de la Juventud. Recuperado de <http://www.inegi.org.mx/inegi/contenidos/espanol/prensa/contenidos/estadistica/s/2012/juventud12.asp?s=inegi&c=2844&ep=99>
28. Krauskopof, D. (1999). *El desarrollo psicológico en la adolescencia: las transformaciones en una época de cambios*. *Adolescencia y salud*, 1(2), 23-31
29. Lara, A. J. (1996) Adolescencia: cambios físicos y cognitivos. *Revista de la facultad de Albacete*. Ciudad de Albacete, España, 11, 121-127.
30. Le Goff, J. (2007). *La Edad Media explicada a los jóvenes* (Vol. 56). Editorial Paidós.
31. López, N., & Sandoval, I. (2011). Métodos y técnicas de investigación cuantitativa y cualitativa. *Documento de trabajo, Sistema de Universidad virtual, U de G*.
32. Lutte, G., & Medrano, L. (1991). *Liberar la adolescencia: la psicología de los jóvenes de hoy*.
33. Maddaleno, M. & Shutt-Aine, J. (2003). *Salud sexual y desarrollo de adolescentes y jóvenes en las Américas: implicaciones en programas y políticas*. Washington, DC.
34. Monroy, A. (2002) *Salud y sexualidad en la adolescencia y juventud*. Editorial Pax, México, páginas 26-46 y 127-133.
35. Monroy, A. (2003) *Salud y sexualidad en la adolescencia y juventud. Guía práctica para padres y educadores*. Editorial Pax México, 73-97.

36. Monroy, V. A. (1983) *Nuestros niños y el sexo*. Editorial Pax, México, México, D.F. pp. 82-142.
37. Moreno, S., Canelón, M. L., & Becerra, L. (2006). Conducta sexual, conocimiento sobre embarazo y necesidades percibidas con relación a educación sexual, en adolescentes escolarizados. *espacio abierto*, 15(4).
38. Musito, O.G., Sánchez, S. J. & Villarreal, M. (2010) *Como mejorar tus habilidades sociales*. Editorial Tendencias, México, Monterrey. 11-110.
39. Organización Mundial de la Salud (2013) Recuperado de <http://www.who.int/bulletin/volumes/87/6/09-020609/es/>
40. Perinat, M.A. (2002) *Psicología del desarrollo, del nacimiento al final de la adolescencia*. Editorial Fundació per a la Universitat Oberta de Catalunya. Barcelona, pp. 168-179.
41. Phipps, F.R. (2000) *Adolescencia, desarrollo, relaciones y cultura*. Editorial Prentice Hall, Madrid, páginas 216-219.
42. Rice, P. (2000) *Adolescencia, desarrollo, relaciones y cultura*. Prentice Hall. Madrid, 31-54.
43. Rodrigues, M. G. S., Cosentino, S. F., Rossetto, M., Maia, K. M., Pautz, M., & Silva, V. C. (2010). Talleres educativos en sexualidad del adolescente: la escuela como escenario. *Enfermería global*, (20).
44. Rodríguez, G. (2007) ¿Cuáles son los beneficios de la educación sexual. *Carpeta informativa sobre los beneficios de la educación sexual en México. México: Red Democracia y Sexualidad*.
45. Rodríguez, G. (2009) Educación sexual en el Distrito Federal. *Carpeta informativa sobre los beneficios de la educación sexual en México. México: Red Democracia y Sexualidad*.
46. Sánchez-Turet, M. & Suelves, J. M. (2001). Asertividad y uso de sustancias en la adolescencia: resultados de un estudio transversal. *Anales de Psicología*, 17 (1), 15-22.
47. Souto, K.S. (Junio, 2007) Juventud, teoría e historia: la formación de un sujeto social y de un objeto de análisis. *Historia Actual en línea*. España, 13, 171-192.
48. Weissmann, P. (2003). Adolescencia. *Revista Iberoamericana de Educación*, 1681, 5653.

ANEXOS



UNAM IZTACALA

TALLER DE EDUCACIÓN SEXUAL PARA ADOLESCENTES

Te conozco, me conozco... nos conocemos.

Objetivo general: Promover actitudes y aptitudes para fomentar una sexualidad saludable e integral en adolescentes de 10 a 12 años de edad mediante un taller de educación sexual.

ANEXO 1. TALLER DE EDUCACIÓN SEXUAL PARA ADOLESCENTES

SESIÓN 1

OBJETIVO GENERAL		Que el alumno logre integrarse en un ambiente de confianza a través de dinámicas vivenciales y conocer la estructura del futuro trabajo			
TEMA	OBJETIVOS ESPECÍFICOS	TÉCNICA	DESARROLLO	MATERIAL	TIEMPO
Presentación	Conocer las expectativas de los participantes y dar a conocer la estructura y propósito del taller.	Ejercicio de presentación	Se hará la presentación del coordinador al grupo, se les dirá el objetivo del taller y los temas a tratar durante todo el taller.	Ninguno	5m
		Presentación del coordinador	Se hará la presentación del coordinador al grupo, se les dirá el objetivo del taller y los temas a tratar durante todo el taller.	Ninguno	5m
		Contrato	Se les presentara una serie de reglas las cuáles se negociará con los participantes desde la importancia para el funcionamiento del mismo. Posteriormente a esto se les entregará a cada uno de los alumnos una tarjeta en el cual colocarán su nombre y lo	Tarjetas de presentación y listones para colgarlos	5m

Integración grupal	Generar un ambiente de confianza y de reflexión entre el coordinador del taller a través de técnicas vivenciales.	Ruptura del hielo	Se les repartirá a los alumnos una tarjeta en la cual colocará cada uno de ellos al igual que el coordinador una serie de características que son parte de nuestra personalidad, gustos o características físicas, serán 8 palabras.	Tarjetas de papel de 10x10 cm	15m
		El amigo secreto	Se les pedirá que sus tarjetas se coloquen dentro de una bolsa doblada y sin nombre, el coordinador pedirá que cada uno saque un papel y lea lo que contiene todos los del grupo tendrán que adivinar a quién corresponden las características descritas, el coordinador tendrá total participación en la actividad, esto con la finalidad de conocer un poco más con cada uno de ellos y del coordinador mismo, para generar un ambiente de confianza	Ninguno	10m
		Preguntas cruzadas	La siguiente técnica consiste en la integración de las niñas con los niños del grupo, por lo que se les pedirá que formen un círculo, separando a los chicos de las chicas, se les proporcionará una hoja a cada uno de los grupos y se les pedirá que escriban 5 preguntas entre cada grupo que les gustaría hacerle a las chicas y		

			viceversa. Esta técnica tiene como objetivo sondear relaciones inter genéricas en los alumnos y tener una primera visión de cómo se abordará la sexualidad en sesiones posteriores.	Hojas blancas y plumas	15 minutos
		Nos ponemos en el lugar del otro	<p>En la siguiente técnica consiste en completar una serie de frases:(Anexo 3)</p> <p>Me siento bien cuando....</p> <p>Me siento triste cuando....</p> <p>Tengo miedo cuando....</p> <p>Me siento frustrado/a cuando...</p> <p>Me siento bien con mis amigos cuando...</p> <p>Lo que más deseo es...</p> <p>Me preocupa que...</p> <p>Quisiera que los adultos no...</p> <p>La última vez que llore fue...</p> <p>De grande quiero ser...</p> <p>Las niñas son...</p> <p>Los niños son....</p> <p>Esto será para el coordinador, de manera que servirá de apoyo para saber de qué manera</p>	Hojas blancas y plumas	10 minutos

			abordar y en cómo es que perciben las cosas en ese momento.		
	Proponer un espacio de comunicación abierta, reflexiva y objetiva que le pueda brindar a los alumnos información de apoyo.	Buzón de puntas	El coordinador explicará que tendremos un buzón de dudas para que ellos escriban alguna pregunta que quieran hacernos de forma privada; esto al finalizar cada sesión será para resolver dudas de manera personal	Buzón de dudas	5 minutos
		¡Que aprendimos!	Cierre: se les pedirá a los alumnos que en una sola palabra digan cómo se sienten ahora.		5 minutos

SESIÓN 2

OBJETIVO GENERAL	Que los alumnos comprendan el tema de autoestima, además reconocerán, identificarán y reflexionarán la virtudes que hacen especiales a ellos mismos y a sus compañeros.				
TEMA	OBJETIVOS ESPECÍFICOS	TÉCNICA	DESARROLLO	MATERIAL	TIEMPO
Autoestim	El coordinador generará un		Se dará el saludo a los alumnos y se explicara	No se necesita	5 m

a	ambiente de confianza y de tranquilidad, con el objetivo de que los jóvenes reconozcan algunas características que los hacen especiales y que los demás consideran que los hacen especiales.	Presentación	de manera general los temas a ver	material	
		“como soy y como me ven”	<p>Las instrucciones de la primera actividad dadas por el coordinador, las cuales serán que cada uno de ellos estando en su lugar, se les entregará una silueta de papel, en esta silueta tendrán que poner su nombre en la parte superior y la podrán pintar de su color favorito, al finalizar se les pedirá que dentro de esta figura que los representa a cada uno de ellos, dentro de la silueta escriban todas las cosas que tienen que cada uno de ellos sienten que son o que los hacen especiales; por ejemplo entusiasta, inteligente, sonriente, etc.</p> <p>Posterior a esto se pegará cada silueta en un lugar visible para el resto del grupo y cada uno de sus compañeros pasará a poner fuera de la silueta, las cosas que los hacen especiales a ellos como compañeros; por ejemplo: buen</p>	<p>la silueta (anexo 4) Colores, lápiz, cinta adhesiva</p>	30 minutos

			amigo, juguetón, etc.		
		Retroalimentación	El coordinar a través de la participación activa de los alumnos dará una breve explicación de lo que es el autoestima, cuál es la importancia, como pueden mejorarla, cuáles son los riesgos de tener una autoestima baja	Ninguno	5 m
		El despertar de pesadillo	A manera de reforzamiento del tema, el coordinador leerá un cuento que se llama el despertar de pesadillo, posteriormente se les harán 5 preguntas relacionadas al texto, al finalizar cada uno de ellos dirá que es lo que aprendió de la lectura y como es que creen que se relaciona con el texto. Las respuestas servirán a coordinador para ver si el tema quedo claro y determinar si habrá que reforzar el tema para una mayor comprensión.	Una copia de la lectura “El despertar de pesadillo” (Anexo 5) Una copia del cuestionario sobre “El despertar de pesadillo”	15 m
	Proponer un espacio de comunicación abierta, reflexiva y objetiva que le pueda brindar a los alumnos	¡Que aprendimos!	Al finalizar el coordinador dará su conclusión personal sobre el tema de autoestima, además de fomentar la participación activa de cada uno de los alumnos y hacer una conclusión global	Buzón de dudas	5 m

	información de apoyo.		con las ideas de los alumnos respecto al tema. Se pasara el buzón de dudas o sugerencias		
--	-----------------------	--	---	--	--

SESIÓN 3

OBJETIVO GENERAL		Que los alumnos identifiquen que tipo de virtudes tienen ellos y cada uno de sus compañeros para llevar una convivencia sana.			
TEMA	OBJETIVOS ESPECÍFICOS	TÉCNICA	DESARROLLO	MATERIAL	TIEMPO
Valores	Implementar una serie de técnicas que permitan reconocer que valores son funcionales para una sana convivencia	Presentación	Se dará el saludo a los alumnos y se explicara de manera general los temas a ver.	No se necesita material	5 m
		Bestiario	La primera actividad se llama el bestiario, el coordinador dará a cada uno de los niños una hoja la cual doblarán por la mitad, en una mitad escribirán cuál es su animal favorito y en la otra mitad 5 cosas de ese animal que les guste mucho. Posteriormente pegarán las hojas en el	Hoja blanca, cinta adhesiva	35 m

			pizarrón para que entre todos descubran que animal es. Posteriormente a esto, se les explicará que las virtudes que cada animal posee son similares a las virtudes que cada uno tiene como persona y estas nos hacen especiales y únicos		
Virtudes		El costal de virtudes	El coordinador explicará la técnica que se llama el costal de virtudes, en una hoja cada uno pondrá tres virtudes o características que destaquen entre todos y los hagan diferente, este papelito se colocara dentro de un costalito, al finalizar se escogerán diez de los papelitos y se leerán en voz alta y el resto del grupo tendrá que adivinar de quién se trata. El objetivo de esta técnica es conocer la visión personal de cada uno y si esta se comparte con la visión del resto de los compañeros, y reconozcan que estas virtudes los hacen únicos e importantes.	Costalito de tela Hoja de papel	20 m
		La importancia de los valores	El coordinador hará una exposición con la participación activa de los alumnos de qué son los valores, la importancia de ellos en la vida cotidiana y cómo es que se deben de ver reflejados y puestos a la práctica.	No se necesita material	15 m
		Guerra de abrazos	El coordinador les pedirá a los niños que se coloquen en círculo y tendrán que caminar alrededor del círculo al escuchar la música, al momento de que la música deje de sonar,	Música	10m

			<p>cada uno de los compañeros tendrá que buscar a un compañero y lo tendrá que abrazar y siempre tiene que ser una persona diferente, se dará la retroalimentación al finalizar la actividad.</p>		
		Despedida	<p>A manera de conclusión el coordinador dará un cierre en donde se tome en cuenta la conclusión de cada uno de los alumnos y retroalimentara las ideas de cada uno de ellos,</p> <p>Al finalizar se les dará el buzón de dudas en donde escribirán en un papelito dudas a tratar o sugerencias para el taller.</p>		10m

SESIÓN 4

OBJETIVO GENERAL		<p>Qué el adolescente logre hacer empatía con sus compañeros, así como llevar a cabo prácticas de asertividad en la vida cotidiana, a través de la exposición de ejemplos prácticos.</p>			
TEMA	OBJETIVOS ESPECÍFICOS	TÉCNICA	DESARROLLO	MATERIAL	TIEMPO
Habilidad es	que los alumnos expliquen qué es lo que conocen sobre la	Presentación	Se iniciará con el saludo y explicación general de los temas a tratar.	No se necesita	

sociales	asertividad y porqué consideran que es importante			material	
		Lluvia de ideas	<p>La actividad comienza con una pregunta que el coordinador hará a los alumnos, esta es ¿qué es asertividad? Todas las ideas que surjan se anotaran en el pizarrón en forma de lluvia de ideas, todos los alumnos tendrán que decir que se les ocurre respecto la respuesta de esto, al finalizar el coordinador hará una conclusión que orientará el significado real de lo que significa la asertividad, definiéndolo de manera más específica, tomando en cuenta la siguiente definición:</p> <p>“Una forma de interactuar con el otro de manera que las personas no agreden, pero tampoco se someten a la voluntad de otro. Sino más bien expresa sus ideas y sentimientos, así como defiende sus derechos. En pocas palabras es saber decir que sí y saber decir que no en el momento indicado”</p> <p>Después de haber expuesto el concepto, se les preguntará qué opinan, si era lo que ellos habían mencionado y se le s preguntará si ellos han estado en una situación similar y como es que la resolvieron.</p>	Pizarrón y plumón	15 m

		“Soy asertivo, cuando...”	El coordinador entregará a cada uno de los alumnos una hoja blanca, en donde tendrán que escribir dos situaciones en donde creen que han sido asertivos y dos en donde creen que no han sido asertivos y porque. Al finalizar la actividad formaran un círculo y mencionaran en voz alta cada uno de estos ejemplos, el coordinador orientará con la ayuda del resto de los compañeros.	Hojas de papel	15m
Asertividad	Que los alumnos logren reconocer de manera práctica cual sería la forma en la que deben de comportarse aplicando los tres tipos de comportamiento.	Juego de roles	El coordinador pedirá que hagan equipos de cuatro personas y se les pedirá que cada equipo prepare una mini representación de en donde ellos tendrán que exponer un caso donde se vea que es asertivo el personaje. Uno pasivo y uno agresivo, el coordinador dará un ejemplo. Al final se dará una conclusión.	No se necesita material	30 m
		“Me molesta... y lo soluciono haciendo...”	El coordinador pedirá al grupo que pongan cuales son las situaciones que les molestan y con la participación total del grupo y coordinador se propondrán las posibles soluciones asertivas ante esa situación. Se hará la retroalimentación respecto a estas.	No se necesita material	10m
			Se escogerá un tema el cual asignará el		

		Historia	<p>coordinador y pedirá que un miembro del grupo cree una historia respecto a este tema y los demás de forma consecutiva, la continúan, para que entre todos formulen una idea completa.</p> <p>El objetivo de esta actividad es que reconozcan la importancia del trabajo en equipo y las ventajas que ofrece en su vida cotidiana.</p>	No se necesita material	15m
		¡Qué aprendimos!	<p>Cierre: se les pedirá a los alumnos que comenten como se sienten con las actividades realizadas; así como la importancia de llevarlas a cabo.</p> <p>Al finalizar se hará retroalimentación y se les dará un papelito para que anoten las dudas y/o sugerencias que deseen tratar de manera personal.</p>	Buzón de dudas	5 minutos

SESIÓN 5

OBJETIVO GENERAL	Qué el alumno conozca las características físicas, psicológicas y sociales que comprenden la adolescencia, con el fin de procurar pensamiento crítico y creativo.				
TEMA	OBJETIVOS ESPECÍFICOS	TÉCNICA	DESARROLLO	MATERIAL	TIEMPO

Sexualidad	Conocer que es lo que han experimentado, conocen respecto a la entrada de la pubertad.	Presentación	Se iniciará con el saludo y explicación general de los temas a tratar.	No se necesita material	
		Lluvia de ideas	El coordinador preguntará si saben que es la adolescencia y si saben qué tipo de cambios conlleva a las y los alumnos entrar a la adolescencia, una vez que ellos hayan dado una noción general.	No se necesita material	
		Micro conferencia	El coordinador apoyará la explicación con diapositivas explicando cambios biológicos, como la menstruación en la mujer y la primera eyaculación en el varón	Diapositiva, proyector	
		Maratón	El coordinador pedirá que entre todos formen equipos de 4 o 5 personas, se les hará una serie de preguntas relacionadas al tema y a los cambios físicos en la adolescencia, cada equipo tendrá que contestar cada pregunta y si este equipo no sabe la respuesta, se le dará oportunidad al siguiente equipo, cada respuesta correcta tendrá un valor de un punto. Al finalizar el coordinador preguntará si creen que	No se necesita material	

			es importante saber esa información y que cosas no.		
Adolescencia	El objetivo de esta actividad es reconocer la repercusión de los cambios biológicos en lo emocional y social	Micro conferencia	El coordinador aterrizará en algunos puntos específicos y retomará lo antes visto como autoestima y hablará de diversas influencias como los medios de comunicación que repercuten en su personalidad y en la formación de identidad	Diapositiva y proyector	
		Collage	En esta actividad se les repartirá revistas a los alumnos se les pedirá que recorten a dos mujeres y dos hombres que les parezcan atractivas, para posteriormente pegarlos todo en un papel bond y hacer un collage entre todo el grupo	Revistas, papel bond, tijeras, pegamento	10 minutos

		Reflexión y cierre	<p>El coordinador pedirá que formen un círculo mirando el papel bond para de esta manera poder hacer una reflexión orientada básicamente en estas tan preguntas: ¿Qué tan frecuente es ver en la vida cotidiana a mujeres como las que están en el collage, cómo son los hombres?, „Cómo soy?, ¿En qué me parezco? ¿En qué soy diferente?</p> <p>Posterior a esto se hará la reflexión orientada por el coordinador con el objetivo de hacer hincapié en la influencia de los medios de comunicación y los estereotipos que dejan fuera formas de belleza reales. Se hará la reflexión en grupo y se resolverán dudas.</p>	No necesita material	se	20 minutos
--	--	--------------------	--	----------------------	----	------------

SESIÓN 6

OBJETIVO GENERAL	Qué el alumno conozca la diferencia entre sexo y sexualidad, reconocer sus derechos sexuales al igual que decidir cuál es el momento preciso para iniciar con su sexualidad de una manera saludable.				
TEMA	OBJETIVOS ESPECÍFICOS	TÉCNICA	DESARROLLO	MATERIAL	TIEMPO
Salud sexual	conocer la información de los alumnos tienen y con	Presentación	El coordinador saludará a los alumnos.	No necesita	se 1m

	la que cuentan sobre el concepto de sexo y exponer la información adecuada.			material	
		Lluvia de ideas	El coordinador preguntará a todo el grupo que es lo que saben respecto a la palabra sexo o ¿Qué es sexo?	No necesita material	5 m
		Conferencia expositiva/participativa	El coordinador guiara una exposición en la cual de manera general mencionará los derechos y obligaciones sexuales que tiene cada uno y las diferencias entre los hombres y mujeres	Pizarrón y plumón	10 m
		¿Estoy listo?	<p>Una vez explicado lo anterior, el coordinador resolverá las dudas pertinentes, enfatizando que la asertividad forma un papel fundamental en la medida de cada una de nuestras acciones y sobre todo si hablamos de nuestra sexualidad.</p> <p>Se les preguntará que tipo de cuestiones serán importantes saber si ellos deciden iniciar con su vida sexual y en el pizarrón el coordinador ira colocando cada una de las ideas que los demás vayan mencionando.</p> <p>Y el coordinador hará una reflexión que involucre los puntos de vista de los alumnos y aclare</p>	Pizarrón y plumón	20 minutos

			algunos.		
	Que los alumnos identifiquen que la protección al igual que la información es una forma de valorar su propio cuerpo y de amarse, al igual que amar a los demás.	desmitificando	<p>Se analizarán una serie de mitos y prejuicios que son frecuentes escuchar en los jóvenes que inician su actividad sexual.</p> <p>Los mitos se anotaran en el pizarrón para que este sea visible para todos.</p> <p>El coordinador pedirá que cada uno diga si está o no de acuerdo en cada uno y ¿Por qué?, finalmente el coordinador con la ayuda de todos desmitificará todos los mitos ya aclarará el porqué.</p> <p>Al finalizar la sesión se promoverá la reflexión , en base a lo que entendieron y cómo se sintieron después de haber escuchado los temas y las dudas que quieran resolver de manera personal, se depositarán en el buzón de dudas.</p>	Pizarrón y plumón	20 m
Salud sexual	conocer la información de los alumnos tienen y con la que cuentan sobre el concepto de sexo y exponer la información	Caja de sorpresas	Esta actividad consistirá en que el coordinador meterá una serie de papelitos dentro de una caja, estos papelitos tendrán escrito un derecho sexual u obligación, se les pedirá que formen parejas para de esta manera poder debatir con el otro que es lo que entendió cada uno respecto a ese punto y cada pareja con sus propias palabras lo explicará al resto del grupo, el coordinador	Caja de cartón, hojas	25 m

	adecuada.		complementará si hace falta información.	de papel	
		Reflexión y cierre	Se hará la reflexión grupal y se resolverán dudas, además de que si de manera personal tiene otra se pondrá el buzón de dudas.	Buzón de dudas	10 minutos

SESIÓN 7

OBJETIVO GENERAL		Que el alumno analice bajo qué condiciones pueden utilizar los métodos anticonceptivos al igual que dar a conocer las consecuencias de no tener una vida sexual responsable y sana, así como también dar soluciones.			
TEMA	OBJETIVOS ESPECÍFICOS	TÉCNICA	DESARROLLO	MATERIAL	TIEMPO
Alternativas de conducta sexual.	Ofrecer al alumno un panorama en donde tendría que utilizar las herramientas e información en su vida sexual	Presentación	El coordinador saludará al grupo y le presentará de manera general los temas que se tienen establecidos abordar esa sesión.	No se necesita material	5m
			El coordinador planteará un caso ficticio de una joven de 15 años que ésta embarazada, y a los alumnos se les preguntará que posibles dificultades creen que se impliquen para esta joven, en el pizarrón se irán escribiendo diversas		25

		¿Tú qué harías?	columnas y se pondrán las ideas de los alumnos por ejemplo (económico, académico, familiar, de salud, psicológico tanto para la madre adolescente como para el futuro hijo. Todo esto con el objetivo de que las y los estudiantes reconozcan las implicaciones de ser madres o padres a esta edad e identifiquen las decisiones que se deben tomar con respecto a este tema.	Pizarrón y plumón	minutos
		Micro conferencia	<p>Una vez que se tengan suficientes elementos que los alumnos vieron, con la participación activa de los alumnos se hará un análisis de la situación y se dará a paso y explicará la importancia de la protección y de los métodos anticonceptivos en el ejercicio de su sexualidad.</p> <p>Con una serie de diapositivas e imágenes se comenzará a explicar que tipos de métodos existen de manera general y cuáles son más recomendables para su edad, además de los que no se recomienda utilizar; esto para que ellos hagan un juicio y una crítica sobre cuáles son los mejores para utilizar. (Ver anexo 5). Se explicarán detenidamente, tanto para que conozcan la efectividad, como el uso de cada uno de los anteriores, cada vez que se vaya nombrando algún método se preguntará a los alumnos si es que conocen o han escuchado del método, esto para partir de la información correcta o incorrecta que posean y así brindar la información adecuada.</p>	Diapositivas y computadora, condón masculino y condón femenino.	10 minutos

			Habr� un espacio en donde el coordinador aclarar� dudas, el coordinador los invitar� a que sean participantes activos de su sexualidad y ellos tendrán que informarse responsablemente.		
		�Estoy listo?	<p>Una vez explicado lo anterior, el coordinador resolver� las dudas pertinentes, enfatizando que la asertividad forma un papel fundamental en la medida de cada una de nuestras acciones y sobre todo si hablamos de nuestra sexualidad.</p> <p>Se les preguntará que tipo de cuestiones serán importantes saber si ellos deciden iniciar con su vida sexual y en el pizarrón el coordinador ira colocando cada una de las ideas que los demás vayan mencionando.</p> <p>Y el coordinador hará una reflexión que involucre los puntos de vista de los alumnos y aclare algunos.</p>	Pizarrón y plumón	20 minutos

Métodos anticonceptivos	Enseñarle al alumno como utilizar el método anticonceptivo más recomendado de acuerdo a su edad. Que los alumnos identifiquen que la protección al igual que la información es una forma de valorar su propio cuerpo y de amarse, al igual que amar a los demás.	¿Cómo poner un condón?	<p>Para apoyar la información brindada, el coordinador mostrará el condón masculino y el condón femenino y se hará una dinámica en la que se les enseñara como ponerse el condón de manera correcta, se dará mayor importancia al condón debido a que por edad y acceso es el método más adecuado para los jóvenes.</p> <p>Se analizarán una serie de mitos y prejuicios que son frecuentes escuchar en los jóvenes que inician su actividad sexual.</p>	Condón masculino y femenino	15m
		Micro conferencia	<p>El coordinador ampliará la información y la explicación de algunas infecciones de transmisión sexual, sobre todo las más comunes en México, que tipo de tratamientos hay.</p> <p>Se hará hincapié en la importancia de la prevención y consecuencias de ser infectado de laguna de estas, se resolverán las dudas que tengan respecto al tema. El objetivo es orientar adecuadamente y enseñarles que hay alternativas ante cualquier situación de estas.</p>	No se necesita material	20 minutos
	Conocer que es lo que los alumnos		En esta parte se hará la reflexión, el coordinador pedirá que formen un circulo y que cada uno diga		

	aprendieron y que información consideran importante.	Cierre	de manera personal que aprendieron y como se sienten al saber esta información. Se pasará el buzón de dudas por si quieren tratar de manera personal algún tema en cuestión.	Buzón de dudas	10 minutos
--	--	--------	---	----------------	------------

SESIÓN 8

OBJETIVO GENERAL	Concluir el tema al igual que conocer el impacto que tuvo en los alumnos de sexto año de primaria				
TEMA	OBJETIVOS ESPECÍFICOS	TÉCNICA	DESARROLLO	MATERIAL	TIEMPO
Cierre.	Reforzar el aprendizaje, haciendo preguntas y recibiendo las dudas sobre los temas antes expuestos	Presentación	El coordinador saludará al grupo y le presentará de manera general los temas que se tienen establecidos abordar esa sesión.	No se necesita material	5m

		Dudas del buzón	Las dudas pendientes se tratarán de manera general con todo el grupo, esto también servirá de retroalimentación para los demás y se fomentará la participación de los alumnos y se les dirá que no se queden con dudas y se atrevan a preguntar, además de que se les dirá que descubran que tiene un gran beneficio el cuestionar.	Buzón con dudas	10 minutos
	Saber se cumplieron las expectativas del taller y conocer si la información que se les brindo estaba bien explicada	El cuento	El coordinador pedirá que cada alumno en una hoja escriba un cuento del tema que más les gusto, de cual aprendió más y cuál lleva a cabo en su vida cotidiana, el cuento no tiene un límite y pueden tratar todos o un solo tema.	Hoja de papel	15 minutos
		El diploma	El coordinador entregará a cada uno de los alumnos una hoja en la que tiene que escribir... se entrega el presente diploma a...(tiene que escribir su nombre), posteriormente se pegará por la espalda su diploma y recorrerá el salón de clases, escribiendo en la espalda de sus compañeros, las cualidades que hacen que se lo merezca, por ejemplo, buen amigo, participativo, etc.	Diplomas	15 minutos
		Que me llevo del	El coordinador entregará a cada alumno una serie de frases que tendrán que completar.(Ver anexo	No se necesita	10

		taller	7)	material	minutos
		Cierre	El coordinador dará un formato en el cual el alumno pondrá como le pareció el trabajo del coordinador en el taller.	No se necesita material	10 minutos

Micro-plática para padres de familia Tema: Autoestima y Educación sexual		Duración: 80 min	
Objetivo: Dar las herramientas necesarias a los padres de los niños de sexto año, para promover el autoestima de los niños así como también para hablar de sexualidad con los niños.			
Nombre de la técnica	Desarrollo de la actividad	Materiales	Duración
Presentación	Se presentará el coordinador responsable del taller y de manera general mencionará la importancia del taller de padres, el objetivo del mismo, los temas que se abordarán	No se necesitan materiales	5 minutos
Micro-conferencia	El coordinador definirá autoestima, características y la importancia de que los padres sean partícipes en la construcción de la autoestima de sus hijos.		
El valor de un hijo	Se les pedirá a los padres que dibujen en una hoja a su hijo, cuando todos hayan terminado, se les pedirá que arruguen la hoja, que la rompan o que la pisen o lo que ellos quieran, posteriormente se les pedirá que tomen el dibujo y que intenten dejarlo como estaba en un principio.	Hoja blanca, lápices y colores	10 minutos
Conclusión	Se hará la reflexión con los padres, sobre las repercusiones a los hijos, el utilizar gritos y los golpes, pues siempre van a dejar una huella en su hijo, y se recomienda tratar de controlar el carácter y tratar de buscar alternativas a tratar con sus hijos.	No se necesitan materiales	5 minutos
Presentación del tema	Se dirá que la temática a tratar con sus hijos es "Educación sexual" y para eso es necesario que cada uno se ponga a reflexionar como es que lo educaron	No se necesitan materiales	5 minutos

	<p>sobre la sexualidad, en una hoja blanca y de forma breve cual fue la educación sexual que recibió, que faltó que le dijeran</p> <p>Se pedirá la participación de los padres para comentar lo que escribieron, se tomará la participación de 3 a 5 personas de diferente sexo. Posterior a esto se hará un breve reflexión sobre las diferencias de cómo educaron a las mujeres y a los varones, se hará énfasis y se le pedirá que se cuestionen de manera personal si ahora que sus hijos son preadolescentes o adolescentes están orientándolos como a ellos les hubiera gustado que los educaran, si se involucran en este tipo de charlas con sus hijos. (Ver anexo 8)</p>		
Acróstico de sexualidad	<p>Objetivo: Se propone romper el hielo y abordar el tema de sexualidad, conocer los significados que los padres tienen, sobre el tema y aportar otros.</p> <p>Se hará un acróstico con la palabra sexualidad escrita en forma vertical, y los padres tendrán que ir mencionando que palabras se les ocurren que se relacionen con la palabra sexualidad y que se relacionen, por último una vez que todos hayan puesto las palabras que se les vienen a la mente, el coordinador hará la conclusión de qué sexualidad es un conjunto de muchas cosas desde los elementos biológicos, es decir, el sexo, los psicológicos qué es el sentirse y pensarse como hombre y como mujer y los sociales que hacen referencia al comportamiento que establece la sociedad para cada sexo. Entonces se puede entender por sexualidad a la forma en que cada ser humano se</p>	Papel bond y plumones	15 minutos

	manifiesta como hombre o como mujer.		
¿Qué pasaría si mi hijo pregunta?	<p>Objetivo: a través de una técnica de relajación, se propone hacer reflexión sobre distintos aspectos de la sexualidad de sus hijos para propiciar la comunicación abierta con ellos</p> <p>.</p> <p>El coordinador comenzará con la técnica de relajación. (Ver anexo 9)</p>	Hojas blancas y plumas	10 minutos
Descartando mitos	Posteriormente se les pedirá a los padres de familia que comenten que fue lo que imaginaron; como se sintieron etc.El coordinador se basará en una serie de puntos importantes, que básicamente son mitos que se intenta debatir de forma abierta y participativa. (ver anexo 10)	No se necesitan materiales	5 minutos
Retroalimentación y cierre.	Se hará la reflexión junto con los padres respecto a los temas antes vistos, si quedo claro, si existen dudas se resolverán y se hará el cierre del mismo.	No se necesitan materiales	10 minutos

ANEXO 2. CUESTIONARIO PARA PROFESORES

NOMBRE: _____

GRUPO: _____

CONTESTA HONESTAMENTE LAS SIGUIENTES PREGUNTAS:

1. ¿Cómo definirías el clima de relaciones interpersonales en tu clase?

- a. Muy bueno (muy satisfactorio para tí y para los escolares).
- b. Bueno (es un buen clima, aunque aspectos concretos se podrían mejorar).
- c. Insatisfactorio (hay problemas de conjunto que no se resuelven fácilmente).
- d. Muy malo (hay problemas permanentes, resulta muy duro trabajar así).

2. Señala las dos principales causas a las que atribuyes las malas relaciones (violencia y agresividad) entre escolares.

3. ¿Qué haces para mejorar las relaciones interpersonales en tu clase o tutoría?

4. Si estás en el patio del recreo y tienes que distinguir entre lo que es simplemente un juego rudo y una auténtica agresión ¿en qué aspectos (gestos, actitudes y hechos) te fijas?

5. Nombra los tipos de actuaciones violentas más frecuentes entre los escolares.

6. ¿En qué lugares de la escuela y sus alrededores ocurren las agresiones/intimidaciones entre los escolares de tu centro?

7. ¿Qué sueles hacer cuando hay un conflicto de violencia entre escolares?

8. Describe brevemente los dos últimos conflictos reales entre escolares en los que te has visto implicado y cuál fue tu intervención.

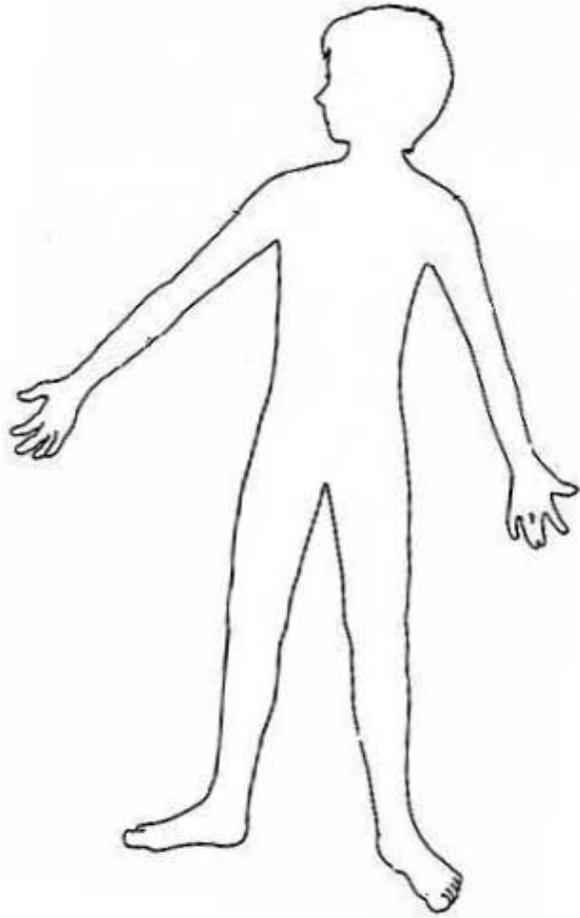
MENCIONA 5 TEMAS EN LOS QUE TE GUSTARÍA QUE TE APOYARAN EN EL SALÓN DE CLASES

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

ANEXO 3

Completa las siguientes frases, escribiendo lo primero que te venga a la mente:

1. Me siento bien cuando _____
2. Me siento triste cuando _____
3. Tengo miedo cuando _____
4. Me siento frustrado/a cuando _____
5. Me siento bien con mis amigos cuando _____
6. Lo que más deseo es _____
7. Me preocupa que _____
8. Quisiera que los adultos no _____
9. La última vez que llore fue _____
10. De grande quiero ser _____
11. Las niñas son _____
12. Los niños son _____

ANEXO 4. SILUETA HUMANA

ANEXO 5. CUENTO EL DESPERTAR DE PESADILLO

Ogro Mogro, Gigantón y Abominable llevaban cientos de años encerrados en la cárcel de los monstruos. Habían entrado allí voluntariamente, después de darse cuenta de que asustar a los niños no era una buena forma de ganarse la vida.

Desde entonces, los tres andaban tristes y solitarios; no sabían hacer otra cosa que asustar, así que carecían de ilusiones y pensaban que no servían para nada. Ya habían cumplido sus condenas varias veces, pero cuando les decían que podían marchar, respondían que a dónde iban a ir, si sólo sabían asustar...

Pero todo cambió el día que encerraron a Pesadillo.

Pesadillo era un monstruo chiquitajo, que asustaba más bien poco y se pasaba todo el día durmiendo, pero era realmente muy divertido. Contaba cientos de historias de cómo había cambiado los sueños de la gente para que fuesen más divertidos, y de cómo casi siempre sus cambios salían tan mal que acababan asustando a cualquiera.

A Ogro Mogro y sus amigos les encantaban sus historias, pero había que esperar a que el dormilón de Pesadillo se levantase para escucharle. Y no era nada fácil, porque parecía que ni un terremoto era capaz de despertarle.

Hasta que un día, los tres monstruos juntaron sus más terroíficos gritos. Pesadillo dio un bote en la cama y se despertó al instante. Les miró con los ojos muy abiertos, pero no parecía estar asustado, ni enfadado; más bien parecía estar contento:

- ¡Genial!- dijo- siempre he querido levantarme temprano. El día se aprovecha mucho más. ¿sabéis? deberíais hacer despertadores, sé de muchos dormilones que os lo agradecerían.

Los tres monstruos se sintieron felices al oír aquellas palabras; ¡servían para algo! Después de tantísimos años, resulta que podían hacer más cosas de las que habían creído, y sin asustar ni molestar a los niños.

Ese mismo día abandonaron la cárcel dispuestos a crear su primer despertador. Y así, los tres monstruos se hicieron famosísimos con su negocio para dormilones, muy contentos de haber comprendido que siempre hay algo genial que podemos hacer y está por descubrir.

MÉTODOS ANTICONCEPTIVOS TEMPORALES

Tipo de método	Indicaciones	Contraindicaciones	Efectos adversos
De barrera	<p>Hombre o mujer con vida sexual activa, en las siguientes situaciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Como apoyo a otros métodos anticonceptivos. - En personas con actividad sexual esporádica. - Como apoyo durante las primeras 25 eyaculaciones posteriores a la realización de vasectomía. - Cuando además hay riesgo de exposición a enfermedades de transmisión sexual, incluyendo al SIDA. 	<ul style="list-style-type: none"> • Alergia o hipersensibilidad al plástico (látex) o al espermicida. • Disfunciones sexuales asociadas a la capacidad eréctil. 	Intolerancia al látex o al espermicida.
Espermicidas	<p>Mujeres en edad fértil con vida sexual activa, nuligestas, nulíparas o multíparas, incluyendo adolescentes que deseen un método temporal de efectividad media, en las siguientes condiciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Contraindicación para el uso de anticonceptivos hormonales. - Durante la lactancia. - Para aumentar la eficacia anticonceptiva de otros métodos de barrera. - En período inmediato postvasectomía. 	<ul style="list-style-type: none"> • Hipersensibilidad a alguno de los componentes de la formulación 	<ul style="list-style-type: none"> • Su uso puede producir en la pareja fenómenos de inflamación local, en personas sensibles a los ingredientes de la formulación. • Reacciones alérgicas.
DIU	<p>Mujeres en edad fértil con vida sexual activa, nuligestas, nulíparas o multíparas, incluyendo adolescentes, que deseen un método anticonceptivo temporal de alta efectividad y seguridad, que no deseen la toma o aplicación periódica de anticonceptivos hormonales en las siguientes circunstancias:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Antes del primer embarazo. - En el intervalo intergenésico. - En el posparto, trans y poscesárea, con o sin lactancia. - En el postaborto 	<p>Embarazo o sospecha de embarazo.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Útero con histerometría menor a 6 cms. • Patología que deforme la cavidad uterina. • Carcinoma del cérvix o del cuerpo uterino. • Enfermedad inflamatoria pélvica activa. • Presencia de corioamionitis. 	<p>Dolor pélvico durante el periodo menstrual.</p> <p>Aumento de la cantidad y duración del sangrado Menstrual.</p>
<p>Naturales</p> <p>Método del calendario, del ritmo o de Ogino-Knaus.</p> <p>☑ Método de la temperatura.</p> <p>☑ Método del moco cervical o de Billings.</p> <p>☑ Método sintomático térmico.</p>	<p>Parejas en edad fértil, con vida sexual activa, que requieran regular su fecundidad de manera temporal y que no deseen usar un método de mayor efectividad por cualquier causa.</p>	<p>Riesgo reproductivo elevado.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mujeres con ciclos menstruales irregulares en cuanto a duración y características de la menstruación. • Inhabilidad de la mujer para reconocer las características de su ciclo menstrual, cambios en el moco cervical, en la temperatura basal y otros síntomas y signos asociados al ciclo menstrual. • En personas que no estén en situación de practicar la abstinencia sexual cuando el método lo requiera. 	<p>No se describen efectos colaterales atribuibles a estos métodos. Sin embargo, cuando existe falta de colaboración entre los integrantes de la pareja esto puede ser motivo de desavenencia conyugal y tensión emocional.</p>

ANEXO 7. QUE ME LEVO DEL TALLER

Completa las siguientes frases, intentado poner que es lo que aprendiste del taller:

1. Ya sabía _____
2. Me sorprendí por _____
3. Me moleste por _____
4. Me gustó _____
5. No me gusto _____
6. Me gustaría saber más acerca _____
7. Una pregunta que todavía tengo es _____
8. ¿Cómo me la pase? _____
9. ¿Cómo me sentía? _____
10. ¿Cómo me siento? _____

ANEXO 8. PREGUNTAS BREVE REFLEXIÓN

1. ¿Cómo nos educaron respecto a la educación sexual?
2. ¿Qué me hubiera gustado que mis papás me dijeran respecto a la sexualidad?
3. ¿Si pudiera responderme algo en esa edad, qué sería lo que me hubiera dicho?
4. ¿Qué me hubiera gustado que me dijeran que era importante en la adolescencia?
5. ¿La información con la que conté fue la suficiente, qué añadiría?
6. ¿Cómo me hubiera gustado que se acercaran mis papás para habla del tema?
7. ¿Qué diferencia hay de antes a ahora con respecto a la sexualidad?

ANEXO 9. TÉCNICA DE RELAJACIÓN

En la siguiente técnica el coordinador hará una técnica de relajación la cuál esta a continuación:

“Vamos a cerrar los ojos y vamos imaginarnos a nuestro hijo o hija, tu estas sentado cómodamente haciéndolo que más te gusta... estás en tu lugar favorito. De repente escuchas unas pequeños pasos, sabes que es tu hijo o tu hija, cálidamente se sienta a tu lado y te dice mamá, papá te quiero preguntar algo, contestas que si.....con un tono suave y tierno... tu hijo (a) te mira a los ojos y te hace una pregunta sobre sexualidad...(piensa en esa pregunta qué crees que tu hijo (a) te haría) ahora tu le respondes.....una vez que le respondiste, vez a tu hijo salir del lugar donde estas.... Respira hondo..y regresa al salón de clases..... en la hoja blanca... escribe cual fue la pregunta que te hizo tu hijo y como y que fue lo que le contestaste y como te sentiste.”

Posteriormente se le pedirá a los padres de familia que comenten que fue lo que imaginaron; como se sintieron etc.

ANEXO 10. DESMITIFICANDO PUNTOS SOBRE LA SEXUALIDAD

*Lo aprenden solos. **Falso.** Es verdad que la mayoría de nosotros hemos aprendido solos, pero también es verdad que la mayoría hemos aprendido poco y mal.*

- la información sexual de que disponen los adolescentes la obtienen principalmente de sus iguales como sus amigos, primos vecinos
- nadie puede garantizar que esta información sea correcta, veraz

*Se lo enseñan en la escuela. **Depende.***

- No todas las escuelas o institutos desarrollan programas de educación afectiva y sexual.
- no significa que los padres puedan despreocuparse
- una tarea conjunta

*La educación sexual incita a la práctica sexual. **Falso.***

La educación sexual fomenta la responsabilidad y la adecuada toma de decisiones.

Es más, la educación sexual evita que los adolescentes vivan su sexualidad con angustia o condicionados por informaciones erróneas

*Todavía son unos niños. **Depende.** La educación sexual debe llevarse a cabo de manera adecuada a cada edad pero desde la infancia.*

Miedo a no saber responder las preguntas de los adolescentes.

En realidad lo que quieren los adolescentes sobre estos temas es poder hablar, conocer lo que pensamos, cómo enfocamos determinadas cuestiones, que les ayudemos a situar los límites, etc.

No saber cómo enfocar la conversación. Muchos padres no saben "sacar" estos temas sin que se convierta en una especie de asalto directo, pero puede utilizar temas comunes como el embarazo de alguien etc

Sentimiento de vergüenza. A veces padres y madres evitan estos temas porque creen que los hijos les preguntarán sobre cuestiones de tipo personal. La intimidad de los padres, en tanto que pareja, no debe pertenecer más que a ellos y así se debe comunicar a los hijos si estos intentan adentrarse en este territorio. Ello no impide que se puedan comentar algunos aspectos generales de su relación, pero sin entrar en detalles que sólo pertenecen al ámbito de lo personal.

Miedo a que el adolescente piense diferente. Algunos padres intuyen claramente que sus actitudes sobre temas de sexualidad y las de sus hijos adolescentes pueden ser bastante diferentes, por lo que hablar de ello sólo les conducirá a discusiones inútiles y al desgaste de la relación. Es evidente que hay diferentes cuestiones en las que padres e hijos pueden pensar diferente, pero evitar el tema sólo evidencia la incapacidad para el diálogo

ANEXO 11. CUENTO UNA DELGADA HISTORIA

Esta historia gira en torno a una chica que está preocupada por su peso de manera exagerada puesto que sufre de una imaginada gordura que quiere evitar a toda costa. Reduce sus hábitos alimenticios, no caldos, no pastas, no verduras, no tortillas etc, etc. Y además quería reducir su nombre Zoila Gordillo Delgado a solamente Zoila



ANEXO 12. CUENTO DE LA LUCIERNAGA

Esta es la historia de un pequeño pueblo, que vivía a oscuras porque no existía la luz, quienes estaban a cargo de dicha tarea eran las luciérnagas. Ellas, contentas alumbraban a las personas en su camino, cuando la luna se asomaba, cada luciérnaga tenía como rutina ir a buscar a cada persona que se le fue asignada.

Todos eran felices en ese pequeño pueblo, menos una luciérnaga, que se mostraba apartada de las demás. Ella era Abigail, una pequeña luciérnaga que tenía problemas en sus alas y en su cola, por mucho tiempo quiso brillar y jamás lo pudo lograr. Veía como sus hermanas y amigas brillaban en la oscuridad, dejando en el cielo un bello destello de luces. Abigail siempre se preguntaba por que no podía brillar, ansiaba con todo su corazón poder alumbrar a alguna persona, pero ellos amablemente siempre le rechazaban la petición de que los acompañara.

- Pronto lloverá decía uno, estoy agotado le decía otro. Abigail se sentía sola, triste, sin saber por qué aún no podía brillar, su madre Yael, le explicaba que pronto sería posible.

- ¿Cuándo aprenderé a volar? Preguntaba Abigail

- Aún eres pequeña hija, no te preocupes pronto brillarás. - contestaba su madre

- Pero todos tienen a una persona a quien cuidar, y yo aún no encuentro a nadie, ¿es por qué no logro brillar? Comentaba triste.

- Claro que no, cariño, no es por eso, no pienses así, te prometo que pronto alguien vendrá a pedirte que lo cuides, y en ese momento, deberás ser una luciérnaga responsable y brillar siempre y mostrarle el camino hacia su casa. - la tranquilizó Yael.

Abigail tras hablar con su madre salió a recorrer el pueblo, para así intentar brillar, volaba a ciegas ya que no veía nada, solo la acompañaba la luz de la luna. En un momento, se detiene detrás de un árbol, luego de escuchar unos gritos de auxilio.

- ¡Socorro! ¡Socorro! Le temo a la oscuridad, quiero salir de aquí- gritaba alguien.

Abigail tras escuchar los gritos incesantes baja al suelo, y allí ve a un pequeño niño tendido en el suelo. Se había doblado la pierna y por esa razón no lograba pararse.

- Debes brillar y traer a las demás- le decía el niño.

No se brillar- le contestaba asustada Abigail. - Claro que puedes brillar, eres una luciérnaga- le decía el niño..Aún no aprendí a hacerlo- repuso Abigail.

Pasados unos minutos el niño intenta tranquilizarla y hablarle amablemente.

- Mi nombre es Benjamín, vivo a unas pocas cuadras de aquí, fui a buscar un balón que se me cayó, y al no poder ver claramente tropecé contra una rama de un árbol, es por eso que debes brillar para llamar a las demás.

Abigail intento y lo intento pero no logro brillar. Las horas pasaban y el niño aún se quejaba. Hasta que de pronto se escucharon unos ruidos detrás de unos arbustos.

- ¿Qué es ese ruido? Preguntaba Benjamín.

- Es el viento- contesto Abigail.

Pero los ruidos cada vez se hacían más fuertes, hasta que de pronto, de la nada salió un lobo, con sus colmillos afilados, saboreándose al ver a un niño tendido en el suelo. Tras la desesperación Abigail con todas sus fuerzas intentó brillar, y esta vez lo logró, ¡estaba brillando!, se acerca al niño y le dijo:

- No te preocupes, no dejaré que te haga daño- afirmó Abigail.

El niño lloraba y le pedía que no lo dejara, Abigail se aproximó al lobo y gritó

- No te atrevas a lastimarlo!

El lobo la miró y comenzó a reírse

- ¿Qué vas a hacer? - Contestó irónico el lobo- Ni siquiera puedes brillar para ayudar a nadie por eso nunca te llaman.

- No me subestimes, sé que puedo hacerlo, soy más valiente de lo que te imaginas - repuso la luciérnaga.

El lobo no paraba de reírse, el niño la llamaba y le decía que tenía miedo, Abigail cerró sus ojos, pidió con todas sus fuerzas al Dios de las luciérnagas que la ayudara a salvarlo. A cambio de ello, daría su propia vida, en ese momento de su pequeño cuerpo salió una luz poderosísima que iluminó todo el sendero donde se encontraba el niño, tan poderosa era la luz que fue vista desde todos los rincones del pueblo, la luna al ver semejante situación iluminó aún más el camino para que los hombres, al darse cuenta de que algo sucedía apresuraran su marcha.

El lobo, al verse acorralado, huyó rápidamente entre los árboles, Benjamín entre gritos y llanto gritaba

-No te mueras Abigail!!! -

La gente, sin entender, se acerca al niño, y ven que en su mano un cuerpo diminuto titilaba con dificultad, Benjamín comentó -ella me salvó la vida , no quiero que muera. Abigail estaba muy débil y sin fuerzas, su corazón estaba hinchado de emoción por encontrar tanto amor en ese niño.

En ese momento, la luna que había sido testigo de todo lo ocurrido bajo del cielo y le regaló un poco de su abundante luz, ante la mirada de todo un pueblo, Abigail brilló más que nunca y a partir de ese instante fue la elegida de Benjamín para que iluminara su camino y fuera su amiga. En el pueblo, ella es la luciérnaga más hermosa y más aclamada por todos, su historia y valentía es contada por todas las luciérnagas y por todos los habitantes de ese pueblo como uno de los ejemplos más heroicos ocurridos.