

6 y 7º

Educación Sexual

Alejandra Galvis



Ministra de Educación Nacional | Cecilia María Vélez White

Viceministra de Educación Preescolar, Básica y Media | Isabel Segovia Ospina

Directora de Calidad para la Educación Preescolar, Básica y Media |

Mónica López Castro

Subdirectora de Referentes y Evaluación de la Calidad Educativa |

Heublyn Castro Valderrama

Coordinadora del Proyecto | Heublyn castro Valderrama

Equipo Técnico | Clara Helena Agudelo Quintero, Gina Graciela Calderón Luis Alexander Castro, María del Sol Effio J., Francy Carranza Franco, Omar Hernández Salgado, Edgar Martínez Morales, Jesús Alirio Náspirán, Emilce Prieto Rojas, Sonia Vivas Piñeros

Fundación Manuel Mejía

Dirección General | Mauricio Perfetti del Corral

Coordinación del Proyecto | Andrés Fernando Casas, Aura Susana Leal Aponte

Coordinación Editorial | Erika Mosquera Ortega, Paula Andrea Ospina Patiño

Coordinación logística | Catalina Barreto Garzón, Claudia Pico Bonilla, Geovana López Lozano, Patricia Lascarro Suárez, Eliana Catalina Cruz

Asesoría Pedagógica | Carolina Cortés, Solman Yamile Díaz

Autora | Alejandra Galvis

Diseño de arte y cubiertas | Wilson Giral Tibaquirá, Guido Delgado Morejón

Diseño y diagramación | Valentina Estrada Jaramillo

Ilustración | Richard Rivera Ortíz

Selección y retoque fotográfico | Raquel Suárez Díaz

© 2010

Ministerio de Educación Nacional
Todos los derechos reservados

Prohibida la reproducción total o parcial, el registro o la transmisión por cualquier medio de recuperación de información, sin permiso previo del Ministerio de Educación Nacional.

© Ministerio de Educación Nacional
ISBN libro: XXX-XXX-XXX-XXX-X ISBN
obra: XXX-XXX-XXX-XXX-X
Dirección de Calidad para la
Educación Preescolar, Básica
y Media
Subdirección de Estándares y Evaluación
Ministerio de Educación Nacional Bogotá,
Colombia, 2009
www.mineduccion.gov.co

Presentación

En el marco de los modelos flexibles que promueve el Proyecto de Educación Rural, el Ministerio de Educación Nacional consideró necesario hacer una revisión del modelo Postprimaria rural. Luego de más de 16 años de funcionamiento de este modelo, se actualizaron y complementaron los materiales pedagógicos para su implementación en procura de aumentar la calidad de la educación básica de los niños y jóvenes de la zona rural y garantizar su permanencia en el sistema educativo.

La necesidad de cualificar y actualizar el modelo, realizada por la Fundación Manuel Mejía, se sustentó en los estudios realizados en el año 2005, por el Centro de estudios regionales, cafeteros y empresariales CRECE y por el Centro Regional para el Fomento del Libro en América Latina y el Caribe CER-LALC, y, particularmente, en la necesidad de incorporar los avances de la política educativa de calidad, específicamente en lo relativo a los lineamientos curriculares, el enfoque de competencias y los estándares básicos de competencia, entre otros.

Los materiales educativos del modelo Postprimaria rural cumplen un papel central para el desarrollo o el fortalecimiento de las competencias básicas. Es así como con esta serie de nuevas cartillas se busca que los niños y jóvenes que adelantan sus estudios de educación básica secundaria en instituciones o centros educativos con el modelo Postprimaria rural, así como sus docentes y directivos, encuentren una base para la realización de actividades pertinentes para el contexto rural con las que puedan desarrollar conceptos a través de la propuesta del aprendizaje significativo en el marco de los referentes de calidad de la política educativa.

Así es esta cartilla

Querido estudiante:

Bienvenido a este nuevo curso de **Educación Sexual** de la Postprimaria Rural. Esperamos que tu experiencia sea enriquecedora para ti y para todos los integrantes de tu comunidad educativa.

Lee con atención el siguiente texto. Te ayudará a entender la forma como están organizadas las cartillas que conforman parte del material que se utilizará para el trabajo de las áreas fundamentales, de los proyectos transversales y de los proyectos pedagógicos productivos.

La cartilla que tienes en tus manos, te acompañará durante todo el curso y te ayudará en tu proceso de enseñanza - aprendizaje. El conocimiento adecuado de ella te permitirá obtener un mejor desempeño y adquirir un compromiso serio que te ayude en tu formación personal.

En cada uno de los módulos que componen las cartillas encontrarás unos íconos que indican el tipo de trabajo que vas a realizar.



LO QUE SÉ

Las actividades que se presentan cada vez que veas este ícono te disponen, en compañía de tus compañeros y compañeras, hacia el aprendizaje desde lo cotidiano y desde los conocimientos que has adquirido en años anteriores y en tu vida diaria. Estas actividades pueden considerarse la puerta de entrada al conocimiento.



**APRENDO
ALGO NUEVO**

Las actividades a través de las cuales se presentan nuevos conocimientos estarán acompañadas de este ícono. Es importante que pongas tu mejor esfuerzo en su realización, y que consultes con tu profesor las dudas que se te presenten. Así, tus aprendizajes y el uso que hagas de ellos te permitirán mejorar tus competencias y tus desempeños como estudiante y como ciudadano responsable, comprometido con tu comunidad y con el lugar en el que vives.



Identificadas con este ícono encontrarás las actividades que te permitirán dar cuenta de tus aprendizajes, ganar seguridad en el uso del conocimiento y utilizarlo en situaciones diferentes a las presentadas en las actividades en las que aprendiste algo nuevo.



Identificadas con este ícono encontrarás actividades de aplicación en las que pondrás ver que lo que has aprendido te sirve para solucionar situaciones relacionadas con tu vida cotidiana, con la ciencia que estás aprendiendo y con las otras áreas del conocimiento.



Las actividades identificadas con este ícono, te permitirán establecer tu nivel de desempeño y la forma como vas desarrollando tus competencias. El análisis de los resultados que obtengas en su realización te ayudará a identificar las acciones que puedes realizar para superar las dificultades que se hayan podido presentar o a determinar las formas de mejorar tus competencias de manera que puedas dar apoyo a tus compañeros que lo necesiten.



Si las actividades están acompañadas de este ícono, es importante que las realices solo y pongas en ellas tu mejor esfuerzo.



Cuando las actividades están acompañadas de este ícono, debes reunirte con uno o más de tus compañeros. Recuerda respetar sus opiniones y ritmo de trabajo y colaborar para que la realización de estas actividades favorezca el desarrollo de competencias en todos los integrantes del grupo.

Te invitamos a hacer un buen uso de esta cartilla y a cuidarla de manera que pueda ser usada por otros estudiantes en años posteriores.



Tabla de contenido

MÓDULO 1



1

Me reconozco como sujeto, hombre o mujer | 8
Roles sexuales | 11
Rol femenino | 13
Rol masculino | 15
Instrumento | 16

2

Salud sexual y reproductiva | 18
Derechos sexuales y reproductivos | 19
Bienestar | 20
Medio Ambiente | 21

3

El cuerpo humano | 22
El cuerpo | 22
Género masculino | 23
Género femenino | 24

MÓDULO 2



2

Mi autoestima favorece el respeto por la diferencia | 30
Autoestima | 34
Componentes de la autoestima | 35
Fortalecimiento de la autoestima | 36
Test | 37

5

Identificación de género | 38
Masculinidad | 41
Feminidad | 42
Diferencias físicas y psicológicas | 43

6

Respeto por la diferencia | 46
Conocimiento del otro | 47
Relaciones personales | 47
Amor y sexualidad | 47

3

MÓDULO 3



7

Vivo mi sexualidad con libertad y respeto. | 52
Normas de comportamiento | 56
Libertad y respeto | 57
Normalidad en la sexualidad | 59
Diarios de campo | 60

8

Sexualidad responsable | 62
Educación sexual | 63
Soy sexuado | 66
Comunicación familiar | 67

9

Afecto y relaciones | 70
Educación afectivo-sexual | 70
El otro y yo | 71
Normas y estrategias de comportamiento | 73



4

MÓDULO

Guía

10

11

12

5

MÓDULO

Guía

13

14

Pertenezco a un grupo social y valoro mis diferencias | **78**

Tendencias sexuales | **82**

Diversas tendencias sexuales | **83**

Autoestima y orientación sexual | **85**

Análisis de casos | **86**

Identificación sexual | **88**

Soy libre, elijo mi orientación sexual | **89**

Diversas orientaciones sexuales | **90**

Instrumento de análisis | **92**

Adolescencia y liderazgo | **94**

Grupos de pares | **95**

Importancia de pertenecer a un grupo | **96**

Análisis de casos | **98**

La sexualidad, parte importante en mi proyecto de vida | **104**

Proyecto de vida | **108**

Sexualidad y proyecto de vida | **109**

Auto-protección | **112**

Comunicación efectiva | **113**

Derechos y deberes | **116**

Derechos sexuales y reproductivos | **116**

Deberes sexuales y reproductivos | **119**

Toma de decisiones | **120**

Análisis de caso | **121**



15

El embarazo en la adolescencia | **128**

Embarazo en adolescentes | **129**

El padre adolescente | **131**

El comienzo de la vida | **134**

6

MÓDULO

Guía

16

Trabajo con y por mi comunidad | **138**

Relaciones escolares y sociales | **142**

La convivencia escolar | **143**

Diálogo entre padres e hijos | **144**

Consejos de comunicación | **146**

Manejo y solución de conflictos | **148**

El conflicto general | **149**

El conflicto individual | **150**

Estrategias para la solución de conflictos | **152**

Participación escolar | **156**

Producción escolar | **157**

Diseño de una cartilla escolar | **158**

Elaboración y divulgación de la cartilla | **162**

17

18



1

Me reconozco como sujeto, hombre o mujer

¿QUÉ VAS A APRENDER?

Competencias Proyecto Nacional Educación Sexual y Construcción de Ciudadanía.

- › Entiendo que existen diferentes formas de sentir el hecho de ser hombre o mujer. Las respeto, las valoro y actúo en consecuencia.
- › Comprendo que todas las personas tenemos derecho al libre desarrollo de la personalidad y actúo dentro de la limitación que impone el derecho de los demás y el orden jurídico. Cuando dicha limitación atenta contra mi dignidad o la de otros, uso los mecanismos democráticos, participativos y jurídicos para su transformación.
- › Entiendo que mi cuerpo es una fuente de bienestar, lo cuido, me siento a gusto con él y opto por estilos de vida saludable.
- › Comprendo la importancia de la salud sexual y reproductiva, entendida como el bienestar físico, psicológico y social en todos los aspectos relacionados con el sistema reproductivo, en mí y en otros, y empleo estrategias para mantenerme sano.

Fase: Caracterización			
Subfase: Sistematización y análisis			
Guía	Título de la guía	Hilos conductores	Área del conocimiento
1	Roles sexuales	Pluralidad de identidades	Ética y Valores
2	Salud sexual y reproductiva	El cuerpo como fuente de bienestar	Ciencias sociales
3	El cuerpo humano	Salud sexual y reproductiva	Ciudadanas

El siguiente esquema parte de una pregunta orientadora que podrá responderse a partir de la realización de las actividades propuestas en el módulo. Luego, encontrarás los conceptos que debes conocer y manejar correctamente para hacer el reconocimiento de tu entorno y de las prácticas que allí se viven. En el último bloque encuentras los conceptos asociados que definen las prácticas culturales de tu región. El conocimiento de ellos te dará herramientas para aplicar responsablemente algunos instrumentos que te ayudarán a obtener información de tu comunidad.

¿QUÉ VAS A APRENDER?



¿PARA QUÉ TE SIRVE LO QUE VAS A APRENDER?

El trabajo que realices en el presente módulo te ayudará a:

- › Identificar la manera como los roles sexuales tradicionales impiden el respeto de los derechos y deberes de los miembros de la familia.
- › Reconocer que todos los seres humanos poseen unos deberes y derechos que favorecen el sano desarrollo de la sexualidad.
- › Conocer las características físicas que diferencian a los hombres de las mujeres.

¿CÓMO Y QUÉ SE TE VA A EVALUAR?

La evaluación es un momento permanente en tu proceso educativo. Algunas de las actividades propuestas en este módulo te permitirán revisar cómo van tus procesos formativos. Dichas actividades están marcadas con un icono especial.

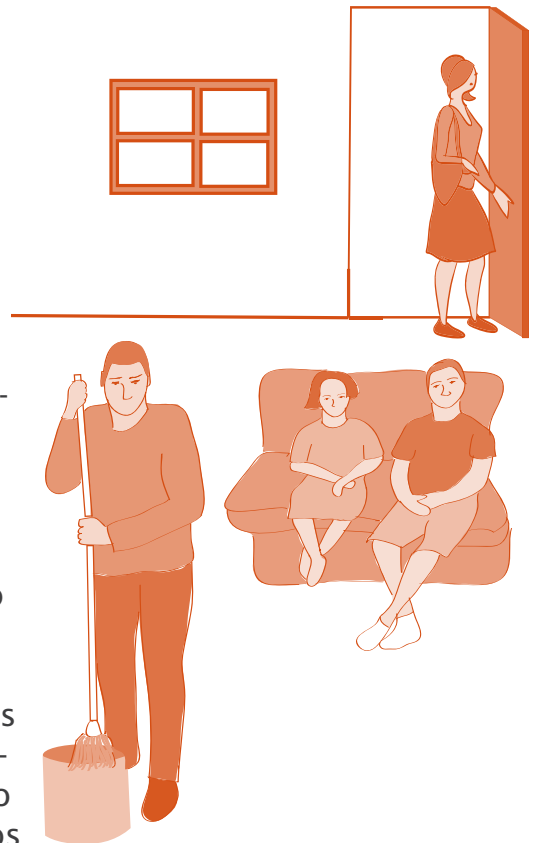
Además, al finalizar el módulo tendrás la posibilidad de hacer una valoración de tu desempeño, conversar con tus compañeros sobre el mismo y dar cuenta del nivel que alcanzaste en relación con las competencias propuestas. Así mismo se evaluará tu desempeño en relación con:

- › La participación en las actividades propuestas.
- › La realización y cumplimiento con las actividades propuestas.
- › El registro y archivo de los instrumentos aplicados durante el módulo.
- › La actitud y respeto a la clase, los compañeros y el maestro.

EXPLORA TUS CONOCIMIENTOS

El respeto por los roles sexuales y el cuidado de nuestro propio cuerpo nace en la familia, en nuestros hogares existen derechos y deberes que debemos cumplir independientemente del sexo que tengamos; en la medida en que cumplamos con ellos disfrutaremos de un ambiente familiar más igualitario, respetuoso y solidario, en el que tanto hombres como mujeres se complementan y se entienden.

- › Recuerda cómo se comportan y que hacen las mujeres y los hombres de tu comunidad. Describe sus actitudes, anótalas en tu cuaderno y discute las respuestas con tus compañeros y compañeras.





Roles sexuales



Rol femenino

Rol masculino

Instrumento



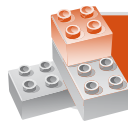
Competencia

Entiendo que existen diferentes formas de sentir el hecho de ser hombre o mujer. Las respeto, las valoro y actúo en consecuencia.



LO QUE SÉ

¿En tu familia, cuáles son los derechos y deberes de los hombres en la casa? ¿Cuáles los de las mujeres? Escríbelos en tu cuaderno.



APRENDO ALGO NUEVO

Todos, los seres humanos tanto hombres como mujeres, niños y niñas, jóvenes y adultos tenemos derechos y deberes que cumplir como miembros de una familia. El cumplimiento de estos derechos y deberes es lo que nos permite vivir en un ambiente igualitario y armónico, basado en el respeto y la cooperación mutua. Sin embargo no siempre existe en nuestro medio una verdadera igualdad de derechos y deberes entre hombres y mujeres. ¿Cuales crees que sean las causas?

Si lees con atención los siguientes textos, podrás hallar la respuesta.

La influencia de los medios de comunicación

Con frecuencia los medios de comunicación presentan a la mujer como el ama de casa, la sufrida, la llorona, la histérica, la que se preocupa por aspectos superficiales como la belleza, el lucir un nuevo vestido, maquillarse, entre otros. En cambio el hombre es representado como el macho, el seductor, el ejecutivo brillante, el estudiante o el trabajador.

Como vemos, estos mensajes están reforzando los roles sexuales tradicionales según los cuales la mujer asume el



papel de sumisa, buena madre y esposa y el hombre el papel de fuerte, responsable del dinero, emocionalmente controlado, incapaz de expresar alegría, dolor, fatiga o tristeza.

La educación familiar

Muchas familias, con su comportamiento o con los mensajes que transmiten a sus miembros, refuerzan los roles sexuales tradicionales. Cuando los padres dicen a sus hijos: “A las niñas no se les toca ni con el pétalo de una rosa”; “Jugar con muñecas es de niñas”; “Llorar es de nenas”, les están enseñando que las mujeres son sensibles, tiernas y los hombres, no. Cuando los padres encargan siempre a las niñas y nunca a los niños, de las labores del hogar, les están enseñando que la mujer debe servir al hombre o que el hombre no es capaz de hacer este tipo de labores.

Describe un programa de televisión donde se puedan ejemplificar estos roles de género.



**EJERCITO
LO APRENDIDO**



EVALUACIÓN

Describe brevemente cuáles son los roles que se evidencian en tu hogar. Coméntalos con tus compañeras y compañeros.

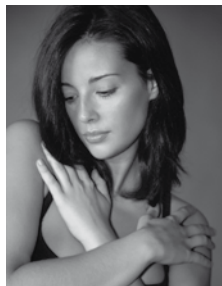
Rol femenino



LO QUE SÉ



Siglo XV



Siglo XVIII



Siglo XX

Analiza: ¿qué te sugiere la línea del tiempo presentada en relación con el desarrollo social, personal, familiar y laboral de la mujer a través de los siglos?



La historia nos permite explicar que desde los orígenes de nuestra cultura el rol femenino se transmite de generación en generación.

Como podemos ver en la línea del tiempo hacia el siglo XV el rol femenino se limita a la concepción, obediencia y sumisión absoluta al hombre, al llegar el siglo XVIII con la aparición de las artes se da por primera vez protagonismo a la mujer como fuente de inspiración en pinturas esculturas y otras obras artísticas.

Ya hacia el siglo XIX el rol protagónico de la mujer toma más fuerza dentro de la sociedad, aunque se ve opacado por la influencia constante de la iglesia y el machismo inculcado por padres y madres.

Los avances tecnológicos y socioeconómicos que trajo consigo el siglo XX cambió también el rol de las mujeres; pasó de la figura de ama de casa abnegada a una mujer más participativa que demuestra habilidades para asumir papeles antes típicamente masculinos convirtiéndose en parte activa de la economía familiar, desarrollando una independencia para decidir sobre su vida sexual, familiar y reproductiva.

Escribe en tu cuaderno, algunos de los logros que consideras que las mujeres han alcanzado a través de los años en nuestros país.

Sin embargo, a pesar de los logros obtenidos por el rol femenino, aún existen algunas prácticas que mantienen la dominación masculina y se refuerzan a través de los papeles sexuales socialmente aceptados.



EVALUACIÓN

Entrevista a algunas mujeres de tu familia o vecinas y analiza su visión del rol femenino. Puedes utilizar las siguientes preguntas u otras que se te ocurran:

- **¿Cuál cree que debe ser el papel de la mujer en la familia y en el ámbito laboral?**
- **¿Cree que en las familias se valora realmente el trabajo de la mujer?**

Rol masculino



LO QUE SÉ



Culturalmente se nos ha enseñado lo que se espera de un hombre y de una mujer. El rol sexual o las conductas, sentimientos y actitudes apropiadas para cada sexo se le enseñan al individuo desde que nace. Es así como la mayoría de las veces se establece una diferenciación marcada entre lo que significa ser hombre y ser mujer.

¿Qué se espera de un hombre en tu familia? Comenta con tus compañeras y compañeros.



APRENDO ALGO NUEVO

Ser hombre en un medio predominantemente machista, es sinónimo de “dominador” y de “macho” que utiliza la fuerza como medio para resolver problemas, para demostrar su hombría y así mismo demostrar lo mucho que vale para su familia y la sociedad. Bajo esta óptica el hombre no puede tener demostraciones de afecto como la ternura, el cariño, la tristeza, el temor y el amor ya que eso podría perjudicar su imagen de rudeza.

Se ha dicho por muchos años que el hombre es el dueño y protector de la mujer en muchos aspectos de su vida, en el aspecto económico, sentimental, familiar y reproductivo.

Realiza en tu cuaderno una caricatura sobre el rol tradicional del hombre, compártela con tus compañeros y reflexiona en esta posición que asume la sociedad con respecto a las actitudes machistas. Por tanto, esa imagen y ese rol cultural que se le da al hombre es una subvaloración del mismo hombre y de la mujer, que impide que puedan reconocer sus propias cualidades y su verdadero valor como seres humanos.



EVALUACIÓN

Tomando en cuenta la anterior lectura realiza un escrito donde describas las actitudes de un hombre no machista.



EJERCITO LO APRENDIDO

Investiga con algunos hombres de tu comunidad sobre lo que ellos entienden por hombría y la diferencia de esta con el machismo.



EJERCITO LO APRENDIDO



EVALUACIÓN

Encuesta

Aplica esta encuesta a diez compañeros de tu colegio y luego realiza el análisis de los datos obtenidos. Para que tu encuesta sea exitosa debes tener en cuenta los siguientes pasos:

1. Diseña un formato en el cual puedas consignar las respuestas obtenidas.
2. Realiza un análisis estadístico de las respuestas obtenidas
3. Realiza un análisis personal de las respuestas obtenidas y compáralas con las respuestas de otros compañeros y compañeras, así podrás unificar algunos datos.

¿Cuáles de estas actividades deben ser realizadas por hombres y cuáles por mujeres específicamente?

Ítems para la encuesta

ACTIVIDADES
Trabajar fuera del hogar
Cuidar a los niños
Cocinar
Asistir a fiestas y reuniones sociales
Pagar las cuentas de la casa
Atender los problemas de los hijos
Expresar lo que piensa y lo que siente
Descansar y recrearse
Establecer las normas y las reglas de la casa
Estudiar y trabajar para mejorar su calidad de vida.
Tomar decisiones importantes para la familia
Maltratar y golpear
Obtener un buen trabajo y un buen sueldo
Comprar lo que desea cuando lo desea
Manejar la economía del hogar
Velar por la limpieza del hogar

Analiza los resultados de la encuesta que aplicaste y compáralos con la información que hasta el momento has estudiado, ¿consideras adecuada la imagen que se tiene del hombre?, reflexiona sobre si estas creencias pueden afectar o no las relaciones de pareja, familiares e incluso sociales en la actualidad, anota todas las conclusiones en tu cuaderno para luego llevarlas a la plenaria dónde vas a compartir los resultados de tu encuesta y las conclusiones a las que llegaste después de analizar y contrastar los datos.

2

Guía

Salud sexual y reproductiva



Derechos sexuales y reproductivos

Bienestar

Medio Ambiente



Competencia

Comprendo la importancia de la salud sexual y reproductiva, entendida como el bienestar físico, psicológico y social en todos los aspectos relacionados con el sistema reproductivo, en mí y en otros, y empleo estrategias para mantenerme sano.



LO QUE SÉ

Pregúntale a una pareja que conozcas (pueden ser familiares, amigos o vecinos) como tomaron la decisión de casarse o vivir juntos y tener hijos, escribe la respuesta en tu cuaderno y compárala con la de tus compañeros.



Según la Organización Mundial de la Salud se define a la salud sexual y reproductiva como una condición de bienestar físico, mental y social en los aspectos relativos al sistema

reproductivo en todas las etapas de la vida. La salud reproductiva implica que las personas puedan tener una vida sexual satisfactoria y segura, la capacidad de tener hijos y la libertad de decidir si quieren tenerlos, cuándo y con qué frecuencia.

La salud sexual y reproductiva en los adolescentes es un tema que preocupa no solo a las organizaciones de la salud, sino también a los padres y maestros, debido al gran número de embarazos que se presentan en las adolescentes y los numerosos riesgos que sufren hoy en día los adolescentes en torno a su sexualidad como son las enfermedades sexualmente transmisibles, los abortos, y en fin todos los aspectos biológicos y psicológicos que se relacionan con el ejercicio de la sexualidad.

Sabías que...

- › Muchos adolescentes carecen de información sobre los métodos anticonceptivos y no tienen acceso a ellos.
- › El 25% de los partos en el mundo son de adolescentes.
- › La mortalidad relacionada con el embarazo y el parto es de dos a cinco veces más alta entre las mujeres menores de 18 años que entre las mujeres mayores de 22.
- › Anualmente ocurren hasta 4.4 millones de abortos en adolescentes, la mayoría de ellos realizados en condiciones de alto riesgo.
- › Cada cinco minutos en alguna parte del mundo se suicida una persona joven debido frecuentemente a problemas emocionales y sociales relacionados con la salud sexual y reproductiva, entre estos el abuso físico, la violencia sexual, la ruptura de relaciones íntimas, el embarazo no deseado, y el aborto entre otros.



Derechos sexuales y reproductivos

Los **derechos sexuales y reproductivos** son aquellos que se relacionan con la sexualidad y la reproducción de las mujeres y los hombres.

Son los derechos que tienen todas las personas, sin discriminación de sexo, raza, religión o estatus económico, a tomar decisiones con libertad y sin violencia, a tener la posibilidad de alcanzar el máximo bienestar y la mejor calidad de vida no solo psico-social sino también sexual.

Los derechos sexuales y reproductivos, también hacen parte de los derechos humanos, que nos permiten vincularnos a la sociedad y entablar relaciones cordiales con los demás seres humanos.

Están basados en valores que buscan garantizar las libertades, la seguridad personal y colectiva y las condiciones mínimas para que las personas puedan atender sus necesidades sexuales básicas con dignidad.

El ejercicio de la sexualidad requiere del conocimiento de sí mismo, así como del respeto por los sentimientos, la libertad y la forma de expresarse de los demás por eso se deben exigir los derechos aunque también resulta importante respetar los derechos de los demás y de igual manera cumplir con nuestros deberes.

Para que los deberes y derechos sexuales y reproductivos se respeten, hay que estar informados/as y tener acceso a los servicios informativos y a todo lo necesario para tomar decisiones en materia de sexualidad y reproducción



Pregunta a los miembros de tu comunidad ¿Quiénes conocen o han escuchado hablar de los derechos sexuales y reproductivos?



Comúnmente escuchamos a la gente decir que debemos cuidarnos para estar sanos. Pero sabes tú ¿qué es estar sano?, ¿qué significa para ti estar sano?, ¿te consideras una persona sana? Comparte tus respuestas con tu maestro y compañeros.



Bienestar físico

El bienestar físico está relacionado con el funcionamiento adecuado de todos nuestros sistemas, aparatos y órganos. Para estar físicamente sanos debemos tener ciertos cuidados, dentro de los que se destacan:

- › Alimentarnos de manera balanceada.
- › Practicar un deporte ó actividad física
- › Dormir adecuadamente.

Recuerda que si descansas bien, te sientes mejor; si te encuentras físicamente sano, comes mejor y tu desempeño es mejor.

Bienestar mental

El bienestar mental está muy ligado al bienestar físico. Si nos encontramos sanos físicamente, nuestra salud mental y actitud serán buenas, nos sentiremos a gusto con nosotros y con otras personas y tendremos ánimo para superar todos los retos y exigencias de la vida moderna.

Una persona mentalmente sana es consciente de la manera cómo piensa, siente y actúa en su familia, propiciando la resolución de conflictos, el reconocimiento y aceptación de las limitaciones propias y ajenas.

Cuando estás mentalmente sano estás en condiciones de:

- Dar y recibir afecto.
- Identificar, comprender y aceptar tus necesidades y realizar acciones para satisfacerlas.
- Dar solución adecuada a tus conflictos.
- Demostrar tu libertad y responsabilidad.

Bienestar social

Hace referencia al medio familiar, laboral, escolar y comunitario en los que el individuo se desenvuelve y a las relaciones que establece en él.

El bienestar social se da cuando mantenemos relaciones de respeto, colaboración y solidaridad entre los miembros del medio social en que estemos, buscando siempre que la comunicación y negociación efectiva sean los pilares para la solución de conflictos.



No olvides: Tu cuerpo, tu entorno natural y el estilo de vida son factores importantes para diferenciar la salud del malestar.

Medio ambiente

El ambiente incluye la educación, las condiciones de vivienda, vías de acceso, servicios públicos, agua potable, la realidad sanitaria del lugar donde vivimos y con las cuales entramos en contacto a diario, que pueden incidir de manera positiva o negativa en nuestro bienestar físico y mental.



**EJERCITO
LO APRENDIDO**



EVALUACIÓN

Analiza tu comportamiento e identifica aquellas conductas que necesitas cambiar para mantenerte sano, teniendo en cuenta los factores descritos antes y diseña un plan de mejoramiento para tu estilo de vida.

3

Guía

El cuerpo humano



El cuerpo

Género masculino

Género femenino



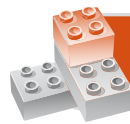
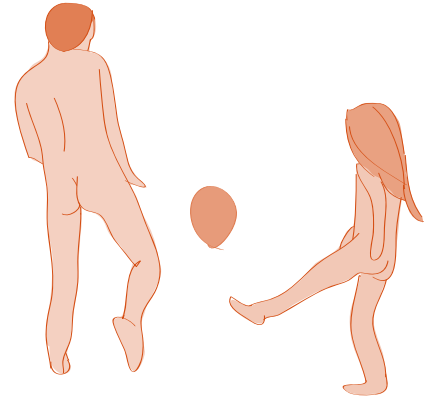
Competencia

Entiendo que mi cuerpo es una fuente de bienestar, lo cuido, me siento a gusto con él y opto por estilos de vida saludable.



LO QUE SÉ

Imagina que nuevamente tienes ocho años: ¿qué era lo primero que te preguntabas cuando veías la siguiente imagen?



APRENDO
ALGO NUEVO

El cuerpo no solo es el conjunto de órganos vitales, sino que también incluye nuestro desarrollo humano, el cuerpo es el vehículo que nos permite comunicarnos con nosotros mismos y con el entorno.

Gracias a nuestro cuerpo establecemos relaciones y vínculos afectivos con las personas más cercanas, si conocemos nuestro cuerpo y nuestras partes privadas podemos establecer límites corporales claros que nos van a permitir sentirnos seguros física y emocionalmente.

Características físicas de género

El ser humano gracias a la naturaleza ha nacido con unos rasgos biológicos diferentes para cada sexo, pero el proceso por el cual una persona llega a reconocerse, aceptarse y amarse como hombre o como mujer se llama identidad de género.

Por eso, gracias a la cultura familiar o social y a los diversos estilos de crianza, se logra dirigir al individuo hacia una determinada orientación sexual.

Vivir la sexualidad según mi género, significa aceptarme como hombre o como mujer con un cuerpo, unos valores, actitudes, y comportamientos propios para dicho rol.



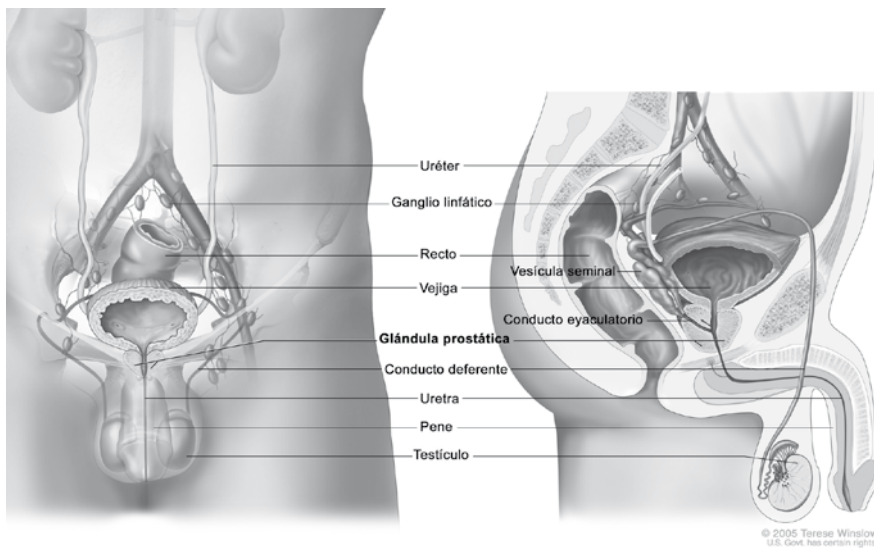
EJERCITO LO APRENDIDO

¿Qué piensas de la diferencia de ser hombre o mujer?
Discute con tus compañeros



APRENDO ALGO NUEVO

Características físicas del hombre



Ser hombre significa tener algunas partes del cuerpo diferentes desde el punto de vista físico, aunque hombres y mujeres somos iguales la naturaleza nos ha brindado un cuerpo diferente.

El sistema reproductor masculino a diferencia del sistema reproductor de la mujer, que está localizado al interior de la pelvis, se encuentra tanto dentro como fuera de la pelvis. Los genitales masculinos incluyen:

- Los testículos
- El sistema de conductos integrado por el epidídimo y el conducto deferente
- La vesícula seminal y la glándula prostática
- El pene.

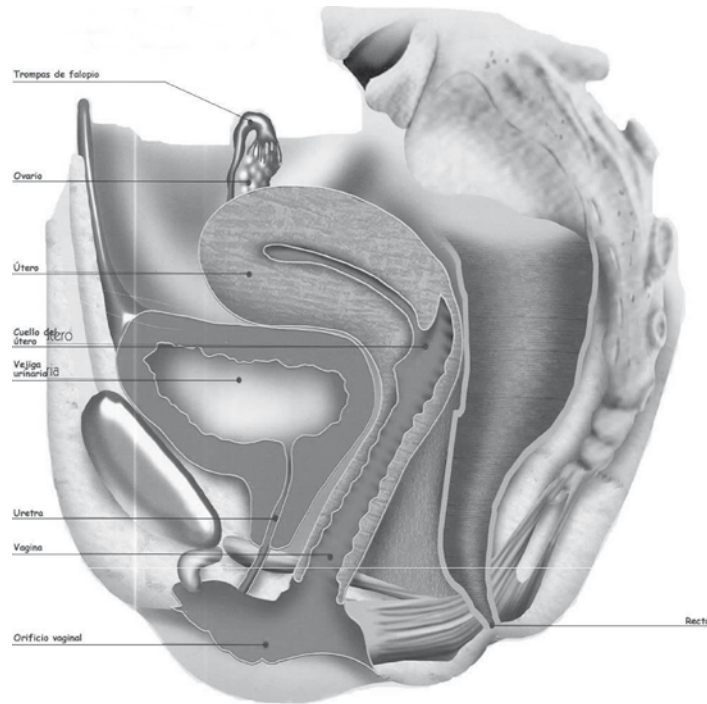


EJERCITO LO APRENDIDO

Analiza:

¿Qué cambios ha tenido tu cuerpo a medida que has ido creciendo?

Características físicas de la mujer



El aparato genital femenino se encuentra al interior de la pelvis, y está formado por órganos internos y órganos externos, los órganos internos son:

- › Los ovarios
- › El útero o matriz
- › Las trompas de Falopio
- › La vagina

Los órganos externos o vulva son:

- › Labios mayores
- › Labios menores
- › Clítoris
- › Monte de Venus
- › Himen.



**EJERCITO
LO APRENDIDO**



EVALUACIÓN

Instrumento

Aplica a algunas personas de tu escuela este test sobre las características de los roles sexuales y diseña un formato donde puedas registrar las respuestas obtenidas marcando sí o no, según lo considere la persona entrevistada.

La mujer debe:

AFIRMACIONES

- › Ser ama de casa, esposa y madre.
- › Asumir un papel pasivo en las relaciones sexuales dejando que sea el hombre quien tome la iniciativa.
- › Mantenerse bella y atractiva para agradar a los hombres.
- › Avergonzarse de su cuerpo.
- › Satisfacer al hombre.
- › Ser independiente pero sensible.
- › Mantenerse virgen hasta el matrimonio.
- › Mantener sola a sus hijos.

El hombre debe:

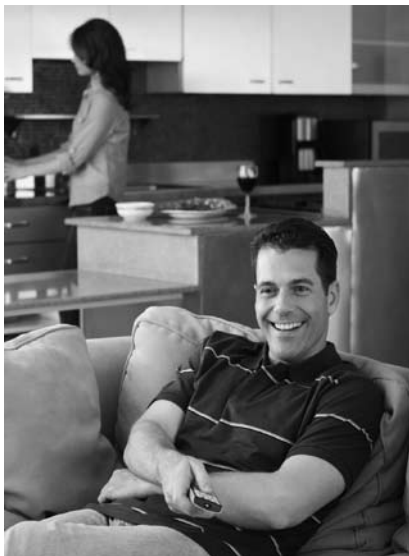
AFIRMACIONES

- › Entre más mujeres tenga, más hombre es.
- › Demostrarle cariño a la familia no importa.
- › No debe expresar sentimientos como la tristeza el temor o el fracaso.
- › Debe mostrarse independiente, agresivo y valiente.
- › Lo importante es triunfar en el mundo de los negocios.
- › Su mujer no puede trabajar.
- › Debe colaborar con algunas tareas en la casa.

Analiza las respuestas y socializa con algunos compañeros y con tu maestro si consideras que ese pensamiento es acorde con los avances sociales que vive la mujer actualmente, o si los hombres aun consideran que ciertas actividades son especificas para ellos o si hoy en día la pareja no debe trabajar unida y complementarse en diversos aspectos, copia tus respuestas en tu cuaderno para realizar una plenaria con tus compañeros.



APLICO LO APRENDIDO



Reúnete con nueve compañeros de tu mismo sexo.

- Observen las ilustraciones
- Seleccionen aquellas imágenes con las que estén de acuerdo.
- Analicen cada situación asumiendo que son del otro sexo.
- Cada grupo debe elegir un representante que defienda sus posturas en la plenaria.

La plenaria girará en torno a las siguientes preguntas:

- ¿Con cuál rol femenino y con cuál rol masculino de los presentados en las imágenes se identifican más y por qué?
- ¿Los roles presentados en las imágenes son los que la sociedad le impone a cada uno de los sexos?
- ¿Qué significa para ustedes ser hombre o ser mujer?
- ¿Qué sintieron al asumir el rol del otro sexo?
- ¿En nuestra sociedad qué ventajas y qué desventajas tiene el ser hombre o mujer?



EVALUACIÓN

Me autoevalúo

Para realizar una autoevaluación consiente y responsable copia y completa en tu cuaderno el siguiente cuadro con toda sinceridad:

Afirmaciones	Siempre	Algunas veces	Nunca	Sustenta tu elección
Me sentí motivado hacia el desarrollo de la clase.				
Los temas vistos me parecieron interesantes y novedosos.				
Fui responsable al realizar todas las actividades propuestas.				
Cumplí con la realización, registro y análisis de la información obtenida con los instrumentos.				
Fui autónomo en mi proceso de aprendizaje.				
Indagué e investigué otras fuentes de información para ampliar mis conocimientos.				
Demosté respeto hacia mis compañeros y maestros durante todas las actividades.				

Analiza tus respuestas y elabora un plan de mejoramiento para llevarlo a cabo en el desarrollo del próximo módulo.

¿Cómo me ven los demás?

Reúnanse por grupos y organicen una obra de teatro en la que muestren las diferentes actitudes típicas de los hombres y la mujeres en la familia o en la sociedad, realicen un festival de teatro en el que todos muestren las obras preparadas.

Luego, conversen con algunos compañeros sobre lo que observaron en otras presentaciones y discutan cómo les parecen los comportamientos presentados, cuáles

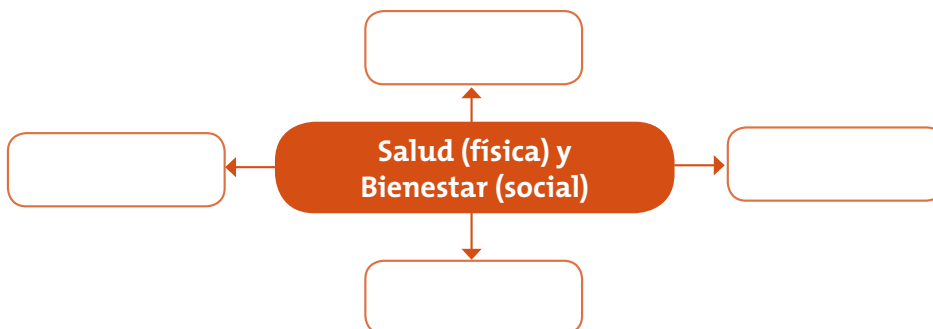
cambiarían, por qué se presentan esas diferencias entre hombres y mujeres, cómo creen que esas actitudes pueden cambiar.

En este momento se presentarán las evidencias de la caracterización de la propuesta para las temáticas abordadas dentro del Proyecto de Educación Sexual, los estudiantes deben realizar una presentación corta de la evidencias de los instrumentos aplicados y además realizarán un cuadro comparativo grupal de las diversas respuestas encontradas por cada uno de los encuestadores y generarán algunas conclusiones útiles para su formación integral y que a su vez puedan demostrar el manejo de los conocimientos adquiridos durante su proceso formativo.

Qué aprendí

Para evaluar los conocimientos adquiridos debes contestar el siguiente taller de manera individual.

1. Dibuja en tu cuaderno el siguiente esquema y escribe algunas características que consideras indispensables para determinar que una persona es saludable.



2. De los aspectos que mencionaste ¿Cuál crees que es el más importante para decidir si una persona es saludable física y emocionalmente o no?
3. Realiza un breve escrito donde expliques qué es para ti la sexualidad
4. Copia el siguiente cuadro en tu cuaderno y contesta según el ejemplo lo consideres conveniente.

RESPECTO POR UNO MISMO	
SEXUALIDAD	Valoro mi cuerpo y llevo una vida sana

5. Dibuja en tu cuaderno el cuerpo humano e identifica las características que hacen diferentes a hombres y mujeres físicamente.
6. ¿Por qué es importante conocer nuestro cuerpo?
7. ¿Qué acciones puedes emprender para mantener tu cuerpo y tu mente saludables?

Después de terminado el taller, formen grupos de cuatro para compartir los resultados del trabajo, hacer una cartelera con los puntos más importantes y presentar los resultados del trabajo frente a todo el curso.

Mi autoestima favorece el respeto por la diferencia

¿QUÉ VAS A APRENDER?

Competencias Proyecto Nacional de Educación sexual y construcción de ciudadanía.

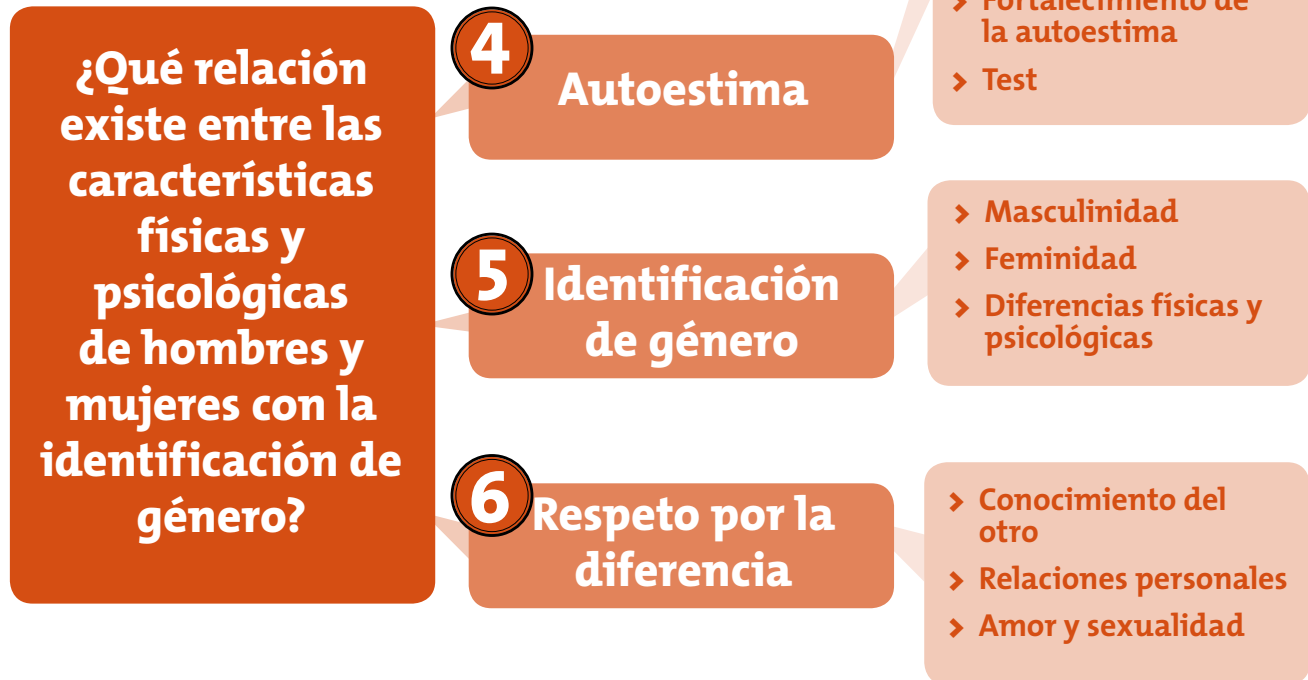
- › Me reconozco como un ser valioso y único, que merece ser respetado y valorado.
- › Comprendo que la cultura ha asignado comportamientos a cada género, que puedo modificar para que sean más equitativos y permitan a mujeres y hombres desarrollarse como individuos, como pareja, como familia y como miembros activos de una sociedad.
- › Participo en la construcción de comportamientos culturales de género flexibles, igualitarios y dignificantes, que permitan la vivencia de diferentes opciones de vida entre hombres y mujeres en un marco de equidad.
- › Entiendo que las mujeres y los hombres somos libres e iguales en dignidad y derechos. Emprendo acciones para que las diversas formas de ser hombre o mujer, que permiten el desarrollo de todas las potencialidades humanas, sean respetadas y valoradas en los diferentes contextos.

Fase: Caracterización			
Subfase: Sistematización y análisis			
Guía	Título de la guía	Hilos conductores	Área del conocimiento
4	Autoestima	Valoración de si mismo.	Ética y Valores
5	Identificación de genero	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Cultura y comportamientos de género. ▪ Flexibilidad en los comportamientos culturales de género. 	Ciencias sociales
6	El respeto por la diferencia	Equidad de género.	Ciudadanas

EXPLICACIÓN

El siguiente esquema parte de una pregunta orientadora que podrá responderse a partir de la realización de las actividades propuestas en el módulo. Luego encontrarás los conceptos que debes conocer y manejar para hacer la caracterización de tu entorno y las prácticas culturales que en tu comunidad se viven. En el último bloque encuentras los conceptos asociados que definen las conductas y comportamientos sociales y culturales de tu entorno. El conocimiento de ellos te dará herramientas para aplicar responsablemente algunos instrumentos que te ayudaran a obtener información de tu comunidad y luego sistematizarla y analizarla.

¿QUÉ VAS A APRENDER?



¿PARA QUÉ TE SIRVE?

El trabajo que realices en el siguiente módulo te ayudará a:

- > Reconocer que la autoestima implica el respeto por uno mismo.
- > Identificar los cambios culturales que experimentan tanto hombres como mujeres a través del paso de los años.
- > Aceptar que el éxito de cualquier relación personal, familiar o amorosa se debe a la comunicación efectiva.

¿CÓMO Y QUÉ SE TE VA A EVALUAR?

La evaluación es un momento permanente en tu proceso educativo: Algunas de las actividades propuestas en este módulo te permitirán revisar como van tus procesos formativos, dichas actividades están marcadas con un icono especial.

Además, al finalizar el módulo tendrás la posibilidad de hacer una valoración de tu desempeño, conversar con tus compañeros sobre el mismo y dar cuenta del nivel que alcanzaste en relación con las competencias propuestas.

Así mismo se evaluará tu desempeño en relación con:

- › La participación en las actividades propuestas.
- › La realización y cumplimiento con las actividades propuestas.
- › El registro y archivo de los instrumentos aplicados durante el módulo.
- › La actitud y respeto a la clase, los compañeros y el maestro.



EXPLORA TUS CONOCIMIENTOS

La identidad de género es un proceso del desarrollo humano bastante importante que se da cuando los niños reconocen que son hombres o mujeres. En ese momento los niños prueban diferentes papeles, juegan a disfrazarse o se imaginan como es el otro sexo, estos comportamientos son normales en esa etapa del desarrollo pero existen unos signos de alarma que nos indica cuándo ese comportamiento ya no es normal.

¿Recuerdas cómo te sentías cuando eras menos por ser un niño o una niña?

¿Crees que tus padres esperaban de ti algo diferente?

Socializa tus respuestas con tus compañeros más cercanos.



Componentes de la autoestima

Fortalecimiento de la autoestima

Test



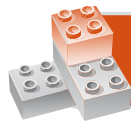
Competencia

Me reconozco como un ser valioso y único, que merece ser respetado y valorado.



LO QUE SÉ

Escriban en una hoja cinco cualidades que crean poseer y formen un círculo con todos los compañeros. Giren en el círculo y cambien de puesto; cuando escuchen una señal sonora acordada por todos (pito, palmada, campana, etc.) deténganse e intercambien de hoja con el compañero que les quedó a la derecha. Marquen con una señal las cualidades reales que éste tenga.



APRENDO ALGO NUEVO



Es la maravillosa tarea de descubrirnos a nosotros mismos como lo que realmente somos: unos seres humanos únicos, especiales e irrepetibles, unos seres humanos con grandes capacidades y con todas las posibilidades de encontrar lo que ha sido desde siempre nuestra búsqueda total, ¡la felicidad!

La **autoestima** es la oportunidad que nos damos para descubrirnos, para conocernos, aceptarnos, querernos, valorarnos y respetarnos. La autoestima procede de uno mismo, no de la aceptación de los demás, mi familia y mis amigos me complementan y me brindan cariño pero yo debo ser el primero en quererme.

Realiza tu autorretrato, destaca los aspectos que mas te gustan de ti, acompáñalo por los lados de todas las cualidades que se destacaron en la anterior actividad.



APRENDO ALGO NUEVO

Componentes de la autoestima

Autoconcepto	Podemos definirlo como la opinión que se tiene de la propia personalidad basada en la conducta que tenemos todos los días. Se va formando a través del tiempo de acuerdo con nuestras experiencias y vivencias.
Autoimagen	Podemos definirla como la representación mental que la persona tiene de si mismo en el presente y en las aspiraciones y expectativas futuras. Es mi identificación con el aquí y con el ahora dejando de lado lo que pude pensar de mi en el pasado. Tanto el autoconcepto como la autoimagen con procesos mentales.
Autovaloración	Se puede definir como la valoración de lo que en nosotros hay de positivo y negativo, implica un sentimiento de lo favorable o de lo desfavorable, de lo agradable o lo desagradable que vemos en nosotros. Este ejercicio valorativo lleva a sentirse a gusto o disgusto consigo mismo. Está más ligado a la parte afectiva.
Autoafirmación	Se puede definir como el esfuerzo por alcanzar una fama, honor y respeto ante los demás y ante nosotros mismos por acciones que realizamos. Requiere de la decisión de actuar, de llevar a la práctica un comportamiento positivo constante y organizado.



EJERCITO LO APRENDIDO

Retomen la hoja de la actividad inicial, en la que escribieron sus cualidades, léanla y reflexionen sobre las cualidades que se adjudicaron. Identifiquen sus aspectos a mejorar y aquellos que consideran que sean difíciles de aceptar y así mismo difíciles de cambiar. Determinen un compromiso frente a cada una de las reflexiones personales.

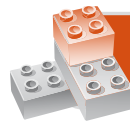


LO QUE SÉ

Vuelvan a la hoja de sus cualidades con las modificaciones que ha tendido a lo largo de los diferentes ejercicios e identifiquen en ella los siguientes aspectos: Mis cualidades, las cualidades que los demás ven en mí, mis aspectos a mejorar y lo que no puedo cambiar.

Escriban en el cuaderno unos compromisos centrados en los siguientes aspectos:

- › ¿Cómo puedo explotar mis cualidades para tener un buen futuro?
- › ¿Cómo puedo mejorar mis debilidades para evitar conflictos?
- › ¿Cómo puedo manejar aquellas características personales que no puedo cambiar?



APRENDO ALGO NUEVO

Fortalecimiento de la autoestima

Para fortalecer nuestra autoestima debemos aprender a aceptarnos tal y como somos en nuestro físico, nuestras habilidades, nuestras limitaciones. Al hacerlo podemos percibirnos a nosotros y al mundo de otra manera y las dificultades empezamos a verlas de otra forma, empiezan a cambiar y las encontramos manejables.

Muchos de nosotros tenemos gran cantidad de características que no aceptamos en nosotros mismos y eso nos produce molestias.

El primer paso hacia el fortalecimiento de la autoestima consiste en entender nuestras limitaciones y ver en ellas claves para aprender las lecciones que nos prepara la vida, conocernos lo suficientemente bien como para entender lo que tenemos y luego aceptarnos tal y como somos. Siempre podemos cambiar las opiniones negativas que tenemos de nosotros mismos.

Reflexiona sobre el texto y escribe en tu cuaderno las actitudes que puedes mejorar para que tú autoestima se eleve.





EJERCITO LO APRENDIDO



EVALUACIÓN



Test para identificar el concepto que tienes de ti

A continuación aparecen una serie de afirmaciones que te permitirán identificar qué tanto riesgo tienes de involucrarte en situaciones que pueden afectar tu nivel de autoestima. Las frases se relacionan con tu vida, tus sentimientos, tus pensamientos y tu comportamiento. Cópialas en tu cuaderno y compara tus respuestas con las de tus compañeros.

Test.

- a. Yo creo que tengo habilidad para mejorar mi vida.
- b. Yo me siento completo(a) cuando estoy enamorado(a) de alguien.
- c. Yo me siento realizado(a) en la vida.
- d. Me da miedo mostrarme tal y como soy.
- e. Yo respeto a mis padres.
- f. Trato de evitar que los demás sepan que me siento enojado(a).
- g. Yo nunca hiero a quienes amo.
- h. A mí me gusta lo que hay dentro de mí.
- i. Me gusta experimentar el sufrimiento, con el fin de tener la compasión de los demás.
- j. Cuando quiero a alguien trato de darle todo lo que necesita de mí.
- k. Yo creo que es muy peligroso exponer mis sentimientos a aquellos que amo.
- l. Cuando estoy enamorado(a) me da mucho miedo que mi pareja encuentre a alguien mejor que yo y me deje.
- m. Yo sé decir no, cuando me piden tener relaciones sexuales y yo no quiero.
- n. Yo escojo amigos(as) que me respeten y valoren.



Recuerda:
La autoestima influye en forma positiva o negativa en la manera como satisfacemos nuestro impulso sexual: Las decisiones que tomemos con respecto al ejercicio de nuestra propia sexualidad, afectan nuestra autoestima.

Resultados del Test.

Identifico el concepto que tengo de mi mismo.

Si escogiste las frases **a,c,g,h,m,n**, ¡FELICITACIONES!, eres una persona que se quiere a sí misma, sabes lo que vales y nunca permitirás que las actitudes de algunas personas te hagan daño.

Sabes que mereces ser amado(a) y respetado(a) y cuentas con habilidades para establecer relaciones interpersonales íntimas y enriquecedoras.

De lo contrario, necesitas comenzar a trabajar para reconocer todo lo bueno que hay en ti como ser humano único y especial.

5 **Guía**

Identificación de género



Masculinidad

Feminidad

Diferencias físicas y psicológicas



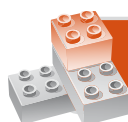
Competencia

- Comprendo que la cultura ha asignado comportamientos a cada género, que puedo modificar para que sean más equitativos y permitan a mujeres y hombres desarrollarse como individuos, como pareja, como familia y como miembros activos de una sociedad.
- Participo en la construcción de comportamientos culturales de género flexibles, igualitarios y dignificantes, que permitan la vivencia de diferentes opciones de vida entre hombres y mujeres en un marco de equidad.



LO QUE SÉ

¿Reconoces en tu entorno diferentes orientaciones de género?, ¿crees que esa diversidad es aceptada en tu entorno y que de alguna manera puede modificar la orientación sexual de alguna persona de tu medio? Explica tu respuesta con un ejemplo.



APRENDO ALGO NUEVO

El niño o la niña, desde el momento del nacimiento se encuentra inmerso en un sociedad que tiene unas ideas previas o creencias acerca de lo que es ser hombre o mujer, de las características compartidas por los miembros de estos grupos, de cómo ha de comportarse, e incluso de cuáles serán sus capacidades por el hecho de pertenecer biológicamente a uno de los dos grupos.

A lo largo de la vida nuestro comportamiento se ve influenciado por la manera como nos sentimos como hombres o como mujeres, por lo que creemos que es apropiado para cada sexo y por lo que consideramos que es bueno o malo, correcto o incorrecto, apropiado e importante, es decir, por nuestros valores personales.

Por tanto, si nos vemos como personas importantes, únicas y nos sentimos seguros, confiados, capaces, independientemente del sexo al que pertenecemos nos comportamos de manera responsable.

El ser humano va construyendo una idea de sí mismo como perteneciente a determinado rol sexual y se generan una serie

de comportamientos propios para cada rol que responden a las necesidades de identificarse como hombre o como mujer. Esta identificación deja huella en diversos ámbitos de su vida, desde su comportamiento a su manera de ser, actuar, razonar o pensar.

La **identificación de género** consiste en la clasificación y categorización de las personas como pertenecientes a un grupo u otro, niño o niña; hombre o mujer atendiendo a estereotipos o creencias acerca de lo que significa ser hombre o ser mujer. Dichos estereotipos, aunque estables, se encuentran determinados también socioculturalmente.

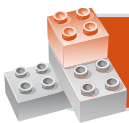
¿Cómo sabes que una niña es niña y un niño es niño? Piensa en que los diferenciamos de forma mecánica, tal vez no sería tan obvio si fueras extraterrestre, construye un pequeño manual para que los extraterrestres puedan determinar quienes son niños y quienes niñas con solo mirarlos. Consulta cuáles son las diferencias entre hombres y mujeres construye un cuadro comparativo con tres casillas 1.diferencias físicas, 2.diferencias culturales, 3.diferencias sociales.



EJERCITO LO APRENDIDO

Responde y comparte con tus compañeros las siguientes preguntas:

- › ¿Qué sientes cuando tienes que aparentar algo que realmente no sientes o no quieres?
- › ¿Consideras que tu orientación sexual es producto de una decisión libre y responsable o ha sido influenciada por tu entorno cultural? Escribe en tu cuaderno las conclusiones de la discusión.



APRENDO ALGO NUEVO

Los géneros (masculino y femenino)

Las normas de género son suposiciones acerca de lo que significa ser hombre o mujer. Son actitudes aprendidas a una edad temprana y que están en un continuo cambio, estos cambios se dan por medio de la influencia de la familia, los compañeros y los amigos, las instituciones educativas y los medios de comunicación.

En general, las normas para los hombres se crean alrededor del poder, el control y la independencia y se observan conductas tales como la de no mostrar emociones, tomar riesgos, usar la violencia para resolver los conflictos, iniciar la actividad sexual temprano en su vida y tener múltiples compañeras sexuales. Durante la adolescencia, los jóvenes empiezan a establecer patrones de conducta sexual, usualmente basados en los roles esperados según su género. En algunos casos, la experiencia sexual es vista como un rito de iniciación en la masculinidad, las normas sociales pueden reforzar la noción de que controlar a las mujeres es una señal de masculinidad, contribuyendo a actos de violencia sexual a temprana edad.

En la última década, los programas escolares han tratado de ayudar a que los adolescentes reflexionen sobre temas relacionados con la masculinidad y las normas de género, se identificaron factores de protección que promueven la equidad de género, incluyendo la autorreflexión, la existencia de modelos familiares, de conductas de equidad y no violentas, y la inspiración en el sentido de responsabilidad de los hombres y mujeres y la capacidad de ser buenos padres.

Consulta qué normas de nuestro Estado colombiano buscan minimizar los efectos históricos del machismo.



EJERCITO LO APRENDIDO



EVALUACIÓN

Los estudiantes deben realizar un viaje imaginario a un lugar donde haya que construir todo de nuevo, inclusive la sexualidad, y deben realizar tres propuestas.

Propuesta 1: describir en una cartelera cómo les gustaría que fuera la sexualidad en ese planeta.

Propuesta 2: armar una historia típica en ese planeta para realizar un juego de roles.

Propuesta 3: escribir un cuento tratando el tema de la sexualidad en nuestro planeta y relatarlo.



LO QUE SÉ

Responde en tu cuaderno las siguientes preguntas:

- › ¿Quién debe ejercer la autoridad en el hogar?
- › ¿Qué significa para ti la expresión ser todo un macho?,
- › ¿Cuáles son las características de un verdadero hombre?



**APRENDO
ALGO NUEVO**

Lee el siguiente texto

Masculinidad

Los padres juegan un rol importante en el proceso de determinación del género masculino y femenino. La presencia del padre en la educación de los hijos determina favorablemente la búsqueda y el desarrollo del rol masculino de los adolescentes hombres.

A diferencia de los jóvenes de generaciones anteriores los adolescentes varones de esta época entienden el deseo y la sexualidad como un derecho al que quieren acceder libremente.

Este es el principal motivo por el que los jóvenes buscan un desarrollo sexual temprano que los hace sentir más hombres y que está fuertemente motivado además por la cantidad de contenidos sexuales que se presentan en los medios de comunicación tales como la televisión, la prensa, la radio y el internet.

Cada día los hombres conocen más y a más temprana edad todo acerca del sexo, y las familias deben aprender a orientar dichas actitudes de una manera positiva.

Para los adolescentes de esta generación, la búsqueda de la identidad y del rol masculino puede ser menos traumática si cuentan con el apoyo y el consejo de sus padres y de su familia, en ese sentido es importante asignar un valor más especial a otras formas de masculinidad diferentes de las tradicionales, mostrarlas un poco más alejadas del prototipo de fuerza, valor y poder, para que el varón adolescente pueda reconocer que ser hombre es mucho más que ser fuerte y que puede y debe dar un espacio importante a su sensibilidad, a sus emociones y a su afectividad.

Vuelve a contestar las preguntas que se encontraban al inicio de la lectura, compara las respuestas del antes y el después. ¿Qué crees que ocurrió?



**EJERCITO
LO APRENDIDO**

**Escribe en un párrafo tu opinión sobre el texto anterior
relaciónalo con los patrones de masculinidad de tu familia.**

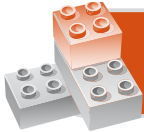


LO QUE SÉ



EVALUACIÓN

Elabora un poema cuyo título sea la siguiente frase “Mujer: Lo bello y lo sublime”, declámalo frente a tus compañeros y tu maestro.



**APRENDO
ALGO NUEVO**

Feminidad

El concepto de feminidad se ha venido desarrollando para poder aclarar los comportamientos y valores propios de la mujer, e incluso en gran medida nos muestran un ideal de mujer que cada día es menos claro.

Las características de la feminidad están muy asociadas a los roles tradicionales femeninos como la obediencia, la vulnerabilidad, la sumisión, la comprensión, las demostraciones de afecto, etc.

Gracias a esta imagen de feminidad han surgido nuevas perspectivas para ver a la mujer y el rol que desempeña en su familia y en la sociedad, es así como nace la liberación femenina con una serie de planteamientos que distorsionan la realidad femenina.

La verdadera liberación femenina debe basarse en la eliminación del complejo de inferioridad que posee la mujer, de tal manera que le permita obtener su realización personal, laboral, familiar e incluso social, sin cohibirse por el simple hecho de ser mujer.

La extrema feminidad puede ser negativa e incluso destructiva si no se toman en cuenta las necesidades propias del género, es posible que pueda causar dependencia, sumisión y autonegación de la verdadera esencia de la mujer.

Elabora una biografía de una mujer de tu vereda que admires, puedes utilizar como insumo la cartilla de lenguaje que te orienta en lo que debes tener en cuenta para esta composición escrita.



**EJERCITO
LO APRENDIDO**



EVALUACIÓN

Analiza la lectura anterior y realiza un cuadro que muestre las características de la mujer de hoy, clasificadas en fortalezas y debilidades.

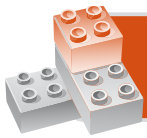
Para llevar a cabo esta actividad observa las características de las mujeres más importantes para ti. (Tu madre, tu hermana, tu abuela, tu maestra, tu amiga, tú misma).



LO QUE SÉ

Realiza en tu cuaderno una caricatura que muestre las diferencias que reconoces entre el hombre y la mujer.

Organicen una exposición con las caricaturas elaboradas por todos los estudiantes. Discutan sobre puntos de acuerdo y en desacuerdo.



APRENDO ALGO NUEVO

Diferencias físicas y psicológicas entre el hombre y la mujer

Las diferencias tanto físicas como psicológicas entre hombres y mujeres son cada vez más evidentes y aunque no lo creamos son más de las que pensamos.

Las siguientes tablas te permitirán encontrar las diferencias más evidentes:

MUJER	HOMBRE
La mujer fisiológicamente posee una conexión cerebral de los dos hemisferios, lo que le permite realizar varias tareas simultáneamente.	El hombre agudiza su concentración, lo que le permite al momento de realizar una tarea olvidarse de las demás cosas que ocurren a su alrededor.
El sistema óseo de la mujer es más pequeño, pero más flexible para facilitar la maternidad.	El sistema óseo del hombre es más grande lo que favorece realizar trabajos pesados.
Sistema reproductor de la mujer totalmente interno en la cavidad pélvica.	Sistema reproductor masculino totalmente externo.

Diferencias físicas

MUJER	HOMBRE
La mujer se rige más por los sentimientos.	El hombre se rige más por la razón.
Las mujeres no necesitan razonar mucho para entender algunas cosas, tiene el llamado sexto sentido.	El hombre posee un entendimiento de tipo matemático, calculador y frío.
La mujer posee mayor expresividad verbal y mayor capacidad del lenguaje por lo que tiende más a expresar sus sentimientos y emociones.	Los hombres poseen una disminuida capacidad verbal lo que dificulta mucho su comunicación y la expresión de sus sentimientos.



EJERCITO LO APRENDIDO

Para promover el respeto y la aceptación de las diferencias entre los roles femeninos y masculinos harás una reflexión sobre los valores y las actitudes de género que predominan en tu entorno y tu cultura.

Luego, organizados en grupos realizarán unos carteles con la imagen de algunos objetos “predominantemente femeninos”, “predominantemente masculinos” y “neutros” y analizarán en grupos los siguientes cuestionamientos:

- › ¿Quién inventó esa división?
- › ¿Pueden los varones manejar los objetos clasificados como femeninos? ¿Por qué sí? ¿Por qué no?
- › ¿Por qué está mal visto: porque no saben o porque no se lo permiten? Lo mismo en relación a las mujeres.

Después de la discusión orientada por la actividad anterior realizarás una encuesta para complementar tus respuestas con las ofrecidas por otras personas de tu entorno.

Instrumento



EVALUACIÓN

Entrevista para determinar el rol de hombre y el rol de la mujer existentes en nuestra sociedad.

Realiza la siguiente entrevista a personas de ambos sexos por separado, diseña un formato donde anotes las respuestas para analizarlas y contrastarlas con las respuestas de otros compañeros.

Entrevista

1. **¿Con cuál rol femenino y con cuál rol masculino se identifican más y por qué?**
2. **¿Cuáles son los roles que la sociedad le impone por ser hombre o mujer?**
3. **¿Qué significa para ustedes ser hombre o ser mujer?**
4. **En nuestra sociedad ¿qué ventajas y qué desventajas tiene el ser hombre o ser mujer?**
5. **Consigna las respuestas en hojas diferentes para cada encuestado aclarando edad y sexo.**

6 **Guía**

El respeto por la diferencia



Conocimiento del otro

Relaciones personales

Amor y sexualidad



Competencia

Entiendo que las mujeres y los hombres somos libres e iguales en dignidad y derechos. Emprendo acciones para que las diversas formas de ser hombre o mujer, que permiten el desarrollo de todas las potencialidades humanas, sean respetadas y valoradas en los diferentes contextos.

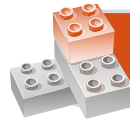


LO QUE SÉ



EVALUACIÓN

Dibuja en tu cuaderno un árbol y en cada una de las ramas escribe un valor que lleve hacia el respeto por la diferencia y hacia el autorrespeto, al final socializa tus respuestas y complementa tu árbol del respeto con las sugerencias de los demás compañeros.



APRENDO ALGO NUEVO



Utilizando como insumo la imagen anterior construye un texto donde en la que las personas de las imágenes no se entienden. Plantea dos finales en uno encuentran solución y en el otro se termina trágicamente.



EJERCITO LO APRENDIDO

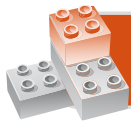
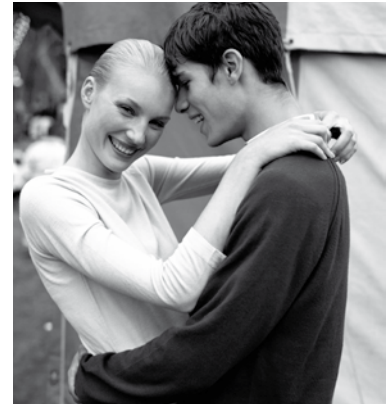
Realiza con tus compañeros una representación artística donde muestres lo aburrido que sería el mundo si todos fuéramos iguales.



LO QUE SÉ

El ser humano siempre tendrá la necesidad social de amar y ser amado, esto le brinda una sensación de seguridad que es fundamental para el desarrollo del ser humano.

La necesidad de recibir afecto incluye también la necesidad de saber que al menos, para alguien, nuestra existencia puede marcar una gran diferencia. Escribe una carta al ser que mas quieres en el mundo, dile las razones de tu amor y ofrécele tu apoyo.



APRENDO ALGO NUEVO

Diferencias psicológicas

¿Cuáles de estas características pudiste encontrar en las caricaturas de tus compañeros?, coméntalas en clase.

Conocimiento del otro y relaciones personales

La necesidad de recibir afecto cobra mayor importancia en la adolescencia, edad en la cual los jóvenes necesitan compartir con alguien que no forme parte de sus relaciones familiares.

Los intereses, afectos e inquietudes de los adolescentes los impulsa a recibir un concejo que les pueda ayudar a adaptarse y relacionarse con las personas del otro sexo.

Aún cuando a esta edad es muy común que se confunda la atracción por el otro o un simple enamoramiento con el sentimiento real, fuerte y sincero que se experimentan con el amor filial, el enamoramiento es un estado de atracción espontánea hacia otra persona, que en caso de ser correspondida da origen a una forma especial de amistad.

Nuestro afecto, nuestro amor y nuestro interés por alguien lo podemos demostrar de muchas formas:

- Diciéndole que la amamos.
- Haciendo cosas especiales que hagan sentir bien a esa persona.
- Brindándole sinceridad y transparencia en las actuaciones.
- Compartiendo sentimientos temores y angustias.
- Mostrándole un trato especial basado en el respeto y la confianza.

La máxima expresión de nuestro amor por alguien es la relación sexual y ésta debe ser una decisión libre, madura, basada en el respeto mutuo que refleje nuestros sentimientos, valores y deseos.

Realiza una caricatura donde muestres una historia de amor que incluya eventos cómicos.



Mural institucional

Reúnete en grupo con compañeros del mismo sexo para realizar una cartelera de la mujer típica y del hombre típico utilizando recortes de revistas. Pongan en evidencia los estereotipos más comunes que se observan en el entorno.

Esta cartelera, además debe representar lo que ustedes creen y valoran personalmente de su sexualidad, sean sinceros y de esa manera van a aprender más acerca de ustedes mismos.

Materiales

Cartulinas, diferentes revistas, tijeras, pegante, papeles de colores, papel craft.

Socialización

Publiquen su cartelera en la institución educativa y soliciten que cada estudiante analice cómo se siente frente a esos estereotipos y si realmente la cartelera refleja su forma de pensar con respecto a los hombres y a las mujeres.

Realiza la siguiente sensibilización y luego desarrolla la actividad propuesta:

Observa a tu alrededor, y responde en tu cuaderno

- ¿Cuántas parejas conoces?
- ¿Cómo se manifiestan entre si estas parejas su afecto?

En tu grupo de amigos

- ¿Cómo se manifiestan el cariño y el afecto entre ellos?
- ¿Qué papel juega la honestidad en una relación?
- ¿Cuál es el papel de un amigo en momentos de grandes decisiones?

Realiza una plenaria donde todos los grupos puedan exponer sus respuestas tratando de ver la diversidad de opiniones y generando algunas conclusiones.

Actividad:

Reúnete con cinco compañeros y escriban en una cartelera un decálogo de la amistad en la que consignen los aspectos más importantes que se deben tener en cuenta para formar las bases de una amistad sincera y valiosa. Escojan entre todos el decálogo más completo para pegarlo en cada salón de clase y que todos los miembros de la comunidad educativa lo reconozcan y lo apliquen en su vida diaria.



EVALUACIÓN



Me autoevalúo

Para realizar una autoevaluación consiente y responsable copia y completa en tu cuaderno el siguiente cuadro con toda sinceridad:

Afirmaciones	Siempre	Algunas veces	Nunca	Sustenta tu elección
Me sentí motivado hacia el desarrollo de la clase.				
Los temas vistos me parecieron interesantes y novedosos.				
Fui responsable al realizar todas las actividades propuestas.				
Cumplí con la realización, registro y análisis de la información obtenida con los instrumentos.				
Fui autónomo en mi proceso de aprendizaje.				
Indagué e investigué otras fuentes de información para ampliar mis conocimientos.				
Demostre respeto hacia mis compañeros y maestros durante todas las actividades.				

Analiza tus respuestas y elabora un plan de mejoramiento para llevarlo a cabo en el desarrollo del próximo módulo.

¿Cómo me ven los demás?

Reúnete con tus compañeros de grado para realizar una mesa de discusiones sobre lo que encontraron en la presentación del mural, los estudiantes deben escoger un tema de los que manejaron para la realización de la cartelera y explicará a sus compañeros las imágenes que escogieron para la realización del mural, cada uno podrá defender o exponer sus ideas, sus emociones, sus experiencias.

Tu maestro estará preparado para responder las inquietudes que surjan durante la discusión, luego deben entregar al maestro un escrito con los siguientes momentos:

- Una reflexión personal sobre el desarrollo del módulo.
- Un pequeño escrito sobre lo que aprendiste durante el desarrollo de este módulo.
- Una evaluación de tu desempeño y tu actitud hacia el desarrollo de los temas.

En este momento se presentarán las evidencias de la sistematización y análisis de la propuesta es decir se darán a conocer los resultados obtenidos en las encuestas, entrevistas y test realizados, se hará un análisis de la información tanto cualitativo como cuantitativo. Y se presentarán dichas gráficas a todos los estudiantes del grupo y el maestro y así generar algunas conclusiones útiles para su formación integral.

Qué aprendí

Para evaluar los conocimientos adquiridos debes contestar el siguiente taller de manera individual y al terminarlo entrégaselo a tu maestro.

1. Copia en tu cuaderno el siguiente esquema y escribe al menos tres componentes de la autoestima y explica para ti cual es el más importante.
2. Contesta en tu cuaderno ¿Qué actividades realizas diariamente para reforzar tu autoestima?
3. Realiza el dibujo de un hombre y una mujer, al frente de cada uno de ellos haz una lista de elementos que consideras tú que realmente deberían ser característicos para cada uno de ellos, puedes tener en cuenta las imágenes y sensaciones representadas en el mural que realizaron anteriormente.



4. Recuerda algunas de las características físicas entre hombres y mujeres y diseña un cuadro donde puedas escribir cuales de ellas se hacen más notorias en la adolescencia, luego elabora un cuento donde éstas se evidencien en la historia de vida de un adolescente que nace de tu imaginación.
5. Realiza un dibujo donde se evidencie cuál es la diferencia entre el amor y la amistad para ti.

MÓDULO

3

Vivo mi sexualidad con libertad y respeto.

¿QUÉ VAS A APRENDER?

Competencias Proyecto Nacional Educación Sexual y Construcción de Ciudadanía.

- › Tomo decisiones cada vez más autónomas, basadas en el respeto a la dignidad humana y en la preocupación por el bien común, que parten del análisis, la argumentación y el diálogo sobre dilemas que plantea la cotidianidad frente a la sexualidad, y que propenden por estilos de vida saludable.
- › Entiendo que todos tenemos derecho a elegir libremente nuestra orientación sexual y a vivirla en ambientes de respeto.
- › Entiendo que existen diferentes tipos de relaciones afectivas y establezco relaciones basadas en el respeto y el cuidado de mí y de las demás personas involucradas.
- › Comprendo que expresar y recibir afecto promueve el bienestar humano y fortalece las relaciones.

Fase: Planificación y programación			
Subfase: Definición de potencialidades y problemáticas			
Guía	Título de la guía	Hilos conductores	Área del conocimiento
7	Normas de comportamiento	Identidad de género	Ciencias sociales Ética y valores
8	Sexualidad responsable	Orientación sexual	Ciencias naturales
9	Afecto y relaciones	Expresión de afecto	Ciencias sociales Ética y valores

A continuación vas a encontrar una tabla donde puedes apreciar las guías que vas a desarrollar en este módulo y su respectivo referente de calidad en seguida podrás apreciar un esquema que parte de una pregunta orientadora que podrá responderse a partir de la realización de las actividades propuestas en el módulo. Luego encontrarás los conceptos que debes conocer y manejar para determinar algunas potencialidades o problemáticas en tu entorno y las prácticas culturales que en tu comunidad se viven. En el último bloque encuentras los conceptos asociados que definen las conductas y comportamientos sociales y culturales de tu entorno. El conocimiento de ellos te dará herramientas para aplicar responsablemente algunos instrumentos que te ayudaran a obtener información de tu comunidad y luego sistematizarla y analizarla.

¿QUÉ VAS A APRENDER?



¿PARA QUÉ TE SIRVE LO QUE VAS A APRENDER?

El trabajo que realices en este módulo te ayudará a:

- › Tomar decisiones cada vez más autónomas, basadas en el respeto a la dignidad humana y en la preocupación por el bien común.
- › Comprender que todas las personas tienen derecho a disfrutar de una vida sexual satisfactoria, sin riesgos, y a procrear, ya que son libres para decidir hacerlo o no, cuándo y con qué frecuencia.
- › Reconocer que existen diferentes tipos de relaciones personales o sociales que se pueden generar entre los seres humanos, y que cada una de ellas es valiosa.

¿CÓMO Y QUÉ SE TE VA A EVALUAR?

La evaluación es un momento permanente en tu proceso educativo: Algunas de las actividades propuestas en este módulo te permitirán revisar como van tus procesos formativos, dichas actividades están marcadas con un icono especial.

Además, al finalizar el módulo tendrás la posibilidad de hacer una valoración de tu desempeño, conversar con tus compañeros sobre el mismo y dar cuenta del nivel que alcanzaste en relación con las competencias propuestas. Así mismo se evaluará tu desempeño en relación con:

- › La participación en las actividades propuestas.
- › La realización y cumplimiento con las actividades propuestas.
- › El registro y archivo de los instrumentos aplicados durante el módulo.
- › La actitud y respeto a la clase, los compañeros y el maestro.

EXPLORA TUS CONOCIMIENTOS

La identidad de género es un proceso del desarrollo humano bastante importante que se da cuando los niños reconocen que son hombres o mujeres. En ese momento los niños prueban diferentes papeles, juegan a disfrazarse o se imaginan como es el otro. Las actitudes de aceptación o rechazo de los comportamientos sexuales en un mismo grupo se modifican con el tiempo y con los sucesos históricos y sociales. En nuestro país, por ejemplo, hace unos 15 años era imposible hablar en público sobre relaciones sexuales, noviazgos, enfermedades sexualmente transmisibles, homosexualismo, etc., hoy en día hay una cultura creciente hacia la aceptación y el respeto por estas diversas conductas prevalece en nuestra sociedad. Copia en una hoja los siguientes términos tal como aparecen, si no conoces algunas de ellas realiza una pequeña consulta para conocer los datos.



- | | | |
|--------------------|----------------|-------------------------------|
| › promiscuidad | › abstinencia | › relaciones prematrimoniales |
| › homosexualidad | › masturbación | › infidelidad |
| › heterosexualidad | › machismo | › feminismo |

Encierra en un círculo aquellas palabras que indiquen para ti comportamientos normales. Comenta con tus compañeros las palabras más seleccionadas y la manera cómo los valores personales y culturales influyen en la forma de calificar nuestra conducta y la de los demás. xo, estos comportamientos son normales en esa etapa del desarrollo pero existen unos signos de alarma que nos indica cuándo ese comportamiento ya no es normal.

¿Recuerdas cómo te sentías cuando eras menos por ser un niño o una niña?

¿Crees que tus padres esperaban de ti algo diferente?

Socializa tus respuestas con tus compañeros más cercanos.

7 **Guía**

Normas de comportamiento



Libertad y respeto

Normalidad en la sexualidad

Diarios de campo



Competencia

Tomo decisiones cada vez más autónomas, basadas en el respeto a la dignidad humana y en la preocupación por el bien común, que parten del análisis, la argumentación y el diálogo sobre dilemas que plantea la cotidianidad frente a la sexualidad, y que propenden por estilos de vida saludable.



LO QUE SÉ



Recuerda:

Cuando salías de casa con tu familia y tus padres te decían “bueno yo veré ese comportamiento”, ¿a que se referían?

¿Cómo actuabas para definir ese comportamiento?, cópialo en tu cuaderno e ilústralo con un ejemplo de tu niñez.



APRENDO ALGO NUEVO

Hoy en día podemos decir que existen múltiples saberes que determinan la personalidad de las personas, pero el más importante es el de reconocer que existen cosas que nos convienen y otras que no.

Todos los seres humanos estamos conviviendo diariamente en sociedad, por este motivo debemos ser respetuosos, responsables, justos agradecidos, etc. De esta manera podremos tener mejores relaciones con nuestros semejantes.

Los padres reconocen la importancia de las normas de comportamiento y reconocen que éstas fueron creadas más para nuestra protección que para nuestra desdicha. Nuestros padres y maestros diariamente nos enseñan determinadas normas de comportamiento, y esa no es tarea fácil, casi siempre las normas de comportamiento se aprenden por imitación, por eso los adultos siempre deben dar el buen ejemplo y los consejos educativos necesarios para el desarrollo integral del niño o del adolescente, se deben acompañar de conductas ejemplares.

Escribe en tu cuaderno algunas actitudes que ves en tus padres y maestros y que consideras que debes imitar para conseguir una vida saludable y organizada.

Siempre debemos tener en cuenta que nuestros comportamientos negativos traen consigo unas consecuencias y debemos conocerlas bien para tomar nuestras decisiones con total certeza y libertad de lo que estamos haciendo.

La gran mayoría de las normas de comportamiento han sido impuestas por la sociedad basándose en las costumbres culturales, morales y religiosas predominantes; existen muchas clases de normas sociales, desde las que se utilizan en un simple juego hasta las normas morales que rigen nuestra sociedad. Las normas éticas o morales son las reglas de conducta que nos obligan a tener un comportamiento consciente y desinteresado hacia el bienestar y el mejoramiento social, las normas morales no están escritas en forma de leyes o de reglamentos, sino que se practican y se transmiten de generación en generación por medio de la imitación, las costumbres, consejos, deberes, etc.



EVALUACIÓN

Realiza una cartelera sobre las normas de comportamiento básicas en el salón de clase, socialízala con tus compañeros y pégala en un lugar visible. Anota en el cuaderno las conclusiones a las que llegaron durante la socialización.



EJERCITO LO APRENDIDO

Escribe un listado de normas de convivencia en tu casa y un listado de normas de convivencia en tu escuela, compáralos y escoge una lista de los que son indispensables en los dos ámbitos de tu vida, luego realiza un escrito en tu cuaderno donde expliques por qué consideras importante el seguimiento de las normas de convivencia para tu vida.

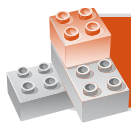
Libertad y respeto



LO QUE SÉ



El respeto por uno mismo incluye asumir con responsabilidad nuestras acciones, ser honestos con nosotros mismos evitando cualquier situación que ponga en peligro nuestros valores, nuestro estado de salud y nuestra seguridad.



APRENDO ALGO NUEVO

Cuando nos respetamos a nosotros mismos no hacemos nada que nos haga daño o nos haga sentir mal. Cuando nos respetamos: cuidamos nuestra salud física, mental, social y nuestro medio ambiente, con la convicción de que si tenemos salud podemos gozar la vida plenamente.

Es cierto que la libertad de elección es un derecho que todos tenemos para escoger entre varias alternativas la más adecuada. Sin embargo, las personas vivimos en comunidad y así la libertad de elección de cada persona termina donde comienza la de los demás. Cualquier decisión que se tome requiere del respeto por uno mismo y del respeto por los demás.

No hay que confundir libertad con hacer todo lo que se quiere. La libertad es poder hacer lo que deseamos, siempre y cuando no afectemos a las demás personas de nuestra comunidad.

En la medida en que tus decisiones sean tomadas con responsabilidad, y no solamente pensando en lo que es conveniente para ti mismo, podrás solucionar muchos problemas en el camino de conseguir lo que te has propuesto.

Escribe en tu cuaderno dos historietas, donde se evidencie la diferencia entre libertad y libertinaje, reflexiona sobre que conductas crees que determinan cada situación, como crees que cada persona pueda asumir las consecuencias de sus actos, para ti cual de las dos historietas es la más apropiada para tu vida.



EJERCITO LO APRENDIDO



EVALUACIÓN

Imagina la siguiente situación:

Estás en una sala de cine en la cual hay varias personas viendo una película, y de repente dos jóvenes se levantan e inician una fuerte discusión entre ellos, utilizan expresiones ofensivas y sin importar que en la sala asisten niños utilizan palabras inapropiadas .

- ¿Cómo te parece la situación?
- ¿Cómo te sentirías en ese momento?
- ¿Cómo crees que se sienten las demás personas?
- ¿Qué harías tú si estuviera en el lugar de los adolescentes?
- ¿Crees que actuaron con libertad y respeto, por qué?

Responde en tu cuaderno cada una de las preguntas y luego plantea una solución a la problemática que se presentó en el cine, ¿Qué le aconsejarías a la pareja?, ¿Qué actitud tomarías en esa situación?, si fueras alguno de los protagonistas de la pelea ¿Cómo resolverías la situación?, comparte tus respuestas con algunos compañeros y consigna tus reflexiones en el cuaderno.

Actitudes y comportamientos “normales” en sexualidad



LO QUE SÉ

De acuerdo con tu experiencia define los siguientes términos en relación con la conducta sexual. Acompaña tus definiciones de ejemplos y cópialos en tu cuaderno.

- > Normal
- > Anormal.



APRENDO ALGO NUEVO

Lee con atención.

Para hablar sobre “normalidad” en el campo de la sexualidad necesitamos recordar el concepto de salud sexual.

Durante muchos años, se consideró que el concepto de salud significaba ausencia de enfermedad. Poco a poco este significado fue cambiando hasta lograr una definición más acorde que concibe la salud como una condición de completo bienestar físico, psicológico y social.

Sin embargo, en relación con la sexualidad depende más del criterio de las personas que pretenden enmarcar ciertas conductas dentro de un régimen determinado.

Para hablar de valores sexuales, podemos decir que los valores normales se establecen identificando aquellos que son más frecuentes en un determinado número de personas. Escribe en tu cuaderno los valores y normas sexuales que has aprendido en tu familia y escuela y que pones en práctica constantemente.

Dentro de diversas culturas se clasifican como conductas anormales aquellas que se salen del patrón general, aunque esto no quiere decir que esos criterios sean universales o únicos. En este sentido, el estudio sobre el comportamiento sexual en diversas culturas ha permitido reconocer que existen una infinidad de costumbres y comportamientos sexuales, algunos de los cuales son comunes en ciertas sociedades y rechazados en otras.

No hay comportamientos sexuales universales. Es decir, dentro de un grupo social determinado, el comportamiento sexual es modificado por diversos factores como el sexo, la edad, la religión, el nivel socio-económico, nivel educativo, estado civil etc.

Retoma tu definición de lo que es normal y anormal y construye una caricatura donde utilices las reflexiones de la lectura.



EJERCITO LO APRENDIDO

Realiza en tu cuaderno una pequeña consulta sobre otras culturas cuyas costumbres sexuales sean diferentes de las nuestras. Luego realiza una cartelera explicando cada una de ellas y preséntala frente a tus compañeros y maestros.



EVALUACIÓN

Instrumento

Encuesta para relacionar problemas de conducta y factores sociales, físicos y psicológicos asociados

Toda cultura tiene alguna prohibición sexual, prejuicio o tabú, pero la aceptación de un tipo determinado de conducta sexual depende de los valores principales del grupo social y no obedece a una ley natural, biológica y universal para todos los seres humanos y culturas.

Diseña un formato donde puedas recoger algunos datos para luego contrastarlos con los de otros compañeros. Aquí te damos un ejemplo de cómo puedes realizarlo:

Afirmaciones	De acuerdo	Indiferente	En desacuerdo
Aquí puedes describir cada una de las afirmaciones que quieres contrastar.	Debes marcar esta opción si la persona encuestada está de acuerdo con esta actitud.	Debes marcar esta opción si la persona encuestada considera que le es indiferente esta actitud.	Debes marcar esta opción si la persona encuestada esta en total desacuerdo con esta actitud.

Utiliza un formato para cada persona que vayas a encuestar.

A continuación encuentras un listado de afirmaciones/actitudes.

- › Es necesario tener relaciones sexuales antes del matrimonio.
- › El impulso sexual debe satisfacerse como sea.
- › El SIDA no afecta a los jóvenes.
- › El uso de anticonceptivos no es conveniente.
- › La abstinencia es la mejor opción para llevar una vida saludable.
- › Sexualidad es algo íntimo, por lo cual no debe hablarse de ello.
- › Sexo y relaciones sexuales es lo mismo.
- › La homosexualidad es un estilo de vida.
- › Debería permitirse libremente la convivencia sin matrimonio.
- › Es vergonzoso no haber tenido relaciones sexuales a mi edad.



Recuerda: El que hayas escogido unas opciones y rechazado otras significa que has reflexionado sobre tus sentimientos y que has considerado lo que para ti es importante con respecto a una gran variedad de aspectos relacionados con la sexualidad.

Intercambia tus respuestas con cinco compañeros y realiza una reflexión para aclarar tus valores, así como conocer y respetar los valores de los demás. No olvides tomar nota atenta en tu cuaderno.

Guía 8

Sexualidad responsable



Educación sexual

Soy sexuado

Comunicación familiar



Competencia

Entiendo que todos tenemos derecho a elegir libremente nuestra orientación sexual y a vivirla en ambientes de respeto.



LO QUE SÉ

Pregúntale a cinco compañeros de tu clase:

¿Qué es lo primero que piensan cuando les hablan de sexualidad responsable? Copia las respuestas en tu cuaderno, luego reúne todas las respuestas y replantea una que para ti sea la más completa, coméntala a tus compañeros y maestros.



APRENDO ALGO NUEVO

Durante la adolescencia resulta difícil tomar decisiones adecuadas para vivir sin angustias, temores y culpas.

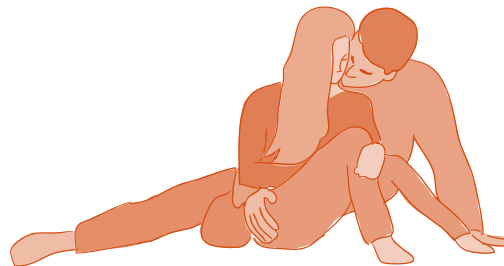
En esta etapa de la vida nos enfrentamos con un cuerpo que nos brinda nuevas posibilidades de expresión, de experimentación, de sensaciones y de sentimientos, pero que al mismo tiempo nos exige una mayor responsabilidad.

Si queremos controlar y dirigir de manera positiva nuestras vidas, necesitamos entre otras cosas poner límites a la manera como satisfacemos nuestros impulsos sexuales.

Responde en tu cuaderno ¿Consideras que cualquier tipo de experiencia sexual es válida para satisfacer el impulso sexual? Explica tu respuesta.

Esta capacidad para decidir hasta dónde llegar es un signo de responsabilidad y madurez. Un equilibrio entre nuestras necesidades de satisfacción, nuestros valores, nuestros intereses y nuestras metas son la clave de la toma responsable de decisiones.

Las decisiones responsables en cuanto a nuestra sexualidad son muy complejas ya que se relacionan con muchos aspectos de nuestra vida, pero principalmente porque involu-



cran a otras personas; por esto la mejor manera de satisfacer nuestro impulso sexual en forma responsable y segura, es decidiendo hasta dónde queremos llegar, algunos jóvenes toman sus decisiones por curiosidad, por no quedarse atrás en relación con sus amigos o para no sentirse solos.

Describe en tu cuaderno las consecuencias que trae el tener relaciones sexuales en contra de tu voluntad o tus valores. Compara tus respuestas con las de algunos compañeros.



EJERCITO LO APRENDIDO

Reflexiona en tu cuaderno sobre las siguientes recomendaciones.

Recuerda:

Para tomar decisiones responsables debes tener en cuenta:

- › Que las condiciones sociales, biológicas y personales sean adecuadas.
- › Tus valores son los más importantes y deben prevalecer en tus decisiones.
- › Obtener información relevante sobre cada una de las opciones que puedes analizar.
- › Identificar cómo te sentirías en caso de asumir cualquiera de las opciones analizadas.

Agrega otras dos razones a la lista.

Y realiza afiche publicitario donde comuniques estas recomendaciones de forma creativa.

Educación sexual



LO QUE SÉ



EVALUACIÓN



Reflexiona y responde en tu cuaderno:

- › Durante las diferentes etapas de tu vida:
- › ¿Cuántas cosas han pasado por tu mente y has querido hablar con alguien?
- › ¿Cuántas veces encontraste una respuesta sincera responsable y abierta y cuantas obtuviste como respuesta una evasiva, un silencio, un no rotundo, un grito, un regaño o una mentira?
- › ¿En cuántas oportunidades tuviste dudas acerca de que era bueno o malo, correcto o incorrecto, adecuado o inadecuado?
- › ¿Cuántas veces deseaste que alguien te hablara acerca de lo que experimentarías durante la adolescencia?
- › ¿Dónde obtuviste información con respecto a todo lo relacionado con los aspectos biológicos de la sexualidad?

Comenta con tus compañeros y docente lo que piensas con respecto a los interrogantes anteriores y sobre cuál crees que sea la mejor manera de evitar estas situaciones. Escribe las conclusiones de esta actividad en tu cuaderno.



APRENDO ALGO NUEVO

La sexualidad es un proceso fundamental del ser humano, abarca mucho más que una simple actividad física como es el acto sexual y la reproducción de la vida. La sexualidad es la vivencia diaria de cómo nos sentimos, nos comportamos o pensamos por el hecho de ser hombres o mujeres. Nuestra forma de pensar y actuar; nuestras actividades sociales y escolares, nuestra forma de vestir, nuestra comunicación, y muchas otras facetas de nuestra vida están determinadas por el hecho de ser un hombre o una mujer.

A cada instante, con todo lo que hacemos, decimos o pensamos estamos ejerciendo nuestra sexualidad. Desde que nuestros padres nos concibieron hasta hoy estamos recibiendo educación sexual.

La educación sexual no es una clase, no es una charla o la lectura de un libro. La educación sexual se vive diariamente, se experimenta en todo momento de nuestra existencia.

Realiza en tu cuaderno un dibujo que explique el texto anterior.



EJERCITO LO APRENDIDO

Realiza utilizando los afiches que constriste una campaña para los niños más pequeños del colegio donde el tema central sea la educación sexual es una práctica diaria.



LO QUE SÉ



EVALUACIÓN



Comenta con tus compañeros que te sugieren las imágenes presentadas, responde en tu cuaderno los siguientes interrogantes:

- ¿Cual consideras que debe ser la finalidad de recibir una educación sexual durante la niñez y la adolescencia?
- ¿En qué momento de tu vida crees que puedes hacer uso de los conocimientos adquiridos en cuanto el desarrollo de tu sexualidad? Comenta tus respuestas con otros compañeros y establezcan una conclusión general sobre la importancia de recibir una educación sexual apropiada en la adolescencia.

Educación sexual



A lo largo de nuestra vida hemos recibido una educación sexual buena o mala, adecuada o no, a través de nuestros padres, amigos, familiares, maestros, medios de comunicación, y en general de toda la comunidad en nuestro alrededor. Contesta en tu cuaderno ¿Habías recibido antes una educación sexual ya sea en tu casa o en tu escuela?, ¿Consideras importante que un adulto te hable de estos temas antes de llegar a la adolescencia? ¿Por qué?, sustenta tus respuestas con algunos ejemplos.

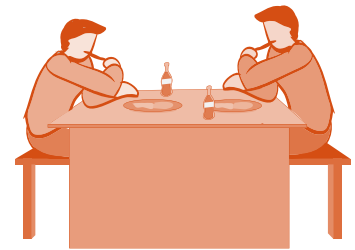
De pequeños, la reacción, la conducta y las respuestas de nuestros padres determinaron nuestra forma de actuar y de pensar, la manera como nuestros padres nos inculcaron los hábitos de higiene, las actitudes tradicionales para cada género, la manera como nos expresaban su afecto y su cariño etc., influyeron de manera decisiva en el desarrollo de nuestra conducta sexual.

Tomando en cuenta que los seres humanos en todas las edades se identifican como seres sexuados, con necesidades, sentimientos, dudas, y algunas ideas se hace necesaria una educación sexual que le permita al individuo reconocer y aceptar las posibilidades que el sano ejercicio de su sexualidad le ofrecen para su realización personal.

Observa las imágenes y reflexiona después de realizar la lectura. Escribe en tu cuaderno tú interpretación de ambas cosas.

Tradicionalmente se ha pensado que quienes necesitan en mayor medida de una educación sexual adecuada son los niños y los adolescentes, pero no debemos olvidar que los adultos también la necesitan, para que su vida social, sexual, de pareja y laboral sea más satisfactoria y permita cumplir con su proyecto de vida.

La educación sexual, por tanto, debe generar en niños, jóvenes y adultos una serie de actitudes, conocimientos, ideas y valores que les ayuden a practicar opciones y a tomar decisiones responsables e inteligentes.





EJERCITO LO APRENDIDO



EVALUACIÓN

Redacta, con tus compañeros y con tu maestro, un listado con los objetivos y la finalidad de la educación sexual en tu escuela.

Discute si realmente esos objetivos se están cumpliendo.

Soy sexuado



LO QUE SÉ



EVALUACIÓN



Contesta las siguientes preguntas:

- > ¿Estás contento de ser hombre o mujer?
- > ¿Por qué crees que es necesario que en el mundo haya hombres y mujeres?
- > ¿Qué valores encuentras en el ejercicio de tu sexualidad?



APRENDO ALGO NUEVO

El saber que soy un ser humano sexuado me permite establecer diferencias entre sexo y sexualidad. Se debe apreciar a la sexualidad como la relación entre género masculino y femenino de tal manera que la correlación entre los mismos a nivel humano es decir desde lo físico, emocional, síquico y social, permitan entender que el acto sexual es el resultado de aspectos propios del erotismo como los coqueteos, las caricias corporales, el lenguaje, los gestos. De la manera como abordemos cada uno de estos elementos tendremos una sexualidad sana.

Mujeres y hombres somos iguales en naturaleza, dignidad y derechos pero con diferencias en la forma de sentir y actuar. Aunque el rol masculino y femenino es producto de la cultura de cada región tienen diferencias naturales que deben ser comprendidas, aceptadas, respetadas, y cultivadas.

Realiza en tu cuaderno un dibujo de la mujer característica de tu región y uno del hombre típico de tu región, debajo de cada uno escribe las principales características que deben tener y escribe por qué son importantes para tu cultura o tu familia.

La sexualidad es una dimensión fundamental de la personalidad. Sus valores y manifestaciones enriquecen nuestra vida; siempre y cuando se viva adecuadamente siendo respetuosos de nuestros derechos y conscientes de nuestros deberes de este modo se podrá ir descubriendo a plenitud donde el único límite es la responsabilidad y el respeto a la integridad física, sentimental, racional y moral de todas las personas que se vean involucradas.



LO QUE SÉ



EVALUACIÓN

Contesta en tu cuaderno las siguientes preguntas y discute tus respuestas con algunos compañeros, luego socialízalas en la clase y a tu maestro.

- › ¿Qué significado tiene para ti pertenecer a una familia?
- › ¿Cuáles elementos positivos y negativos encuentras en tu familia y en las que conoces?
- › ¿Qué es lo más importante en una familia?



APRENDO ALGO NUEVO

Comunicación familiar

Todos continuamente nos estamos comunicando en nuestro hogar. No sólo lo hacemos en forma verbal, sino también en forma no verbal, es decir, con la mirada, los gestos, las caricias, las sonrisas, la postura.

Si el dialogo familiar es favorable es porque generalmente existe un ambiente abierto, agradable y de respeto.

¿Cuál es el momento en el que tú y tu familia están juntos para dialogar, compartir sentimientos, emociones, vivencias etc? Dibuja ese momento en tu cuaderno.

Si la comunicación en la familia es inadecuada puede deberse a que ésta se da dentro de un ambiente hostil, tenso o poco favorable para el diálogo. Por ejemplo, es muy común que entre hermanos, padres e hijos, etc., saquen a relucir los defectos y los comportamientos negativos y subestimemos sus habilidades, aciertos y cualidades. Si esto ocurre probablemente se debe a que no se ha buscado la oportunidad para hablar y expresar los sentimientos y conflictos dentro de un clima de respeto. Un clima de respeto es aquel en el cual

todos los miembros de la familia se comunican, participan, opinan, aportan sin gritarse, agredirse o enojarse.

También el respeto en las comunicaciones familiares se manifiesta cuando:

- › Escuchamos con atención lo que el otro nos dice.
- › Callamos para no intervenir en algo que no nos corresponde.
- › Reconocemos nuestras fallas.
- › Damos disculpas o aclaramos un mal entendido.
- › Aceptamos y entendemos los sentimientos de los demás y expresamos abiertamente los propios.
- › No divulgamos un secreto que se nos ha confiado.

Escribe una carta a uno de tus familiares con el que tu comunicación no sea la adecuada, mencionando inicialmente los aspectos que te gustan de la relación que tienen y posteriormente los aspectos que no les permiten tener una comunicación asertiva.



EJERCITO LO APRENDIDO



EVALUACIÓN

Después de realizar la lectura, ¿A qué crees que se deba que haya tantas familias destruidas?

Elabora un escrito “Carta a mis padres” donde evidencies lo que tú necesitas de tu familia, que características son importantes para el funcionamiento de la familia y que esperas de cada uno de ellos, luego escoge el momento adecuado y léelo con ellos.

9 **Guía**

Afecto y relaciones



Educación afectivo-sexual

El otro y yo

Normas y estrategias de comportamiento



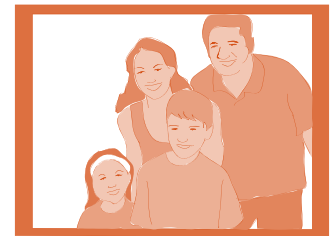
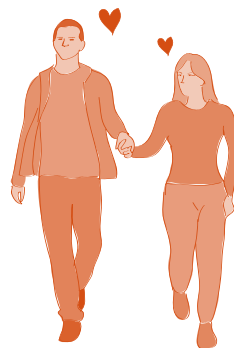
Competencias

Entiendo que existen diferentes tipos de relaciones afectivas y establezco relaciones basadas en el respeto y el cuidado de mí y de las demás personas involucradas.

Comprendo que expresar y recibir afecto promueve el bienestar humano y fortalece las relaciones.

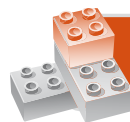


LO QUE SÉ



Los adolescentes se encuentran con dos grandes fuentes de influencia social en su desarrollo: los amigos que adquieren un papel fundamental en este periodo; y la familia (especialmente los padres).

¿Qué actitudes del ser humano crees que se involucran al recibir una educación afectivo-sexual? Escríbelas en tu cuaderno y discútelas con tus compañeros y tu maestro.



APRENDO ALGO NUEVO

Actualmente los jóvenes reciben en las escuelas una serie de conocimientos que en muchas ocasiones no van de la mano con lo que realmente están vivenciando en su entorno. Cada persona genera su propia transformación de la información a partir de su proyecto de vida; y éste depende de la identificación que él tenga con su cuerpo, sus emociones sus sentimientos y su sexualidad. En este proceso se construye la personalidad y junto con ella la sexualidad, la vivencia de su propio sexo y la configuración de un lenguaje para expresarla.

Para que se dé una verdadera educación afectivo-sexual no hay que olvidar que:

- Todo ser al nacer es un ser sexuado y no puede dejar de serlo.
- No todas las personas viven la sexualidad de la misma manera.
- En la sexualidad se da un componente biológico pero también uno social.
- En la adolescencia es donde se desarrolla la identidad personal y, que en la construcción de esta identidad es fundamental la configuración de la sexualidad.
- En la adolescencia, los seres humanos son más vulnerables, se ven estimulados por la música, la publicidad y la moda, que pueden formar un concepto erróneo de su propia sexualidad.

Estas reflexiones nos llevan a concluir que la sexualidad es una dimensión vital del ser humano. Y si la educación pretende formar personas integrales se hace necesario educar esta dimensión en el adolescente. Lo importante es brindar a los jóvenes la posibilidad de desarrollar una manera de ser, de sentir, de actuar, de superar miedos, de construir actitudes positivas ante el hecho sexual, ante su propia sexualidad y ante la de los demás. Escribe en tu cuaderno otras reflexiones que hayas tenido durante el desarrollo de la actividad.



EJERCITO LO APRENDIDO

Realiza un listado de las actividades que se pueden desarrollar en tu colegio para que el proyecto de educación sexual llegue a todos sus miembros.

El otro y yo



LO QUE SÉ



EVALUACIÓN

Escribe en tu cuaderno en una columna las siguientes palabras: compañía, aprecio, respeto, comunicación, dialogo, ternura y amistad. Al frente de cada palabra, escribe otra palabra que signifique lo contrario. Reflexiona sobre los sentimientos que te produce cada palabra.



APRENDO ALGO NUEVO

La amistad

Para los adolescentes la amistad significa entablar relaciones duraderas basadas en la confianza, la intimidad, la comunicación, el afecto y el conocimiento mutuo. Por ello los amigos son las personas ideales para compartir y ayudar a resolver proble-

mas psicológicos como pueden ser: la soledad, la tristeza, las depresiones, el enamoramiento, el primer acercamiento a una vida sexual, entre otras.

Este manejo de la amistad que se da en los adolescentes es posible gracias a la necesidad de tener la posición de una tercera persona para analizar más objetivamente sus relaciones, sus decisiones y como las aplica en determinadas situaciones, es decir, obtener su aprobación o desaprobación en cada situación de la vida diaria, incluyendo el desarrollo de su sexualidad.

Los adolescentes consideran las amistades como relaciones sociales que perduran y se construyen a lo largo del tiempo, por tanto, podemos decir, que la amistad en este periodo permite que se tome conciencia de la realidad del otro, formándose a través de esta.

Escribe en tu cuaderno las características ¿Qué para ti debe tener un buen amigo?, ¿Algunas de estas características aparecen en el listado anterior que copiaste en tu cuaderno?, crees que todos los amigos tienen la misma importancia para las personas, justifica tu respuesta.

El noviazgo

Realiza la siguiente lectura y reflexiona.

En algún momento puedes descubrir que te sientes fuertemente atraído hacia otra persona, que deseas estar cerca de esa persona y que piensas mucho en ella. Es posible que quieras que esa persona sepa cómo te sientes ya sea diciéndoselo, o escribiéndole una nota , es posible que decidas que no quieres hacer nada en relación con esos sentimientos y eso también está bien.

Puede ocurrir que alguien especial te guste, pero que no sepas como actuar en ese caso, podrías verte presionado a tener un noviazgo cuando realmente no te interesa. Podrías sentirte como alguien que jamás lograra atraer a alguien para un noviazgo.

Es importante recordar que en la vida todavía cuentan aquellas cosas que hacen de una persona un ser especial, y antes que nada sigue tus propios sentimientos y rodéate de personas que te hagan sentir cómodo y que te quieran tal y como eres.

Contesta en tu cuaderno ¿Alguna vez has sentido que no has sido sincero en tus relaciones de noviazgo o de amistad? ilustra tu respuesta con un ejemplo, te parece adecuado no ser sincero y transparente con esas personas ¿Por qué?



**EJERCITO
LO APRENDIDO**



EVALUACIÓN

Realiza en tu cuaderno un cuadro comparativo entre las características de una relación de amistad y una relación de noviazgo. Comparte tu respuesta con la de otros compañeros.

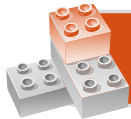
Normas y estrategias de comportamiento



LO QUE SÉ

Responde por en tu cuaderno las siguientes preguntas:

- › ¿Consideras que las normas de comportamiento son necesarias en el desarrollo de la sexualidad?
- › ¿Crees que la escuela puede darte los principios para construir estrategias de comportamiento adecuadas para tu entorno? Justifica tus respuestas.



APRENDO ALGO NUEVO

La escuela es el espacio más indicado para que los jóvenes puedan ampliar sus relaciones humanas y enriquecer sus vivencias personales, por lo que deben recibir todo el acompañamiento y la orientación necesaria sobre el tema de la sexualidad y así formar algunos juicios de valor y normas de comportamiento para que aprendan a autorregularse y autovalorarse en correspondencia con los valores sociales generales.

La escuela debería ser para los adolescentes un espacio donde puedan expresarse con mayor libertad y favorecer la posibilidad de poner en práctica algunas normas morales aprendidas en la familia o en su entorno. El adolescente debe estar en capacidad de autorregular su comportamiento y conducirse de manera adecuada durante diversas situaciones que se le pueden presentar a lo largo de la vida. En tal caso la responsabilidad deberá ser compartida por la escuela y por la familia como primeros agentes socializadores del niño y del adolescente.

El joven debe mejorar sus condiciones de vida por medio de actitudes positivas que le permitan llevar adelante su propio proceso de formación afectiva y manejo apropiado de su sexualidad y su personalidad.

Escribe en tu cuaderno un compromiso personal que te permita mejorar tus relaciones con otras personas, ya sean compañeros, amigos, maestros, tus padres etc., decóralo y siempre que puedas debes leerlo y trabajar en su cumplimiento.



EJERCITO LO APRENDIDO

Reúnete con cinco compañeros y redacta un pequeño manual de convivencia que sea útil en el salón de clase. Realicen una plenaria y escojan el más completo para ponerlo en práctica.



APLICO LO APRENDIDO



Recuerda:
El respeto es la base de todas las relaciones interpersonales y familiares.



1. Revisa cada una de las imágenes de la página anterior e identifica que tipo de relación se da en cada una de ellas.
2. Divídanse en tres grupos y realicen la siguiente actividad:
 - Escriban un diálogo para cada una de las situaciones presentadas.
 - Diseñen títeres con algún material que tengan a su disposición, pueden utilizar medias viejas, botones, hilo, bolsas plásticas, papel periódico, pegante, marcadores, tijeras, etc.
 - Cada grupo debe representar el diálogo frente a sus compañeros.
 - Analicen, en una plenaria, la forma como la comunicación, positiva o negativa, favorece o deteriora el respeto en las relaciones interpersonales.
 - ¿Qué alternativas de cambio proponen para las situaciones que reflejan los diálogos representados durante la actividad?



EVALUACIÓN

Me autoevalúo

Para realizar una autoevaluación consiente y responsable copia y completa en tu cuaderno el siguiente cuadro con toda sinceridad:

Afirmaciones	Siempre	Algunas veces	Nunca	Sustenta tu elección
Me sentí motivado hacia el desarrollo de la clase.				
Los temas vistos me parecieron interesantes y novedosos.				
Fui responsable al realizar todas las actividades propuestas.				
Cumplí con la realización, registro y análisis de la información obtenida con los instrumentos.				
Fui autónomo en mi proceso de aprendizaje.				
Indagué e investigué otras fuentes de información para ampliar mis conocimientos.				
Demostre respeto hacia mis compañeros y maestros durante todas las actividades.				

Analiza tus respuestas y elabora un plan de mejoramiento para llevarlo a cabo en el desarrollo del próximo módulo.

¿Cómo me ven los demás?

Los estudiantes del grado se reunirán para establecer cuáles fueron las fortalezas y las debilidades del grupo durante el proceso formativo, tendrán en cuenta aspectos como los conocimientos adquiridos, actividades realizadas, comportamiento y

acogida por parte del grupo. Reúnete con cinco compañeros y elabora una cartelera con el decálogo de la amistad, en ese decálogo deben aparecer algunas características que tuvieron en cuenta en las actividades anteriores como las cualidades de un buen amigo, lo que esperas de un buen amigo, en fin entre todos deben dar sus aportes para la creación de dicho decálogo, este debe aparecer en un sitio visible de la institución. Luego realicen una plenaria donde cada grupo pueda exponer su decálogo y justificar cada uno de los puntos que allí aparecen. No olvides que se evaluará la creatividad, la sinceridad, y el esfuerzo y dedicación en la elaboración de este material. En la plenaria analiza con tus compañeros y maestro las fortalezas y dificultades que se presentaron durante el desarrollo de este módulo teniendo en cuenta la motivación para desarrollar las actividades, la creatividad para la elaboración y aplicación de las encuestas, talleres, entrevistas etc., el empeño y dedicación para la elaboración de los trabajos en grupo y la importancia de los temas vistos para tu vida y tu desarrollo integral.

Qué aprendí

Para evaluar los conocimientos adquiridos debes contestar el siguiente taller de manera individual.

1. Escribe en tu cuaderno un cuadro similar al que se te presenta a continuación y allí contesta ¿Cuáles son las diferencias entre libertad y libertinaje?

Libertad	Libertinaje
Resolver solo mis problemas y dificultades.	Dejar que los problemas se mantengan sin darles una solución.

2. Copia el siguiente esquema en tu cuaderno y realiza un listado de actitudes que considerarías normales dentro del ejercicio responsable de tu sexualidad.



3. Enumera cinco aspectos por los que la educación sexual es indispensable en la formación integral del adolescente.
4. Explica cuáles son las condiciones familiares que favorecen la comunicación.
5. Para ti ¿cuáles son las cualidades que debe poseer un buen amigo? ¿Qué diferencia hay entre amistad y noviazgo?
6. Observa y escribe tres normas de comportamiento que sean necesarias en tu escuela para fomentar la sana convivencia. Ilústralas con dibujos.

Entrega todas tus actividades a tu maestro para realizar la evaluación y así mismo analizar cual fue tu desempeño durante el desarrollo de este módulo.

MÓDULO

4

Pertenezco a un grupo social y valoro mis diferencias.

¿QUÉ VAS A APRENDER?

Competencias Proyecto Nacional Educación Sexual y Construcción de Ciudadanía.

Entiendo que todos tenemos derecho a elegir libremente nuestra orientación sexual y a vivirla en ambientes de respeto.

Comprendo que existen diferentes tipos de orientación sexo-erótica y sexo-afectiva que incluyen gran variedad de manifestaciones de la atracción y el nivel de excitación sexual y amorosa.

Participo en la construcción de ambientes pluralistas, en los que todos los miembros de la comunidad puedan elegir y vivir libremente su orientación sexual, sin discriminación, riesgos, amenazas o coerciones.

Fase: Planificación y programación
Subfase: Definición de objetivos

Guía	Título de la guía	Hilos conductores	Área del conocimiento
10	Tendencias sexuales	Derecho a la libertad de elección y respeto a la diferencia	Ética y valores Ciencias Sociales Ciudadanas
11	Identificación sexual	Orientación sexo erótica y afectiva	Ciencias naturales Ciencias sociales
12	Adolescencia y liderazgo	Construcción de ambientes de respeto	Ciencias sociales Ciudadanas Ética y valores

A continuación vas a encontrar una tabla donde puedes apreciar las guías que vas a desarrollar en este módulo y su respectivo referente de calidad en seguida podrás ver un esquema que parte de una pregunta orientadora que podrá responderse a partir de la realización de las actividades propuestas en el módulo. Luego encontrarás los conceptos que debes conocer y manejar para definir algunos objetivos que puedes desarrollar para mejorar o solucionar algunas problemáticas en tu entorno y definir las prácticas culturales que en tu comunidad se viven. En el último bloque encuentras los conceptos asociados que definen las conductas y comportamientos sociales y culturales de tu entorno. El conocimiento de ellos te dará herramientas para aplicar responsablemente algunos instrumentos que te ayudaran a obtener información de tu comunidad y luego sistematizarla y analizarla.

¿QUÉ VAS A APRENDER?

¿Cómo las problemáticas sexuales actuales en mi escuela pueden transformar la equidad entre sexos y la conducta sexual responsable?

10

Tendencias sexuales

- › Diversas tendencias sexuales
- › Autoestima y orientación sexual
- › Análisis de casos

11

Identificación sexual

- › Soy libre, elijo mi orientación sexual
- › Diversas orientaciones sexuales
- › Instrumento de análisis

12

Adolescencia y liderazgo

- › Grupos de pares
- › Importancia de pertenecer a un grupo
- › Análisis de casos

¿PARA QUÉ TE SIRVE LO QUE VAS A APRENDER?

El trabajo que realices en este módulo te ayudará a:

- › Reconocer las diversas conductas sexuales existentes en tu entorno y así mismo respetarlas y valorarlas.
- › Determinar algunas conductas sexuales que pueden perjudicar tu salud y bienestar y el de tus compañeros y familiares.
- › Identificar la importancia que el grupo de pares tiene sobre las decisiones y comportamientos de los adolescentes y fomentar las relaciones sanas y responsables entre amigos.

¿CÓMO Y QUÉ SE TE VA A EVALUAR?

La evaluación es un momento permanente en tu proceso educativo: algunas de las actividades propuestas en este módulo te permitirán revisar como van tus procesos formativos, dichas actividades están marcadas con un icono especial.

Además, al finalizar el módulo tendrás la posibilidad de hacer una valoración de tu desempeño, conversar con tus compañeros sobre el mismo y dar cuenta del nivel que alcanzaste en relación con las competencias propuestas. Así mismo se evaluará tu desempeño en relación con:

- › La participación en las actividades propuestas.
- › La realización y cumplimiento con las actividades propuestas.
- › El registro y archivo de los instrumentos aplicados durante el módulo.
- › La actitud y respeto a la clase, los compañeros y el maestro.

EXPLORA TUS CONOCIMIENTOS

El ser humano desde que nace y a lo largo de su vida tiene la libertad de elegir entre diferentes alternativas. Inicialmente son los padres los que toman las decisiones y guían la formación de identidad en sus hijos, pero a medida que vamos creciendo y demostrando nuestra capacidad para responder por nuestras acciones, va creciendo nuestra libertad y nuestra posibilidad de elección. Cada persona construye sus propias ideas; las personas no son mejores ni peores, simplemente son diferentes.

Sabias que:

Los homosexuales no tienen un conflicto de identidad sexual, ellos aceptan su sexo morfológico pero se sienten atraídos psicológicamente por personas de su mismo sexo.

El transexual en cambio, no acepta su sexo morfológico. Siente que pertenece al otro sexo, se siente atrapado en un cuerpo que no le pertenece, y atraído por personas de su mismo sexo.

Según los datos anteriores responde o completa las siguientes expresiones en tu cuaderno:

- › ¿Los homosexuales tienen un conflicto de identidad sexual?
- › La orientación sexual puede ser bisexual, homosexual o...
- › Cuando un individuo logra aceptarse, reconocerse y quererse como hombre o mujer se dice que ha alcanzado su identidad...



Guía

10

Tendencias sexuales



Diversas tendencias sexuales

Autoestima y orientación sexual

Análisis de casos



Competencia

Entiendo que todos tenemos derecho a elegir libremente nuestra orientación sexual y a vivirla en ambientes de respeto.



LO QUE SÉ

Estudio de caso

Ricardo tiene 17 años y ocupa el tercer lugar entre cinco hermanos, tres hombres y dos mujeres. Su padre de 60 años, es un maestro pensionado, muy estricto y violento. Ricardo recuerda que siempre recurría al castigo físico cuando sorprendía a sus hijos en alguna falta.

Su madre de 54 años, es ama de casa, muy religiosa, sumisa y noble.

En su familia el sexo es considerado como algo malo y pecaminoso, por lo que nunca se toca el tema. Esto hizo que Ricardo siempre viviera su sexualidad con mucho temor y vergüenza. De pequeño, admiraba a su padre, por su corpulencia y apariencia física, y cree que esta es la razón por la cual en sus fantasías siempre aparecen hombres acuerpados como él.

Desde los once años ha vivido con mucha inseguridad, no sabe cómo actuar para relacionarse con gente de su edad, y del otro sexo; en varias oportunidades se ha sentido atraído, e incluso enamorado de algunos de sus profesores y compañeros.

Cuando tenía 15 años se armó de valor e invitó a salir a una compañera del colegio pero cuando su padre se enteró lo reprendió y castigó con dureza diciéndole “tú aún estás muy chico para pensar en novias piensa más bien en cómo vas a hacer para volverte hombre”.

Ricardo, confiesa que se siente atraído por personas de su mismo sexo, lo cual hace que se sienta en conflicto. Por ello decidió recurrir al psicólogo pues cree que está al borde de la homosexualidad, y no sabe cómo manejar adecuadamente esta situación.

Respondan en grupo y consignen las respuestas en el cuaderno:

- › ¿Cuál consideran ustedes que es el principal problema de Ricardo?
- › ¿De qué manera creen que su familia y sus experiencias infantiles se relacionan con su situación actual?
- › ¿Qué recomendación creen que el psicólogo va a hacer a Ricardo?
- › Si ustedes fueran amigos de Ricardo, ¿Qué le aconsejarían?



Diversas tendencias sexuales: moda o cambio social

Uno de los temas relacionados con la sexualidad que más ha llamado la atención y ha sido objeto de múltiples especulaciones es el de la diversidad de tendencias sexuales existentes hoy en día. Aunque son conductas que se han presentado desde que apareció el hombre sobre la Tierra, nunca han dejado de generar controversia y actitudes diversas en los distintos grupos sociales y culturales.

En nuestra cultura, se ha procurado reprimir estas expresiones sexuales por considerarlas enfermedades, o conductas pecaminosas merecedoras de algún castigo para quienes las pongan en práctica. Sin embargo, en la actualidad estos argumentos han perdido vigencia y cada vez más, la población en general, reconoce la homosexualidad, la bisexualidad y la heterosexualidad como las tres posibles orientaciones sexuales humanas.

¿Cómo puedes relacionar estas afirmaciones con el caso de Ricardo? ¿Crees que las conductas de Ricardo eran enfermedades? sustenta tus respuestas en tu cuaderno.

La tendencia sexual es el grado de preferencia que una persona tiene para compartir actividades genitales o afectivas con personas del mismo sexo, de sexo diferente o de ambos. La orientación sexual es diferente del sexo al que uno cree pertenecer, o sea la identificación sexual y es parte del rol sexual como respuesta a lo que socialmente se impone.

Sin embargo, actualmente esos conceptos son confundidos y utilizados como si significaran lo mismo, por ese motivo vale la pena aclararlos antes de continuar con el análisis de las tendencias sexuales.

Sexo morfológico

El sexo morfológico se forma a partir de la sexta semana de embarazo como resultado de los cromosomas que hacen que las glándulas sexuales del embrión se conviertan en testículos o en ovarios y así desarrollar los genitales masculinos o femeninos.



Copia en tu cuaderno y completa las siguientes oraciones a partir de los temas vistos.

- La _____ sexual se refiere al grado de preferencia que una persona siente por tener relaciones sexuales o afectivas con individuos.
- El sexo _____ hace referencia a los genitales.
- Hasta hace muy poco los homosexuales eran considerados _____.
- Los _____ se sienten atraídos por personas tanto de su mismo sexo como del otro. Sustenta tus respuestas a través de imágenes.



Sexo de crianza

Es el sexo que se le asigna al individuo al nacer, en función del aspecto de sus genitales externos.

Rol sexual

El rol sexual es el comportamiento que los individuos adoptan por los requerimientos sociales en función de su sexo de crianza.

Identidad sexual

La identidad sexual es el sentimiento íntimo y la convicción personal que tiene el individuo de ser hombre o mujer o el sentimiento de inseguridad que se presenta cuando no se acepta el sexo morfológico, como la persona se siente en un cuerpo que no le corresponde. La identidad sexual puede o no corresponder con el sexo de crianza y con el rol sexual.

Autoestima y orientación sexual

La orientación sexual se refiere al hecho de sentir atracción por un sujeto, por tanto la orientación sexual puede ser:

- heterosexual, si la persona es atraída por personas del sexo opuesto,
- homosexual, si le atraen las personas del mismo sexo y
- bisexual, si le atraen personas de ambos sexos por igual.

En nuestra cultura se pretende y se procura que todas las personas tengan una orientación heterosexual.

Contesta en tu cuaderno los siguientes interrogantes, en tu opinión ¿Cuál es la razón de ello?, pregunta entre tus compañeros si están de acuerdo con esa afirmación, ¿Consideras que otras tendencias sexuales deben ser rechazadas en la sociedad?, justifica tus respuestas y compártelas con tus compañeros y maestro.

De diferentes maneras, constantemente se está reforzando la heterosexualidad como la única tendencia sexual válida por la sociedad y la comunidad; cualquier otra tendencia puede ser vista con rechazo por considerarla una enfermedad o una inmoralidad. Esta situación ha traído múltiples problemas a personas con una orientación sexual diferente, ya que sienten constantemente un temor a ser descubiertos, rechazados, e incluso a que otras personas se burlen de ellos, y así llegan también los sentimientos de vergüenza, inferioridad, culpabilidad etc, lo que genera un gran aislamiento social. Estas personas constantemente viven con el miedo de perder su trabajo, su prestigio social, deterioran su auto aceptación y por ello construyen una doble vida que generalmente tienen que llevar frente a sus seres queridos, amigos y colegas.

Esta situación de discriminación produce problemas emocionales y de comportamiento, los homosexuales y los bisexuales, en muchos casos, especialmente los más jóvenes, recurren a la ayuda psicológica porque se sienten insatisfe-

chos con su comportamiento o necesitan disminuir los conflictos con sus valores personales.

Recuerdas alguna historia de la vida real, de la televisión, de un cuento que haya pasado por esa situación, ¿Cómo reaccionaba? ¿Cuáles eran sus sentimientos? ¿Crees que esas personas pueden llegar a ser realmente felices? Justifica tus respuestas con algunos ejemplos, toma nota en tu cuaderno de todas las reflexiones que realices.



EJERCITO LO APRENDIDO



EVALUACIÓN

Escribe en tu cuaderno dos párrafos en los que expliques cuál es tu concepto acerca del homosexualismo. Compártelo con tus compañeros en un pequeño debate que será guiado y moderado por tu maestro.

Lee las siguientes afirmaciones de personas con orientación sexual diferente de la heterosexual, qué te pueden ilustrar acerca de cómo se sienten.

- **...yo soy lesbiana porque prefiero estar con mujeres siempre, por que los hombres son muy agresivos y solo quieren maltratar a las mujeres, así que me siento mejor con ellas porque son más tiernas y más románticas...**
- **...sí, odio a los hombres, los odio cuando les pegan a las mujeres, odio al hombre que abusó de mí y a todos los hombres que obligan a las mujeres a hacer lo que ellos quieren, por eso decidí que es mejor estar con mujeres que sí saben lo que yo estoy sintiendo...**
- **... Cuando era niño estaba insatisfecho con mi sexo, siempre traté de conformarme, pero ahora que salgo con Julián me siento feliz porque puedo amar y me comprendo mucho mejor...**
- **...para mí, personalmente no es importante saber porque soy homosexual, simplemente me gusta serlo. Estoy satisfecho con mi manera de ser y no pienso cambiar por nadie...**
- **...nosotros los homosexuales nos reprimimos a nosotros mismos porque no nos aceptamos tal y como somos, nos da pena decir quiénes somos y presentar a nuestras parejas frente a la sociedad...**

- **...si durante nuestro desarrollo no contamos con la imagen de un hombre con el cual identificarnos, corremos el riesgo de volvernos homosexuales, al ser criados solo por mujeres...**

(Fragmentos tomados del libro Educación Sexual y Desarrollo)

- **Discute con un grupo de compañeros los diferentes fragmentos de algunos casos. Copia en tu cuaderno las observaciones y procura establecer:**
 - 1. Las razones por las que cada persona decidió ser homosexual.**
 - 2. El grado de aceptación que tienen estas personas de su propia orientación sexual.**
 - 3. Los sentimientos de estas personas hacia los miembros del otro sexo o de su propio sexo. Realicen una plenaria donde expliquen al resto del grupo las observaciones realizadas en esta actividad.**

Guía

11

Identificación sexual



Soy libre, elijo mi orientación sexual

Diversas orientaciones sexuales

Instrumento de análisis



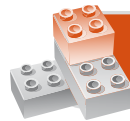
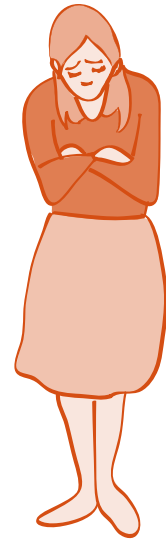
Competencia

Comprendo que existen diferentes tipos de orientación sexual y sexo-afectiva que incluyen gran variedad de manifestaciones de la atracción y el nivel de excitación sexual y amorosa.



LO QUE SÉ

Menciona algún evento, de la historia, las artes, la música, la literatura o la televisión, etc., que muestre cómo es la vida de una persona homosexual o bisexual y que ejemplifique la reacción de la sociedad ante estas tendencias. Copia en tu cuaderno tus respuestas.



APRENDO ALGO NUEVO

Muy seguramente algunas veces te sientes inconforme contigo mismo y además experimentas una gran tensión al tener que aceptar o mostrar algo con lo cual no estás de acuerdo.

Lo mismo les sucede a las personas que por su identidad sexual tienen que aparentar frente a otras personas lo que no son y lo que no sienten.

Pensemos que la identidad sexual hace parte de la vida privada de cada persona y que el hecho de ser heterosexual, homosexual o bisexual no es lo único importante de una persona, pues cada una posee una serie de cualidades que la hacen especial, única y valiosa.

Imagina que te encuentras en una situación de burla frente a tus compañeros, ¿Cuáles son los sentimientos que te surgen?, ¿Te sientes feliz con ellos?, ¿Consideras que las burlas pueden deteriorar la autoestima de una persona?, si un amigo está en una situación similar ¿Te burlarías de él?, justifica tus respuestas y elabora una conclusión donde quede clara tu postura al respecto.

No debemos repudiar, discriminar o juzgar a una persona por causa de su orientación sexual, mientras su comportamiento no les haga daño a otras personas o a nosotros mismos no es necesario cuestionar estas tendencias sexuales.



EJERCITO LO APRENDIDO



EVALUACIÓN

Son bastantes los personajes famosos de todas las épocas que han sido homosexuales, muchos de ellos lo reconocen hoy en día abiertamente, ¿Cuáles conoces tu? Busca una persona que halla sido homosexual y escribe su biografias en tu cuaderno. ¿Qué opinas de su estilo de vida? ¿Crees que su tendencia sexualafecto su vida? ¿Cómo? Realiza algunas carteleras para exponer frente a tus compañeros.

Soy libre para elegir mi orientación sexual



APRENDO ALGO NUEVO

La libertad de elección es un derecho del que gozamos todos los seres humanos desde el mismo momento de nuestro nacimiento. Sin embargo esta libertad siempre va a tener algunas limitaciones por ejemplo: los prejuicios, los valores, el entorno, el medio social y sobre todo las circunstancias en las cuales hemos crecido.

Recuerda en tu vida que tipo de elecciones has podido realizar libremente, comprar unos tenis, trabajar en las vacaciones, elegir una novia, etc., cópialas en tu cuaderno y reflexiona que pasaría si todas tus decisiones fueran acertadas y nadie las juzgara ¿Cómo te sentirías? ¿Sería mejor ese estilo de vida?

Siempre debemos ejercer nuestro derecho a la libertad de elección, y debemos permitir que otras personas también ejerzan su derecho, incluyendo el hecho de tomar decisiones en la vida sexual.

Al decidir lo que para nosotros significa ser hombre o mujer, también decidimos qué clase de persona queremos ser en el futuro y qué imagen queremos proyectar ante la sociedad.

En este sentido es fundamental respetar el derecho que tienen hombres y mujeres de elegir su orientación sexual.

En nuestro entorno social existen personas que tienen que enfrentar muchos problemas para vivir conforme a su identidad sexual, unas porque no se aceptan tal y como son, y otras por la discriminación que sufren de otras personas y de la sociedad en general. En estos casos su libertad de elección está siendo coartada por sus propios valores o por los prejuicios de la sociedad.

Existen personas que eligen su identidad sexual pensando en lo que está socialmente aceptado, estas personas generalmente tienen que llevar una doble vida para poder ajustarse a la sociedad y así mismo vivir de acuerdo a sus sentimientos. Consideras justo que las personas deban esconderse para vivir una vida tranquila y normal, que le dirías a esas personas que juzgan a los demás antes de escucharlos y conocer sus sentimientos e idea.,

Escribe en tu cuaderno que consejo les darías y compártelo con algunos compañeros.

Permitámonos y permitamos a los demás elegir libremente su identidad sexual.



EJERCITO LO APRENDIDO

Copia este cuadro en tu cuaderno y completa las casillas según lo que tú opines al respecto, puedes modificar la información según lo consideres necesario.

Orientación sexual	Ventajas	Desventajas
Heterosexual		
Homosexual		
Bisexual		

Este análisis te servirá para comprenderte a ti mismo y comprender a las personas con una identidad sexual diferente de la tuya.

Diversas orientaciones sexuales

La heterosexualidad



LO QUE SÉ

La heterosexualidad, al igual que la homosexualidad y la bisexualidad, se moldea con el tiempo de modo casi imperceptible e inconsciente. Es así como en determinado momento, te das cuenta de tu identidad sexual sin darte cuenta del momento en que alguna de estas orientaciones se afianzó en tu comportamiento. ¿Estás de acuerdo con esta apreciación? Explica tu respuesta en tu cuaderno.



APRENDO ALGO NUEVO

Un heterosexual es una persona identificada con su sexo de nacimiento y con sus genitales, y su correspondiente rol sexual, que prefiere relacionarse afectiva, y sexualmente con personas del otro sexo.

Realiza un dibujo de una familia donde sus miembros son heterosexuales.

Analiza la imagen y discute con tus compañeros qué opinas sobre las relaciones heterosexuales.



La homosexualidad



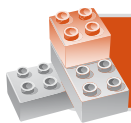
APRENDO ALGO NUEVO

Un homosexual es una persona generalmente identificada con su sexo morfológico o de nacimiento y su correspondiente rol sexual pero que prefiere relacionarse afectivamente y sexualmente con personas del mismo sexo. Cabe anotar que el lesbianismo ha pasado inadvertido debido al papel secundario que ha tenido la mujer y a que la mujer homosexual ha evitado al máximo cualquier choque con la sociedad.

Aunque en los últimos años se ha visto una mayor aceptación hacia las diversas conductas sexuales y una menor discriminación hacia las personas homosexuales, esta liberación es solo aparente. ¿Por qué? ¿Qué opinas al respecto? Copia en tu cuaderno las respuestas y discútelas con algunos de tus compañeros.



La bisexualidad



APRENDO ALGO NUEVO

Un bisexual es una persona generalmente identificada con su sexo morfológico o de nacimiento y su correspondiente rol sexual, pero inclinada a relacionarse afectiva y sexualmente

tanto con personas de su mismo sexo como con personas del otro sexo.



Entrevista a cuatro personas diferentes y pregúntales qué opinan de cada una de las orientaciones sexuales. Copia las respuestas en tu cuaderno y luego determina ¿Cuál de ellas es la que obtiene más aceptación por parte de la sociedad? y ¿Cuáles crees tú que son los motivos para que esto suceda?

Tradicionalmente, la adolescencia ha sido considerada



**EJERCITO
LO APRENDIDO**



EVALUACIÓN

Test. Autoestima y personalidad

Práctica este test a diez personas de tu comunidad, pueden ser compañeros del colegio, familiares o vecinos y pídeles que reflexionen sobre los resultados. No olvides guardar las hojas de respuesta en tu carpeta del proyecto.

- a. Tomas decisiones por ti mismo en cuanto a tus amigos, actividades, vestimenta y uso del tiempo libre.
- b. No reconoces tus capacidades, te sientes incapaz e inútil te repites frases como: “No puedo hacer esto”, “No sé cómo se hace” “Esto no es para mí”.
- c. Cumples con tus deberes sin necesidad de que te los recuerden y colaboras voluntariamente en actividades de la casa, el colegio o el trabajo.
- d. Sientes que los demás no te valoran ni te aprecian, te sientes inseguro en cuanto al afecto de quienes te rodean.
- e. Te sientes satisfecho de tus logros y sabes reconocerlos cuando los obtienes.
- f. Se te dificulta enfrentar situaciones nuevas, prefieres conformarte con lo mismo de siempre.
- g. Te interesa aprender cosas diferentes, realizar nuevas actividades o pertenecer a nuevos grupos de personas.
- h. Te dejas llevar por la opinión de otros y permites que te manipulen fácilmente.
- i. Reconoces, aceptas y expresas abiertamente lo que sientes y lo que piensas.
- j. Se te dificulta aceptar y expresar tus sentimientos y emociones con claridad.

- k.** Sabes enfrentar los fracasos y los vez como parte del aprendizaje y eres capaz de hablar de aquellas cosas que te entristecen.
- l.** Difícilmente puedes enfrentar situaciones que te producen ansiedad, miedo, rabia, angustia, etc.
- m.** Te es difícil aceptar las críticas, los fracasos o los errores, generalmente culpas a otras personas de tus errores o de tu mala suerte.

Resultados:

- Si contestaste en su mayoría los literales a, c, e, g, i, k, m.
¡Felicitaciones! Eres una persona con una autoestima positiva, generalmente te sientes orgulloso de ti mismo y de tus actuaciones lo que te permite elevar tu personalidad y que tu grupo de amigos y familiares te valore y te respete.
- Si contestaste en su mayoría los literales b, d, f, h, j, l, m.
¡Cuidado! Eres una persona con una autoestima baja, tu comportamiento demuestra una negación de tu personalidad, debes esforzarte y empezar a cambiar algunas actitudes y así podrás elevar tu autoestima y mejorar tus relaciones interpersonales.

Guía

12

Adolescencia y liderazgo



Grupos de pares

Importancia de pertenecer a un grupo

Análisis de casos



Competencias

Participo en la construcción de ambientes pluralistas, en los que todos los miembros de la comunidad puedan elegir y vivir libremente su orientación sexual, sin discriminación, riesgos, amenazas o coerciones.

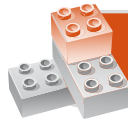


LO QUE SÉ

Analiza y contesta en tu cuaderno:

- › ¿Por qué crees que para los padres es tan difícil relacionarse con sus hijos durante la etapa de la adolescencia?

Luego realiza la misma pregunta a tus padres o los padres de tus amigos y comparte tus respuestas con algunos compañeros y complementala con la respuesta de los padres.



APRENDO ALGO NUEVO

como un período difícil en el desarrollo de la personalidad y la identidad, son aquellos años comprendidos entre el final de la niñez y el inicio de la adultez. La adolescencia representa un período de tensiones particulares para la sociedad, ya que no solo estamos hablando de los cambios fisiológicos que se presentan en la pubertad, sino que también hablamos de un aumento significativo de las hormonas sexuales que se acompañan de los cambios físicos y psicológicos.

¿Cuáles consideras tu que son los cambios más notorios en el adolescente tanto físicos como psicológicos?, ilustra tu respuesta con un dibujo en tu cuaderno.

Los adolescentes generalmente muestran su necesidad de independencia, de realizar ajustes en su identidad sexual y en la relación que lleva con sus pares y familiares, inician su preparación vocacional, y acentúan los valores que van a estar presentes en su vida.

Los cambios físicos que ocurren en la adolescencia son los responsables de la aparición del instinto sexual. En esta etapa la manera de satisfacer sus necesidades es complicada, debido tanto a los numerosos tabúes sociales, como a la ausencia de unos conocimientos adecuados acerca de la sexualidad.

Sin embargo, a partir de la década de los 60, la actividad sexual entre los adolescentes se ha incrementado a pesar de

no contar con los conocimientos o la información necesaria para llevar una vida sexual saludable.

Como consecuencia de esta desinformación, entre los adolescentes, el número de madres solteras, la incidencia de las enfermedades venéreas, la práctica de actitudes sexuales poco saludables cada día va en aumento haciendo que nuestra juventud cada vez esté más lejos de sus propias metas y de sus ideales sociales y personales.

Consideras que realmente los adolescentes hoy en día viven su sexualidad sin pensar en las consecuencias. Justifica tu respuesta con un ejemplo y compártela con tus compañeros puedes analizar otros puntos de vista.

La relación sexual, en el ser humano, no se limita a un comportamiento encaminado a la reproducción, sino que pone en juego un profundo intercambio de deseos y características individualidades. Durante la adolescencia, el deseo sexual de los jóvenes puede verse afectado por tendencias particulares, y por la diversidad de identidades que han nacido con el paso de los años y con los cambios culturales.

Al analizar la sexualidad de los jóvenes durante la adolescencia hay que referirse, casi siempre, a prácticas más que tendencias. Su verdadera definición sexual puede determinarse por causas y por conductas muy distintas a las determinadas por la sociedad. Nada está consolidado en ellos, en los adolescentes, nada es definitivo en esta época.



EJERCITO LO APRENDIDO

Realiza junto con dos compañeros una campaña de prevención, usa como tema fundamental “El sexo no es un juego de niños.”

Grupos de pares



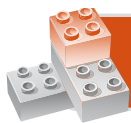
LO QUE SÉ



EVALUACIÓN

Escribe una carta a tu mejor amigo (a) diciéndole porque lo consideras como tal, explicándole las características que debe tener un buen amigo y cuáles son las que él posee, entrégale la carta a tu amigo y discutan un poco sobre las relaciones que se dan entre los jóvenes hoy en día.





APRENDO ALGO NUEVO

Los adolescentes se identifican con otros jóvenes de su edad, más que con otras personas de su misma raza, religión, comunidad, o sexo debido tal vez a que sienten que entre jóvenes comparten sus valores personales, sociales y culturales, pero que la mayor parte de las personas de más edad no lo hacen.

Los adolescentes constantemente están comparándose a sí mismos con personas adultas y se consideran más idealistas, menos materialistas, sexualmente más saludables y más capaces de entender la amistad y las cosas importantes de la vida.

En la actualidad se venera excesivamente la juventud, los jóvenes sienten que nada tienen que aprender de sus mayores. Consideran que sus pares pueden enseñarles puntos de vista muchos más valiosos, de modo que pasan gran parte de su tiempo con personas de su misma edad.

Pasa una tarde con un adulto mayor y escribe en tu cuaderno los aprendizajes que te dejó la experiencia.



EJERCITO LO APRENDIDO



EVALUACIÓN

Tu comportamiento o trato ¿es igual hacia todas las personas que conoces?

Para complementar tu respuesta escribe en tu cuaderno un listado de cinco compañeros de tu salón y cinco familiares o vecinos adultos.

Piensa y escribe cómo tratas a cada uno de ellos. ¿Qué diferencias encuentras? ¿A qué crees que se debe la diferencia en el trato?

Comparte tus respuestas con algunos compañeros y tu maestro.

La importancia de pertenecer a un grupo



LO QUE SÉ

Pregunta a tus familiares y vecinos qué cosas aprendieron ellos de sus amigos.

Escríbelas en tu cuaderno. Luego, elabora un listado de lo que tú has aprendido en el colegio, y con tu grupo de amigos y realiza una pequeña comparación. Luego responde ¿Han cambiado mucho las cosas? ¿Cuáles son los aspectos en los que se nota un cambio más acentuado? ¿A qué crees que se deben esos cambios?



Entre los 13 y los 19 años la amistad llega a ser de vital importancia, en la medida en que los jóvenes se dedican a la tarea de separarse de sus familias, buscando su propia identidad, y en este proceso buscan el apoyo de sus pares para poder superar este periodo de sus vidas.

Los amigos se dan entre sí el apoyo emocional que los adolescentes necesitan, y que ya no pueden aceptar de su familia. En muchos casos, la amistad que se desarrolla a pesar de los errores, y siempre pensando en las necesidades del otro, perduran a través de la vida.

Escribe en tu cuaderno una descripción de “un buen amigo es aquel que”, compártela con tus compañeros e identifiquen que semejanzas encontraron, ¿Todos esperan lo mismo de un amigo? o ¿Cuáles fueron las diferencias más notorias?

Las cualidades que los adolescentes buscan en un amigo (o en una amiga) son muy similares a aquellas que van a estar presentes en su vida. Los adolescentes consideran a sus amigos piezas fundamentales para el desarrollo de su personalidad y el ejercicio de su libertad.

Para los adolescentes la sexualidad llega a destacarse notablemente aunque no constituye el centro predominante de interés, aún en estos años, la imagen que las personas jóvenes tienen de sí mismas y de sus relaciones con sus iguales y con sus progenitores está relacionada con su sexualidad.

Durante esta etapa, la actividad sexual, que va desde besos casuales, mimos y caricias hasta las relaciones íntimas, satisface una cantidad de necesidades importantes, de las cuales la menos importante es el placer físico. Más importante es la habilidad de la interacción sexual para mejorar la comunicación, para fomentar la búsqueda de nuevas experiencias, para determinar una cierta madurez, para estar a tono con los compañeros de grupo, para lograr acabar con presiones y para investigar los misterios del amor.

Muchos adultos creen que las escenas sexuales de los jóvenes de hoy constituyen una gran orgía; que la mayoría de las chicas inician su vida sexual en edades muy tempranas ¿Qué opinas de esta afirmación? En su mayor parte, esto es ciertamente una exageración, aún cuando nos damos cuenta de que se han producido muchos cambios en las actitudes y el comportamiento de las personas jóvenes en las últimas generaciones, siempre se mantienen los valores familiares y socia-

les que determinan el rol sexual que cada adolescente decide asumir incluyendo sus consecuencias.

Escribe un texto a los adultos explicándoles cómo se vive la sexualidad en la adolescencia desde tu perspectiva.

Análisis de caso



**EJERCICIO
LO APRENDIDO**



EVALUACIÓN

Lee la siguiente situación y responde en tu cuaderno:
Julia es una joven de 13 años de edad, muy simpática y descomplicada.

Siempre obtiene buenas calificaciones aunque nunca presume de ello, más bien trata de ayudar a quienes no les va tan bien, participa en el comité estudiantil, en el equipo de deportes y en el grupo de danzas.



Un día Julia le comenta a su madre:

¿Por qué será que Roberto siendo tan guapo e inteligente, siempre está diciendo que todo le sale mal, nunca participa en clase y no tiene amigos? Por ejemplo: hoy le pedí que formara parte del grupo de trabajo para la clase de ciencias naturales y dijo que no, que prefería hacerlo solo. ¿Tú crees que le pasa algo?

- ¿Qué le contestarías a Julia?
- ¿A qué crees que se debe la dificultad de Roberto para relacionarse con otros compañeros de su misma edad?
- ¿Cómo convencerías a Roberto de la ventajas de pertenecer a un grupo y no estar aislado siempre?
- Compara tus respuestas con las de algunos compañeros.



APLICO LO APRENDIDO



Responde en tu cuaderno los siguientes interrogantes:

- ¿Qué es para ti la sexualidad?
- ¿Qué función cumple la sexualidad en la vida de una persona?
- ¿Qué relación existe entre el respeto por uno mismo y el desarrollo de la sexualidad?
- ¿Cómo influyen tus amigos en las decisiones que tomas a diario en diferentes aspectos de tu vida?

Consigue estos materiales: cartulina, papel periódico, marcadores, revistas, etc.

Conforma con tus compañeros grupos de cuatro personas y elabora una cartelera alusiva a las siguientes afirmaciones:

- Debo expresar mis sentimientos y emociones y aceptar a los demás.
- Puedo disfrutar todas las experiencias que trae la vida y aprovecharlas para mejorar cada día más.
- Debo respetarme a mí mismo y respetar a las demás personas aceptando sus cualidades y defectos.
- Es importante reconocer nuestro papel como hombres o mujeres dentro de la sociedad
- Puedo tomar decisiones responsables respecto a lo que deseo hacer con mi vida incluyendo el desarrollo de mi vida sexual.



Recuerda:

La sexualidad tiene una forma de expresarse distinta para cada persona según su edad, familia, costumbres, valores y tradiciones sociales.

La sexualidad se va formando a lo largo de la vida y es necesario aprender a respetar y a valorar a aquellos que son diferentes a mí.



EVALUACIÓN

Me autoevalúo

Para realizar una autoevaluación consiente y responsable copia y completa en tu cuaderno el siguiente cuadro con toda sinceridad:

Afirmaciones	Siempre	Algunas veces	Nunca	Sustenta tu elección
Me sentí motivado hacia el desarrollo de la clase.				
Los temas vistos me parecieron interesantes y novedosos.				
Fui responsable al realizar todas las actividades propuestas.				
Cumplí con la realización, registro y análisis de la información obtenida con los instrumentos.				
Fui autónomo en mi proceso de aprendizaje.				
Indagué e investigué otras fuentes de información para ampliar mis conocimientos.				
Demosté respeto hacia mis compañeros y maestros durante todas las actividades.				

Analiza tus respuestas y elabora un plan de mejoramiento para llevarlo a cabo en el desarrollo del próximo módulo.

¿Cómo me ven los demás?

Reúnete con cinco compañeros y organiza una exposición artística con las carteleras que realizaron en la actividad anterior pidan a cada persona que visite la exposición que le dé un puntaje a la cartelera, luego escojan las carteleras que tuvieron mayor puntaje y pídanle a los autores que participen en un conversatorio sobre adolescencia y sexualidad que tu maestro estará liderando, luego de manera individual analiza

las fortalezas y dificultades que se presentaron durante el desarrollo de este módulo teniendo en cuenta la motivación para desarrollar las actividades, la creatividad para la elaboración y aplicación de las encuestas, talleres, entrevistas etc., el empeño y dedicación para la elaboración de los trabajos en grupo y la importancia de los temas vistos para tu vida y tu desarrollo integral. Entrega esta evaluación a tu maestro para la elaboración de un plan de mejoramiento para el desarrollo del proyecto.

Qué aprendí

El maestro realizará una sesión plenaria donde dará a conocer las fortalezas y debilidades del grupo en cuanto a la adquisición de conocimientos nuevos y la incorporación de estos a los conocimientos previos y así mismo su utilidad en la vida diaria.

Para evaluar los conocimientos adquiridos debes contestar el siguiente taller de manera individual.

1. Consideras que la autoestima influye en estos aspectos:

- Como nos sentimos
- Como nos valoramos
- Como nos relacionamos con los demás
- Como nos comportamos

Explica con ejemplos la anterior información.

2. Elabora el siguiente esquema y escribe ¿Qué significa ser heterosexual?, ¿Qué significa ser homosexual?, ¿Qué significa ser bisexual?

 _____ _____ _____	 _____ _____ _____	 _____ _____ _____
--	---	--

3. Realiza en tu cuaderno un cuadro comparativo entre la visión actual y la visión de otras épocas respecto a la sexualidad.

4. ¿Cuáles son los principales valores que deben existir en una relación de amistad?

5. Contesta falso o verdadero según lo consideres:

- El rol sexual es el comportamiento que los individuos adoptan de acuerdo con las exigencias del medio social en el que viven.
- La orientación sexual es el producto de la interacción entre factores biológicos, psicológicos y socio-culturales.

En este momento se presentarán las evidencias de la planificación y programación de la propuesta es decir se darán a conocer los resultados obtenidos en las encuestas, y entrevistas realizadas, y se determinarán las potencialidades y las problemáticas que más se evidencian en la comunidad educativa y así mismo generar algunas estrategias de intervención y mejoramiento de las anteriores.

5

**La sexualidad,
parte importante
en mi proyecto
de vida.**

¿QUÉ VAS A APRENDER?

Competencias Proyecto Nacional de Educación Sexual y construcción de ciudadanía.

- › Tomo decisiones cada vez más autónomas, basadas en el respeto a la dignidad humana y en la preocupación por el bien común, que parten del análisis, la argumentación y el diálogo sobre dilemas que plantea la cotidianidad frente a la sexualidad, y que propenden por estilos de vida saludable.
- › Oriento mi vida hacia mi bienestar y el de las demás personas, y tomo decisiones que me permiten el libre desarrollo de mi personalidad, a partir de mis proyectos y aquellos que construyo con otros.
- › Comprendo que todas las personas tienen derecho a participar en las decisiones que puedan afectarlas. Aprecio e incluyo los aportes de todos los miembros de la comunidad en la toma de decisiones, independientemente de cuál sea su orientación sexual.

Fase: Implementación			
Subfase: Plan de trabajo, gestión y evaluación			
Guía	Título de la guía	Hilos conductores	Área del conocimiento
13	Proyecto de vida	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Desarrollo del juicio moral. ▪ Proyecto de vida 	Ética y valores Ciudadanas
14	Derechos y deberes	Orientación sexual	Ciudadanas
15	Proyecto de vida Embarazo en la adolescencia	Proyecto de vida	Ciencias naturales Ética y valores

El siguiente esquema parte de una pregunta orientadora que podrá responderse a partir de la realización de las actividades propuestas en el módulo. Luego encontrarás los conceptos que debes conocer y manejar para organizar el plan de trabajo que vas a seguir para poner en práctica algunas actividades que potencien conductas sanas y responsables en tu comunicad escolar. En el último bloque encuentras los conceptos asociados que definen las conductas y comportamientos sociales y culturales de tu entorno. El conocimiento de ellos te dará herramientas para aplicar responsablemente algunos instrumentos que te ayudarán a obtener información de tu comunidad y luego sistematizarla y analizarla.

¿QUÉ VAS A APRENDER?

¿Qué actividades puedo desarrollar en mi región para potencializar las conductas sexuales sanas y responsables?

13 Proyecto de vida

- › Sexualidad y proyecto de vida
- › Mi plan de vida
- › Auto-protección
- › Comunicación efectiva

14 Derechos y deberes

- › Derechos sexuales y reproductivos
- › Deberes sexuales y reproductivos
- › Toma de decisiones
- › Análisis de caso

15 El embarazo en la adolescencia

- › Embarazo en adolescentes
- › El padre adolescente
- › El comienzo de la vida

¿PARA QUÉ TE SIRVE LO QUE VAS A APRENDER?

El trabajo que realices en este módulo te ayudará a:

- › Identificar algunas de las necesidades que motivan al individuo a actuar de determinada forma y reaccionar de manera diferente ante las dificultades de la vida.
- › Conocer los elementos que se deben analizar al tomar decisiones respecto al desarrollo de la vida sexual de cada individuo.
- › Determinar de qué forma la autoestima influye en la manera cómo los adolescentes vivencian su sexualidad.
- › Identificar las diversas opiniones existentes en mi entorno sobre las relaciones íntimas entre adolescentes y otras problemáticas como el embarazo en la adolescencia.

¿CÓMO Y QUÉ SE TE VA A EVALUAR?

La evaluación es un momento permanente en tu proceso educativo. Algunas de las actividades propuestas en este módulo te permitirán revisar como van tus procesos formativos, dichas actividades están marcadas con un icono especial.

Además, al finalizar el módulo tendrás la posibilidad de hacer una valoración de tu desempeño, conversar con tus compañeros sobre el mismo y dar cuenta del nivel que alcanzaste en relación con las competencias propuestas. Así mismo se evaluará tu desempeño en relación con:

- › La participación en las actividades propuestas.
- › La realización y cumplimiento con las actividades propuestas.
- › El registro y archivo de los instrumentos aplicados durante el módulo.
- › La actitud y respeto a la clase, los compañeros y el maestro.

EXPLORA TUS CONOCIMIENTOS

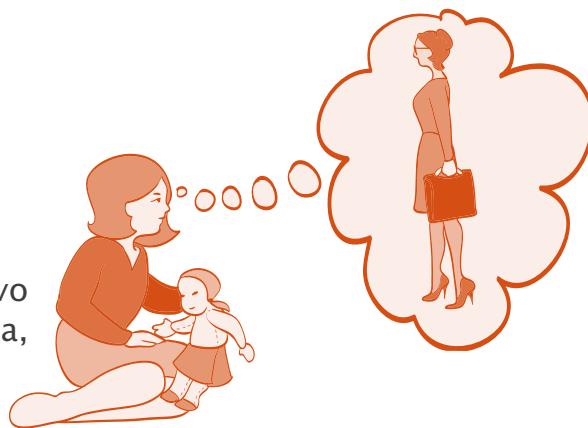
Tener un plan de vida, un propósito u objetivo en todos o casi todos los aspectos de la vida, te permitirá encontrar un significado a todo lo que hagas. De esta manera, podrás dirigir tu vida de acuerdo con tus gustos, necesidades e intereses.

Hacer un plan de vida te permitirá moverte de la dependencia a la independencia y, al mismo tiempo, hará que día tras día tu vida sea mejor. Todos tenemos la capacidad para influir en lo que haremos con nuestra vida; solo debemos prepararnos para triunfar en ella.

Sabías que:

- › Todo el mundo comete errores o toma decisiones equivocadas de vez en cuando, y probablemente tú también lo haces, pero la mayoría de las veces tomarás decisiones responsables, que sean buenas y adecuadas para ti, y para tus amigos.
- › Para que una persona logre establecer relaciones afectivas, sinceras y respetuosas, necesita sentir amor hacia sí mismo, y para que eso suceda, debe haber sido amado durante toda su vida, debe haber recibido amor por parte de sus padres y sus amigos.

Contesta en tu cuaderno ¿Cómo esperas que sea tu vida en 10 años? Describe con detalles. Ahora responde ¿Qué acciones debes realizar para que esa proyección se cumpla?



13

Proyecto de vida



Sexualidad y proyecto de vida

Mi plan de vida

Auto-protección

Comunicación efectiva



Competencias

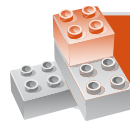
Tomo decisiones cada vez más autónomas, basadas en el respeto a la dignidad humana y en la preocupación por el bien común, que parten del análisis, la argumentación y el diálogo sobre dilemas que plantea la cotidianidad frente a la sexualidad, y que propenden por estilos de vida saludable.

Oriento mi vida hacia mi bienestar y el de las demás personas, y tomo decisiones que me permiten el libre desarrollo de mi personalidad, a partir de mis proyectos y aquellos que construyo con otros.



LO QUE SÉ

Escribe en tu cuaderno 10 sueños que esperas se hagan realidad en el futuro y en frente de cada uno escribe una acción que puedes realizar en el presente para que se cumplan.



APRENDO ALGO NUEVO

Lo que tú piensas y sientes hacia ti mismo, conocido como autoestima, afecta tu comportamiento. Por ejemplo, si piensas que eres capaz de hacer algo, lo lograrás y si no lo logras, te darás otra oportunidad, pero no te decepcionarás de ti mismo por no haberlo conseguido. Generalmente, los adolescentes tienen presentes en su vida dos sentimientos, el primero es un sentimiento de incapacidad, que aparece primero, es negativo y está relacionado con una baja autoestima; y el segundo es un sentimiento de capacidad y de confianza en sí mismo, este es positivo y está relacionado con una alta autoestima.

Nuestra autoestima afecta la forma como nos relacionamos con los demás. Si una persona se considera tímida, probablemente le será difícil hablar en público, establecer amistades, presentar un examen oral y será percibido por los demás como alguien frío, reservado y poco amistoso. Relacionándolo con los factores que intervienen en una comunicación efectiva, encontramos que este tipo de personas tienen dificultad para escuchar, expresarse claramente, verificar la infor-

mación cuando no han entendido y para aceptar y expresar sus sentimientos y emociones.

Una persona con autoestima positiva se siente segura y confiada en sí misma y por tanto, desarrolla relaciones más satisfactorias, expresa sus ideas, sus creencias y sus sentimientos en forma clara y abierta y reconoce y hace valer sus derechos respetando, igualmente los de los demás. Por el contrario, una persona con autoestima negativa se siente insegura, poco valiosa, insignificante e incapaz y por tanto, tiene enormes dificultades para comunicarse, ya sea porque se muestra agresiva buscando dominar a los demás o por que se muestra pasiva dejando que otros manejen su vida. ¿Crees que existe alguna relación entre la autoestima y lo que escribiste sobre el plan de vida? Realiza un dibujo donde muestres esta relación.



**EJERCITO
LO APRENDIDO**



EVALUACIÓN

Identifica la relación que existe entre la autoestima y la sexualidad, pregunta a algunos vecinos y familiares qué opinan ellos. Toma atenta nota en tú cuaderno y luego comparte tus respuestas con algunos compañeros.

Sexualidad y proyecto de vida



LO QUE SÉ

Lee y analiza las siguientes frases:

Solo se podrá respetar a los demás cuando se respete uno a sí mismo; solo podemos dar, cuando nos hemos dado a nosotros mismos, solo podemos amar, cuando nos amemos a nosotros mismos.

Abraham maslow

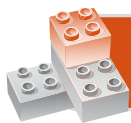
Una persona sin límites es alguien que tiene hacia sí misma un gran respeto y confianza, independientemente de la situación en que se encuentre.

Wayne Dyer

La autoestima es un silencioso respeto por uno mismo.

Dov Peretz Elkins

- › ¿Qué te sugiere cada una de ellas?
- › ¿Estás de acuerdo con ellas? ¿Por qué?



APRENDO ALGO NUEVO

Entendemos la autoestima como el concepto que cada uno tiene sobre sí mismo. En la medida en que cada persona se conoce, se acepta y se respeta, cultiva una autoestima positiva. Por el contrario, si una persona no se conoce, no se acepta tal y como es y no se respeta, tiene una autoestima negativa.

El respeto por uno mismo se refiere a reconocer y aceptar lo que somos, sentimos y necesitamos; buscar ser siempre mejores y sentirnos orgullosos de nosotros mismos.

El auto-respeto también incluye asumir con responsabilidad nuestras acciones, ser honestos con nosotros mismos, y evitar cualquier situación que ponga en peligro nuestros valores, nuestro estado de salud y nuestra integridad.

Si nos respetamos a nosotros mismos no hacemos nada que nos dañe o nos lleve a sentirnos culpables o avergonzados.

Una persona que se auto-respeta no se hace daño ni hace nada que lo haga sentir culpable. ¿Por qué? Escribe tu respuesta en el cuaderno.

¿Cómo es una persona que no se auto-respeta? Dibújala. ¿Qué harías por ella?

Si yo me respeto y me amo, no haré nada que me haga perder ese respeto por mí mismo, eso incluye vivir mi sexualidad sana y responsablemente; siempre estaré buscando ser feliz respetando y defendiendo mis intereses y necesidades.

Si tú te auto-respetas, aceptas que no eres perfecto, que tienes cosas buenas y cosas no tan buenas, debilidades y fortalezas; que eres diferente a los demás y que es eso lo que te hace especial y único. Cuando te aceptas tal como eres reconoces que mereces el respeto y el amor de las demás personas a tu alrededor.



EJERCITO LO APRENDIDO

Realiza una cartelera en tu salón de clase con algunas claves para la construcción de un proyecto de vida.

Mi plan de vida

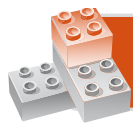


LO QUE SÉ

¿Qué opinas de la siguiente afirmación?

Planear el futuro es una pérdida de tiempo, en la medida en que todo está cambiando demasiado rápido y que lo mejor es vivir el momento.

Comenta tu respuesta con tu maestro y compañeros de clase.



APRENDO ALGO NUEVO

Las personas que han triunfado en la vida y en sus estudios, sus relaciones personales y familiares etc., han demostrado que cuanto más tiempo se dedique a planificar por anticipado, menos tiempo se necesitará para lograr el objetivo.

Se ha encontrado, que un minuto invertido en planificar no solo ahorra tres o cuatro en la realización de la tarea si no que también permite la obtención de mejores resultados. Igualmente, la planeación ayuda a prevenir problemas y facilita poder enfrentar las situaciones imprevistas.

Las anteriores afirmaciones son también válidas para cuando nos preguntemos: ¿“Qué quiero hacer con mi vida”?

- ¿Te has hecho esta pregunta?
- ¿Cómo la respondes? Escribe tus reflexiones en el cuaderno.

Si quieres tener un propósito y una dirección en tu vida, debes creer que existe un futuro y que tú puedes controlarlo y responsabilizarte de él. Planear la vida te permite disfrutar en el hoy y prever qué disfrutarás en el futuro.

Planear la vida significa que tú eliges y construyes lo que consideras lo mejor para ti.

Si controlas tu vida te darás cuenta de que el mundo a tu alrededor puede cambiar.

Diariamente surgen nuevas oportunidades y contar con un plan de vida te ayudará a dirigir y a orientar tus acciones y a elegir responsablemente tus decisiones; te facilitará el logro de tus objetivos y el desarrollo de tus planes para el futuro, en el ámbito que decidas.



EJERCITO LO APRENDIDO



EVALUACIÓN

Explica las consecuencias que conlleva el hecho de no contar con un plan de vida.

Deja volar tu imaginación y piensa qué quieres lograr en cada una de las áreas principales de tu vida.

Imagínate a la edad de 29 años y describe brevemente lo que desearías que fuera para entonces tu vida. Realiza el análisis en cada una de las siguientes áreas:

- intelectual
- laboral
- sexual
- familiar
- social.

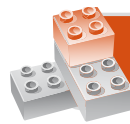
Auto-protección



LO QUE SÉ

Piensa y responde:

¿Consideras que los adolescentes que muestran tener comportamientos más saludables y de mayor autoprotección provienen de hogares donde hay comunicación frecuente y abierta con los padres? ¿Qué te lleva a pensar así?



APRENDO ALGO NUEVO



Cuando hablamos de auto-protección, hacemos énfasis en aquellas decisiones que tomamos diariamente que favorecen nuestra vida, estas decisiones deben ser libres, responsables y sanas.

Cada día nos enfrentamos a diferentes opciones. Hay unas decisiones más fáciles que otras, solo tú puedes ampliar y buscar tus propias alternativas para proteger tu salud integral, solo tú puedes determinar por ti mismo cómo vas a aprender, qué quieres, qué no quieres, en fin, cómo formulas un plan de auto-protección.

Planear tu vida pensando siempre en lograr un sentido de auto-protección, significa considerar factores importantes como:

- Los intereses personales: ¿Qué es lo que más me llama la atención? ¿Qué actividades me gustan o me gustaría conocer para una mejor elección? ¿Prefiero trabajar solo o con otros? ¿Trabajar con gente, cosas o con ideas?
- Las habilidades y capacidades requeridas para realizar las actividades que me interesan, y las habilidades y capacidades con las que cuento; ¿En qué tareas me desempeño mejor? ¿Cuáles son mis principales habilidades? ¿Para qué soy capaz?
- Mis expectativas y ambiciones: ¿Responden a mis valores personales?

Si mi decisión está acorde con lo que considero importante o no, apropiado o inapropiado, valioso o banal, bueno o

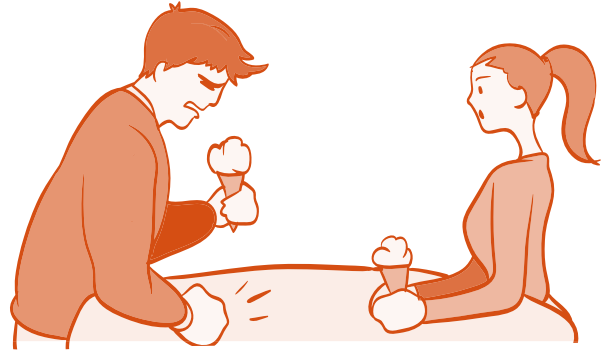
malo: ¿Mis decisiones están de acuerdo con la realidad del medio en que vivo? ¿He identificado alguna manera de poder cumplirlas? ¿Mis ambiciones están basadas en ilusiones, es decir, en esperanzas que no tienen ningún fundamento en la realidad?, ¿Mis decisiones pueden afectar mi futuro, mi vida? ¿Puedo en algún momento con mis decisiones afectar mi salud física, psicológica o sexual?. Contesta mentalmente las preguntas planteadas en el texto anterior y con esas reflexiones personales escribe un texto que titules ¿quién soy yo y quién podría ser?

Comunicación efectiva



LO QUE SÉ

- ¿Cuáles crees que deben ser las condiciones para que se dé una buena comunicación entre las personas?
- ¿En qué aspectos de la vida consideras que es indispensable tener una buena comunicación con los demás?



APRENDO ALGO NUEVO

Todos nacemos con una serie de cualidades tanto físicas como intelectuales: la inteligencia, los ojos, el corazón, las manos, habilidades para varias actividades, los sentimientos. Con el tiempo y la experiencia podemos adquirir otras y mejorar las que tenemos.

Tu familia, tus amigos, tu estudio, también te brindan muchas riquezas, pero estos bienes no tienen ningún valor si no se comparten con otras personas.

Comunicación con el otro

Cuando hablamos de comunicación deben existir dos personas. Básicamente el otro es el que vive contigo, el que sufre o ríe a tu lado, con el que colaboras todos los días, es tu padre, tu madre, tu amigo, tu hermano, tu maestro, tu abuelo, puede tener un nombre Luis, Gonzalo, Ernesto, Leonor, vive en tu casa, estudia en tu colegio, toma el mismo camino, esta junto a ti en el parque o incluso puede estar muy lejos de tu alcance.

A todos ellos tenemos la necesidad de transmitirles nuestras ideas, preocupaciones, alegrías, deseos y problemas; y es a través de las palabras que podemos hacerlo. Si no nos comunicamos nadie sabrá lo que pensamos o sentimos.

Describe una situación en tu vida en la que hallas tenido problemas por la falta de comunicación, ahora cópiala en tu cuaderno con un nuevo final donde la comunicación funcione eficientemente.

Todas las personas necesitamos comunicar nuestras emociones y es importante aprender a hacerlo de una manera constructiva.

Las siguientes recomendaciones te pueden ser útiles para fomentar una comunicación efectiva:

- Conoce tus emociones.
- Admítelas en vez de ignorarlas o negarlas.
- Acéptalas como propias asumiendo la responsabilidad por lo que haces.
- Analízalas, indaga por qué te sientes así.
- Exprésalas. Es necesario que lo que digas esté de acuerdo con lo que estás sintiendo. Si sientes una cosa y dices otra, la comunicación será difícil y complicada porque el otro no te comprenderá con exactitud.
- No digas: ¡tú nunca me entiendes!

Saber escuchar

¿Sabías que escuchar es totalmente diferente de oír? Tú oyes en todo momento y a cualquier persona pero para escuchar requieres estar atento a lo que el otro te dice, guardar silencio mientras el otro habla sin interrumpirlo y mostrarte interesado en lo que dice.

La persona que verdaderamente escucha, interactúa con quien habla para comprender lo que le dice. Escuchar a las demás personas nos permite:

- Obtener mensajes verdaderos en lugar de falsos.
- Evitar los malos entendidos.
- Entender los sentimientos, las emociones y las necesidades de cada persona.
- Mejorar las relaciones con quienes nos comunicamos; así se sienten importantes y comprendidos.

Así como ya vimos los beneficios de una comunicación positiva sana y sincera también necesitamos conocer perjuicios de la comunicación negativa o distorsionada.

La comunicación no es adecuada cuando se nos dificulta reconocer lo que sentimos, no lo decimos o no sabemos cómo decirlo. Por lo general cuando la comunicación no es efectiva provocamos malos entendidos, conflictos, frustración y agresividad.

Y ¿qué hace que una comunicación no sea efectiva?

- La falta de claridad.
- El no saber escuchar.
- El no tener en cuenta los sentimientos de las demás personas.
- Atender a los rumores.

- Expresar lo que sentimos por medio de mensajes indirectos.

Realiza una caricatura con dos situaciones una de comunicación efectiva y otra donde los canales de comunicación no funcionan.



EJERCITO LO APRENDIDO



EVALUACIÓN

Organiza grupos de cuatro compañeros, inventa un diálogo en el que apliques las características de una comunicación efectiva, y realiza una dramatización con tu grupo.

Luego, responde en tu cuaderno:

- **¿Qué dificultades tuvieron para elaborar el diálogo?**
- **¿Crees que es sencillo usar esas estrategias en tu vida diaria para comunicarte?**



Derechos sexuales y reproductivos

Deberes sexuales y reproductivos

Toma de decisiones

Análisis de caso



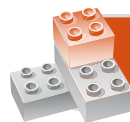
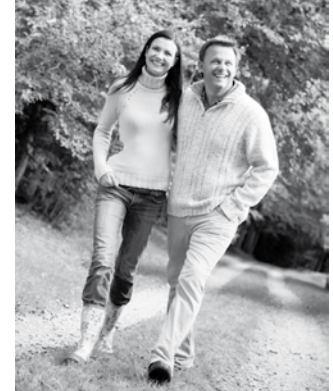
Competencias

Comprendo que todas las personas tienen derecho a participar en las decisiones que puedan afectarlas. Aprecio e incluyo los aportes de todos los miembros de la comunidad en la toma de decisiones, independientemente de cuál sea su orientación sexual.



LO QUE SÉ

Cuando hablamos de derechos y deberes sexuales y reproductivos, ¿qué se te viene a la mente? Menciona al menos cinco ideas que tú consideres pueden hacer parte de estos deberes y derechos y discútelas con tus compañeros.



APRENDO ALGO NUEVO

Los derechos y deberes sexuales y reproductivos son todos aquellos que son básicos en todas las personas y están relacionados con el libre, y saludable desarrollo de la sexualidad sin ningún tipo de discriminación.

Se ha dicho que los derechos y deberes sexuales y reproductivos son los más humanos de todos los derechos ya representan una parte fundamental para el ejercicio de la ciudadanía, y permiten la posibilidad de que mujeres y hombres puedan tomar decisiones autónomas y responsables sobre su propio cuerpo y su vida, en los campos de la sexualidad y la reproducción.

Derechos sexuales



LO QUE SÉ

Responde en tu cuaderno.

- ¿A qué crees que hacen referencia los derechos sexuales y reproductivos?
- ¿Crees que en nuestro país se respetan esos derechos?



APRENDO ALGO NUEVO

A continuación encontrarás los derechos sexuales y reproductivos vigentes en nuestro país.

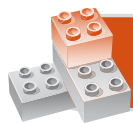
- 1.** Derecho a la libertad sexual: establece la posibilidad de la plena expresión del potencial sexual de los individuos y excluye toda forma de coerción, explotación y abuso sexual en cualquier etapa y situación de la vida.
- 2.** Derecho a la autonomía, a la integridad y a la seguridad sexual del cuerpo: incluye la capacidad de tomar decisiones autónomas sobre la propia vida sexual en un contexto de ética personal y social; están incluidas también la capacidad de control y disfrute de nuestros cuerpos, libres de tortura, mutilación o violencia de cualquier tipo.
- 3.** Derecho a la privacidad sexual: legitima las decisiones y conductas individuales realizadas en el ámbito de la intimidad, siempre y cuando no interfieran con los derechos sexuales de otros.
- 4.** Derecho a la igualdad sexual: se opone a cualquier forma de discriminación relacionada con el sexo, género, preferencia sexual, edad, clase social, grupo étnico, religión o limitación física o mental.
- 5.** Derecho al placer sexual: prerrogativa al disfrute y goce sexual (incluyendo el autoerotismo), fuente de bienestar físico, intelectual y espiritual.
- 6.** Derecho a la expresión sexual emocional: abarca más allá del placer erótico o los actos sexuales y reconoce la facultad a manifestar la sexualidad a través de la expresión emocional y afectiva como el cariño, la ternura y el amor.
- 7.** Derecho a la libre asociación sexual: permite la posibilidad de contraer o no matrimonio, de divorciarse o de establecer cualquier otro tipo de asociación sexual responsable.
- 8.** Derecho a la toma de decisiones reproductivas libres y responsables: comprende el derecho a decidir tener hijos o no, el número y el tiempo a transcurrir entre cada uno, y el acceso pleno a los métodos para regular la fecundidad.
- 9.** Derecho a la información sexual basada en el conocimiento científico: demanda que la información sexual sea generada a través de procesos científicos y éticos, que sea difundida de forma apropiada y que llegue a todas las capas sociales.
- 10.** Derecho a la educación sexual integral: solicita la impartición de la educación sexual durante toda la extensión de la vida, desde el nacimiento hasta la vejez, y exhorta a la participación de todas las instituciones sociales.



Derechos reproductivos

- › Derecho de la mujer a ser valorada por sí misma, independientemente de sus funciones y decisiones frente a la maternidad.
- › Derecho a una buena nutrición, educación y atención en salud desde la infancia como base indispensable para una buena salud en todas las etapas de la vida.
- › Derecho a una educación no sexista, ni discriminatoria, que favorezca el conocimiento y autocuidado del cuerpo.
- › Derecho a información y orientación sobre anticoncepción y acceso fácil y adecuado a métodos sanos y eficaces.
- › Derecho a servicios de salud integral de calidad y participativos y que contemplen tanto lo físico como lo emocional, durante el embarazo, parto, puerperio y lactancia.
- › Derecho a formación para el auto-cuidado y a servicios de atención integral a la salud en las distintas etapas del ciclo vital, incluida la edad post-reproductiva.
- › Derecho a no ser rechazado/a en el trabajo, en la institución educativa o en otras instituciones sociales, por el estado civil, por estar embarazada o tener hijos/as, en el caso de la mujer.
- › Derecho a vivir y a trabajar en un medio ambiente que no tenga riesgos para la sexualidad, la fertilidad y la reproducción.
- › Derecho a la libre opción por la maternidad y a contar con una legislación que garantice su ejercicio y con servicios seguros y de calidad en caso de interrupción del embarazo.
- › Derecho a igualdad con la pareja en cuanto a las responsabilidades familiares, incluida la crianza de los hijos/as y las tareas domésticas.





APRENDO ALGO NUEVO

Deberes sexuales y reproductivos

Los deberes sexuales y reproductivos son aquellos que tienen todas las personas para con ellos mismos, con su pareja y para con todas las personas, para garantizar y preservar la salud sexual y reproductiva. Aquí te presentamos los deberes sexuales y reproductivos vigentes en nuestro país:

- Conocer mi cuerpo y los derechos sexuales y reproductivos.
- Respetar a los/las demás, aceptando su diferencia.
- Nunca ejercer violencia, ni abuso sobre otras personas.
- Buscar información adecuada y real sobre nuestra salud.
- Conocer y entender los riesgos de la vivencia de la genitalidad.
- Tomar decisiones responsables frente a la sexualidad y la reproducción para no causar daño, ni ocasionarlo a nuestra pareja o a otras personas.
- Buscar el apoyo y la orientación de personas o entidades que trabajen en salud.
- Cuidar nuestra salud: previniéndonos de contraer enfermedades de transmisión sexual, incluyendo el VIH/SIDA, evitando el embarazo temprano y la violencia.
- Acudir a servicios de planificación familiar, de atención al embarazo, parto y después del parto y de asistencia en caso de enfermedad.
- Buscar formas de participar en la planeación y desarrollo de programas que nos beneficien.
- Apoyar a nuestros amigos/as, vecinos/as, en su búsqueda de una sexualidad sana y feliz y para que tomen decisiones responsables.



EJERCITO LO APRENDIDO



EVALUACIÓN

Reflexiona sobre los siguientes interrogantes.

- ¿Estás de acuerdo con los deberes y derechos sexuales y reproductivos?
- ¿Consideras que estos deberes y derechos pueden generar más promiscuidad y otras problemáticas sociales y culturales en torno a la sexualidad?

Justifica tus respuestas y realiza una breve discusión con algunos compañeros y tu maestro. Identifica si en la población donde vives las personas conocen y hacen uso de sus deberes y derechos, comenta tus respuestas en la clase.

Toma de decisiones



LO QUE SÉ

Reflexiona sobre las siguientes preguntas.

- › ¿Por cuál de los tres caminos te decidirías?
- › ¿Te resulta difícil tomar una decisión sin saber lo que te espera al final de cada uno de esos caminos?

Comparte tu respuesta con uno de tus compañeros. Traten de analizar cuál es la manera más acertada para tomar decisiones responsables.



APRENDO ALGO NUEVO

Todos los seres humanos nos vemos enfrentados a dos caminos en la vida: los hábitos y las decisiones.

Los hábitos representan el mundo de la rutina y la repetición; nos dan seguridad y nos facilitan la vida.

Las decisiones, en cambio, se identifican con momentos para reflexionar, son un alto en el camino para analizar diferentes alternativas, es el momento de escoger y descartar opciones.

- › Escribe algunos ejemplos de decisiones que has tomado y que han afectado de forma importante tu vida.

Son tan importantes las decisiones que se toman en un momento dado que de ellas depende muchas veces la calidad de vida de una persona. Por ejemplo, la decisión de elegir pareja o carrera, la de haber aprovechado alguna oportunidad o haber tomado algún riesgo o haber dicho algo en un momento determinado.

Una buena decisión no siempre es la que satisface a otros, las buenas decisiones son aquellas que se toman con autonomía y se basan en el análisis de las diferentes alternativas, sus pros y sus contras teniendo en cuenta los propios valores y la que al tomarla me hagan sentir satisfecho y no culpable o molesto.

Ser libre es un derecho que todos los seres humanos tenemos. La libertad incluye la capacidad de decidir lo que queremos lograr en la vida, aceptando sus consecuencias. Sin embargo al ejercer la libertad debemos tener en cuenta no solo nuestros valores sino también los valores de las demás personas; de esta manera nos aseguramos que nuestras decisiones no van a afectar a nadie.

Realiza un autorretrato donde te representes libre de las cosas que sientes que te causan ataduras.



EJERCITO LO APRENDIDO

Recuerda y escribe algunas decisiones que hayas tomado y que hayan afectado a otras personas ya sea de forma positiva o negativa. Cuestionate si realmente fue una buena decisión. Si te sucede de nuevo ¿tomarías la misma decisión? Justifica tu respuesta en tu cuaderno.



EJERCITO LO APRENDIDO



EVALUACIÓN

Análisis de caso

Tenía quince años y creía que el sexo era malo. Lo mismo pensaba mi novio, a quien conocí en el grupo de oración al que asistíamos. Él era un año más joven. Los dos habíamos convenido que no tendríamos relaciones antes del matrimonio y cumplimos. Él siguió su camino y yo el mío. Ingresé a la secundaria y continuaba virgen hasta que conocí a Ricardo. Me enamoré perdidamente y decidí tener relaciones sexuales con él, los primeros meses usamos preservativos, luego empecé a usar píldoras y de común acuerdo dejamos el condón. Mi principal preocupación era prevenir el embarazo. Jamás contemplé la posibilidad de adquirir una enfermedad de transmisión sexual. Asumí que llevábamos una relación monogámica... Dos semanas después mi mundo se destruyó. Estaba bañándome cuando sentí algo en mi área genital, miré de cerca y noté una pequeña herida... Por fin el resultado de los exámenes y confirmé lo peor: tenía una enfermedad de transmisión sexual. No sabía mucho acerca de la enfermedad, pero tenía conocimiento de que no había cura. Llamé a Ricardo y fue brutalmente insensible. Rompió de inmediato la relación...

Yo estaba segura de que él había sido el culpable, ahí supe que mi decisión de estar íntimamente con él no había sido la más adecuada, pensé que tal vez debía haberlo conocido más y estar más segura de sus sentimientos hacia mí para tomar una decisión tan importante en mi vida. Me siento agradecida de no haber contraído una enfermedad mortal pero de todas formas, te cambia la vida, es algo que está ahí y tengo que vivir con las consecuencias de una mala decisión por el resto de mi vida.

Responde en tu cuaderno las siguientes preguntas:

- › ¿Qué opinas sobre lo que le sucedió a la adolescente de la historia?
- › ¿En verdad crees que habría podido ser más grave la situación? ¿Por qué?
- › ¿Crees que la joven tomó la decisión libremente y pensando sólo en ella, o que se vio influenciada por su novio?
- › ¿Qué harías tú en esa situación, y qué elementos tendrías en cuenta a la hora de tomar la decisión correcta?

Pregunta a algunas personas de tu comunidad qué opinan del caso y cuáles creen que son los problemas más graves de esta situación.

Mis decisiones afectan mi plan de vida



LO QUE SÉ



EVALUACIÓN

Recuerda si alguna vez en tu vida te has sentido decepcionado, triste, aburrido, inconforme.

- › ¿Cómo actúas con las demás personas cuando te sientes así?
- › ¿Qué situaciones de tu vida te han llevado a tener esos sentimientos?
- › ¿Qué piensas de tu vida en esos momentos?

Realiza las mismas preguntas a otras personas de tu comunidad y analiza cuáles son los sentimientos negativos que pueden afectar a las personas en determinados momentos de su vida.



**APRENDO
ALGO NUEVO**

Muchas de las personas que tienen la fortuna de alcanzar poder, fama, lujo, comodidad y éxito experimentan sin embargo, una sensación de vacío interior o “vacío existencial”. Aunque no pueden reconocer lo que les hace falta,

saben que algo no les permite ser felices. Esta es una de las principales razones por las cuales en la actualidad millones de personas invierten grandes cantidades de dinero en cosas que ponen en peligro su salud física o mental (sustancias psicoactivas, motocicletas, carros de carrera, prostitución, películas y revistas pornográficas) pero que a cambio les ofrecen algunos momentos de alegría y una falsa motivación para seguir adelante y dejar por un momento esos sentimientos de insatisfacción, depresión y ansiedad.

- ¿Qué explicación le encuentras a la infelicidad de algunas personas que poseen grandes fortunas materiales y económicas?

Esta sensación de vacío es esencialmente consecuencia de la falta de claridad de nuestros valores personales, de lo que somos y lo que queremos lograr a lo largo de nuestra vida.

Los adolescentes tienen un gran problema y es que permiten que sus padres, amigos, y familiares controlen sus vidas por que sienten que no tienen derecho de planear sus vidas. Los seres humanos nos limitamos a hacer lo que los otros esperan que hagamos en lugar de decidir por nosotros mismos lo que queremos lograr en nuestras vidas y dirigirnos hacia donde queremos ir. Experimentamos ese tipo de vacío cuando actuamos en contra de nuestros propios valores; cuando hacemos lo que nuestros compañeros nos piden que hagamos por temor a que nos saquen del grupo; cuando hacemos lo que “supuestamente” hace la mayoría para “ser modernos” y evitar ser tachados de “nerds”, “zanahorios”, “sapos”, “lambones”, “tontos”; cuando nos dejamos presionar y cedemos al chantaje emocional; cuando no somos capaces de decir “no” y de expresar nuestro propio punto de vista; cuando actuamos de acuerdo con los patrones de comportamiento que nos presenta la cultura y la sociedad, a través de los medios de comunicación podemos tomar algunas situaciones como “apropiadas” aunque en nuestro interior sabemos que nos perjudican.

En resumen, experimentamos ese vacío interior cuando no sabemos quiénes somos, de dónde venimos, para donde vamos y por qué queremos seguir algún camino.

Si queremos saber “quiénes somos”, necesitamos revisar nuestras vidas, identificar “de dónde venimos”, recuperar nuestra historia personal y describirnos en términos de cualidades, habilidades, intereses, gustos, aficiones y limitaciones desde nuestro propio punto de vista y no desde el punto de vista de los otros. Definir hacia “donde vamos” implica realizar un plan de vida y plantear los medios y las actividades concre-

tas que se requieren para alcanzar nuestras metas. Este plan de vida necesita ser revisado y adecuado permanentemente, para que se ajuste a los cambios que como seres humanos vamos teniendo periódicamente. Escribe tu reflexión sobre el texto en tu cuaderno.



EJERCITO LO APRENDIDO



EVALUACIÓN



Identifica en tu comunidad a través de algunas preguntas:

- › si las personas han logrado cumplir sus metas en la vida,
- › si han logrado tener un plan de vida,
- › y si no, qué aspectos les han impedido lograrlo.

Realiza un cuadro comparativo entre esas situaciones.

Redacta una breve historia en la que presentes tu opinión sobre este aspecto.

La teoría de Maslow



LO QUE SÉ

Discute en grupos de cuatro estudiantes cuáles son las necesidades que tienen los adolescentes hoy en día. Cuestionense acerca de las necesidades físicas, psicológicas e incluso económicas y traten de organizarlas en orden de importancia.

Socialicen las respuestas y compárenlas con las de otros grupos de trabajo. Escribe las conclusiones en tu cuaderno.



APRENDO ALGO NUEVO

Todas las personas tienen una serie de necesidades que rigen su comportamiento para que esas necesidades queden satisfechas.

Una necesidad es una carencia, una falta, un desequilibrio, un deseo y, esos sentimientos son los que mueven a los individuos a tomar determinadas decisiones,

Un reconocido psicólogo Abraham Maslow propone una organización de las necesidades del ser humano y los adolescentes deben conocerla para decidir si van a escalar cada peldaño supliendo sus necesidades hasta llegar a un sentimiento de auto-realización.

Según Maslow, existen cuatro necesidades básicas que motivan las acciones de todos los seres humanos hacia su propio crecimiento.

El punto de partida de esta pirámide de necesidades son las necesidades físicas ya que estas deben ser suplidas desde el momento del nacimiento; sin ellas no es posible sobrevivir, estas necesidades son innatas a la condición humana y dentro de ellas están la necesidad de aire, agua, alimento, vivienda, vestido, sueño, etc. Estas necesidades deben estar apoyadas en otras personas ya que el pequeño no está en capacidad de brindarse a sí mismo la posibilidad de obtener todo cuanto necesita para vivir.

El siguiente peldaño está determinado por las necesidades de amor y pertenencia; estas son igualmente importantes a las anteriores y tienen que ver básicamente con el hecho sentirse parte importante de una familia, de un grupo y finalmente de una sociedad. Tal vez los efectos de las carencias de este tipo de necesidades no sean tan evidentes como los de las necesidades físicas ya que pueden manifestarse a lo largo de la vida, pero de igual manera pueden ser fatales en el desarrollo integral de una persona, sobre todo si estas carencias se presentan en la juventud. Todos los seres humanos necesitan amor y sentido de pertenencia ya que estos también son derechos fundamentales: los hijos necesitan saber que son importantes para los padres, que son amados y apreciados tal y como son; ya que en determinado momento podrán tomar sus decisiones y ser y hacer lo que ellos quieran en la vida.

Realiza un diagrama donde muestre las ideas principales del texto

El siguiente peldaño en la escala de necesidades humanas es la autoestima. Cuando los niños y jóvenes comienzan a sentirse amados y valorados se sienten en capacidad de demostrarlo ante la sociedad; para que una persona pueda establecer relaciones afectivas positivas debe sentir amor por sí mismo y de igual manera podrá sentirlo por los demás. La necesidad de autoestima es importante porque sin ella una persona actuaría en forma destructiva, contra sí misma

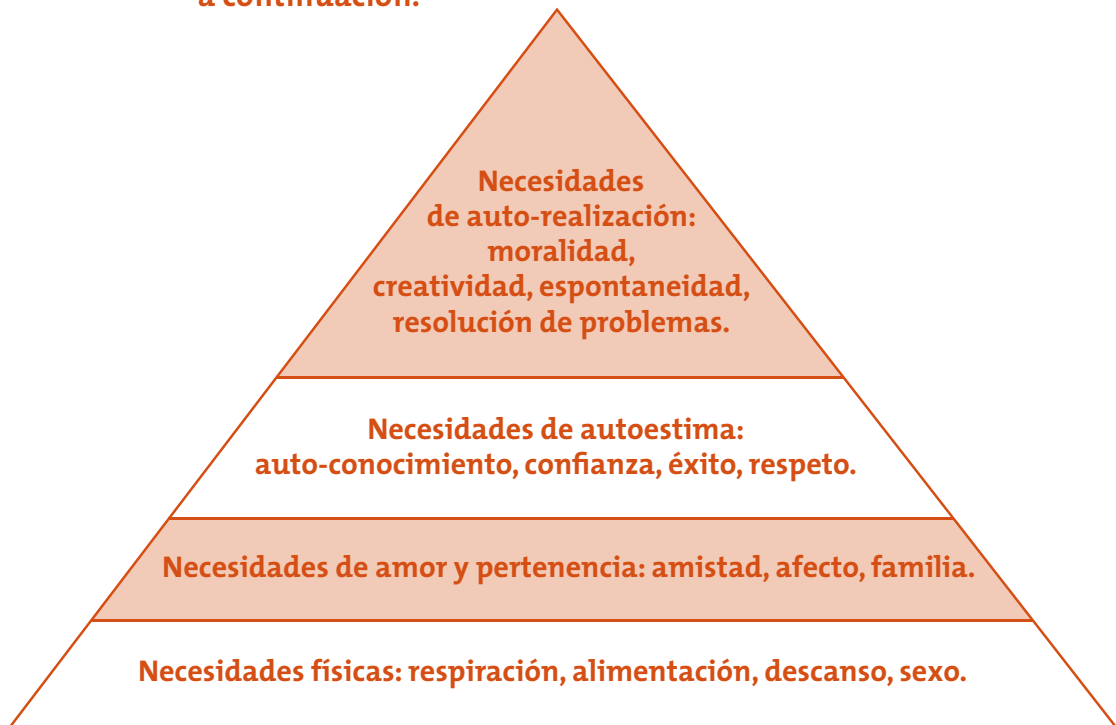
y contra los demás, y sería incapaz de realizarse personal y socialmente.

Estas necesidades de amor y autoestima implican que los adolescentes tengan oportunidad de tomar sus propias decisiones, que construyan un proyecto de vida y que aprecien todas las oportunidades que le brinda la vida.

En el último nivel de la escala las personas encuentran la verdadera finalidad de su vida basada en los siguientes valores: verdad, responsabilidad, bondad, justicia, caridad, amor respeto y tolerancia.



Observa detenidamente la Pirámide de Maslow que se presenta a continuación.



- **Copia en tu cuaderno una pirámide similar a la presentada y en ella escribe la manera cómo satisfaces tus necesidades.**

Recuerda que de tu sinceridad depende que puedas identificar algunas carencias y así mismo mejorar tu calidad de vida.

El embarazo en la adolescencia



Embarazo en adolescentes

El padre adolescente

El comienzo de la vida



Competencias

Oriento mi vida hacia mi bienestar y el de las demás personas, y tomo decisiones que me permiten el libre desarrollo de mi personalidad, a partir de mis proyectos y aquellos que construyo con otros.



LO QUE SÉ



EVALUACIÓN

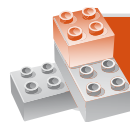
Lee y analiza el siguiente caso.

Fanny es una joven muy extrovertida, ella tiene 15 años, es novia de Fabián desde hace más de seis meses. Fanny acaba de confirmar que está embarazada, acude a Fabián para contárselo. Inesperadamente para ella, él le responde: “Ese es tu problema, y yo como voy a saber si ese niño es mío. Además, ¿qué te pasa? Soy muy joven y no estoy preparado para ser padre”.

Responde.

- ¿Cómo crees que siente Fanny?
- ¿Crees que en nuestra sociedad es común que los jóvenes respondan como Fabián? ¿Por qué crees que se da esa situación?
- ¿Cómo crees que el embarazo pueda afectar la vida de Fanny?
- Si tú fueras Fabián, ¿cómo reaccionarías?, ¿cómo crees que cambiaría tu vida?

Discute con tus compañeros y tu maestro las diferentes respuestas. Y consigna las conclusiones en tu cuaderno.



APRENDO
ALGO NUEVO

Cuando tomamos la decisión de tener relaciones sexuales debemos tener en cuenta también algunos de los siguientes aspectos:

- Sus consecuencias además de los riesgos emocionales.
- El rechazo y el señalamiento por parte de la sociedad, amigos y familiares.
- Diversas situaciones físicas que afectan el bienestar como enfermedades de transmisión sexual y embarazos no deseados.

Hoy en día se ha brindado mayor aceptación al embarazo en adolescentes. Aunque esto varía mucho dependiendo de la cultura y del entorno, en algunos países es casi normal que las jovencitas a los trece o quince años ya sean madres. En nuestro país y en nuestra cultura, ese tema todavía se maneja con bastante recelo.

Aunque podemos decir que cada persona está en libertad de asumir una determinada posición frente a estas situaciones, también es cierto que un embarazo en la adolescencia trae consigo una serie de problemáticas biológicas, psicológicas, y sociales tanto para la madre como para el bebé, además de las consecuencias que trae para la familia y para toda la sociedad.

Cuando una adolescente queda embarazada, se ve enfrentada a dos situaciones que cambiarán y determinarán el resto de su vida: continuar su embarazo o abortar.

➤ ¿Cuál crees tú que sería la mejor opción, justifícala?



EJERCITO LO APRENDIDO

➤ **¿Consideras que un adolescente está en capacidad de ser madre o padre? Justifica tu respuesta.**

➤ **Observa tu entorno escolar y social.**

¿Con que frecuencia ocurre esta situación?

¿A qué crees que se deba?

La madre adolescente



LO QUE SÉ

Actualmente es muy frecuente encontrar adolescentes que han decidido asumir su maternidad sin el apoyo de los padres o su familia.

Comenta con tus compañeros:

- ¿Cómo te imaginas la vida de esas adolescentes y la de sus hijos?
- ¿Qué cosas positivas y negativas aprecias en su decisión?
- ¿Cómo crees que se ha visto afectada su vida de adolescente?



APRENDO ALGO NUEVO

En la actualidad cada vez es más frecuente encontrar adolescentes que deciden afrontar el reto de ser madres solteras. En su caso es muy normal que los padres de sus hijos hayan decidido no enfrentar la responsabilidad que un hijo trae consigo.

Ser madre adolescente desencadena unas consecuencias físicas, psicológicas y sociales para la madre y para el hijo.

Para conformar una familia se necesita contar con un ingreso económico, mantener una relación de pareja respetuosa y amorosa. En el caso de las adolescentes, no solo no están preparadas sino que deben asumir todas esas responsabilidades ellas solas. Las madres adolescentes deben enfrentar el aislamiento social debido al rechazo y la censura por parte de su familia y los amigos; esto repercute en los sentimientos que se van generando entre madre e hijo y evitan su desarrollo como personas independientes y autónomas.

Realiza un dibujo de la vida cotidiana de un adolescente con un hijo y una sin hijos, comparte tus reflexiones con tus compañeros.



LO QUE SÉ



EVALUACIÓN

Copia en tu cuaderno el siguiente cuadro, lee las afirmaciones y selecciona la respuesta que mejor expresa lo que sientes, crees y piensas.

Afirmaciones	De acuerdo	Indeciso	En desacuerdo
En este momento de mi vida yo sé lo que quiero lograr en el futuro.			
He tomado mis decisiones de manera libre, autónoma y responsable.			
Mi vida sólo tiene sentido si tengo a alguien a mi lado.			
Un hijo me puede traer alegría y puedo enfrentar a mi familia y la sociedad.			
Una madre entre más joven mejor porque así podrá entender mejor a sus hijos.			
Hoy en día el embarazo en la adolescencia es algo normal.			
Dos adolescentes que esperan un hijo deberían casarse y conformar una familia			

Comenta tus respuestas con algunos compañeros, justificalas y decidan entre todos cuál sería la mejor opción para cada afirmación y ¿Por qué?

El padre adolescente



LO QUE SÉ

Imagina que eres un joven de 16 años y te acabas de enterar de que tu novia está embarazada.

Escribe paso a paso cuál sería tu reacción y qué decisiones tomarías con respecto a tu futuro, el de la madre y por supuesto el del hijo.

Socializa tus respuestas.



APRENDO ALGO NUEVO

Si la adolescente no está preparada para ser madre, menos lo estará el joven para ser padre, especialmente porque, en la cultura en que se da la maternidad adolescente, es muy común que el varón se desligue de su papel y los hijos pasen a ser criados únicamente por sus madres y familiares.

Esta decisión del adolescente generalmente se da gracias a los juicios desvalorizadores por parte de la familia o amistades “con qué lo vas a mantener”, “seguro que no es tuyo”, etc. que precipitarán su aislamiento de la madre y del bebé.

Al recibir la noticia de su paternidad, el joven se enfrenta a todos sus valores personales, sociales y a una serie de carencias. Por ello, busca trabajo para mantener su familia, y abandona sus estudios, postergando o cambiando totalmente su proyecto de vida. A todo esto se agrega el hecho de que la adolescente embarazada le pide atención y cariño cuando él se encuentra confundido por la sorpresa que trae consigo un cambio de vida repentino y no deseado.

El adolescente se enfrenta a muchas carencias por su baja capacitación y por su poca escolaridad; la cual muchas veces es insuficiente para acceder a trabajos de buena calidad y bien remunerados.

Todas estas situaciones provocan en el padre adolescente los deseos incontrolables de huir y dejar todos sus problemas atrás.

Construye un cuento donde los protagonistas sean adolescentes que creen que están esperando un bebé.

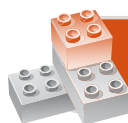
Algunos datos sobre el embarazo en adolescentes



LO QUE SÉ

Analiza con algunos compañeros las siguientes preguntas.

- › ¿Qué aspectos culturales hacen que muchas veces los jóvenes asuman comportamientos irresponsables?
- › ¿Qué podríamos hacer para que las relaciones de pareja fueran más respetuosas y responsables?



APRENDO ALGO NUEVO

Conocer los factores que predisponen y determinan el embarazo en adolescentes, permite detectar a las jóvenes en riesgo para así extremar la prevención.

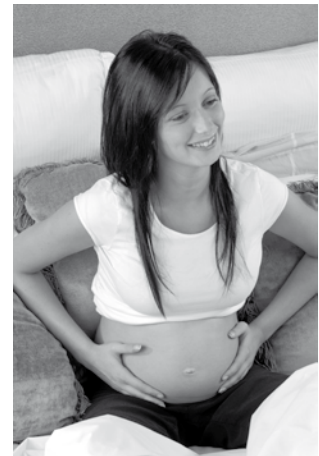
Factores que predisponen el embarazo en adolescentes:

- › Menarca temprana: otorga madurez reproductiva cuando aún no maneja las situaciones de riesgo.
- › Inicio precoz de relaciones sexuales: cuando aun no existe la madurez emocional necesaria para implementar una adecuada prevención.
- › Familia disfuncional: presencia de un solo padre o con conductas promiscuas, que impulsan a la adolescente a tener relaciones sexuales que tienen mucho más de sometimiento para recibir afecto, que genuino vínculo de amor.
- › Mayor tolerancia del medio y la cultura a la maternidad adolescente y / o sola
- › Bajo nivel educativo, con desinterés general. Cuando hay un proyecto de vida que prioriza alcanzar un determinado nivel educativo y posponer la maternidad para la edad adulta, es más probable que la joven, aún teniendo relaciones sexuales, adopte una prevención efectiva del embarazo.
- › Migraciones recientes: con pérdida del vínculo familiar, ocurre con el traslado de las jóvenes a las ciudades en busca de trabajo y aún con motivo de estudios superiores.

- Pensamientos mágicos: propios de esta etapa de la vida, que las lleva a creer que no se embarazarán porque no lo desean.
- Falta o distorsión de la información: es común que entre adolescentes circulen “mitos” como, sólo se embaraza si tiene un orgasmo, o cuando se es más grande, o cuando lo hace con la menstruación, o cuando no hay penetración completa, etc.
- Controversias entre su sistema de valores y el de sus padres: cuando en la familia hay una severa censura hacia las relaciones sexuales entre adolescentes, muchas veces los jóvenes las tienen por rebeldía y, a la vez, no implementan medidas anticonceptivas.
- Aumento en número de adolescentes: alcanzando el 50% de la población femenina.
- Factores socioculturales: la evidencia del cambio de costumbres derivado de una nueva libertad sexual, que se da por igual en los diferentes niveles socioeconómicos.
- Menor temor a adquirir enfermedades venéreas

Para determinar algunas conclusiones sobre el tema del embarazo en adolescentes se puede decir que:

- El embarazo en adolescentes es un serio problema psicosocial con frecuentes connotaciones penales.
- El aborto en las adolescentes es frecuente y con alta morbimortalidad materna por lo avanzado de la edad gestacional, y las deficientes condiciones técnicas, higiénicas y asépticas en que se realiza.
- El embarazo conlleva el abandono de los estudios por parte de la adolescente y frecuentemente no los retoma luego del nacimiento, generando desocupación y difícil reinserción laboral por falta de capacitación.
- El embarazo y parto en las adolescentes reconoce un alto riesgo de morbimortalidad materna, fetal y neonatal.
- El hijo de madre adolescente tiene alto riesgo de maltrato y abandono. Con base en la información determina si tú estás en riesgo de ser así, plantea estrategias de mejoramiento.



EJERCITO LO APRENDIDO



EVALUACIÓN

Prepara un debate grupal sobre las consecuencias del embarazo en adolescentes y establece con tus compañeros algunas estrategias para evitar esta problemática social que aqueja a los adolescentes hoy en día.

Consigna por escrito en tu cuaderno las conclusiones del debate.

El comienzo de la vida



APRENDO ALGO NUEVO

Lee el siguiente cuento escrito por un adolescente como tú.

Un espermatozoide enamorado

Espermatozoide era un pequeño que vivía en el país Testículo, del planeta Hombre. Espermat, como lo llamaban sus amigos con cariño, nunca fue el mejor de la escuela, no aprendió a sumar ni a restar.

En lo que nadie le ganaba era en la clase de educación física: movía su larga cola como nadie lo hacía, logrando altas velocidades; su cabeza era fuerte y dura.

Por ese motivo llegó el rumor que en la ciudad Ovario del planeta Mujer vivía una hermosa chica llamada Óvulo. Era tanta la belleza de aquella joven que la tenía en una cápsula muy segura para que sólo el más fuerte pudiera tenerla.

En el país testículo todos estaban obsesionados con aquella chica, pero nadie como Espermat quien había logrado conseguir una fotografía de ella. Guiado por su amor llevó a cabo muchas averiguaciones; se enteró que trasladarían a Óvulo a un lugar donde ya nadie podría alcanzarla, irían por el camino de Trompas de Falopio, era allí donde Espermat aspiraba alcanzarla.

Para poder ir al planeta mujer, debería esperar a que se diera un eclipse de amor, momento en el cual se unían el planeta hombre con el planeta mujer.

Al fin llegó el día, ocurrió el eclipse de amor y Espermat se introdujo en el planeta Mujer decidido a llegar a su meta; pero él no iba solo, cientos de sus amigos lo acompañaban. El camino era largo y duro, muchos de los que habían salido del planeta Hombre, murieron, pero Espermat seguía luchando, aunque sentía que no podía más.

Justo en ese momento, apareció Óvulo con su cápsula, que era más fuerte de lo que él pensaba, pero no se daría por vencido. Tomó impulso, preparó su cabeza y arrancó en dirección de su amada Óvulo.

Movió la cola como jamás lo había hecho hasta que al fin hizo contacto rompiendo la cápsula. En el impacto perdió su cola pero no le importaba, ya estaba con su amada.

Cuenta la leyenda que era tanto el amor entre ellos dos que el destino los premió al convertirlos en un nuevo planeta llamado Bebé.

Escrito por: Jaime Alejandro Nieto.

Estudiante de décimo grado del Colegio Seminario Espíritu Santo.



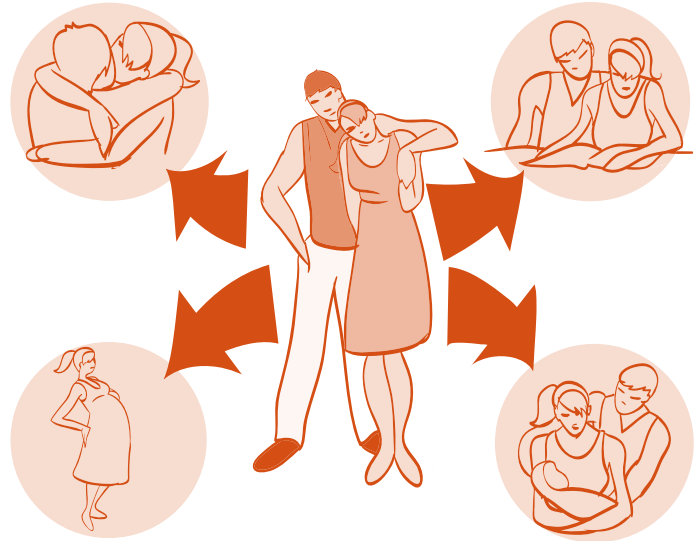
EVALUACIÓN

Prepara una plenaria con tus compañeros de clase donde algunos de ellos expliquen lo que entendieron de la historia y justifiquen con sus propias palabras como es el proceso de la fecundación.

Luego, indaga en tu entorno lo que cada persona conoce sobre el embarazo y finalmente entrevista a un médico de tu comunidad y clarifica algunos aspectos que vas a socializar y a discutir con tus compañeros y maestros.



APLICO LO APRENDIDO



Resuelve el siguiente taller.

Dibuja en tu cuaderno un árbol.

- En el tronco escribe tu nombre.
- En cada raíz, las habilidades, capacidades o cualidades que creas tener.
- En cada rama, los logros que has obtenido hasta el momento en tu vida, los cambios que hayas hecho para modificar tu vida y tus éxitos (algún hecho que te haya dado satisfacción).

Observa estos ejemplos:

Una habilidad: la facilidad para dibujar.

Una cualidad: ser colaborador.

Un logro: haber sido capaz de decir no a la presión de grupo.

Un cambio: dejar de comerse las uñas.

Un éxito: haber ganado el campeonato de algún deporte o haber participado en algún grupo de estudio.

- Describe de qué forma manifiestas el respeto que sientes por ti mismo.
- Observa tu dibujo.
- Enumera los deberes y derechos que tú consideras que no se cumplen en nuestro país.
- ¿Crees que todos los seres humanos sin diferencia de sexo, raza, religión, etc pueden vivenciar sus deberes y derechos?
- Recoge la información que obtuviste en las encuestas y test que realizaste y elabora un decálogo con algunas normas que según algunas personas de tu comunidad se deben tener en cuenta al momento de tomar decisiones sanas y responsables y pégalo en un lugar visible en tu colegio.tu colegio.



Recuerda:
En la medida en que reconozcas tus errores, aceptes tus raíces y surjan nuevas expectativas, aumentará el respeto y la autoestima que sientes por ti mismo y así mismo por los demás.



EVALUACIÓN

Me autoevalúo

Para realizar una autoevaluación consiente y responsable copia y completa en tu cuaderno el siguiente cuadro con toda sinceridad:

Afirmaciones	Siempre	Algunas veces	Nunca	Sustenta tu elección
Me sentí motivado hacia el desarrollo de la clase.				
Los temas vistos me parecieron interesantes y novedosos.				
Fui responsable al realizar todas las actividades propuestas.				
Cumplí con la realización, registro y análisis de la información obtenida con los instrumentos.				
Fui autónomo en mi proceso de aprendizaje.				
Indagué e investigué otras fuentes de información para ampliar mis conocimientos.				
Demostre respeto hacia mis compañeros y maestros durante todas las actividades.				

Analiza tus respuestas y elabora un plan de mejoramiento para llevarlo a cabo en el desarrollo del próximo módulo.

¿Cómo me ven los demás?

Organiza con tus compañeros una “tertulia literaria” cuyos temas centrales son autoestima, maternidad, y emoción, invita a compañeros de otros grados a participar en ella, para la organización debes tener en cuenta la decoración del espacio, pueden hacer carteleras, poner afiches que hablen sobre la maternidad, sobre los bebés etc, también debes definir que géneros literarios van a construir, pueden ser varios, poesía, cuento, descripción, fabula etc.

Para iniciar la tertulia, deben escoger un maestro de ceremonia que de la bienvenida y que de las instrucciones para el trabajo, pueden exponer algunos de los instrumentos aplicados durante el módulo, e incluso algunas construcciones personales que sean acordes con el tema, pongan música suave que permita que los participantes se sientan relajados e inspirados para realizar sus escritos.

Al finalizar la jornada deben hacer una presentación con los mejores textos y generar una plenaria o reflexión acerca del tema de la autoestima y el embarazo en la adolescencia, tu maestro puede ser el jurado principal para esta actividad.

Qué aprendí

Para evaluar los conocimientos adquiridos debes contestar el siguiente taller de manera individual.

Recuerda que una matriz D.O.F.A es aquella que elaboramos tomando un elemento central y determinando sus **D**ificultades, **O**portunidades, **F**ortalezas, **A**menazas que pueden ayudarte a generar estrategias de mejoramiento en dicho ámbito.

1. Escribe en tu cuaderno la siguiente matriz D.O.F.A, tomando en cuenta algunos factores que se deben estar presentes al momento de tomar una decisión. Lee con detenimiento tu matriz D.O.F.A y busca algunas estrategias de solución a las situaciones que planteaste en las debilidades, puedes compartir tu actividad con otros compañeros y contrastar las respuestas para determinar si estas son similares o no en la mayoría de los adolescentes.

<div style="border: 1px solid orange; border-radius: 10px; padding: 5px; width: fit-content; margin: 0 auto;">Debilidades</div> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/>	<div style="background-color: #c85130; color: white; padding: 10px; border-radius: 15px; width: fit-content; margin: 0 auto;">DECISION A TOMAR</div>	<div style="border: 1px solid orange; border-radius: 10px; padding: 5px; width: fit-content; margin: 0 auto;">Oportunidades</div> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/>
<div style="border: 1px solid orange; border-radius: 10px; padding: 5px; width: fit-content; margin: 0 auto;">Fortalezas</div> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/>		<div style="border: 1px solid orange; border-radius: 10px; padding: 5px; width: fit-content; margin: 0 auto;">Amenazas</div> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/>

2. Contesta en tu cuaderno las siguientes preguntas ¿Qué aspectos del desarrollo personal deben determinar la madurez de un individuo?
3. ¿Consideras importante el hecho de estar preparado para asumir las consecuencias de algunas decisiones? Justifica tu respuesta.
4. ¿Cuáles son las diferentes estrategias que un adolescente puede utilizar para expresar de manera efectiva sus sentimientos y emociones a las demás personas?
5. ¿Qué factores se deben tener en cuenta al elaborar un plan de vida?
6. ¿Qué significa tener un plan de vida?
7. Identifica algunas consecuencias que puede traer el embarazo en la adolescencia tanto para la madre como para el bebe.

En este momento se presentarán las evidencias de la gestión y planificación de la propuesta es decir se darán a conocer los resultados obtenidos en las encuestas, y entrevistas realizadas, y se determinarán algunas estrategias para intervenir las problemáticas en torno al desarrollo de la sexualidad y la afectividad en la institución y así mismo generar algunas estrategias de intervención y mejoramiento de las anteriores.

6

Trabajo con y por mi comunidad.

¿QUÉ VAS A APRENDER?

Competencias Proyecto Nacional Educación Sexual y Construcción de Ciudadanía.

- › Establezco relaciones de pareja, familiares y sociales democráticas, en las que todos los miembros participan en las decisiones y sus aportes y necesidades son valoradas e incluidas.
- › Soluciono mis conflictos de forma pacífica y dialogada, encontrando balances justos que relacionan los intereses personales, de pareja, familiares y sociales.
- › Comprendo que tengo derecho a tener ambientes escolares, sociales y familiares democráticos, libres de miedos, amenazas o temores derivados del acoso, la violación y el abuso sexual, en la vida privada y pública. Participo en la construcción de dichos ambientes.

Fase: Proyección comunitaria			
Subfase: Socialización de los productos			
Guía	Título de la guía	Hilos conductores	Área del conocimiento
16	Relaciones escolares y sociales	Relaciones participativas y Horizontales.	Ciudadanía Ética y valores Ciencias sociales
17	Manejo y solución de conflictos	Convivencia pacífica y dialógica.	Ciudadanía Ciencias sociales
18	Participación escolar	Derecho a la seguridad personal.	Español Ciudadanas Ética y valores

El siguiente esquema parte de una pregunta orientadora que podrá responderse a partir de la realización de las actividades propuestas en el módulo. Luego encontrarás los conceptos que debes conocer y manejar para hacer la socialización en tu escuela y tu entorno. En el último bloque encuentras los conceptos asociados que definen las conductas y comportamientos sociales y culturales de tu entorno. El conocimiento de ellos te dará herramientas para aplicar responsablemente algunos instrumentos que te ayudaran a obtener información de tu comunidad y luego sistematizarla y analizarla.

¿QUÉ VAS A APRENDER?

¿De qué manera se puede diseñar y elaborar una propuesta que favorezca a los estudiantes en su interacción con la escuela y la familia?

16 Relaciones escolares y sociales

- › La convivencia escolar
- › Diálogo entre padres e hijos
- › Consejos de comunicación

17 Manejo y solución de conflictos

- › El conflicto general
- › El conflicto individual
- › Estrategias para la solución de conflictos

18 Participación escolar

- › Producción escolar
- › Diseño de una cartilla escolar
- › Elaboración y divulgación de la cartilla

¿PARA QUÉ TE SIRVE LO QUE VAS A APRENDER?

El trabajo que realices en este módulo te ayudará a:

- › Reconocer qué elementos de la comunicación puedes utilizar para mantener una buena relación con tus compañeros y vecinos.
- › Identificar qué valores intervienen en la convivencia escolar y cómo lograr que todas las personas de la comunidad educativa los reconozcan y respeten.
- › Aceptar la importancia del respeto para conservar la armonía familiar.
- › Reconocer cuáles son los valores familiares necesarios para que exista el diálogo y la comunicación efectiva.
- › Reflexionar sobre las diversas conductas que pueden generar conflictos en la escuela y tratar al máximo de disminuirlos.
- › Fortalecer espacios escolares donde se generen algunas alternativas para resolución de conflictos.
- › Diseñar e implementar acciones pedagógicas para que todos los estudiantes estén informados y actualizados en diversos temas que puedan afectar a los jóvenes de la comunidad.

¿CÓMO Y QUÉ SE TE VA A EVALUAR?

La evaluación es un momento permanente en tu proceso educativo: Algunas de las actividades propuestas en este módulo te permitirán revisar como van tus procesos formativos, dichas actividades están marcadas con un icono especial.

Además, al finalizar el módulo tendrás la posibilidad de hacer una valoración de tu desempeño, conversar con tus compañeros sobre el mismo y dar cuenta del nivel que alcanzaste en relación con las competencias propuestas. Así mismo se evaluará tu desempeño en relación con:

- › La participación en las actividades propuestas.
- › La realización y cumplimiento con las actividades propuestas.
- › El registro y archivo de los instrumentos aplicados durante el módulo.
- › La actitud y respeto a la clase, los compañeros y el maestro.

EXPLORA TUS CONOCIMIENTOS

La persona de éxito conoce la verdadera importancia de la comunicación. En la medida en que una persona tenga habilidades para comunicarse efectivamente podrá desarrollar mejor todas sus capacidades y compartir con sus compañeros y familiares sus sentimientos, ideas, necesidades, expectativas, valores y conductas.

¿Podríamos decir que si una persona cuenta con algunas habilidades específicas tendrá las llaves para tener una vida feliz y exitosa?, ¿Crees que existen las formulas exactas para el triunfo?, escribe las respuestas en tu cuaderno. Estas son algunas habilidades que puedes tener en cuenta: saberte comunicar, saberte cuidar y valorar a ti mismo, resolver los conflictos de manera adecuada. Si pones en práctica estas habilidades podrás favorecer el encuentro y el entendimiento con otras personas y así mismo un enriquecimiento mutuo en la vida.

¿Sabías que:

- › Sin comunicación sería imposible la convivencia armónica, sin comunicación nuestras aspiraciones serian solamente sueños, sin comunicación el éxito en la vida seria inalcanzable.
- › Las personas pueden alcanzar la felicidad si tienen clara la diferencia entre sexualidad y sexo, si pueden reconocer que la sexualidad es algo más que un simple tabú. Que la sexualidad es vivencia, es una expresión humana, una forma de comunicación entre el hombre y la mujer.
- › La gran mayoría de los conflictos que se presentan en nuestra sociedad son producto de las diferencias que tenemos en nuestros valores, en la forma de ver el mundo, en las creencias en las que apoyamos nuestras acciones y decisiones ya que a veces atropellamos a algunas personas para proteger esos valores personales sin tener en cuenta primero los valores colectivos.



Guía 16

Relaciones escolares y sociales



La convivencia
escolar

Diálogo entre padres
e hijos

Consejos de
comunicación



Competencia

Establezco relaciones de pareja, familiares y sociales democráticas, en las que todos los miembros participan en las decisiones y sus aportes y necesidades son valoradas e incluidas.

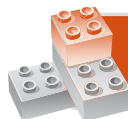


LO QUE SÉ

Observa la imagen y contesta.

- > ¿Qué actitudes evidencian normalmente los estudiantes de tu escuela?
- > ¿Consideras que la convivencia en tu escuela es armónica?
- > ¿Qué actitudes agresivas observas en tu escuela?

Contesta y justifica tus respuestas en tu cuaderno.




APRENDO ALGO NUEVO

Los jóvenes hoy en día presentan varias dificultades para construir una convivencia escolar sana y armónica, la mayoría de los conflictos se generan por la manera como los jóvenes se comunican con sus pares y con los adultos, así estos no pertenezcan a la institución escolar. Se puede ver que los niños y jóvenes hoy en día se comunican por medio de la agresión física o verbal, la burla o la ridiculización del otro creando un ambiente poco favorable para las relaciones personales y sobre todo para que reine el respeto y la tolerancia.

El clima escolar está determinado por la calidad de las relaciones entre sus miembros y los sentimientos de aceptación y de rechazo hacia los demás. Una buena relación entre pares induce a una convivencia más fácil y permite solucionar los conflictos de una manera más adecuada. En tu cuaderno realiza una encuesta a personas de tu escuela y determina ¿Cuáles son los conflictos más comunes entre los jóvenes de tu escuela?, ¿Cómo los manejan, consideras que esa es una solución al problema?, justifica tu respuesta con un ejemplo.



 Recuerda:
No esperes que los demás sean los que cambien. Tú puedes dar el primer paso.

Retoma la encuesta aplicada a algunos compañeros de tu colegio en la actividad anterior, indaga sobre **¿Cuáles son las problemáticas o los conflictos más comunes entre los estudiantes?** Luego, escribe en tu cuaderno una lista con las causas más frecuentes de los conflictos escolares. Planteen en grupo algunas estrategias de solución que puedan aplicar diariamente, luego socialicen las estrategias con todos los compañeros y tu maestro.

La convivencia escolar



Si algún amigo tuyo o conocido se ve envuelto en algún conflicto en el que puede resultar siendo agredido físicamente **¿qué le recomendarías para evitar esa situación? ¿A qué persona acudirías para que te ayude a solucionar dicho conflicto?** Toma nota en tu cuaderno.



La violencia en sus distintas manifestaciones hace parte de la cotidianidad de las familias, del medio social e incluso del medio escolar.

La mayoría de las víctimas de la violencia y de la discriminación aprenden a convivir con ellas; muchas veces ni siquiera piensan en que esa situación podría cambiar.

➤ **¿Consideras que hay ocasiones en la que se hace necesaria la violencia?** Explica tu respuesta y escríbela en tu cuaderno.

En cuanto a los niños y jóvenes, cuando sufren de algún tipo de violencia, prefieren escapar de sus hogares o refugiarse en el alcohol o las drogas; otros, en cambio, se llenan de resentimiento que más adelante pueden liberar en contra de sus amigos o conocidos.

Esas conductas no favorecen la convivencia armónica entre los jóvenes, más bien hacen que cada día sea más grave la problemática de los conflictos escolares, y esta situación se repetirá siempre si no hacemos algo para cambiar los patrones de conducta arraigados en una estructura violenta y agresiva.

El cambio implica una actitud diferente hacia la vida, en la que se eliminen estereotipos y prejuicios y exista tolerancia hacia las diferencias, se aprenda a solucionar los conflictos a través del diálogo y se den negociaciones a través de una comunicación efectiva y respetuosa con los demás.

La mejor manera de lograr una convivencia armónica y respetuosa con los compañeros de la escuela es practicando la tolerancia., que hace referencia al respeto y a la aceptación de las diferencias, ya sean de pensamiento, de opinión, de género, etc.

En la medida en que aceptemos que los demás son diferentes a nosotros, estamos respetando y valorando a los otros por lo que son, permitiéndoles expresar su propio punto de vista y favoreciendo el valor del compañerismo y las relaciones de amistad.

La tolerancia se manifiesta a través del diálogo como único recurso viable para la solución de los conflictos, es así que actitudes como las que asumimos normalmente de resignación y sumisión ante algunos comportamientos o decisiones no son una expresión de tolerancia.



EJERCITO LO APRENDIDO



EVALUACIÓN

Organicen cuatro grupos y preparen una dramatización donde presenten algún problema de convivencia. Pueden tener en cuenta los resultados de la encuesta inicial.

Luego, planteen algunas estrategias de solución pacífica para ese conflicto y entre todos decidan cuál es la más adecuada.

Diálogo entre padres e hijos



LO QUE SÉ



EVALUACIÓN

Lee el siguiente caso.

Pipe tiene una familia muy especial, sus padres se quieren mucho y aunque de vez en cuando se presentan problemas entre ellos procuran solucionarlos dialogando y llegando a un acuerdo. Nunca los he visto gritarse, ni decirse malas palabras aun en los momentos difíciles, como cuando la madre se quedó sin trabajo.

Sus hermanos Nicolás y Mónica son también increíbles, nunca pelean con Pipe que es el menor, siempre le explican las cosas y cuando no pueden colaborarle, hablar con él o

ponerle atención, se lo dicen o buscan el momento el momento para hacerlo.

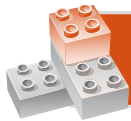
A Nicolás le gusta mucho escuchar música a todo volumen pero es consciente de que a veces no es posible hacerlo porque interfiere con las actividades de los otros miembros de la familia.

Mónica es muy seria y muy reservada en sus cosas pero cuando necesita ayuda no duda en hacérselo saber a su familia. Todos en la casa colaboran porque desde pequeños han visto que sus padres trabajan muy duro y llegan cansados.

En mi casa no sucede lo mismo. ¿Será por eso que me gusta tanto ir a estudiar donde mi primo Pipe? ¿Por qué mi familia no es como la de Pipe?

- › Imagina como es la familia de la persona que narra la historia, descríbela.
- › Responde en tu cuaderno las siguientes preguntas:

¿Cuáles comportamientos favorecen el diálogo y la armonía en la familia de Pipe? ¿Cuáles comportamientos favorecen la armonía y el diálogo en tu familia? ¿Cómo se manifiestan el respeto en casa de Pipe?



APRENDO ALGO NUEVO

La familia es la base de la sociedad, en ella incluimos a todas las personas que viven bajo el mismo techo y que tienen el compromiso de satisfacer las necesidades físicas y afectivas de todos los integrantes de la familia, además de brindar el respeto y la tolerancia que cada uno de merece.

Podemos encontrar que en la familia necesariamente aparecen algunos conflictos grandes o pequeños pero para que estos conflictos no se conviertan en algo intolerable que acabe con la comunicación y la armonía familiar es fundamental que exista el respeto.



EJERCITO LO APRENDIDO

Responde en tu cuaderno y luego socializa con tu familia las respuestas ¿Cuáles son los conflictos más comunes en tu familia?, ¿crees que esos conflictos son graves o que se puedes solucionar fácilmente para volver a la armonía?



Recuerda:

Tú serás

respetado en la

medida en que

respeta a los demás.

Consejos para el diálogo y la comunicación entre padres e hijos



LO QUE SÉ

Piensa en tu familia y responde en tu cuaderno:

- › ¿Quiénes conforman tu familia?
- › ¿Cómo son tus relaciones con cada uno de ellos?
- › Menciona tres actitudes que normalmente demuestren el respeto que se da en tu familia.



APRENDO ALGO NUEVO

Cuando logramos que en nuestra familia se viva con respeto y con tolerancia; en un ambiente de diálogo y confianza, podemos generar relaciones estables, armónicas y sinceras.

Puedes tener en cuenta estas recomendaciones para que tus relaciones familiares sean respetuosas y basadas en el diálogo y la tolerancia.



- › Conocer y valorar los gustos, los intereses, las necesidades y los derechos de cada una de las personas que la integran.
- › Permitir que cada uno exprese y satisfaga sus necesidades aunque sean diferentes de las tuyas.
- › Aceptar la expresión de sentimientos como la rabia, los celos, la tristeza, el amor, etc.
- › Escuchar activamente a los demás es decir, sin criticar, sin sermonear, sin gritar, ni amenazar.
- › Reconocer y buscar resolver los conflictos utilizando el diálogo y la negociación.
- › Aceptar que cada miembro de la familia está en capacidad de tomar sus propias decisiones.
- › Ofrecer colaboración mutua.
- › Hacer lo que te propones teniendo en cuenta que en ocasiones tu comportamiento afecta a los demás miembros de la familia.
- › Reconocer que todos necesitamos de la familia en algún momento.

Si pones en práctica estos consejos seguramente podrás tener una relación armónica y respetuosa con todos los miembros de tu familia.

bros de tu familia y así mismo podrás generar relaciones sinceras con otras personas de tu comunidad.

Realiza una carta donde incluyas algunos de estos comportamientos en un compromiso para mejorar las relaciones en tú familia.



EJERCITO LO APRENDIDO



EVALUACIÓN

Comparte con tu familia los consejos anteriores.

Escribe en tu cuaderno lo que cada miembro opinó acerca de ellos y los cambios que proponen para mejorar las relaciones familiares.

Manejo y solución de conflicto



El conflicto general

El conflicto individual

Estrategias para la solución de conflictos



Competencia

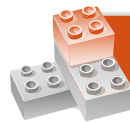
Soluciono mis conflictos de forma pacífica y dialogada, encontrando balances justos que relacionan los intereses personales, de pareja, familiares y sociales.



LO QUE SÉ

¿Consideras que el no saber manejar o resolver los conflictos en tu vida diaria puede llegar a afectar tus relaciones interpersonales?

Justifica tu respuesta con un ejemplo.



APRENDO ALGO NUEVO

El manejo adecuado de los conflictos implica dos aspectos: las actitudes y la técnica.

Las actitudes se refieren a la manera cómo las personas debemos asumir los conflictos:

- Asumiéndolos y enfrentándolos más que evitándolos.
- Aprendiendo a dialogar de forma tal que entendamos la posición del otro y no asumamos una posición agresiva.
- Combinando la disposición y la tolerancia con la asertividad.

Siempre debemos tratar de solucionar los conflictos de tal manera que todos los implicados ganen y no de manera tal que haya uno que gane y otro que pierda, puedes tener en cuenta los siguientes pasos:

- Identificar y reconocer el problema, y aclarar los propios sentimientos y valores al respecto.
- Determinar y evaluar conjuntamente las diferentes alternativas de solución.
- Decidir la alternativa más adecuada y viable de ponerla en práctica. Aquí debes negociar de tal forma que cada parte ceda un poco hasta llegar a algún acuerdo.

Este procedimiento es válido para cualquier tipo de conflicto, por ejemplo para negociar con los padres o con algunos compañeros algunas determinaciones con las que no estamos de acuerdo, pero siempre requiere del compromiso de ambas partes.

- Recuerda algún conflicto que hayas tenido que afrontar y aplica el procedimiento que acabas de analizar, paso a paso, Piensa si te habría dado un mejor resultado.



EJERCITO LO APRENDIDO



EVALUACIÓN

- **Pregunta a diferentes personas de tu comunidad qué pasos tienen en cuenta para resolver algún conflicto y compara sus respuestas con lo que aprendiste anteriormente.**
- **Determina si esos pasos son los adecuados. Si no, busca cómo puedes mejorarlos. No olvides consignar tus respuestas en tu cuaderno.**

El conflicto grupal



LO QUE SÉ

- **Recuerda cuales son los conflictos más comunes entre cada uno de los grupos de tu escuela.**
- **Menciona cómo tratan de solucionarlos o si nunca han tenido solución.**



APRENDO ALGO NUEVO

Los conflictos grupales tienen como protagonistas a dos o más grupos de personas que luchan por mejorar la imagen del grupo y reducir al otro. Estos conflictos suelen ser más controversiales por tener la amplia intervención de varias personas que siguen un mismo fin; entre los adolescentes es muy común que el conflicto grupal esté dirigido por un “líder”. Los conflictos grupales están muy presentes en las escuelas cuando se juega al fútbol o se hace una presentación; siempre se busca el mismo objetivo ganarle al otro. ¿En dónde has escuchado que se presenten más a menudo los conflictos grupales?, ¿te has visto envuelto en uno de ellos?, justifica tu respuesta con un ejemplo.

Las principales causas que generan estos conflictos son puntos de vista opuestos, fidelidad al grupo o líder, rivalidad por la supremacía del líder y la competencia por alcanzar algún tipo de status en la sociedad.



En este tipo de conflicto se valora más el respeto ante los demás que el valor material o la riqueza; los grupos en conflicto exigen lealtad, solidaridad y cumplimiento de las normas que son dadas por el líder y deben ser cumplidas para ser parte del grupo.

La sociedad espera que los grupos sean más competitivos que las personas por sí mismas y de esta manera los conflictos grupales tienen mayor relevancia y además contienen algunos conflictos individuales.

Los grupos ofrecen apoyo social a sus integrantes y por ende exigen la lealtad al grupo. Así, se pone en constante juicio la escala de valores personales y familiares de los integrantes.

Este tipo de conflictos tienen una marcada dificultad a la hora de solucionarlos pero con empeño, diálogo y tolerancia, los resultados pueden ser bastante positivos.

Realiza un dibujo en tu cuaderno donde evidencies tu opinión sobre las pandillas o los grupos juveniles, luego pueden exponerlos en tu salón de clase.



EJERCITO LO APRENDIDO



EVALUACIÓN

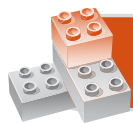
- Entrevista a por lo menos diez compañeros de tu escuela y pregúntales qué conflictos grupales son los más frecuentes en nuestra sociedad. Pregúntales si han participado en alguno de ellos y qué opinan de estos grupos juveniles y su participación en la sociedad. Consigna sus respuestas en tu cuaderno.
- Elabora un listado de los diversos grupos juveniles más conflictivos en la actualidad y socializa con tus compañeros y maestro. Traten de diseñar algunas estrategias de solución a esta problemática.

El conflicto individual



LO QUE SÉ

Observa algunos espacios pedagógicos (descanso, actividades culturales, izadas de bandera, actos deportivos etc.) y trata de identificar algunas problemáticas que se presentan entre los jóvenes de tu escuela, enuméralas y recuerda otras que hayas podido identificar en otro momento y escríbelas en tu cuaderno.



APRENDO ALGO NUEVO

Los conflictos individuales suelen involucrar a dos o más individuos, ocurren generalmente cuando existen diferencias entre las personas, o por cómo actúan de manera negativa en la forma de actuar de los otros; algunas situaciones como personalidades diferentes, escalas opuestas de valores, amenazas sociales y puntos de vista opuestos, son los principales motivos de los conflictos individuales.



Cuando las necesidades individuales son diferentes proporcionan ambientes de intolerancia que conllevan a un conflicto de intereses.

Muchas veces la finalización del conflicto nos lleva a sentimientos de frustración, irrespeto y de inferioridad cuando se es el “vencido” y de alegría, fuerza y superioridad cuando se es el “vencedor”.

En el conflicto individual se pueden presentar tres situaciones, la primera es cuando las dos partes involucradas en el conflicto tienen la intención de dialogar y solucionarlo.

La segunda situación se refiere a cuando una de las personas involucradas no tiene intenciones de solucionar el conflicto y simplemente decide seguir adelante sin darle importancia al encuentro.

La tercera situación es cuando las dos personas involucradas en el conflicto lo evitan y prefieren solucionarlo y no desencadenar un conflicto más grande.



EJERCITO LO APRENDIDO

Inventa con tus compañeros un diálogo entre dos jóvenes que tienen un conflicto personal, determina cuál puede ser su causa, permite que tu compañero actúe de manera natural que de sus propias respuestas, sigan con la dinámica hasta que lleguen a una solución o determinen que pueden solucionarlo por sí solos, realicen una discusión con tu maestro cuéntele como se sintieron, en que pensaban que podía terminar el conflicto, para ustedes cuál era la mejor solución, reflexionen sobre las consecuencias que puede tener el no solucionar los conflictos justo a tiempo. Tomen nota atenta del desarrollo de la actividad en el cuaderno.

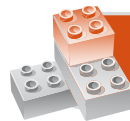
La resolución de conflictos



LO QUE SÉ

Si te sientes incapaz de afrontar las situaciones de conflicto que se te presentan en los diferentes ámbitos, busca ayuda, recurre a algún adulto de tu confianza, siempre habrá alguien con quien puedas conversar y encontrar una guía y un apoyo.

- Haz una lista en tu cuaderno de las personas a las que acudes cuando necesitas ayuda para solucionar un conflicto.



APRENDO ALGO NUEVO



El conflicto es una realidad de todos los días. Hay conflictos relativamente pequeños y fáciles de solucionar; otros, son mayores y requieren de una estrategia para una solución satisfactoria; de lo contrario, se crean tensiones constantes y enemistades en el hogar y en la escuela.

La habilidad para solucionar satisfactoriamente los conflictos es probablemente una de las más importantes que una persona pueda poseer desde el punto de vista social.

Además de eso, hay pocas oportunidades formales para aprenderla en nuestra sociedad; así como cualquier otra habilidad humana.

La solución de conflictos puede ser enseñada como cualquier otra, esta consiste en una infinidad de características cada una separada pero a la vez complemento de la otra.

Los niños solucionan sus conflictos utilizando sus propias estrategias, aunque estas no siempre sean las más adecuadas, ni aporten una solución al conflicto. Ellos continúan usándolas, debido a la falta de información acerca de otras alternativas y estrategias para solucionar los diversos conflictos que se presentan en la vida.

Estrategias para la resolución de conflictos

La solución de los conflictos se puede dar a través de tres estrategias:

- Evitándolos.
- Postergándolos.
- Enfrentándolos.

Hay personas que procuran evitar situaciones conflictivas y otras que procuran huir de los conflictos; estas personas intentan reprimir reacciones emocionales, procurando otros caminos o incluso abandonando enteramente la situación conflictiva. Eso ocurre porque las personas no saben enfrentar satisfactoriamente tales situaciones, o porque no poseen habilidades para negociar o dialogar con la persona con quien se presenta el conflicto.



- Aunque la estrategia de **evitar situaciones** problemáticas o conflictivas tenga cierto valor en las ocasiones en que la fuga es posible, generalmente no proporciona a la persona un alto nivel de satisfacción, esto tiende a dejar dudas y miedo acerca de otro encuentro del mismo tipo o de la presencia de situaciones similares en el futuro y respecto a valores como la valentía y la persistencia.
- Otra técnica consiste esencialmente en **demorar un encuentro** con la otra persona para que la situación se enfríe, al menos temporalmente, o mientras el conflicto no ha pasado a la agresión física o verbal. Así como en el caso anterior, la estrategia de la postergación genera sentimientos de insatisfacción e inseguridad respecto a otras situaciones similares en el futuro, lo que le preocupa a las personas involucradas en el conflicto.
- La tercera estrategia implica **el enfrentamiento de la situación** o personas en conflicto. Este enfrentamiento puede, a su vez, tener estrategias de negociación y diálogo, o pueden incluir el uso de la fuerza física y otros castigos. Tal estrategia es muchas veces eficientes, generalmente hay un vencedor y un vencido, pero infelizmente el conflicto muchas veces se reinicia y genera hostilidad, angustia y heridas físicas.

Cuando se usa la estrategia de negociación, ambas partes del conflicto pueden ganar. Un objetivo de la negociación consiste en resolver el conflicto con un compromiso o una solución que satisfaga a los involucrados. Todo indica que el uso de la **estrategia de negociación** proporciona generalmente una cantidad mayor de consecuencias positivas, o al menos pocas consecuencias negativas y menos sentimientos de frustración.

Dinámica de grupo: Manejo de conflictos



**EJERCICIO
LO APRENDIDO**



EVALUACIÓN

Con esta dinámica se busca concientizar a los jóvenes de la institución acerca de las estrategias que utilizan diariamente para resolver algunas situaciones de conflicto, además de generar nuevas estrategias para negociar y solucionar conflictos no solo en la escuela sino en la familia y en la sociedad en general.

- › **Tiempo:** 30 minutos aproximadamente.
- › **Lugar:** Se necesita un salón amplio, con sillas para acomodar a todos los participantes.
- › **Materiales:** Hojas de papel, lápiz o lapicero, y tablero.

Desarrollo de la dinámica:

Los participantes son invitados por el maestro a hacer un ejercicio de fantasía, con el objetivo de examinar su estrategia en la solución de conflictos individuales.

Durante aproximadamente cinco minutos, el maestro guiará al grupo a través de la siguiente fantasía:

(El maestro invita a los jóvenes a que tomen una postura confortable, que cierren los ojos, procurando desligarse de la realidad).

“Todos están ahora caminando por la calle, y de pronto observan, a cierta distancia, que se aproxima una persona que les resulta familiar, la reconocen, es una persona con la cual están en conflicto. Todos sienten que deben decidir rápidamente cómo enfrentar a esa persona. A medida que se aproxima, una infinidad de alternativas se establece en la mente de todos.

Decidan ahora mismo lo que harán y lo que pasará.

El maestro detiene la fantasía, a continuación dirá: “La persona pasó. ¿Cómo se sienten? ¿Cuál es el nivel de satisfacción que siente ahora?”

Inmediatamente después, el maestro pide a los participantes del grupo que vuelvan a la posición normal y abran los ojos.

Apenas el grupo retorna de la fantasía, durante cinco minutos, todos los miembros deberán responder por escrito las siguientes preguntas:

- › ¿En qué alternativas pensaste?
- › ¿Cuál es alternativa que elegiste?
- › ¿Crees que esa estrategia fue la más adecuada?

Cada estudiante deberá comentar con sus compañeros las respuestas y las preguntas; y se designa a un encargado para hacer un escrito del desarrollo de la actividad.

Luego el maestro llevará a cabo una plenaria donde cada persona expondrá sus respuestas y se analizarán las estrategias más empleadas, las cuales se clasifican en uno de los siguientes grupos: evitar, postergar y enfrentar los conflictos.

Por último, cada participante expone sus reacciones frente al ejercicio realizado, y el problema de los conflictos en la escuela. El maestro hará un proceso en el cual el grupo analice, cómo se puede aplicar lo aprendido en su vida diaria.

Guía 18

Participación escolar



Producción escolar

Diseño de una
cartilla escolar

Elaboración y
divulgación de
la cartilla



Competencia

Comprendo que tengo derecho a tener ambientes escolares, sociales y familiares democráticos, libres de miedos, amenazas o temores derivados del acoso, la violación y el abuso sexual, en la vida privada y pública. Participo en la construcción de dichos ambientes.



LO QUE SÉ



EVALUACIÓN

Investiga de qué manera pueden participar los estudiantes en su propia formación pedagógica, social y personal, indaga entre algunos compañeros si alguna vez han participado en grupos de formación dentro de la institución.



APRENDO
ALGO NUEVO

La participación escolar, hoy en día, es uno de los temas de mayor interés y relevancia en las escuelas de nuestro país, puesto que es un medio para lograr que los padres de familia, maestros, y estudiantes puedan contribuir de manera colectiva a que en la escuela se puedan generar aprendizajes sociales y culturales además de los propiamente académicos.

La participación de los estudiantes es un factor esencial para poder auto-formarse con éxito ya que cuando esa participación va más allá del entorno de sus casas y se traslada a la institución, no solo se benefician los alumnos y sus familias sino toda la sociedad en general.

El objetivo de la siguiente actividad es tomar conciencia sobre la importancia de abrir espacios en la escuela para que la sociedad, las familias, los maestros y los estudiantes puedan dialogar, intercambiar puntos de vista y reconocer las diferencias que hacen que cada persona sea valiosa y que se haga necesaria una actitud de respeto y tolerancia hacia los demás sin ninguna distinción de raza, sexo, o religión.

Se promueve la participación de los estudiantes a través de la elaboración y ejecución de un proyecto escolar en este caso una cartilla informativa que debe promover la mejora en la calidad de vida de los estudiantes. Ello implica que este proyecto sea el producto de diálogos, negociaciones, y acuer-

dos entre los estudiantes de la institución para así poder definir las necesidades más importantes en la escuela en cuanto a la temática de la educación sexual se trata.

Plan para elaborar una cartilla



LO QUE SÉ



EVALUACIÓN

¿Consideras positiva la estrategia de generar una cartilla como material informativo? Piensa y analiza si tú como estudiante la leerías y te interesarías en su contenido, comparte tu respuesta con algunos compañeros de tu clase.

Formula, a por lo menos diez compañeros de tu escuela, la pregunta relacionada en la columna (este es un ejemplo). Recuerda que debes elaborar un instrumento para cada encuestado, luego archiva los resultados en una carpeta, mas adelante los puedes necesitar:



Pregunta	Alto	Bajo	Ninguno
¿Cuáles son los niveles de participación de los jóvenes de la institución en el apoyo, manejo y solución de problemáticas asociadas a la sexualidad que se vivencian en la escuela?			

Equipo que trabajará en la cartilla



**APRENDO
ALGO NUEVO**

La cartilla escolar es una herramienta importante para propiciar la cooperación, la comunicación, el liderazgo y el trabajo en equipo. Por esta razón, todas las personas de la comunidad educativa deberían vincularse a este proyecto, aportando noticias, artículos novedosos, o información importante que todos los jóvenes deberían conocer en cuanto al desarrollo de la sexualidad.



Esta cartilla tiene como objetivo desarrollar la creatividad y las habilidades sociales de los estudiantes.

Esta actividad se realiza con la colaboración de profesores, estudiantes y padres de familia.

El Proyecto debe ser propuesto a los compañeros de tu escuela como una actividad lúdica, una manera de expresar a los demás tus sentimientos, ideas y gustos, así como un medio para dar alguna informa-

ción que pueda ser útil para el conocimiento de algunas temáticas asociadas al desarrollo de la sexualidad.

Una manera de colaborar con la tarea de los maestros y de conocer temáticas novedosas e importantes para la vida es elaborando una cartilla informativa.

Así, todos los jóvenes pueden estar preparados para afrontar diversas situaciones que pueden en determinado momento cambiar su proyecto de vida. Esta cartilla es una tarea común, que puede quedar reflejada de forma material en algo que puede ser útil a los demás, como es una cartilla escolar.

Instrumento para la recolección de datos



**EJERCITO
LO APRENDIDO**



EVALUACIÓN

Elabora la siguiente encuesta y aplícala a por lo menos el 35% de los estudiantes de tu escuela para determinar cuáles son los temas de la educación sexual que más llaman la atención de los adolescentes en la institución y que podrían conformar la cartilla informativa.

Estas son algunas preguntas que puedes plantear. Incluye otras que consideres relevantes para la elaboración de la cartilla de tu escuela.

Marca 1, 2, ó 3 según el tema sea de tu interés donde 1 es un interés muy bajo y 3 el más alto.

Tema	1	2	3
Edad para iniciar una vida sexual activa			
Embarazo en la adolescencia			
Conocimiento y uso de los métodos anticonceptivo			
Enfermedades sexualmente transmisibles			
VIH – SIDA			
Virus del papiloma humano			
Fuentes de la información sobre sexualidad			
Tabúes sobre la sexualidad			
Diferentes orientaciones sexuales			
Desarrollo de la adolescencia			
Autoestima, base de la sexualidad humana			
Sexualidad y medios de comunicación			
La abstinencia sexual			
Cambios físicos en la pubertad			
Abuso y prevención			

Puedes analizar con tus compañeros algunas temáticas que puedan ser importantes para los jóvenes de tu escuela, inclúyelas en la encuesta y así podrás tener una información valiosa sobre lo que tus compañeros desean conocer sobre el desarrollo de la sexualidad y otros temas que puedan ser importantes en esta edad.

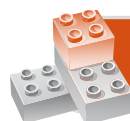
Recuerda hacer un instrumento para cada persona encuestada y archivar los datos en una carpeta, más adelante los puedes necesitar para elegir los temas que van a incluir en la cartilla escolar.

Selección de la muestra, aplicación de la encuesta y organización de los resultados



LO QUE SÉ

Reúnete con tu grupo de trabajo y determinen de que manera van a escoger la muestra a la cual le aplicaran las encuestas, recuerden que esta puede ser de manera aleatoria, por numero de lista, por edad, para este momento de la propuesta puedes apoyarte en tu maestro para tomar las decisiones más apropiadas.



APRENDO ALGO NUEVO

En la selección de la muestra a entrevistar, la aplicación de la encuesta y la organización de los resultados se deben tener en cuenta los siguientes aspectos:



- Al seleccionar la muestra a la cual se le aplicará la encuesta se debe tener presente la participación de por lo menos el 35% de la población total de tu escuela. Esta muestra se escoge al azar de manera que cualquier estudiante pueda participar. Así, los resultados tendrán mayor validez.
- Realizar las mismas preguntas a cada uno de los encuestados de tal manera que todos puedan contestar o referenciar la misma información en la encuesta.
- Elaborar tablas para consignar los datos obtenidos, de esta manera será más fácil su análisis y la sistematización de los datos obtenidos.
- Leer una por una las encuestas y diligenciar las tablas diseñadas para la organización de la información obtenida, las tablas nos deben dar datos exactos sobre la información que queremos determinar.
- Dibujar algunos gráficos de barras (estadística) de tal manera que tengamos una visión total de las preguntas y cantidad de encuestados que respondió en cada uno de los valores.
- Determinar cuáles son las temáticas sobre la educación sexual que más le interesan a los adolescentes de la institución.



EJERCITO LO APRENDIDO

Reúnete con tus compañeros y empiecen a analizar la información obtenida con los instrumentos aplicados, recuerden que deben elaborar graficas y anotar algunas conclusiones.

Conformación del equipo y determinación de las tareas



APRENDO ALGO NUEVO

El diseño de una cartilla escolar requiere del trabajo, compromiso y competencia de muchas personas. Es necesario tener en cuenta aspectos básicos de manera que sea su publicación resulte impactante dentro de la comunidad que la va a recibir.

A continuación encontrarás algunos puntos clave para hacer más fácil esta tarea:

- Realiza un debate en clase con tus compañeros y tu maestro para determinar cuáles fueron los temas elegidos por los estudiantes para incluir en la cartilla, recuerda revisar los datos tabulados en la actividad anterior.
- Organiza grupos de trabajo para cada una de las tareas o pasos necesarios en la elaboración de la cartilla. Este proyecto debe contar con un gran equipo, dentro de quienes debe haber, un director, un equipo de redacción, y un equipo de investigadores, entre otros.
- El director será la persona que se encargue de coordinar a todo el equipo; deberá estar pendiente de que cada grupo esté cumpliendo con sus funciones de manera responsable.
- Un equipo de investigadores, que se hará cargo de recolectar toda la información pertinente para desarrollar cada uno de los temas de la cartilla, pueden asistir a la biblioteca de la escuela o a la de la más cercana, pueden utilizar el texto que están trabajando en el proyecto de educación sexual, o pueden usar la manera más rápida de acceder a la información, a través del Internet. Deben seleccionar muy bien los sitios que visitan, los cuales deben ser serios y confiables. Pueden buscar artículos

en revistas o periódicos reconocidos, así se asegurarán de que la información que están brindando es de primera calidad y además novedosa y actual.

- El equipo de redacción se encargará de revisar todos los documentos que van a estar en la cartilla, deben revisar la coherencia, la pertinencia y la ortografía, en este aspecto puedes pedir ayuda a tu maestro que tiene más experiencia en ese tema.
- El equipo de digitadores se encargará de digitar todos los textos que ya han sido aprobados para ir construyendo la cartilla.
- El equipo de correctores: se encargará de la lectura de los textos finales y de velar porque el estilo en el que se escribieron sea didáctico y novedoso de manera que llame la atención de los potenciales lectores de la cartilla.
- El equipo de diseño se encargará de seleccionar una buena tipografía, de buscar la mejor disposición de los textos en las páginas y de que estén acompañados de imágenes llamativas. Para ello, pueden utilizar imágenes que ya existen o hacer un concurso para elegir dibujos elaborados por los mismos estudiantes.
- Ahora sí, manos a la obra.

Proceso de elaboración de la cartilla escolar



**EJERCITO
LO APRENDIDO**



EVALUACIÓN



En este momento del proyecto ya deben tener los temas elegidos, los equipos avanzando en su trabajo y los materiales necesarios para la elaboración de la cartilla.

Es muy probable que no tengas los recursos necesarios para distribuir la cartilla a cada uno de los estudiantes de la escuela y a otros jóvenes de la comunidad pero es importante que tengas varios ejemplares que puedan estar en algunos sitios como la biblioteca, la sala de cultura y recreación, y otros sitios que tu consideres pertinentes.

Para tener presente cada uno de los elementos y pasos en la elaboración de la cartilla es necesario diseñar un formato en el que se puedan consignar pasos, tareas y recursos importantes. A continuación se presenta un ejemplo, para que lo adapten a las necesidades y acuerdos que hayan establecido en su escuela.

Actividades	Recursos	Responsables	Cronograma
<p>En este espacio puedes relacionar cada una de las etapas: investigación, redacción, digitación, diseño, etc.</p> <p>De esta manera se pueden tener claros los objetivos que ya se han cumplido y cuáles están pendientes por realizar.</p>	<p>En este espacio puedes tener en cuenta qué recursos son necesarios para la elaboración de la cartilla, pueden ser físicos, humanos, económicos etc.</p>	<p>En este espacio puedes tener en cuenta quiénes serán los responsables de cada aspecto para la elaboración de la cartilla. Así, cada integrante del equipo tendrá claras las responsabilidades que debe cumplir.</p>	<p>En este espacio puedes tener en cuenta las fechas importantes para que tu cartilla esté elaborada y lista para su distribución en el momento en que acordaron hacerlo.</p>

Si han seguido todas las orientaciones, es posible que en este momento tengan la cartilla diseñada y lista para multicopiar y hacerla pública entre los jóvenes de la escuela y la comunidad. Felicidades han hecho un excelente trabajo y pronto verán los resultados de tanto esfuerzo y dedicación.

Divulgación de una cartilla escolar



EJERCITO LO APRENDIDO

Todo el trabajo realizado, se verá afectado si las personas a quienes va dirigida la cartilla no la conocen, si no saben que existe y sobre todo si no saben cómo pueden adquirirla.

Por eso, deben contar con un equipo de promoción que será el encargado de dar a conocer la cartilla.

Existen varias estrategias para promocionar el material que se ha elaborado para determinados fines.

Por ejemplo, pueden elaborar carteles y pegarlos en los sitios más concurridos de la escuela, pueden preparar un lanzamiento en alguna actividad colectiva, o incluso pasar por cada salón dando a conocer de una forma novedosa la cartilla que han elaborado.

Cuando la cartilla lleve varios días en circulación pueden



realizar una actividad para determinar la acogida y la pertinencia de la cartilla entre los jóvenes de la institución, esta evaluación se puede realizar a través de una encuesta teniendo en cuenta los siguientes aspectos:

- Creatividad en el diseño, elaboración y divulgación de la cartilla.
- Manejo de los temas relacionados en la cartilla, veracidad, actualidad, importancia para la comunidad lectora etc.
- Originalidad en los contenidos, en las graficas, en las temáticas, en el diseño en general de la cartilla.
- Redacción de cada uno de los temas, coherencia y uso de un lenguaje adecuado para los lectores de la cartilla.
- Trabajo en equipo.

La aplicación de esta encuesta a algunos compañeros de tu escuela y la tabulación de los datos obtenidos permitirán determinar si el trabajo realizado tuvo un impacto positivo entre los jóvenes de la escuela y si sería productivo realizar más actividades como esta para que los estudiantes de la escuela y la comunidad estén siempre bien informados y actualizados de manera que se les facilite la toma de decisiones libres y responsables con todo el conocimiento requerido para hacerlo de una manera efectiva.

Sección especial - ¿Sabías qué?



LO QUE SÉ



EVALUACIÓN

Piensa en algunos datos que consideres que tus compañeros no conocen sobre la sexualidad, coméntalo con ellos y con tu maestro, escribe los datos que den otros compañeros y que tú no conocías.



**APRENDO
ALGO NUEVO**

Estos son algunos datos curiosos sobre la sexualidad humana:

- Cada testículo de un hombre produce alrededor de 150 millones de espermatozoides por día.
- Los delfines y los humanos son los únicos seres vivos que además de la reproducción también tienen sexo sólo por placer.
- En promedio, una pareja que desea tener un hijo, demora 5 meses y medio de relaciones sexuales sin protección antes de tener éxito.



- En promedio, en nuestro país, los hombres pierden la virginidad a los 13 años y las mujeres pierden la virginidad a los 14 años.
- El periodo promedio de gestación de los humanos es de 280 días, el de un rinoceronte negro es de 450 días y el de una ballena entre 480 y 500 días.
- Se dice que el faraón Ramsés II engendró a 160 hijos durante toda su vida y muy pocos compartieron la misma madre.
- El 95 % de las mujeres y el 35 % de los hombres cierra los ojos cuando besan a su pareja.
- En el siglo pasado todavía había doctores que aconsejaban que los adolescentes portaran cinturones de castidad para impedir que tuvieran relaciones sexuales antes del tiempo estipulado.



**EJERCITO
LO APRENDIDO**



EVALUACIÓN

Reflexiona sobre estos datos y realiza una pequeña investigación de otros para preséntalos frente a tus compañeros y maestro.

Mitos y verdades sobre la sexualidad humana



LO QUE SÉ

Escribe algunos comentarios que escuchaste cuando eras niño sobre el desarrollo de la sexualidad, coméntalos con tus compañeros y escucha los que ellos escribieron.



**APRENDO
ALGO NUEVO**

La sexualidad tiene diferentes significados para cada persona dependiendo de la edad, el medio en que vive, su familia, los valores, creencias y costumbres de su comunidad. En nuestro medio la sexualidad siempre fue un tema preocu-

pante lleno de temores, mitos y creencias equivocadas. A muchas personas el solo hecho de hablar sobre el tema de la sexualidad les produce gran incomodidad, y vergüenza.



¿Consideras que la sexualidad es un tema prohibido?, ¿Qué los padres no deben hablar con sus hijos sobre la sexualidad, la responsabilidad y la madurez?, ¿Crees que tus amigos pueden darte mejor consejo que algún adulto que conozcas?, justifica tus respuestas en tu cuaderno.

En nuestra familia aprendemos algunos aspectos acerca de lo que es apropiado o inapropiado para el hombre y la mujer de esta manera casi siempre decimos que lo que tiene que ver con la sexualidad es vergonzoso y malo, que es algo íntimo y que las personas decentes no hablan de eso en público. En muchas ocasiones esta información es tan distorsionada que lo único que logra es crearnos más temores y hacernos vivir los cambios propios de la adolescencia de una manera maliciosa y errada y con muchos sentimientos de culpa. Esa información llena de ideas equivocadas es la que ha generado una serie de mitos y falsas creencias con respecto a la sexualidad, estos mitos son el principal obstáculo para poder asumir con naturalidad y responsabilidad nuestra sexualidad y así mismo poder dialogar con nuestros padres, familiares y amigos sobre lo que nos pasa y sobre lo que nos preocupa.

Mitos y verdades sobre la sexualidad humana



**APRENDO
ALGO NUEVO**

Lee y analiza el siguiente cuadro:

MITOS	VERDADES
Al niño solo se le debe dar educación sexual cuando ya es un hombre maduro y responsable.	Las niñas y los niños deben recibir una educación sexual desde el mismo momento del nacimiento porque desde entonces empiezan a aprender sobre su papel como hombres o mujeres en el medio social al que pertenecen.
Los niños que juegan con muñecas son homosexuales.	Niños y niñas pueden jugar con los mismos juguetes y esto de ninguna manera va a hacer que sean más o menos hombres y mujeres.

MITOS	VERDADES
<p>Los cólicos durante la menstruación se producen porque la mujer se sienta en algo muy frío.</p>	<p>Los cólicos durante la menstruación obedecen a los procesos fisiológicos que se producen para permitir el desprendimiento del revestimiento interno del útero.</p>
<p>Los niños y las niñas que desde pequeños hacen muchas preguntas relacionadas con la sexualidad, son morbosos y anormales.</p>	<p>Los seres humanos somos curiosos por naturaleza y para conocer el mundo necesitamos preguntar y obtener respuestas, y gran parte de ese mundo se relaciona con la sexualidad, por eso preguntamos todo lo que no entendemos. Si se nos responde en forma natural y con la verdad seguiremos preguntando. Si no buscaremos información en otra parte y probablemente esta será incorrecta.</p>
<p>Los niños que se tocan con frecuencia sus genitales son locos o enfermos.</p>	<p>Los seres humanos nos tocamos los genitales para conocerlos y porque el hacerlo es placentero. Esta actividad no tiene nada que ver con la locura o alguna enfermedad.</p>
<p>Los hombres son más curiosos que las mujeres frente a la sexualidad.</p>	<p>Hombres y mujeres son igualmente curiosos frente a todos los hechos del mundo incluyendo la sexualidad</p>
<p>El tamaño del pene de un hombre está relacionado con que tan “macho” es.</p>	<p>El tamaño del pene es producto de la herencia, al igual que el tamaño de cualquier otra parte del cuerpo y nada tiene que ver con ser más o menos “macho”.</p>
<p>La época menos apropiada para dar una educación sexual es la preescolar, ya que los niños no tienen la madurez ni la responsabilidad necesaria para entender estos temas tan complicados.</p>	<p>En la edad preescolar el niño comienza a conocer los nombres de las partes de su cuerpo y a plantear sus primeras preguntas sobre el embarazo y el recién nacido. Por eso esta es la edad más adecuada para empezar a dar una educación sexual libre de tabúes y de vergüenza.</p>

Mitos y verdades sobre la sexualidad humana

MITOS	VERDADES
Las mujeres durante la menstruación no deben bañarse ni hacer ningún tipo de ejercicio.	Las mujeres durante la menstruación deben continuar haciendo su vida común y corriente. El baño en estos días es indispensable para mantener una limpieza de las partes íntimas necesaria en ese momento.
El hombre es promiscuo por naturaleza.	Este mito es propio de nuestra cultura machista que sostiene que el verdadero hombre es aquel que tiene relaciones sexuales con muchas mujeres y que presume de ellas, esta idea es el producto de una falsa creencia y un complejo de superioridad en algunos hombres.
El embarazo no se produce en la primera relación sexual.	El embarazo se produce siempre que haya una relación sexual sin protección y esté disponible el ovulo para ser fecundado, siempre hay riesgo de que se dé un embarazo.
El no desear tener relaciones sexuales antes del matrimonio revela la falta de madurez e inseguridad personal.	Todos los seres humanos somos libres para decidir cuándo, con quien, dónde y cómo tener relaciones sexuales y precisamente es un signo de madurez y de seguridad personal el no dejarnos presionar por otras personas a tomar decisiones apresuradas y con las que no estamos de acuerdo.



EJERCITO LO APRENDIDO

¿Cuáles de estos mitos te han afectado o te afectan actualmente?

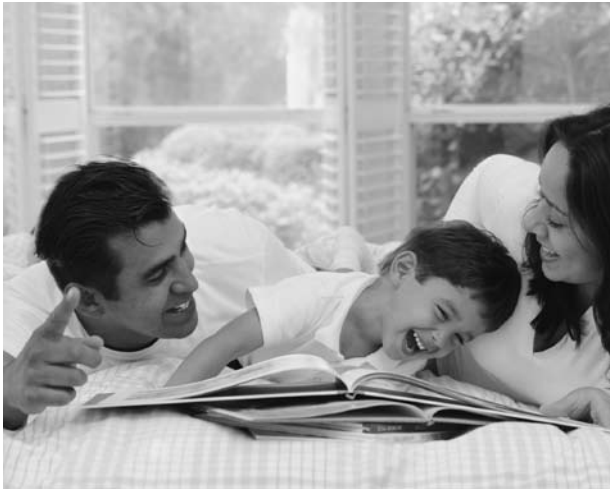
¿Cómo puedes deshacerte de esos mitos para vivir responsablemente tu sexualidad?

Divide el curso en dos grupos, uno de los grupos mencionara algunos de los mitos analizados, y el otro grupo mencionara la verdad sobre ese mito, luego se puede establecer una discusión sobre la incidencia de estos mitos en el desarrollo de la sexualidad en la adolescencia.

Escribe en tu cuaderno lo que opinas de algunos mitos que analizaste ¿Crees que pueden ser verdaderos?, ¿Consideras que pueden afectar la visión real que tienen los adolescentes sobre la sexualidad?



APLICO LO APRENDIDO



Observa las dos imágenes escribe en tu cuaderno que te sugiere cada una de ellas. ¿Cuál de las dos imágenes crees que puede revelar la mejor manera de conocer sobre el desarrollo de la sexualidad? Justifica tu respuesta.

Contesta en tu cuaderno los siguientes interrogantes:

- ¿Aceptas el cambio como parte de la vida cotidiana?
- ¿Te gusta participar en diversas actividades que puedan generar cambios en tu entorno?
- ¿Asumes la responsabilidad de las decisiones que tomas?
- ¿Consideras que en tu escuela se vivencia la tolerancia? Justifica tu respuesta con algunos ejemplos.
- Señala tres situaciones que demuestren la falta de respeto en una familia.
- ¿Para qué nos sirve a los seres humanos la sexualidad?
- ¿Qué características de la convivencia escolar crees que pueden afectar también tu autoestima?
- Escribe al menos tres consejos para una buena comunicación entre padres e hijos.
- ¿Consideras que la elaboración de la cartilla escolar puede generar espacios de crecimiento personal en los jóvenes de tu comunidad?



Recuerda:
Si nos

comunicamos efectivamente y resolvemos nuestros conflictos de forma clara, abierta y oportuna estamos creando el clima de respeto que debe existir en nuestras familias. El respeto es la cualidad más importante en todas las relaciones interpersonales.



EVALUACIÓN

Me autoevalúo

Para realizar una autoevaluación consiente y responsable copia y completa en tu cuaderno el siguiente cuadro con toda sinceridad:

Afirmaciones	Siempre	Algunas veces	Nunca	Sustenta tu elección
Me sentí motivado hacia el desarrollo de la clase.				
Los temas vistos me parecieron interesantes y novedosos.				
Fui responsable al realizar todas las actividades propuestas.				
Cumplí con la realización, registro y análisis de la información obtenida con los instrumentos.				
Fui autónomo en mi proceso de aprendizaje.				
Indagué e investigué otras fuentes de información para ampliar mis conocimientos.				
Demostre respeto hacia mis compañeros y maestros durante todas las actividades.				

Analiza tus respuestas y elabora un plan de mejoramiento para llevarlo a cabo en el desarrollo del próximo módulo.

¿Cómo me ven los demás?

Reúnete con cinco compañeros y analiza las fortalezas y dificultades que se presentaron durante el desarrollo de este módulo teniendo en cuenta la motivación para desarrollar las actividades, la creatividad para la elaboración y aplicación de las encuestas, talleres, entrevistas y el diseño y elaboración de la cartilla escolar, el empeño y dedicación para la elaboración de los trabajos en grupo y la importancia de

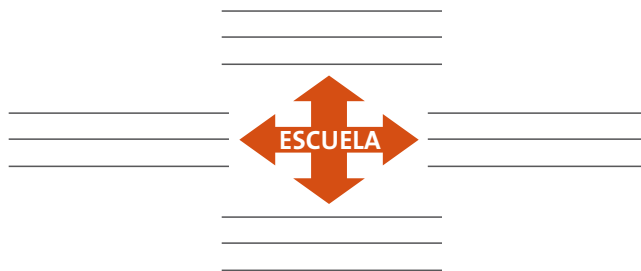
los temas vistos para tu vida y tu desarrollo integral. Entrega esta evaluación a tu maestro para la elaboración de un plan de mejoramiento para el desarrollo del proyecto.

Qué aprendí

El maestro realizará una sesión plenaria donde dará a conocer las fortalezas y debilidades del grupo en cuanto a la adquisición de conocimientos nuevos y la incorporación de estos a los conocimientos previos y así mismo su utilidad en la vida diaria.

Para evaluar los conocimientos adquiridos debes contestar el siguiente taller de manera individual.

1. ¿Cuál es la mejor manera de enfrentar un conflicto, explícala?
2. Diseña un esquema similar a este donde puedas consignar los principales conflictos que se vivencian diariamente en tu escuela y en tu entorno social.



3. ¿Cuáles son las características que favorecen una convivencia armónica en tu escuela y tu familia?
4. ¿En qué momentos puedes poner en práctica las estrategias para la resolución de conflictos? Justifica tu respuesta con un ejemplo.
5. Dibuja en tu cuaderno un esquema como el siguiente y enumera al menos tres consejos para que exista un dialogo y una comunicación familiar.



6. Enumera tres situaciones en las que se presenten conflictos grupales y tres en las que se presenten conflictos individuales.
7. Escribe en tu cuaderno brevemente los pasos que seguiste para el diseño y elaboración de la cartilla escolar discute con tus compañeros y maestro como fue la experiencia, te sirvió para afianzar tus conocimientos, consideras que realmente fue útil para tu comunidad, te sientes motivado para realizar una actividad similar más adelante, contesta estas interrogantes y otras que surjan durante la evaluación de la actividad.

En este momento se presentarán las evidencias de la proyección comunitaria y la socialización de los productos es decir se darán a conocer los resultados obtenidos en las encuestas, y entrevistas realizadas, se dará a conocer a toda la comunidad la cartilla elaborada por los estudiantes de la institución y se determinarán las potencialidades y las problemáticas que más se evidencian en la comunidad educativa y así mismo generar algunas estrategias de intervención y mejoramiento para las anteriores.

Hilos conductores del Proyecto Nacional de Educación Sexual

El cuerpo como fuente de bienestar: Entiendo que mi cuerpo es una fuente de bienestar, lo cuido, me siento a gusto con él y opto por estilos de vida saludable.

Salud sexual y reproductiva: Comprendo la importancia de la salud sexual y reproductiva, entendida como el bienestar físico, psicológico y social en todos los aspectos relacionados con el sistema reproductivo, en mí y en otros, y empleo estrategias para mantenerme sano.

Cultura y comportamientos de género: Comprendo que la cultura ha asignado comportamientos a cada género, que puedo modificar para que sean más equitativos y permitan a mujeres y hombres desarrollarse como individuos, como pareja, como familia y como miembros activos de una sociedad.

Análisis crítico de los comportamientos culturales de género: Analizo críticamente los roles establecidos para cada género, en mi cultura y en culturas diferentes, y emprendo acciones para superar estereotipos y prejuicios asociados al género.

Desarrollo del juicio moral: Tomo decisiones cada vez más autónomas, basadas en el respeto a la dignidad humana y en la preocupación por el bien común, que parten del análisis, la argumentación y el diálogo sobre dilemas que plantea la cotidianidad frente a la sexualidad, y que propenden por estilos de vida saludable.

Derecho a la libertad: Comprendo que todas las personas tienen derecho a disfrutar de una vida sexual satisfactoria, sin riesgos, y a procrear, y son libres para decidir hacerlo o no, cuándo y con qué frecuencia. Lo anterior me permite ejercer los DHSR en mi vida de pareja, familiar y como miembro de la sociedad.

Derecho a la libertad de elección y respeto a la diferencia: Entiendo que todos tenemos derecho a elegir libremente nuestra orientación sexual y a vivirla en ambientes de respeto

Derecho a la educación: Entiendo que tengo derecho a una educación oportuna y de calidad, que me permita vivir la sexualidad de forma plena y desarrollar competencias para el ejercicio de mis derechos sexuales y reproductivos. Emprendo acciones en caso de que este derecho mío o de otros sea vulnerado.

Valoración de sí mismo/a: Recorro a las instituciones y personas adecuadas que puedan ayudarme a defender mis derechos cuando estos son vulnerados.

Derecho a la información: Comprendo que tengo derecho a la libertad de expresión y que ese derecho incluye la libertad de buscar, recibir y difundir informaciones e ideas de todo tipo, sin consideración de fronteras, ya sea oralmente, por escrito o impresas, en forma artística o por cualquier otro medio que yo elija.

Servicios de salud sexual y reproductiva: Conozco los servicios de salud sexual y reproductiva a los que todas/os tenemos derecho, y emprendo estrategias para acceder a servicios de salud y métodos de planificación seguros, eficaces y aceptables

Toma de decisiones: Tomo decisiones autónomas frente a mi vida sexual, basadas en principios éticos universales que se sustentan en el respeto a la dignidad humana y considerando el bienestar de todos los posibles involucrados. Para ello, empleo el conocimiento científico que tengo, como, por ejemplo, los conocimientos en métodos de planificación, sobre las consecuencias del abuso de sustancias psicoactivas, y acerca de las formas para la prevención de ITS.

Proyecto de vida: Oriento mi vida hacia mi bienestar y el de las demás personas, y tomo decisiones que me permiten el libre desarrollo de mi personalidad, a partir de mis proyectos y aquellos que construyo con otros.

Derecho a la seguridad personal: Comprendo que tengo derecho a tener ambientes escolares, sociales y familiares democráticos, libres de miedos, amenazas o temores derivados del acoso, la violación y el abuso sexual, en la vida privada y pública. Participo en la construcción de dichos ambientes.

Salud sexual y reproductiva: Comprendo la importancia de la salud sexual y reproductiva, entendida como el bienestar físico, psicológico y social en todos los aspectos relacionados con el sistema reproductivo, en mí y en otros, y empleo estrategias para mantenerme sano.

Pluralidad de identidades: Entiendo que existen diferentes formas de sentir el hecho de ser hombre o mujer, las respeto, las valoro y actúo en consecuencia.

Derecho a la libertad: Comprendo que todas las personas tienen derecho a disfrutar de una vida sexual satisfactoria, sin riesgos, y a procrear, y son libres para decidir hacerlo o no, cuándo y con qué frecuencia. Lo anterior me permite ejercer los DHSR en mi vida de pareja, familiar y como miembro de la sociedad.

Definición de conceptos

Cada uno de nosotros va por la vida y ella tiene sus razones adecuadas para cada acto que en ella ocurre, en lugar de ir contra nuestra propia naturaleza podemos optar por reconocerla y tomar parte activa en cada uno de los acontecimientos que la vida nos tiene preparados.

Concepto	Definición
Autoestima	Hace referencia al valor que cada persona se asigna a sí misma en cuanto a qué tanto cree que es importante, competente y digna de ser querida, qué tanto se respeta y hace valer sus derechos y en general qué tanto se ama y se acepta tal y como es asumiendo una actitud abierta frente a la vida.
Valores	Constituye la base sobre la cual el individuo decide lo que hace o deja de hacer, lo que piensa, y cree que es importante o no, correcto e incorrecto y en concordancia le permiten definir su plan de vida.
Salud	Involucra a la persona como un todo, su aspecto físico, emocional familiar y social. El estado de salud está íntimamente relacionado con la percepción y valoración que el individuo tiene de sí mismo, en razón a que de estas depende si interés por mantener un cuerpo sano, asumiendo de una manera autónoma y responsable su auto-cuidado.
Roles sexuales	Es el conjunto de comportamientos que un grupo social establece como características deseables para los hombres y para las mujeres.
Aspectos biológicos de la sexualidad	Entendida como un aspecto inherente al ser humano, presente desde el momento de la concepción. Su ejercicio responsable está determinado por la autoestima, los roles sexuales los valores y la capacidad para tomar decisiones.
Comunicación	Es un proceso mediante el cual las personas intercambian información, opiniones, ideas, sentimientos emociones, gustos etc, no solo a través de la oralidad, sino también con sus comportamientos como hombre o como mujer, la comunicación es la base de todas las relaciones interpersonales.
Toma de decisiones	Es la capacidad que tiene el individuo para elegir entre varias alternativas aquellas que están más de acuerdo con sus necesidades, gustos y valores personales y estar en la capacidad de asumir sus consecuencias.

