



Fondo de Población
de las Naciones Unidas
Venezuela



Ministerio
del Poder Popular
para la Educación

Programa de EIS fuera de la escuela

Hablemos claro

sobre la sexualidad



Manual de Facilitación Comunitaria

Programa de empoderamiento de adolescentes para la prevención del embarazo en la adolescencia, la VBG, las ITS y el VIH, y el desarrollo de su vida digna.

Venezuela, agosto 2022



La guía **Hablemos Claro sobre la sexualidad. Manual de la facilitación de la Educación Integral de la Sexualidad fuera de la escuela** del Programa de empoderamiento de adolescentes para la prevención del embarazo en la adolescencia, la VBG, las ITS y el VIH y el desarrollo de su vida digna, fue realizada por el **Fondo de Población de las Naciones Unidas (UNFPA)**, oficina Venezuela.

Esta guía utiliza las **Orientaciones técnicas internacionales sobre educación en sexualidad, un enfoque basado en evidencias de la UNESCO** para el diseño de las dimensiones de la formación. Y las **Orientaciones Pedagógicas de EIS del Ministerio del Poder Popular para la Educación**, actualizadas en 2018.

Realizada bajo la coordinación técnica de Andrea Pereira, Oficial de Programa de UNFPA, con la asistencia técnica de Luz Beltrán, Ana María Figueira, Gladys Quintero, Morelba Jimenez, Julio Fermín, Yineidit Barrera y Yoseglis Cabrera. Diagramación y diseño gráfico: Melanie Delgado.

Esta publicación se hizo en el marco del Plan Nacional de Prevención y Reducción del Embarazo a Temprana edad y en la Adolescencia, **Plan PRETA**.

UNFPA Venezuela

Jorge González Caro,
Representante Nacional.

Rafael Cuestas,
Coordinador de Operaciones Humanitarias

Andrea Pereira,
Oficial de Programas de Educación Integral de la Sexualidad.

Caracas, Venezuela 2023.

Contenido

Introducción	4
Objetivos del programa	6
Objetivo general	
Objetivos específicos	
Ejes temáticos	7
Perfil de las y los participantes	8
Aspectos generales de implementación	9
Requisitos para las y los facilitadores en EIS	10
Habilidades de las y los facilitadores en EIS	11
Características del espacio físico y temporal de ejecución	12
Preparación para la facilitación en un Espacio de Encuentro Hablemos Claro con Adolescentes	13
Desarrollo de los Espacios de Encuentro Hablemos Claro con Adolescentes	16
Facilitación de la dinámica grupal en los Espacios de Encuentro Hablemos Claro con Adolescentes	18
Dinámicas de las sesiones de trabajo con adolescentes	24
Sesión 1. Conociéndonos y reconociendo la importancia de las relaciones interpersonales	29
Sesión 2. Sexualidad y curso de vida	38
Sesión 3. Proyecto de vida	46
Sesión 4. Género y sexualidad	57
Sesión 5. Derechos sexuales y derechos reproductivos de las y los adolescentes	66
Sesión 6. Violencia basada en género (VBG)	74
Sesión 7. Salud sexual y salud reproductiva	87
Sesión 8. Riesgos en la salud sexual y salud reproductiva de los adolescentes	97
Sesión 9. Tema de interés propuesto por las y los adolescentes	108
Sesión 10. Derecho a la organización y la participación	109
Referencias bibliográficas	118
Anexos	120

Introducción

El Programa Comunitario de Educación Integral de la Sexualidad fuera de la Escuela (EISFE): Hablemos Claro sobre sexualidad, se desarrolla a partir de las herramientas conceptuales y metodológicas de la Educación Integral de la Sexualidad (EIS) brindada a diversos actores de las comunidades: organizaciones sociales comunitarias, líderes comunitarios, adolescentes y jóvenes pares promotores, servidores públicos, familias, para su empoderamiento y participación protagónica en el desarrollo de actividades de Educación Integral de la Sexualidad (EIS) dirigidas a adolescentes de 10 a 19 años de mayor condición de vulnerabilidad, en las comunidades.

Se desarrolla en el marco del Plan Nacional para la Prevención y Reducción del Embarazo a Temprana Edad y en la Adolescencia (Plan PRETA). Se ejecuta, entre otros, en los Espacios de Encuentro Hablemos Claro con Adolescentes, que se conciben como un lugar estructurado donde se respeta su seguridad física y emocional, y se ofrece información orientada a su empoderamiento, para el desarrollo de una vida digna, libre de embarazos no intencionales, de violencia basada en género (VBG), infecciones de transmisión sexual (ITS) y Virus de Inmunodeficiencia Humana (VIH), a partir de la toma de decisiones informadas.

Se espera preparar a las y los adolescentes con conocimientos, habilidades, actitudes y valores en EIS que las y los empoderen para ejercer la toma de decisiones sobre su sexualidad y el establecimiento de relaciones sanas, responsables y placenteras, favoreciendo también la prevención de la maternidad y paternidad en la adolescencia y la desigualdad de género.

Como parte del programa, el empoderamiento de las y los adolescentes, es un enfoque centrado en la persona, para la sustentación de la construcción de su proyecto de vida, mejorando su posición en las relaciones de género a través del fortalecimiento de un conjunto de aptitudes que permitan la satisfacción de sus intereses de orden personal, social, comunitario y político, en términos de la redistribución del poder entre mujeres y hombres, y el ejercicio de la sexualidad placentera, responsable y sana.

Esta guía es un instrumento que aporta a las y los facilitadores, un conjunto de estrategias para desarrollar los contenidos y las dinámicas previstas en el programa, a fin de fortalecer el desarrollo personal de las y los adolescentes para la toma de decisiones informadas.

La guía consta de 10 sesiones, nueve de ellas desarrolladas por la facilitadora o el facilitador y una de ellas, la sesión 9, dedicada a trabajar temas propuestos por las y los adolescentes participantes en el taller.

En cada sesión se presenta el objetivo de la misma, las ideas clave que respalden su desarrollo y las dinámicas a ejecutar paso a paso para orientar el abordaje de los grupos por parte de las y los facilitadores de EIS comunitario, para contribuir con el logro del empoderamiento de las y los adolescentes en las comunidades.

Objetivos del Programa

Objetivo general

Fortalecer la toma de decisiones informadas en las y los adolescentes, para la construcción de su proyecto de vida, el logro de una sexualidad sana, responsable y placentera, en condiciones de dignidad, con enfoque de derechos humanos y perspectiva de género, fundamentado en la prevención de riesgos relacionados con la sexualidad, como el abuso sexual, la violencia basada en género, el embarazo a temprana edad y en la adolescencia, así como las infecciones de transmisión sexual (ITS) y el VIH.

Objetivos específicos

- Brindar un espacio a grupos de adolescentes donde se sientan seguras y seguros, y capaces de conversar sobre sus derechos y necesidades de forma colectiva.
- Ofrecer conocimientos relevantes para el desarrollo personal de las y los adolescentes y la prevención de abuso sexual, la violencia basada en género, el embarazo a temprana edad y en la adolescencia, así como las infecciones de transmisión sexual (ITS) y el VIH.
- Apoyar el bienestar psicosocial de las y los adolescentes y la creación de redes para prevenir y mitigar la VBG en contextos comunitarios.

- Facilitar el acceso a información que oriente al sistema de protección, a las consultas diferenciadas para adolescentes, al sistema de remisión y a los servicios especializados para sobrevivientes de VBG, articulados con la red escolar.
- Proporcionar información y herramientas para que las y los adolescentes organicen y lideren iniciativas de EIS en sus centros de estudio y comunidades.

Ejes temáticos

El desarrollo de este programa de empoderamiento para adolescentes estará transversalizado por el enfoque de Proyecto de vida, entendiendo que es la herramienta que canaliza el desarrollo personal y colectivo. Además, contará con 3 ejes temáticos, a saber:



Derechos sexuales y derechos reproductivos: su conocimiento y apropiación.

Derecho a la información y la atención en Salud Sexual y Salud Reproductiva: en el que se trabajan los elementos clave para la protección y prevención de riesgos en la adolescencia, incluyendo la prevención del embarazo en la adolescencia y la violencia basada en género.

Derecho a la participación y la organización: se promueve en las y los adolescentes para impulsar iniciativas de EIS en la comunidad.

Perfil de las y los participantes

Las y los participantes serán adolescentes, de 10 a 19 años, principalmente en condiciones de vulnerabilidad:

- Bajo perfil socioeconómico.
- Con rezago educativo o fuera de la escuela.
- Madres adolescentes, padres adolescentes.
- Indígenas.
- Afrodescendientes.
- Con orientación sexual diferente.
- Sin acceso o con acceso deficiente a servicios de salud sexual y salud reproductiva.
- Sobrevivientes de VBG.
- Huérfanos de madre o padre o bajo tutela de abuelos u otros parientes o familias, incluyendo las y los adolescentes afectados por la migración de madres, padres u otros familiares responsables de sus cuidados.

Aspectos generales de implementación

Los Espacios de Encuentro Hablemos Claro con Adolescentes, son desarrollados en comunidades seleccionadas de municipios priorizados, con particular atención a contextos marcados por condiciones económicas precarias, con participación comunitaria y familiares en movilidad humana desfavorables. En ellos se desarrollan encuentros en el entorno natural de las y los adolescentes, y a través del diálogo cercano y del desarrollo de dinámicas participativas y vivenciales, se abordan los contenidos de la EIS.



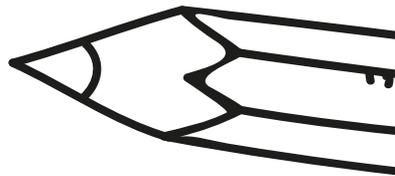
Requisitos para las y los facilitadores



- Interés en formarse como facilitadora o facilitador en EIS.
- Formación técnica o profesional en educación, ciencias sociales o de la salud. Esto es equiparable a la experiencia en trabajo comunitario demostrable, relacionado con las temáticas abordadas por el Programa.
- Experiencia en manejo de grupos, trabajo con familias, adolescentes y jóvenes.
- Compromiso y disposición para desarrollar las actividades que demanda su rol como facilitador(a).
- Liderazgo comunitario.
- Con especial comprensión de la adolescencia como una etapa fundamental del curso de vida humano, que requiere acompañamiento y apoyo durante el proceso de crecimiento que representa.
- Estar formado en EIS con enfoque de género, derechos humanos, interculturalidad e interseccionalidad.

Habilidades de las y los facilitadores en EIS

- Habilidades comunicacionales, pedagógicas y empáticas para brindar información, aclarar dudas y desmitificar creencias o tabúes que puedan llevar a situaciones de riesgo en la sexualidad.
- Capacidad de respuesta para intervenir con ecuanimidad, aceptando el desafío para hablar de los temas referentes a la EIS, con respeto y sin juicios de valor.
- Capacidad de liderazgo para promover la participación.
- Habilidad para utilizar y transmitir un lenguaje apropiado para las y los adolescentes, jóvenes y adultos.
- Capacidad para ceñirse a la estructura metodológica, procedimientos y requisitos del programa. Habilidad para adaptar la terminología según el auditorio al que va dirigida la actividad, utilizando un lenguaje pertinente, adecuado a la audiencia.
- Compromiso de mantener la información confidencial.
- Disposición a utilizar lenguaje inclusivo, jovial, adaptado a las características del grupo de participantes.



Características del espacio físico y temporal de ejecución

Los Espacios de Encuentro Hablemos Claro con Adolescentes se ubican en cualquier tipo de lugar, que cumpla con los siguientes criterios de selección:

- Espacio lo suficientemente amplio para permitir el desarrollo de la actividad con un máximo de 20 participantes.
- Claro y ventilado, si no se dispone de un salón con aire acondicionado.
- Tener la garantía de uso por el tiempo previsto para el cumplimiento de toda la actividad.
- Con disposición de horarios acordes a los requerimientos de las sesiones de trabajo.
- Fácil acceso para las y los adolescentes participantes.
- Garantizar privacidad y seguridad para el grupo que participará en el desarrollo de las actividades.
- Con disponibilidad de servicios sanitarios.
- Se recomienda establecer acuerdos con las instancias pertinentes para su uso por parte del programa en los días y horarios en los que se realicen las actividades.



Preparación para la facilitación en un Espacio de Encuentro Hablemos Claro con Adolescentes

Facilitar en un Espacios de Encuentro Hablemos Claro con Adolescentes requiere una adecuada preparación conceptual previa, la planificación de la sesión y la definición de una forma de registro o bitácora de aprendizajes de las y los responsables de la facilitación.

1

Prepárese: el adecuado manejo de los contenidos, enfoques y principios científicos sobre Educación Integral de la Sexualidad es fundamental para facilitar las dinámicas, responder las dudas e inquietudes de las y los participantes. Antes de iniciar un proceso de facilitación prepárese.

2

Revise las Orientaciones Pedagógicas de Educación Integral de la Sexualidad del Ministerio del Poder Popular para la Educación.

3

Lea la Guía para la formación de facilitadoras y facilitadores en Educación Integral de la Sexualidad (EIS) fuera de la Escuela.

4

Observe las Master Class del programa de Educación Integral de la Sexualidad.

5

Aprenda sobre el contenido de los materiales didácticos de apoyo para las sesiones.

6

Planifique la sesión En su rol facilitador usted es la persona responsable de orientar, guiar y facilitar cada sesión. Para ello usted debe:

Estudiar la agenda de las actividades de la sesión y sus ideas fuerza.

Dominar adecuadamente cada una de las técnicas y dinámicas de trabajo propuestas.

Preparar y ordenar los materiales y recursos de apoyo de la sesión; si tiene la disponibilidad de usar laptop y video beam, planifique actividades con videos o láminas para proyectar. De lo contrario, utilice los recursos planteados disponibles.





Establecer las coordinaciones

necesarias para la facilitación.

Realizar las acciones de coordinación

y logística con la comunidad.

Defina una estrategia de registro de la sesión:

Lo que ocurre en cada sesión es único, es una fuente de información directa de las vivencias de las y los participantes adolescentes. Registre en un papelógrafo reflexiones e información relevante para el grupo, sobre la que pueda volver cada vez que lo requiera. Resguarde estas notas, puede tomar fotografías de los papelógrafos y del grupo en cada una de las sesiones y aproveche este espacio para la integración lúdica. Finalmente, cree un registro personal sesión a sesión, un cuaderno o bitácora con sus reflexiones, aprendizajes, dudas, nudos y estereotipos personales que emerjan.



Desarrollo de los Espacios de Encuentro

Hablemos Claro con Adolescentes

Los Espacios de Encuentro Hablemos Claro con Adolescentes se desarrollan en un lugar acordado con la comunidad, en el que participan grupos de un máximo de 20 adolescentes en 10 sesiones consecutivas, en las que se abordan temas específicos sobre Educación Integral de la Sexualidad. Incluye la posibilidad de desarrollar un tema de interés propuesto por el grupo, incluido dentro del programa previsto.

Sesión introductoria:

Tiene como objetivo interesar y motivar a las y los participantes en la idea del empoderamiento de su propia vida, incluyendo la sexualidad, en un clima ameno, lúdico, de confianza y seguridad. Durante la sesión introductoria se contempla un espacio de presentación de las y los participantes, la presentación del programa, clarificación de expectativas grupales sobre la experiencia, y el establecimiento de acuerdos para el trabajo grupal durante las 10 sesiones subsiguientes. Estos acuerdos grupales, deben permanecer visibles durante todo el proceso.

Sesiones temáticas:

Se desarrollan de acuerdo con la agenda programática de cada sesión. 1) En su apertura se deben generar condiciones para el encuentro afectivo y de aprendizaje. 2) Ello debe ser seguido del desarrollo de las dinámicas de acuerdo con el programa. 3) Se culmina con el cierre, en el que se recapitula la sesión, se valoran los aprendizajes y reflexiones, y se establecen acuerdos, actividades y próximos pasos para el siguiente encuentro. Seguir el diseño de la sesión, como guía paso a paso del desarrollo de la misma, permite tomar las decisiones precisas sobre actividades y dinámicas a desarrollar, de ser necesario.

Caja de inquietudes:

Ésta consiste en una caja debidamente acondicionada donde las y los participantes podrán colocar notas anónimas o firmadas y escribir sus preguntas, inquietudes y dudas, o comentar alguna situación particular que estén viviendo. La caja deberá colocarse en un sitio estratégico, al alcance de todo el grupo y protegida para evitar que la boten o destruyan antes de que concluya cada taller. Las situaciones que se presenten serán tratadas en la actividad siguiente, y si el caso lo amerita, de forma discreta y confidencial. También se prevé abordar las situaciones con especialistas si el caso lo amerita.

Sesión de cierre y despedida grupal:

En ella se recapitula el proceso vivido, los aprendizajes y reflexiones obtenidos a lo largo de todos los encuentros (cierre cognitivo), y se dinamiza la expresión de sentimientos, la valoración personal, y la despedida afectiva del grupo (cierre afectivo). El encuentro culmina reconociendo al grupo, reforzando los logros y el empoderamiento personal y grupal, y reforzando la sostenibilidad del vínculo grupal, y la oportunidad de cuidarse de manera colectiva.

Sesión de temas propuestos por las y los adolescentes:

Les brinda la oportunidad de abordar un tema o actividad de interés para las y los adolescentes, fuera de la agenda, previamente acordado entre participantes y facilitadores(as), para profundizar en algunos temas de especial interés sobre la Educación Integral de la Sexualidad.

Facilitación de la dinámica grupal

en los Espacios de Encuentro

Hablemos Claro con Adolescentes

Los Espacios de Encuentro Hablemos Claro con Adolescentes son lugares de encuentro con y entre adolescentes fuera de la escuela, concebidos como un lugar seguro, donde se respeta la seguridad física y emocional de quienes participan, que se desarrollan y guían a través de dinámicas que promueven la reflexión y el empoderamiento personal, la construcción de su proyecto de vida digna, el autocuidado y la toma de decisiones informadas.

Facilitar la dinámica requiere considerar principios para la facilitación grupal comunitaria, dirigida a adolescentes, algunos de ellos en condiciones vulnerables. El propósito es facilitar el proceso de aprendizaje mediando conocimientos, experiencias y realidades. Para ello, identificamos las siguientes orientaciones:

Centre el proceso en las y los adolescentes

participantes: Un enfoque centrado en la persona parte de confiar en las capacidades del grupo de participantes para crear y construir su propio proyecto de vida, y para tomar decisiones creativas y propositivas sobre sí misma(o). Facilitar un Espacio de Encuentro Hablemos Claro con Adolescentes, implica estimular y acompañar el desarrollo y liberación del potencial humano y propositivo de las y los adolescentes.

Cree una atmósfera de confianza, respeto mutuo y confidencialidad:

La comunicación abierta, clara y fluida, es fundamental para que las y los adolescentes se sientan cómodos, libres, no observados y no juzgados.

Hable en un lenguaje sencillo, no sexista, claro y apropiado para las y los adolescentes, jóvenes y adultos. Promueva el uso de un lenguaje respetuoso, apreciativo y amigable entre las y los participantes. Permita que todas y todos expresen sus pensamientos, opiniones y sentimientos con respeto y sin juicios de valor. Cuide los vínculos, promueva la calidad de los intercambios grupales, la solidaridad y la convivencia armónica. No permita chistes o sobrenombres que degraden o menosprecien a alguna persona en el grupo. Defina desde el inicio acuerdos de comportamiento para crear una atmósfera propicia para el desarrollo de los contenidos sobre Educación Integral de la Sexualidad previstos en la agenda.



Promueva la participación activa:

El aprendizaje es más efectivo cuando se propicia la participación, la reflexión entre pares y la construcción colectiva. Las y los participantes son el centro del proceso de aprendizaje que se desarrolla en cada encuentro. Considere que son aprendices activos y automotivados, que poseen experiencias y conocimientos previos que deben ser reconocidos y valorados. Incorpore e involucre plenamente a todas y a todos a participar en el proceso, considere que sobre las y los participantes recae la responsabilidad de construir, con la mediación de quien facilita, su propio proceso de aprendizaje. Por ello es necesario preparar el ambiente y crear confianza desde el inicio de la actividad.

Contextualice y desarrolle las actividades en forma lúdica y divertida:

El aprendizaje es más efectivo cuando es significativo y divertido. Privilegie el proceso humano afectivo del grupo sobre el contenido. Evite dedicar mucho tiempo a contenidos teóricos, sobre las actividades experienciales previstas en la agenda.

Desmitifique y mantenga su atención consciente sobre creencias o tabúes:

Identifique la presencia de estereotipos, tabúes y prejuicios acerca de la sexualidad, para clarificarlos y desmontarlos de manera reflexiva, crítica y propositiva; en especial identifique aquellas situaciones que puedan colocar a las y los adolescentes en condición de vulnerabilidad o riesgo.

Promueva el diálogo empático y la gestión de las diferencias:

Facilitar en un Espacio de Encuentro Hablemos Claro con Adolescentes, implica hacerles sentir empoderadas y empoderados para que dialoguen sintonizando los sentimientos de la otra persona, para compartir preocupaciones e ideas. Promueva los enfoques de igualdad, inclusión y no discriminación, y abrace y modele la gestión de las diferencias.

Fluya con el grupo: Recuerde que facilitar requiere reconocer y abordar imprevistos que se pueden presentar durante el proceso.

Refuerce el espíritu de equipo: Que las y los participantes se reconozcan entre sí, valoren sus logros personales y colectivos, y la importancia de la ayuda mutua, lo que es clave para reforzar la sostenibilidad del vínculo grupal y la oportunidad de cuidarse y de ayudarse de manera colectiva en su trayecto de vida.

Organice subgrupos según características específicas:

El abordaje de algunos temas puede ser mejor aprovechado si se separa al grupo de participantes en subgrupos por edad, sexo, etnia, género, entre otros.

Separar por género puede ofrecer un entorno de aprendizaje con menos estereotipos de género y prejuicios inconscientes, en el que la voz femenina no es marginada, y en el que las adolescentes asumen todos los roles de liderazgo y aprenden a creer en sí mismas. La planificación, la metodología y la facilitación de la EIS dirigida a grupos de un mismo género serán en buena medida las mismas para las y los adolescentes, pero algunas características son particulares a cada grupo. Los programas pueden definir criterios de elegibilidad y centrar sus esfuerzos de reclutamiento en ellos. Para mantener los efectos del programa, éste deberá ser desarrollado comenzando en la adolescencia temprana (10 a 14 años).



Ética de la facilitadora o el facilitador:

Hacemos uso de nuestras habilidades, conocimiento, dinámicas y sabiduría para hacer aflorar y respetar las perspectivas de todas y todos las y los participantes.

Creemos en el valor inherente de las personas y en la sabiduría colectiva del grupo. Nos esforzamos por ayudar a que cada participante contribuya con el grupo y con cada uno de sus integrantes. Desde una perspectiva ética, promovemos el respeto, seguridad, equidad y confianza, facilitando la creación grupal de un clima de respeto y seguridad para todas y todos las/los participantes, que permita sentir confianza y hablar con libertad, donde los límites individuales sean respetados.



Mantenga y refuerce la confidencialidad:

La Educación Integral de la Sexualidad exige de la facilitadora o el facilitador la confidencialidad de los temas abordados por las y los participantes en el transcurso de las actividades realizadas en los Espacios de Encuentro Hablemos Claro con Adolescentes. También deberá solicitarse a las y los participantes la confidencialidad respecto a los planteamientos de sus compañeras(os). Este aspecto debe quedar explicitado desde el inicio de las actividades, de manera de crear un clima de confianza y seguridad que estimule la participación de las y los adolescentes en las diversas actividades propuestas en el Programa de EISFE.

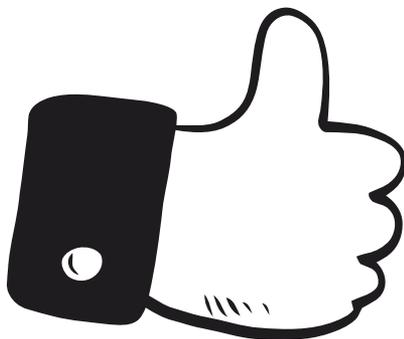
Respeto a la cosmovisión y las prácticas tradicionales de cada pueblo y comunidad:

De esta forma se puede lograr una visión intercultural de la sexualidad y la garantía del ejercicio de los derechos y responsabilidades en igualdad de condiciones y oportunidades, respetando la diversidad.

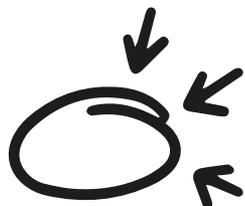


Empoderamiento y potenciación:

Quien facilita acompaña el proceso de empoderamiento de las y los adolescentes participantes, potencia el desarrollo de actitudes positivas y autónomas, y brinda herramientas para la toma de sus propias decisiones con libertad.



Dinámicas de las sesiones de trabajo con Adolescentes



A continuación, se presentan las sesiones que se trabajarán en los Espacios de Encuentro Hablemos Claro con Adolescentes, indicando el contenido y la descripción de cada dinámica a desarrollar en una de ellas.

Sesión	Contenido	Dinámicas
<p>Sesión 1</p> <p>Conociéndonos y reconociendo la importancia de las relaciones interpersonales</p> <p>Dípticos: ¿Sabes qué es la adolescencia? ¿Sabes qué son las habilidades para la vida?</p>	<p>Autoconocimiento y habilidades para la vida en la adolescencia.</p>	<p>Dinámica 1: Conociéndonos. Duración: 30 min.</p> <p>Dinámica 2: Conociendo la Educación Integral de la Sexualidad. Duración: 30 min.</p> <p>Dinámica 3: ¿Qué es el autoconcepto? Duración: 45 min.</p> <p>Dinámica 4: Habilidades para la vida en la adolescencia. Duración: 45 min.</p>
<p>Sesión 2</p> <p>Sexualidad y curso de vida</p> <p>Dípticos: ¿Sabes qué es la adolescencia? ¿Sabes qué son las habilidades para la vida?</p>	<p>Sexualidad y ciclo de vida.</p> <p>Cambios biológicos, psicológicos y sociales que ocurren durante la adolescencia.</p>	<p>Dinámica 5: Acaba de nacer un nuevo ser. Duración: 10 min.</p> <p>Dinámica 6: Definiendo la sexualidad. Duración: 20 min.</p> <p>Dinámica 7: Diferencia entre sexo y Sexualidad. Duración: 30 min.</p> <p>Dinámica 8: Historia de una vida. Duración: 45 min.</p> <p>Dinámica 9: Hablemos claro. Duración: 30 min.</p>

<p>Sesión 3 Proyecto de Vida</p> <p>Dípticos: ¿Qué es el proyecto de vida? ¿Sabes que son las habilidades para la vida?</p>	<p>Habilidades de comunicación, rechazo y negociación. ¿Cómo encontrar ayuda y apoyo? Proyecto de vida durante la adolescencia.</p>	<p>Dinámica 10: ¿Qué quiero ser en la vida? Duración: 10 min.</p> <p>Dinámica 11: ¿Quién soy y con qué recursos cuento? 10 a 13 años y 14 a 17 años. Duración: 60 min.</p> <p>Dinámica 12: Línea de la vida. ¿Cómo podría ser Diferente? 10 a 13 años y 14 a 17. Duración: 60 min.</p> <p>Dinámica 13: Descubramos el Proyecto de vida. Duración: 30 min.</p> <p>Dinámica 14: Diseñando mi proyecto de vida. Duración: 60 min.</p>
<p>Sesión 4 Género y Sexualidad</p> <p>Dípticos: ¿Conoces tus derechos sexuales y derechos reproductivos? Ser hombre.</p>	<p>Sexo y género. Roles de género. Estereotipos de género. Género, identidades, igualdad y no discriminación.</p>	<p>Dinámica 15: Reconociendo los roles de género. Duración: 10 min</p> <p>Dinámica 16: Identificando mitos. Duración: 30 min.</p> <p>Dinámica 17: Sexo y género. Duración: 20 min</p> <p>Dinámica 18: Juego de conceptos, Duración: 40 min</p> <p>Dinámica 19: Feminidad y masculinidad. Duración: 40 min</p> <p>Dinámica 20: Nuevas masculinidades. Duración: 40 min</p>
<p>Sesión 5. Derechos Sexuales y Derechos Reproductivos de la población adolescente</p> <p>Díptico: ¿Conoces tus derechos Sexuales y derechos reproductivos?</p>	<p>¿Qué son y cuáles son los DSDR de la población adolescente? ¿Cuándo se vulnera un derecho? Respeto a la intimidad Ejercicio de la sexualidad y consentimiento sexual/ejercicio del poder.</p>	<p>Dinámica 21: ¿Qué entendemos por derechos? Duración: 20 min.</p> <p>Dinámica 22: ¿Cómo has actuado? Duración: 40 min</p> <p>Dinámica 23: Nuestro derechos sexuales y derechos reproductivos. Duración: 40 min.</p> <p>Dinámica 24: Vulneración de Derechos. Duración: 30 min.</p> <p>Dinámica 25: Completa la frase. Duración: 40 min</p>

<p>Sesión 6 Violencia Basada en Género</p> <p>Dípticos: Noviazgo en la adolescencia ¿Disfrute o tormento?</p> <p>Comprendiendo la Violencia Basada en Género</p>	<p>Tipos: Maltrato infantil. Acoso sexual. Violencia entre pares. Violencia contra la mujer. Violencias sexuales: Trata. Violencia en el noviazgo. Violencia en las redes sociales.</p> <p>Recursos para la denuncia.</p>	<p>Dinámica 26: Identificando la VBG 15 min</p> <p>Dinámica 27: Analizando el concepto de violencia basada en género - VBG. Duración: 40 min.</p> <p>Dinámica 28: Acróstico de la VBG. Duración: 60 min.</p> <p>Dinámica 29: Violencia en el noviazgo. Duración: 60 min.</p> <p>Dinámica 30: ¿Qué es el Violentometro? Duración: 30 min.</p> <p>Dinámica 31: Violencia en las redes sociales RRSS. Duración: 30 min.</p>
<p>Sesión 7 Salud Sexual y Salud Reproductiva</p> <p>Dípticos: ¿Conoces los Métodos de Protección y Prevención?</p> <p>Métodos Anticonceptivos. ¿Cómo proteger la salud sexual en la adolescencia?</p> <p>¿Cómo está tu salud sexual y tu salud reproductiva?</p>	<p>Salud sexual Salud reproductiva</p> <p>Menarquia Espermarquia Ciclo menstrual Fecundidad Factores de protección</p>	<p>Dinámica 32: ¿Y cómo es nuestro cuerpo? Duración: 10 min.</p> <p>Dinámica 33: Cuidar nuestra Salud Sexual y la salud reproductiva. Duración: 30 min.</p> <p>Dinámica 34: ¡A ver si adivinan! Duración: 40 min.</p> <p>Dinámica 35: Ser hombre. Las masculinidades positivas Duración 40 min.</p> <p>Dinámica 36: Buzón de inquietudes Duración: 45 min.</p>
<p>Sesión 8 Riesgos en salud sexual y salud reproductiva de las y los adolescentes</p> <p>Dípticos: ¿Sabes lo que es el virus de inmunodeficiencia humana?</p> <p>¿Has oído hablar de las ITS?</p> <p>¿Conoces los riesgos en salud sexual y reproductiva en la adolescencia?</p>	<p>Riesgos en la adolescencia Embarazo en la adolescencia Maternidad y paternidad en la adolescencia ITS/VIH</p>	<p>Dinámica 37: ¡Si no conozco el camino, me puedo perder! Duración: 10 min.</p> <p>Dinámica 38: Juego de la botella. Duración: 30 min</p> <p>Dinámica 39: Dramatización: ¡Estamos embarazados!, ¿y ahora qué? Duración: 45 min.</p> <p>Dinámica 40: La fiesta. Duración: 60 min.</p> <p>Dinámica 41: ¡La prevención es la clave! Duración: 60 min.</p>

<p>Sesión 9. Temas propuestos por las y los adolescentes</p>	<p>Se propone a las y los adolescentes participantes que incorporen un tema que deseen que se trabaje en el grupo y que no haya sido visto en las sesiones anteriores.</p>	
<p>Sesión 10. Derecho a la organización y la participación Díptico: ¿Qué significa ser lideresa o líder?</p>	<p>Concepto de participación Normativa jurídica internacional y nacional Elaboración de Plan de actividades Fortalecimiento de la solidaridad grupal Cierre de sesión</p>	<p>Dinámica 42: ¿Qué es eso de la participación? Duración: 10 min.</p> <p>Dinámica 43: ... Construyendo la participación Un plan de acción. Duración: 45 min.</p> <p>Dinámica 44: y ahora qué hacemos Un plan de acción Amigable. Duración: 45 min.</p> <p>Dinámica 45: ¡De retazo en retazo! Duración: 45 min.</p> <p>Dinámica 46: cierre y despedida grupal. Duración: 30 min</p>

Conociéndonos y reconociendo la importancia de las relaciones interpersonales

Objetivos de la sesión:

Identificar las características de las y los adolescentes en el área biológica, emocional y social, la percepción o concepto que tienen de sí mismas/os y las habilidades de vida necesarias para lograr un comportamiento adaptativo y positivo en su contexto familiar y social que les empodere para enfrentar eficazmente las exigencias y retos de la vida.

Idea clave:

Creer significa hacerse responsable de uno mismo/a y de su relación con los demás.

- Identificar y examinar las nuevas responsabilidades que adquieren para con ellas y ellos mismos y en su relación con los demás a medida que crecen.
- Reconocer que a medida que crecen su mundo y sus afectos se amplían más allá de la familia, y los amigos y pares se vuelven particularmente importantes.
- Evaluar y hacerse cargo de nuevas responsabilidades y relaciones.

Idea clave:

Las amistades se basan en confianza, intercambio, respeto, empatía y solidaridad.

- Describir los componentes clave de las amistades (por ejemplo: confianza, intercambio, respeto, apoyo, empatía y solidaridad).

- Proponer la construcción de amistades con base en los componentes clave de la amistad.
- Expresar maneras de mostrar confianza, respeto, comprensión e intercambio con un amigo.

Dípticos de la sesión: ¿Sabes que es la adolescencia? y ¿Sabes qué son las habilidades para la vida?

Pautas de inicio de la sesión

- La facilitadora o el facilitador saluda al grupo, se presenta, presenta al UNFPA y al equipo de trabajo, diciendo su nombre y responsabilidad.
- Luego, explica de forma sucinta el objetivo de los Espacios Hablemos Claro, animando al grupo a mantenerse desde durante las 10 sesiones del programa. Pregunta si alguien quiere intervenir. Escucha y agradece las intervenciones, si las hay y convoca: ¡Comencemos a descubrir la Educación Integral de la sexualidad!
- Presenta el título de la sesión, sus objetivos y los temas que serán abordados.
- Se invita a iniciar conociéndonos.

Dinámica 1

Conociéndonos

Objetivo: Integración del grupo que comienza una experiencia con EIS

Descripción del proceso para su desarrollo

1. Actividad de inicio:

- **Para grupos de 10 a 13 años:** se invita a realizar una ronda de participación, donde las personas del grupo se colocan formando un círculo.

Comienza presentándose a sí misma(o), para seguir la ronda de presentación de cada integrante del grupo:

Yo soy...

Tengo XX años

Estoy aquí para...

Espero obtener de este taller...

Hoy desayuné...

Y mi color preferido es...

- **Para grupos de 14 a 17 años:** se dividirá a las y los participantes en parejas, posteriormente les da 5 minutos para conocerse con las siguientes preguntas:

¿Dónde vives?

¿Con quién vives?

¿Qué te gusta hacer?

¿Qué cosas te aburren?

Canta un pedacito de tu canción preferida
o comenta tu película preferida

Luego de los 5 minutos de intercambio entre parejas, la facilitadora o el facilitador indicará que cada quien exponga las repuestas de su pareja.

Finalmente, se invita al grupo a encontrar similitudes y aspectos comunes entre las y los adolescentes participantes el taller.

Recursos: Papelógrafo, papel carta, colores, marcadores, tirro, tijeras, caja para buzón de inquietudes (Anexo 13), que se utilizará en todas las sesiones.



30 Min

Dinámica 2

Conociendo la Educación Integral de la Sexualidad

Objetivo: Desarrollar el concepto de EIS y su importancia

Descripción del procedimiento para su desarrollo:

1. La facilitadora o el facilitador pregunta al grupo:
 - En qué piensan cuando escuchan la palabra sexualidad.
 - Se escucha las respuestas y aclara el termino, explicando que en el Espacio Hablemos Claro, son espacios para la Educación Integral de la Sexualidad.
 - ¿Sobre qué creen que habla la Educación Integral de la Sexualidad?
 - Va escribiendo en una hoja de papelógrafo las palabras que vayan diciendo las y los adolescentes.
2. Posteriormente construye a partir de las palabras aportadas por las y los participantes, el concepto de EIS.
3. Luego comenta los temas claves que le definen y presenta la definición de Educación Integral de la Sexualidad.
4. De eso vamos a hablar durante las sesiones de este taller.
5. Se cierra esta dinámica presentando los contenidos que serán abordados durante cada una de las sesiones previstas en el encuentro con adolescentes.

Recursos: Hojas de papel carta, papelógrafo, cinta pegante, colores, marcadores, tirro, tijeras.



30 Min

Dinámica 3

¿Qué es el autoconcepto?

Objetivo: Propiciar entre las y los participantes la autopercepción respecto a cualidades, defectos, capacidades y límites sobre sí mismas/os.

Descripción del procedimiento para su desarrollo:

1. La facilitadora o el facilitador entrega una hoja blanca y lápiz a cada participante, y le invita a dibujar a una persona, preferiblemente él o ella misma. Indicaciones para el dibujo:
 - Dibuja tu cuerpo: ¿Cómo eres?
 - Escribe al cuerpo una palabra, algo que para ti represente algo positivo
 - Escribe una frase sobre cómo te gusta que la gente hable cuando se dirige a ti: el tono de voz, las palabras, los gestos, por ejemplo.
 - Escribe un ejemplo sobre cómo responderías amorosamente a un comentario negativo de ti por parte de otra persona para que no te afecte. Ejemplo, que responder a la crítica: ¡Que gorda(o) estás!
2. Se invita a exponer los dibujos de las y los integrantes, y a presentar las frases desarrolladas.
3. Posteriormente, va construyendo con los aportes de las y los participantes, los conceptos desarrollados. Hasta llegar a concretar la definición de autoconcepto y autoestima, y resaltar la importancia de ambos conceptos para el empoderamiento.
4. Como cierre de la actividad, se coloca un buzón (Anexo 13). A cada participante le solicita que en un pedazo de papel escriba alguna pregunta, duda, sugerencia, que será

colocada en el buzón, de forma anónima, y se leerá y responderá en la próxima sesión. Esto ratifica entre las y los participantes la confidencialidad respecto a sus dudas y les motiva a asistir a la próxima sesión.

Recursos: Hojas de papel carta, colores marcadores, tirro, tijeras.



45 Min

Dinámica 4

Habilidades para la vida en la adolescencia

Objetivo: Reconocer las habilidades cognitivas, sociales y emocionales necesarias para tener un comportamiento adaptativo y positivo que permita lograr un pleno desarrollo personal, proteger el bienestar propio y consolidar el proyecto de vida.

Descripción del procedimiento para su desarrollo:

Grupo de 10 a 13 años

1. La facilitadora o el facilitador organiza a las y los participantes en cuatro grupos. Cada grupo debe explicar uno de los siguientes temas:
 - **Grupo 1:** ¿Cuándo sienten que logran una buena comunicación con otras personas?
 - **Grupo 2:** ¿Cómo comprendemos o analizamos lo que otras personas dicen u opinan?
 - **Grupo 3:** ¿Cómo reconozco y respondo cuando alguien me hace una propuesta que me pone en riesgo?
 - **Grupo 4:** ¿Qué hacen cuando les toca tomar decisiones importantes? Por ejemplo: ¿Cuáles serían los pasos a considerar para encontrar opciones positivas ante situaciones en las que se puede estar en riesgo?

2. Se brinda apoyo a cada grupo, ofreciendo algunas orientaciones para desarrollar las preguntas que debe responder cada grupo. Recordar que las y los participantes no están presentando un examen, están en un proceso de aprendizaje y apropiación de conceptos.
3. Cada grupo expone su trabajo y escucha comentarios de sus pares y de la facilitadora o el facilitador y recibe aplausos.
4. Se destaca los aciertos del grupo y pasa al siguiente, hasta llegar al último grupo.
5. Se expone las definiciones de las habilidades para la vida: Capacidad crítica, comunicación asertiva, toma de decisiones y capacidad de negociación.
6. Se invita a presentar preguntas, dudas, comentarios. Luego comenta que ahora el grupo conoce las habilidades para la vida que las(los) empoderarán para lograr su pleno desarrollo personal, proteger su bienestar y consolidar su proyecto de vida.
7. Para cerrar la sesión con felicitaciones al grupo y se solicita un aplauso.
8. Se invita a continuar colocando en un pedazo de papel alguna pregunta, duda, sugerencia que tengan las y los participantes, que será colocado en el buzón y se leerá y responderá en la próxima sesión de forma anónima.

Grupo de 14 a 17 años

1. Se organiza a las y los participantes en cuatro grupos. Cada grupo debe responder las siguientes preguntas:
 - **Grupo 1:** ¿Cuándo sienten que logran una buena comunicación con otras personas?
 - **Grupo 2:** ¿Cómo comprendemos o analizamos lo que otras personas dicen u opinan?

- **Grupo 3:** ¿Cómo reconozco y respondo cuando alguien me hace una propuesta que me pone en riesgo?
 - **Grupo 4:** ¿Qué hacen cuando les toca tomar decisiones importantes? Por ejemplo: ¿Cuáles serían los pasos a considerar para encontrar opciones positivas ante situaciones en las que se puede estar en riesgo, como en el caso de propuestas de un grupo para hacer algo en secreto; juegos que incluyan comportamientos o gestos sexuales, relaciones de noviazgo con violencia, ¿inicio de relaciones sexuales?
2. Se brinda apoyo a cada grupo, ofreciendo algunas orientaciones para responder las preguntas.
 3. Cada grupo expone su trabajo y escucha comentarios de sus pares y de la facilitadora o el facilitador y recibe aplausos.
 4. Se destaca los aciertos del grupo y pasa al siguiente, hasta llegar al último grupo.
 5. Se expone las definiciones de las habilidades para la vida: Capacidad crítica, comunicación asertiva, toma de decisiones y capacidad de negociación.
 6. Se invita a presentar preguntas, dudas, comentarios. Luego comenta que ahora el grupo conoce las habilidades para la vida que las (los) empoderarán para lograr su pleno desarrollo personal, proteger su bienestar y consolidar su proyecto de vida.
 7. Para cerrar la sesión con felicitaciones al grupo y se solicita un aplauso.
 8. Se invita a continuar colocando en un pedazo de papel alguna pregunta, duda, sugerencia que tengan las y los participantes, que será colocado en el buzón y se leerá y responderá en la próxima sesión de forma anónima.

Recursos: Hojas de rotafolio, papel carta, lápices, marcadores.



45 Min

Cierre de la sesión

La facilitadora o el facilitador felicita a las y los participantes por su colaboración y las/os invita a la próxima sesión, sobre Sexualidad y curso de vida, indicando la hora y lugar en que se realizará.

Sexualidad y curso de vida

Objetivo de la sesión: Apropiarse del concepto de sexualidad y conocer sus expresiones a lo largo de la vida.

Idea Clave: La sexualidad es propia sólo de los seres humanos y se construye a partir de pautas socioculturales de cada contexto.

Idea clave: Las personas nacen con órganos anatómicos que las identifica con un determinado sexo.

- Se nace con un sexo anatómico: hombre o mujer.
- Describir comportamientos masculinos y femeninos construidos en nuestra sociedad actual.
- Reconocer que durante la infancia y la adolescencia se van aprendiendo esos comportamientos o roles sexuales.
- Identificar comportamientos que pueden asumirse sin perder su identidad de género como trabajar, cuidar a los hijos, cocinar, entre otros.

Idea Clave: Las personas asumen los comportamientos o roles de género asignados por la cultura, según su sexo anatómico.

- Cada cultura construye en torno al sexo de nacimiento, los comportamientos o roles de género a ser cumplidos por los hombres y por las mujeres.
- Reconocer que algunos comportamientos sociales pueden cambiarse si son injustos o dañinos para un grupo.

- Identificar comportamientos que pueden cambiarse para respetar los derechos de las personas y preservar la equidad de género.

Idea clave: Es importante identificar los roles de género que preservan los derechos humanos de todas las personas.

- Reconocer que los roles de género no son estáticos y que se pueden cambiar, según las necesidades de los grupos sociales, entre ellos la familia.
- Identificar comportamientos que pueden limitar el ejercicio de los derechos humanos de las personas.
Reconocer que la decisión de cada persona puede
- cambiar para preservar su integridad y el respeto a los derechos de los demás.
Tomar decisiones responsables acerca de
- comportamientos o roles de género que puedan afectarle a sí misma/o, o a otras personas.

Dípticos de la sesión: ¿Sabes que es la adolescencia? y ¿Sabes qué son las habilidades para la vida?

Pautas de inicio de la sesión

- La facilitadora o el facilitador saluda al grupo y pregunta cómo se sienten hoy. Si tienen algún comentario o duda respecto a los temas de la sesión anterior. Escucha las respuestas y comenta generando un clima de empatía inicial.
- Prosigue indicando que en esta sesión hablaremos sobre sexualidad y curso de vida, sus objetivos y los temas que serán abordados.

Dinámica 5

Acaba de nacer un nuevo ser

Objetivo: Introducir al grupo en los conceptos de sexo y sexualidad

Descripción del procedimiento para su desarrollo:

1. Actividad de inicio: La facilitadora o el facilitador invita al grupo a responder: ¿Han visto una foto o un video del momento en que nace un bebé?
2. Se han dado cuenta de que quien atiende el parto toma al recién nacido por los tobillos y dice: ¡es una niña!, o ¡es un niño!
3. ¿En qué se basa para decir una u otra frase?
4. ¡En los órganos genitales del bebé! ¡Si tiene un pene será un niño o varón!
5. ¡Si tiene vulva, es una niña!!
6. Eso es el sexo: las características anatómicas externas e internas, están conformadas por los órganos genitales internos.

Recursos: Láminas o fotos de revistas donde se vea a quien atiende el parto mostrando al recién nacido.



10 Min

Dinámica 6

Definiendo la sexualidad

Objetivo: Manejar el concepto de sexualidad

Descripción del procedimiento para su desarrollo:

1. La facilitadora o el facilitador pregunta en plenaria al grupo: ¿En qué pensamos cuando escuchamos la

palabra sexualidad?, tomando nota de los comentarios y aportes del grupo, hasta construir, en colectivo, el concepto de sexualidad.

2. Presenta al grupo una lámina con el concepto de sexualidad construido, indagando en el grupo, si hay dudas y comentarios

Recursos: Papelógrafo con definición de sexualidad, cinta pegante.



20 Min

Dinámica 7

Diferencia entre sexo y sexualidad

Objetivo: Lograr que las y los participantes evidencien la diferencia entre los conceptos sexo y sexualidad.

Descripción del procedimiento para su desarrollo:

1. La facilitadora o el facilitador coloca en la pared dos láminas de papelógrafo. Una contiene el título sexo y la otra sexualidad.
2. Solicita al grupo que se ponga de pie y explica que va a presentar diversos conceptos y comportamientos, y que cada participante se colocará frente al papelógrafo al que consideren que corresponde dicho concepto.
3. Luego de que todas/os las y los participantes se hayan colocado en las filas respectivas, se presenta el concepto de sexo y solicita a las y los participantes reubicarse en la fila correcta, según el concepto presentado por la facilitadora.
4. Seguidamente presenta el concepto sexualidad y las y los participantes se ubicarán en la fila que les corresponda.
5. Se pregunta a las y los participantes si hay alguna duda o comentario respecto a cada concepto.

Recursos: Papelógrafos, cinta pegante, marcadores de colores, tarjetas con definiciones y comportamientos referidos a sexo y sexualidad, y con dichos conceptos.



30 Min

Dinámica 8

Historia de una vida

Recursos: Conocer las diferentes expresiones de la sexualidad a lo largo del curso de vida.

Descripción del procedimiento para su desarrollo

1. La facilitadora o el facilitador desarrolla un relato a partir del video "Historia de una vida (desarrollo humano) en 10 minutos, que ha estudiado previamente. Luego del relato del video, comentará las etapas del curso de vida junto a las y los participantes.
2. Si no se puede ver el video, presenta la lámina en papelógrafo sobre curso de vida y explica que hay diferentes etapas en la vida y que todas las personas evolucionan y tienen cambios, según la edad o etapa de vida.
3. Posteriormente, solicita a las y los adolescentes se enumeren del 1 al 5. Seguidamente se conformarán los 5 grupos.
4. Se repartirá a cada grupo unas tarjetas en blanco y marcadores de colores, para que las y los adolescentes escriban los cambios que se presentan en diferentes etapas del curso de vida (infancia, adolescencia, juventud, adultez y vejez).
5. En una pared o cartelera, coloca cinco tarjetas visibles con los nombres (infancia, adolescencia, juventud, adultez y vejez).

6. Se solicita a las y los adolescentes, según el grupo asignado, que coloquen bajo cada título las tarjetas entregadas, con las características de la etapa correspondiente que han completado en grupo.
7. Complementa la información que considere conveniente, según el desarrollo de la actividad.

Recursos: Descargar el video y estudiarlo previamente para la construcción del relato preliminar de la actividad. Papelógrafos, marcadores de colores, cinta adhesiva, hojas o tarjetas en blanco. Revistas recolectadas en la comunidad, papelógrafo con diseño curso de vida.



Dinámica 9

Hablemos Claro

Objetivo: Conocer los cambios biológicos, psicológicos y sociales que ocurren durante la adolescencia

Descripción del procedimiento para su desarrollo:

1. La sesión comienza viendo los videos de la campaña #HablemosClaro del Ministerio del Poder Popular para la Educación. Si es posible se realizan acuerdos para que las y los participantes vean los videos previamente a la sesión.
2. Se presenta cada uno de los videos, promoviendo la reflexión entorno a cada uno de ellos: Conocer tu cuerpo es un derecho y una responsabilidad, no esperes hasta que pase algo para conversar y aprender sobre sexualidad. Dale de una vez ¡Pregunta sin miedo!

Si conoces tu cuerpo, toma la decisión de cómo protegerte. Y recuerda, ¡Sin protección no hay acción!
<https://www.youtube.com/watch?v=9LGUysBRm54>

3. La facilitadora o el facilitador conoce y estudia el vídeo #HablemosClaro sobre los cambios que se experimentan física y emocionalmente cuando se llega a la adolescencia.
4. Luego de ver el video, se indica a las y los adolescentes la siguiente interrogante para su respectiva reflexión: ¿La sexualidad debe ser sana, responsable, placentera y satisfactoria sólo cuando somos adultos?
5. Se indica que pueden organizar reflexiones individuales o en parejas.
6. Pasados 10 minutos, se invita a las y los participantes a expresar sus respuestas. Una vez escuchadas todas las respuestas, en plenaria aclara las dudas y construye las conclusiones del tema abordado, de manera colectiva, a partir de las reflexiones de las y los adolescentes.

Recursos: Videos de la campaña #HablemosClaro, estudiando sus contenidos para la construcción del relato preliminar de la actividad. Papelógrafos, marcadores de colores, cinta adhesiva, hojas o tarjetas en blanco.



Pautas de cierre de la sesión

- La facilitadora o el facilitador felicita a las y los participantes por su participación y les pregunta que han aprendido en este Segundo Encuentro Hablemos Claro.

- Se destacan las principales reflexiones y aprendizajes, y se invita a la próxima sesión, en la se hablará de Proyecto de Vida.
- Se indica la fecha, la hora y el lugar de la próxima sesión.

Proyecto de vida

Objetivo de la sesión: Reflexionar sobre quién es y hacia donde dirige el rumbo de su vida, visualizando las herramientas y estrategias que requiere para llegar a la meta o metas propuestas, de tal manera que disponga de información sobre sí misma/o para elaborar su Proyecto de vida y comprometerse consigo mismo en cumplirlo.

Idea clave: El proceso de tomar decisiones acerca de la conducta sexual incluye considerar todas las consecuencias potenciales, negativas y positivas.

- Las consecuencias positivas y negativas de diferentes decisiones en relación con el comportamiento sexual.
- Explicar cómo las decisiones sobre el comportamiento sexual pueden afectar la salud, el futuro y los planes de vida de las personas.
- Aplicar el proceso de toma de decisiones para abordar inquietudes sobre la salud sexual y reproductiva.

Idea clave: La buena comunicación es esencial para las relaciones personales, familiares, escolares, laborales y románticas.

- Enumerar los beneficios de la comunicación eficaz para las relaciones personales, familiares, escolares, laborales y románticas.
- Analizar las implicaciones potenciales de la comunicación verbal y no verbal que se contradigan la una a la otra.
- Identificar barreras que puedan obstaculizar la negociación con una pareja romántica (incluidos los papeles y las expectativas de género).

- Demostrar confianza al utilizar habilidades de negociación y de rechazo con una pareja romántica.

Dípticos de la sesión: ¿Qué es el proyecto de vida? y ¿Sabes que son las habilidades para la vida?

Pautas de inicio de sesión

- La facilitadora o el facilitador saluda al grupo y pregunta cómo se sienten hoy. Si tienen algún comentario o duda respecto a los temas de la sesión anterior. Escucha las respuestas.
- Seguido presenta título de la tercera sesión Proyecto de Vida, explicando los objetivos del Encuentro Hablemos Claro y los temas que serán abordados.

Dinámica 10

¿Qué quiero ser en la vida?

Objetivo: Lograr que las y los adolescentes reconozcan la importancia de tener un proyecto de vida.

Descripción del procedimiento para su desarrollo:

1. La facilitadora o el facilitador explica que es fundamental conocerse a sí misma(o) y visualizar o pensar en las metas que se quieren lograr en la vida.
2. Para esto es necesario visualizar el contexto: los recursos que se tienen, las estrategias, las dificultades a superar.
3. Es decir, construir un proyecto de vida.
4. ¡Manos a la obra!

Recursos: Esta actividad no requiere recursos adicionales.



10 Min

Dinámica 11

¿Quién soy y con qué recursos cuento?

Objetivo: Lograr que las y los adolescentes conozcan y reconozcan el proceso de definición de su proyecto de vida.

Descripción del procedimiento para su desarrollo:

Para grupos de 10 a 13 años

1. La facilitadora o el facilitador da las instrucciones a las y los adolescentes para realizar la actividad: ¿Verdaderamente me conozco?
2. Solicita a las y los adolescentes una breve descripción de su persona, indicando 3 virtudes y 3 defectos.
3. Las y los adolescentes forman parejas y comentan la actividad, pudiendo concluir si verdaderamente se conocen o no.
4. Luego de organiza en un papelógrafo, donde muestra los resultados, colocando dos columnas: me conozco o no me conozco. Va colocando el nombre de cada adolescente en la columna respectiva, según se concluya si se conoce o no.
5. Quien facilita proporciona hojas blancas a las y los adolescentes e indica que deben dividirla en dos, una mitad correspondiente a las "ventajas" y la otra mitad correspondiente a las "desventajas".
6. Seguidamente, les solicita a las y los adolescentes que escriban individualmente en la columna de las ventajas sus actitudes que le generan satisfacción. Y en la columna de desventajas las actitudes que les generan insatisfacción.
7. Luego, cada adolescente comparte en plenaria una actitud de satisfacción o insatisfacción, de las que colocó en las columnas de ventajas y desventajas.

La facilitadora o el facilitador motiva a las y los participantes a generar las conclusiones sobre la actividad, reflexionando sobre los puntos tratados en la sesión, promoviendo el verdadero compromiso para trabajar sobre el autoconocimiento y la adopción de las actitudes positivas en el proceso de construcción del proyecto de vida.

Recursos: Papel bond, bolígrafos, papelógrafos, cinta adhesiva.



60 Min

Para grupos de 14 a 17 años

1. Se hace una introducción sobre el ejercicio que se va a desarrollar, enfatizando la importancia de la reflexión organizada sobre el desarrollo del proyecto de vida y del uso de recursos de la planificación para definirlo.
2. Se presenta a las y los participantes la información para que construyan en una hoja su propio análisis de fortalezas, oportunidades, debilidades y amenazas "FODA", (Anexo1) explicándoles en qué consiste el ejercicio a realizar.
3. Después se solicita a las y los participantes que llenen de manera individual el cuadro que han construido, con la mayor sinceridad posible.
4. Se arman grupos para que entre ellas y ellos intercambien sus ideas, coincidencias y analicen en particular las fortalezas, oportunidades, debilidades y amenazas más resaltantes.
5. Se pide a un representante de cada grupo que comente sus principales hallazgos y reflexiones.
6. Finalmente se guía un proceso, para que el grupo analice como se puede aplicar lo aprendido al desarrollo de su proyecto de vida.

Recursos: Papel bond, bolígrafos, papelógrafos. cinta pegante.



60 Min

Dinámica 12

Línea de la vida. ¿Cómo podría ser diferente?

Objetivo: Facilitar a las y los participantes pensar más profundamente en algunos de sus deseos y aspiraciones y lo que están haciendo para lograrlos.

Descripción del procedimiento para su desarrollo:

1. La facilitadora o el facilitador organiza la dinámica "caminando a ojos cerrados", mediante la cual, las y los adolescentes reconocen la importancia de tener metas claras y la ruta trazada, así como la decisión de solicitar alguna orientación en momentos claves.
2. Con anterioridad al inicio de la dinámica, se debe preparar un circuito, en el cual se van a marcar 4 sitios. En cada uno de estos sitios se van a dejar tantas figuras de cartón como número de participantes haya en el grupo.
3. Las figuras de cartón se organizan de la siguiente manera:
 - A (forma de corazón)
 - F (forma de hexágono)
 - T (forma de círculo)
 - E (forma de triángulo).
4. Entonces, si el grupo es de 20 adolescentes, en un sitio deben estar 20 figuras de cartón con la letra A, en otro 20 con la letra F y así para las letras T y E. Una vez preparado el circuito y los 4 puntos, se inicia la dinámica.
5. Se ubica a las y los adolescentes en otro lugar fuera del circuito creado. Les venda los ojos y les lleva a ciegas hasta el lugar de salida del circuito.

6. Allí se les explica a las y los adolescentes que tienen que realizar un camino, que tendrán que ir recogiendo unas figuras de cartón y que, si en algún momento no saben por dónde ir, pueden pararse, levantar la mano y alguien acudirá en su ayuda. De uno en uno se les va dejando ir por el circuito hasta que todos completen la ruta.
7. Evidentemente, las y los participantes no saben por dónde ir porque no ven y no conocen el circuito, así que en más de una ocasión se van a ver obligados a levantar la mano y pedir ayuda, a no ser que quieran ir por su propio camino sin definición. Las y los responsables acuden a ayudar a aquellas/os adolescentes que levanten la mano para dirigirles nuevamente por el camino correspondiente, indicándoles por donde tienen que ir, con instrucciones como, por ejemplo: "sigue 10 pasos adelante y luego gira a la izquierda". Otra persona de las responsables va a encargarse de hacer que las y los participantes se equivoquen y sin que levanten la mano va a ir dando instrucciones erróneas para que pierdan el camino.
8. Una vez que las y los adolescentes hayan pasado por el circuito se les destapa los ojos y se inicia el debate alrededor de las siguientes preguntas:
 - ¿Qué les ha parecido la dinámica?
 - ¿Qué tan difícil ha sido llegar a la meta?
 - ¿Pidieron mucha ayuda o caminaron por su cuenta?
 - ¿Cuál consideran que es el significado de las letras? (ejemplo: amor, familia, trabajo y estudios, dependiendo de sus intereses y valores).
 - ¿Creyeron que podían haber caminado solos sin ayuda?
 - ¿Qué creen que representa el circuito?
 - ¿Qué representa el hecho de levantar la mano?
 - ¿Y a quién creen que representan las personas que les ayudaban?

- ¿Qué personas consideran han estado en su vida guiándoles por caminos equivocados?
 - ¿Cómo el caso de la persona que les daba indicaciones sin haberlas solicitado?
9. La facilitadora y el facilitador invita a las y los adolescentes a compartir sus respuestas, llegando a una conclusión relacionada con la importancia del establecimiento de metas, de saber pedir ayuda, de contar con personas con influencia positiva y de saber reconocer las influencias negativas.
 10. Después de dar lectura a las definiciones de meta e intereses, la facilitadora o el facilitador da las indicaciones para trabajar la actividad: “bosquejando mi proyecto de vida”, con el fin de hacer reflexionar a las y los adolescentes sobre lo que quieren en su vida.
 11. Se organiza a las y los adolescentes en parejas y los invita a reflexionar para determinar si lo que se desea alcanzar depende de ellos mismos o de otros, y a hacer conciencia de que lo que no depende de cada uno, no es seguro que lo logre.

Recursos: Formas en cartón con letras:
A (forma de corazón), F (forma de hexágono) T (forma de círculo), E (forma de triángulo).



12. La facilitadora o el facilitador explica a las y los adolescentes lo que significa la línea de tiempo. Luego reparte a cada participante una tarjeta que describe una enfermedad terminal y el tiempo de vida que le queda. Entonces les dice... “Su médico le ha enviado a cada uno información confidencial, con respecto a su salud y al tiempo de vida que les queda. Ustedes están convencidos de que el diagnóstico es correcto. Describan cómo cambiaría su vida esta noticia”.
13. Se da tiempo para que las y los participantes piensen y escriban sobre la pregunta anterior.

14. Luego presenta el siguiente planteamiento: "Si ustedes desean cambiar su vida en la dirección de los cambios que describen, ¿Qué los detiene para hacerlo ahora mismo?".
15. Se integran subgrupos de 4 personas y se les pide que comenten sus respuestas a la pregunta anterior.
16. En grupo se hacen comentarios sobre el ejercicio y como se sintieron.
17. Finalmente, se les guía en un proceso, para que el grupo analice, como se puede aplicar lo aprendido en su vida.

Recursos: Tarjetas con la situación para analizar. Papel, lápices.



60 Min

Dinámica 13

Descubramos el proyecto de vida

Objetivo: Reconocer la importancia de definir y aplicar estrategias para estructurar un proyecto de vida.

Descripción del procedimiento para su desarrollo:

1. La facilitadora o el facilitador da las indicaciones para realizar la actividad ¿Hacia dónde vas?. Les pide a las y los adolescentes que se paren hombro con hombro formando un círculo. Cada adolescente deberá taparse los ojos con un pañuelo, posteriormente, las y los participantes son contados, cada uno debe recordar el número que se le ha asignado.
2. Una vez que el círculo ya esté formado y estén numerados las y los participantes, con sus ojos vendados, se les pide que le hagan la siguiente pregunta a la persona que está a su derecha y también a la que está a su izquierda. "¿Hacia dónde vas?" Cada uno debe responder: "Hacia el logro de mis metas". Continúan

haciendo esto hasta que hayan escuchado por lo menos tres veces la pregunta junto con la respuesta.

3. La facilitadora y el facilitador advierte que las voces que están escuchando a su derecha e izquierda son esenciales para resolver el problema que les van a plantear, y que les de la señal para que todas y todos den vueltas por el salón con sus ojos vendados y mezclándose entre ellos. Deben estirar sus manos al frente para evitar golpearse entre sí.
4. Luego de haber dado vueltas por un minuto, deben regresar a su posición original según la numeración, parados hombro con hombro, formando de nuevo un círculo.
5. Las y los adolescentes pueden hablar mientras se reorganizan, pero lo único que pueden decir es ¿hacia dónde vas? Y, ¡hacia el logro de mis metas!
6. Ellos se pueden sorprender de la sucesión tan precisa que tendrá el círculo final. Cuando el círculo se ha formado la facilitadora o el facilitador les pregunta: ¿Cómo hiciste para encontrar tu lugar correcto en el círculo? y ¿Cuál fue tu estrategia?
7. Se forma pequeños grupos (2 o 3 personas) para que reflexionen con base en la actividad realizada, sobre la importancia de las estrategias y listen las estrategias utilizadas.
8. Se cierra la sesión recordando la importancia de definir y ejecutar las estrategias planificadas para el logro de cada meta específica, como parte del diseño del proyecto de vida.

Recursos: Pañuelos, hojas de papel, lápiz.



30 Min

Dinámica 14

Diseñando mi proyecto de vida

Objetivo: Lograr que cada participante diseñe su proyecto de vida.

Descripción del procedimiento para su desarrollo:

1. La facilitadora o el facilitador entrega una hoja y solicita a cada adolescente que dibuje su proyecto de vida.
2. Se forman parejas para que comenten y reflexionen sobre el ejercicio anterior. Y luego invita a que quienes lo deseen compartan con el grupo su dibujo.
3. Luego se les invita a crear su proyecto de vida en un papelógrafo considerando (Anexo 2):
 - Metas o sueños
 - Acciones para cumplirlas
 - Tiempo en que las cumplirás
 - Valoración de tus avances
4. Se explica y da ejemplos, asegurándose que el grupo ha comprendido la tarea. Se trata de acompañar cercanamente el proceso, facilitando la toma conciencia de lo que desea hacer y de lo que debe hacer para lograrlo.
5. Luego se les pide a cada adolescente, que identifique sus metas en corto, mediano y largo plazo para completar la actividad.
6. Tomando en cuenta al menos un deseo de cada participante, una meta, la pareja reflexionará sobre los medios para lograrlo: "acciones para cumplir la meta".
7. La facilitadora o el facilitador invita a las y los adolescentes a compartir su Proyecto de Vida con todo el grupo.

8. Se motiva a las y los adolescentes para que se comprometan con el Proyecto de vida realizado.
9. Se cierra la sesión recordando la importancia de contar con un Proyecto de Vida. Y cierra la sesión viendo el video #HablemosClaro porque tu proyecto de vida es la meta.
<https://www.youtube.com/watch?v=RF6y-LJPYbA>

Recursos: Hojas de papel, lápiz. Tarea: ver el video #Hablemos Claro sobre el proyecto de vida.



60 Min

Pautas de cierre de sesión

- Se felicita al grupo por su participación y les motiva a comenzar a partir de este momento la realización de su proyecto de vida.
- Invita a las y los participantes a la próxima sesión, en la se hablará de Género y Sexualidad, indicando la hora, el lugar y la fecha del próximo Encuentro Hablemos Claro.

Género y Sexualidad

Objetivo de la sesión: Reforzar el conocimiento de los conceptos de género, roles y estereotipos, y establecer su relación e importancia en la construcción de la sexualidad.

Idea clave: Es importante entender la diferencia entre sexo y género

- Definir género y sexo, y describir en qué difieren.
- Reflexionar sobre cómo se sienten acerca de su sexo biológico y género.

Idea clave: Las relaciones románticas pueden ser influidas negativamente por los roles de género y los estereotipos de género.

- Analizar el impacto de las pautas de género y los estereotipos de género en las relaciones románticas (normas en relación tanto con la masculinidad, como con la feminidad).
- Ilustrar cómo el abuso y la violencia en las relaciones están vinculados fuertemente con los papeles o roles y estereotipos de género.
- Reconocer el impacto de los roles y estereotipos de género dañinos en las relaciones.
- Analizar y cuestionar los papeles de género y los estereotipos de género dentro de las relaciones.

Idea Clave: La igualdad de género puede promover la toma de decisiones igualitarias acerca de la conducta sexual y los planes o proyecto de vida.

- Describir las características de la igualdad de género en una relación sexual.
- Enumerar las maneras en que los roles de género afectan las decisiones sobre el comportamiento sexual, el uso de anticonceptivos y los planes de vida.
- Analizar cómo los roles de género más equitativos pueden contribuir a una relación de pareja más saludable.
- Defender que la igualdad de género ayuda a formar relaciones de pareja más saludables.
- Desarrollar relaciones que estén enraizadas en la igualdad de género.

Dípticos de la sesión: ¿Conoces tus derechos sexuales y derechos reproductivos? y Ser hombre.

Pautas de inicio de sesión

- La facilitadora o el facilitador saluda al grupo y pregunta cómo se sienten hoy. Si tienen algún comentario o duda respecto a los temas de la sesión anterior. Escucha las respuestas, aclara dudas y refuerza la importancia del proyecto de vida.
- Luego prosigue presentando la Sesión Género y Sexualidad, sus objetivos y los temas que serán abordados.

Dinámica 15

Reconociendo los roles de género

Objetivo: Introducir al grupo en el tema referido a los roles de género.

Descripción del procedimiento para su desarrollo:

1. Para propiciar un clima de confianza y que las y los adolescentes se sientan cómodos para interactuar.

2. La actividad inicia presentando dos imágenes de una persona que lava platos y una que juega futbol, las cuales se encuentran en anexo 3. Imágenes: se les pide a las y los participantes que comenten sobre lo que ven en las imágenes A y cuál es el sexo de esas personas. Luego se presentan las dos imágenes B siguientes del anexo 3.
3. La facilitadora o el facilitador abre un espacio de reflexión sobre las distinciones entre sexo y género, e introduce sus conceptos.
4. Explica que en esta sesión se va a hablar de estos términos o conceptos, para aprender a utilizarlos correctamente.

Recursos: Papelógrafo, cinta pegante, marcadores.



10 Min

Dinámica 16

Identificando mitos

Objetivo: Reconocer la presencia de mitos en torno a la sexualidad y a los roles de género.

Descripción del procedimiento para su desarrollo:

1. La facilitadora o el facilitador solicita que cada participante se identifique señalando una característica, por ejemplo: soy alegre, creativa(o) dormilón(a), trabajador(a), con la que se define.
2. Luego de escuchar a las y los participantes, se acercan a quienes coinciden con características afines y forman un grupo, y quienes no coincidan se juntan en otro grupo. Resultando una muestra de dos grupos que se definen con el lema: "Somos diversas y diversos".

3. A cada uno de los dos grupos se le entrega una hoja de papel que contiene escrito 4 mitos, los cuales deben, leer en grupo, analizar, debatir y deconstruirlos.
4. Se les indica que, a través de escritos, frases o dibujos, representen la explicación de lo trabajado en el punto 3. Para esto, se entrega a cada grupo una cartulina, revistas, creyones, goma de pegar, u otro material que tengan disponible, para que plasmen su propuesta de trabajo. Ello debe arrojar ideas positivas e inclusivas.
5. Luego se organiza la plenaria donde cada equipo comenta sobre lo que han creado.

Mitos:

Para trabajar con adolescentes de 10 a 13 años

- Las vaginas huelen a flores
- El color azul es masculino y el rosado femenino
- La crianza de las hijas e hijos es tarea de las mamás
- Las mujeres son débiles
- No está bien que los hombres muestren sus sentimientos
- El cabello largo es femenino

Para trabajar con adolescentes de 14 a 17 años

- La heterosexualidad es lo normal
 - Los penes tienen que ser grandes
 - Usar métodos anticonceptivos es responsabilidad de la mujer
 - Sólo los hombres pueden optar por trabajos o cargos importantes
 - La homosexualidad es una enfermedad
 - La virginidad es lo máspreciado de una mujer
6. La facilitadora o el facilitador cierra la sesión explicando la realidad frente a cada mito

Recursos: Cartulinas, lápices, creyones, revistas, tijeras, creyones, goma de pegar y cinta adhesiva.



30 Min

Dinámica 17

Sexo y Género

Objetivo: Analizar y aclarar los conceptos sexo y género

Descripción del procedimiento para su desarrollo:

1. La facilitadora o el facilitador muestra al grupo un papelógrafo con un cuadro con casillas para sexo y género, que se encuentra en el anexo 4.
2. Las y los participantes dirán una palabra relacionada a cada concepto y la anotarán en la casilla correspondiente.
3. Quien facilita aclara y refuerza la distinción entre los conceptos de sexo y género.
4. Invita al grupo a analizar cada una de las palabras que escribieron y a decidir si está en la casilla correcta.
5. Las y los participantes reubican la palabra en la casilla que corresponda, luego de conocer las definiciones de sexo y género.

Recursos: Papelógrafo con cuadro con casillas para sexo y género, marcadores.



20 Min

Dinámica 18

Juego de conceptos

Objetivo: Lograr la apropiación de conceptos fundamentales en la EIS: sexo, género, roles de género, equidad de género.

Descripción del procedimiento para su desarrollo:

1. Se explica a las y los adolescentes que se hará un juego para aprendernos muy bien varios conceptos.

2. Se presenta la lista en un papelógrafo, los conceptos que se desean trabajar, y le entrega y se lee en grupo una ficha con conceptos y ejemplos, las cuales deben emparejar. Las fichas se encuentran en el anexo 5.
 - Sexo
 - Género
 - Rol de género
 - Discriminación
 - Estereotipos de género
 - Equidad de género
3. Las y los participante deben alinear con apoyo de quien facilita los conceptos, con sus definiciones y ejemplos hasta completar el cuadro. Se lee la ficha y se conversa a que concepto corresponde.
4. Seguidamente, la facilitadora o el facilitador plantea los conceptos que hayan resultado confusos, equivocados o polémicos. También se puede reflexionar respecto a las diferencias entre lo que entendían por un determinado concepto y la definición correcta.
5. Para finalizar, la facilitadora o el facilitador expresa:
¡Somos diferentes, pero no desiguales!

Recursos: Papelógrafo con cuadro de conceptos: fichas con definiciones y ejemplos. hojas de papel, lápices, cinta adhesiva.



40 Min

Dinámica 19

Feminidad y masculinidad

Objetivo: Lograr claridad conceptual respecto a la masculinidad y feminidad. Pautas de cierre de sesión.

Descripción del procedimiento para su desarrollo:

1. La facilitadora o el facilitador dirige una lluvia de ideas, en la cual las y los participantes definirán cómo es o que características tienen la feminidad y la masculinidad. En el anexo 6 se encuentra un cuadro modelo.
2. Luego presenta un papelógrafo con tres columnas: ¿Qué es lo masculino?, ¿qué es lo femenino? y ¿dónde aprendiste eso? Ver anexo 7.
3. Entrega una hoja de papel a cada participante y les pide que anoten en esa hoja las características que observan en las personas que son consideradas femeninas o masculinas.
4. Luego invita a quienes quieran participar levantando la mano, para leer su opinión en la hoja escrita.
5. La facilitadora o el facilitador, irá preguntando sobre características de lo femenino y lo masculino en diversos aspectos como, por ejemplo, la manera de vestir los aspectos físicos, el comportamiento, la manera de hablar, etc. y va anotando las características en el papelógrafo.
6. Se oyen todas las opiniones y al final se hace una conclusión sobre las características que ha señalado el grupo de participantes, resaltando que no hay una única forma de expresar lo masculino o lo femenino, que todas y todas tenemos características diversas masculinas y femeninas. Señala que la feminidad y la masculinidad son patrones de comportamiento asignados culturalmente y pueden ser cambiados.
7. Para cerrar, la facilitadora o el facilitador resalta que es preciso salir de los criterios, estereotipos y prejuicios que impiden vivir a plenitud, y crear nuevas feminidades y nuevas masculinidades, que superen las normas negativas de género.

Recursos: Papelógrafo, cinta pegante, hojas de carta, lápices, marcadores, letra de la canción.



Dinámica 20

Nuevas masculinidades

Objetivo: Visualizar cambios en los estereotipos de género para una sociedad más justa

Descripción del procedimiento para su desarrollo:

1. La facilitadora o el facilitador solicita 6 voluntarios para una dramatización.
2. Se trata de una familia, con mamá, papá, dos hijos hombres de 20 y 8 años y dos hijas de 18 y 6 años.
3. Están todos reunidos mientras la hija de 20 años está barriendo la casa, la mamá está cocinando y el papá ve la televisión.
4. La niña juega con muñecas y el niño con un palo que representa un rifle.
5. El hijo de 20 años, Juan, propone: Vamos a cambiar de actividades: Mamá ve la televisión, papá cocina, Ana, la hermana de 18 años se sienta a leer un libro, Juan se pone a barrer y los niños juegan con las muñecas.
6. Quien facilita pregunta a cada personaje ¿Cómo se siente en su nueva actividad? y registra las respuestas. Pregunta al grupo:
 - ¿Creen que es justo que se cambien los comportamientos o roles en la familia?
 - ¿Pierde algo el hombre al hacer tareas del hogar?
 - ¿Es justo que la mamá vea tv mientras papá cocina?
 - ¿Es un derecho de las mujeres descansar de las tareas de la casa y que los hombres las asuman?
 - ¿Serán menos hombres o menos mujeres por cambiar sus roles?
 - ¿Qué pensarán los vecinos si llegan y ven lo que está sucediendo?

7. Luego de escuchar las respuestas, se confirma que nadie se ve disminuido por cambiar de roles para ayudar a las mujeres de la familia.
8. Cierra exclamando: ¡Estamos logrando una sociedad más justa!, ¡Estamos construyendo nuevas masculinidades!

Recursos: Papelógrafo, hojas de carta, lápices, marcadores, letra de la canción.



40 Min

Pautas de cierre de sesión

- La facilitadora o el facilitador felicita a las y los participantes por sus aportes, destacando los diversos contenidos, reflexiones y aprendizajes de la sesión.
- Invita a la próxima sesión sobre de los derechos sexuales y derechos reproductivos de las y los adolescentes.

Derechos sexuales y derechos reproductivos de las y los adolescentes

Objetivo de la sesión: Promover el conocimiento de los derechos humanos, los derechos sexuales y derechos reproductivos de las y los adolescentes, para que se reconozcan como sujetos de derechos y los promuevan y los exijan.

Idea clave: Es importante conocer las creencias, las actitudes y los valores propios, cómo defenderlos y cómo impactan los derechos de los demás.

- Describir sus valores personales en relación con una serie de temas de sexualidad y salud sexual y reproductiva.
- Ilustrar como sus valores personales afectan sus propias decisiones y conductas.
- Identificar maneras en que los valores personales podrían afectar los derechos de los demás.
- Reconocer la importancia de ser tolerante y de respetar valores, creencias y actitudes diferentes.
- Defender sus valores personales.

Idea clave: Todas las personas tienen derechos humanos

- Definir que son los derechos humanos.
- Reconocer que todas las personas tienen derechos humanos y que éstos deben ser respetados.
- Expresar apoyo por los derechos humanos de las personas.

Idea clave: Es importante conocer y promover los derechos humanos que afectan la salud sexual y reproductiva

- Examinar maneras de promover los derechos humanos entre las amigas y amigos, la familia, los establecimientos educativos y la comunidad.
- Reconocer por qué es importante promover los derechos humanos que afectan la salud sexual y reproductiva, y el derecho a tomar decisiones referentes a la reproducción de manera libre de discriminación, coerción y violencia.
- Tomar medidas que promuevan los derechos humanos que afectan la salud sexual y reproductiva.

Díptico de la sesión: ¿Conoces tus derechos sexuales y derechos reproductivos?

Pautas de inicio de sesión

- La facilitadora o el facilitador saluda al grupo y pregunta cómo se sienten hoy. Si tienen algún comentario o duda respecto a los temas de la sesión anterior. Escucha las respuestas y refuerza los conceptos de sexo y género.
- Luego presenta la sesión sobre Derechos Sexuales y derechos reproductivos de las y los adolescentes, sus objetivos y los temas que serán abordados.

Dinámica 21

¿Qué entendemos por derechos?

Objetivo: Introducir al grupo en el tema de derechos sexuales y derechos reproductivos.

Descripción del procedimiento para su desarrollo:

1. Se inicia la sesión preguntando a las y los participantes ¿Qué entienden por derechos?
2. Luego de varias intervenciones del grupo, la facilitadora o el facilitador enuncia el concepto de derechos.

Recursos: Esta actividad no requiere recursos adicionales.



20 Min

Dinámica 22

¿Cómo has actuado?

Objetivo: Identificar actitudes de discriminación e incentivar al cambio de estos comportamientos

Descripción del procedimiento para su desarrollo:

1. La facilitadora o el facilitador inicia la sesión solicitando a las y los participantes colocarse de pie y en círculo. En el centro del círculo coloca la palabra sí y la palabra no. Le explica a las y los participantes que leerá una frase, y que deben responder moviéndose hacia el sí o el no, según sea su respuesta.
 - Has utilizado la palabra “amanerado”, o loca, para referirte a un amigo que tiene gestos delicados.
 - Utilizas la palabra “gay” para burlarte de alguien o insultarlo.
 - Usas la expresión “pareces un indio”.
 - Si algún muchacho expresa sus sentimientos llorando le dices “pareces una niña”.
 - Le dices a un amiga o amigo, qué gorda o gordo estás.
 - Utilizas en tu lenguaje común eso te pasa por negro.
 - Pareces una marimacha.
 - Es negrita, pero es bonita.
 - Ese muchacho es un mocho.
 - Consíguete un novio catire para que mejores la raza.

2. Luego, se registra cuántos "sí" y cuántos "no" tiene cada frase. Para ello se utilizará un papelógrafo a la vista de todas las personas participantes para que puedan observar sus respuestas (ver anexo 7).
3. Se resalta las respuestas de la columna del Si, explicando al grupo que son comportamientos discriminatorios.
4. Les indica que es conveniente revisar sus actitudes de discriminación hacia otras personas, por su orientación sexual, su origen étnico, su condición de afrodescendiente, o su pertenencia cultural.
5. Luego abre la discusión sobre la necesidad de modificación de los comportamientos discriminatorios, ya que se están vulnerando los derechos de las personas, quienes tienen derecho a vivir en un ambiente libre de discriminaciones, con dignidad y respeto.
6. Señala que es preciso realizar esfuerzos y colaborar en la construcción de espacios de equidad y respeto a los derechos humanos.
7. Enfatizará en la importancia que tiene la manera como nos expresarnos cuando nos referimos a otras y otros, ya que posiblemente se está descalificando y discriminando a esas personas.
8. La facilitadora o el facilitador pedirá a las y los participantes comentar con una frase, cómo se sintieron en esta actividad.
9. Cada participante describe cómo se sintió en la sesión, rescatando algún malestar al reconocer que ha asumido conductas discriminatorias hacia otras personas, violando sus derechos.
10. Para cerrar la dinámica, se le solicita al grupo emitir algunas conclusiones a las que conducen el ejercicio y las reflexiones. Toma nota de las respuestas y fortalece las intervenciones orientadas al cambio de actitudes para fortalecer los derechos de todas las personas.

Recursos: Tabla en el papelógrafo, cinta pegante, marcadores.



40 Min

Dinámica 23

Nuestros derechos sexuales y derechos reproductivos

Objetivo: Que las y los participantes conozcan los derechos sexuales y los derechos reproductivos, promuevan su ejercicio y se reconozcan como sujetas y sujetos de derechos.

Descripción del procedimiento para su desarrollo:

1. La facilitadora o el facilitador escribe la palabra Derecho en un papelógrafo para iniciar el tema. Solicita a las y los participantes que expresen lo que entienden por Derechos Humanos.
2. Registra las respuestas en el papelógrafo y las complementa presentando la definición de Derechos Humanos.
3. Luego pregunta al grupo: ¿Las y los adolescentes tienen Derechos Sexuales y Derechos Reproductivos?, toma nota de las respuestas y presenta la definición de derechos sexuales y derechos reproductivos, destacando que las y los adolescentes deben gozar de estos derechos.
4. Invita a las y los adolescentes a reflexionar sobre las experiencias que hayan vivido o visto con respecto al ejercicio de los derechos sexuales y derechos reproductivos.
5. Luego pide las y los participantes que levanten la mano y tomen la palabra para compartir y comentar con el grupo su experiencia.
6. Culmina la dinámica con comentarios de la facilitadora o el facilitador sobre el disfrute de los derechos sexuales y derechos reproductivos.

Recursos: Papelógrafo, cinta pegante, marcadores.



40 Min

Dinámica 24

Vulneración de los derechos

Objetivo: identificar situaciones en las que se vulneran los derechos sexuales y derechos reproductivos

Descripción del procedimiento para su desarrollo:

1. La facilitadora o el facilitador explica el concepto de vulneración, como el irrespeto o violación a los derechos establecidos.
2. A continuación, presenta a las y los participantes tarjetas con cada uno de los derechos sexuales y derechos reproductivos, solicitando que cada participante escoja una tarjeta y escriba en una hoja de papel, ejemplos de situaciones en las que consideran que se ha vulnerado el derecho presentado en la tarjeta.
3. Luego, cada participante lee sus ejemplos y recibe comentarios del grupo y de la facilitadora o el facilitador.
4. Comenta las respuestas, identificando aciertos y desaciertos, complementando la información que considere pertinente.

Recursos: Tarjetas con los derechos sexuales y derechos reproductivos, papel, lápices.



40 Min

Dinámica 25

Completa la frase

Objetivo: Fortalecer los aprendizajes adquiridos en torno a los derechos sexuales y los derechos reproductivos y lograr su apropiación para respetarlos y hacerlos respetar.

Descripción del procedimiento para su desarrollo:

1. La facilitadora o el facilitador presenta en el papelógrafo varias frases sobre los derechos sexuales y derechos reproductivos y solicita que cada una/o de las y los participantes completar cada frase:
2. Completa la frase:
 - “Para mí un derecho sexual es...”
 - “Para mí un derecho reproductivo es...”
 - “Sentí que me vulneraron un derecho cuando...”
 - “Yo pienso que la responsabilidad de hacer cumplir los derechos es de...”
3. Solicita a cada participante expresar en voz alta la frase completada con sus aportes.
4. Comenta todas las intervenciones.
5. Para cerrar la dinámica, presentará una lámina en papel con el Artículo 50 de La ley Orgánica para la Protección del Niño, Niña y Adolescente (LOPNNA)

Recursos: Papelógrafo, marcadores, lámina con el Artículo 50 “Salud sexual y reproductiva de la LOPNNA”



40 Min

Cierre de la sesión:

- La facilitadora o el facilitador felicita al grupo por su participación, y les pide a las y los participantes una palabra o frase que recoja su principal aprendizaje del día.
- Destaca los principales aprendizajes y reflexiones de la sesión, reforzando las ideas centrales del encuentro. Luego les invita a participar en la próxima sesión sobre violencia basada en género, recordando la hora, el lugar y la fecha de la actividad.

Violencia Basada en Género (VBG)

Objetivo de la sesión: Lograr que las y los participantes manejen el concepto de Violencia Basada en Género, conozcan los diferentes tipos de VBG contenidos en la Ley Orgánica sobre el Derecho de las Mujeres a una vida libre de violencia, desarrollen habilidades para no aceptarlos ni replicarlos, y para la prevención.

Idea Clave: Es importante manejar el concepto de Violencia Basada en Género (VBG) y las diversas modalidades a través de las cuales se expresa.

- Enumerar diversas formas de violencia de género: violencia sexual, acoso sexual, violencia psicológica, violencia doméstica, violencia patrimonial y económica, violación, trata de mujeres, niñas y adolescentes, prostitución forzada, violencia en las redes sociales: sexting y grooming.
- Identificar espacios donde la violencia de género pueda ocurrir, incluidos la escuela, el hogar, amigos o en internet.
- Reconocer que todas las formas de violencia de género constituyen una violación de los derechos humanos.
- Reflexionar sobre las relaciones, la pareja, el noviazgo y los valores.
- Reconocer que la denuncia de la VBG es una medida para preservar el bienestar y la vida.
- Identificar las instituciones ante las cuales se deben realizar las denuncias de VBG y diseñar un directorio para tenerlo a la mano, en caso de necesitarlo.

Idea clave: Es importante entender que la violencia puede darse en el seno de la familia y que las figuras parentales pueden ejercer acoso o violencia sexual.

- Identificar conductas que expresan diversos tipos de violencia de género que pueden ocurrir entre los padres o hacia las hijas o los hijos, entre hermanos u otros miembros de la familia o amigos muy cercanos. Por ejemplo, tocar las partes del cuerpo de las niñas o los niños y adolescentes que cubren la ropa, invitarles a ver pornografía, tener relaciones sexuales orales, anales o vaginales.
- Reconocer que la violencia en la familia es nociva para sus integrantes.
- Estructurar estrategias para recibir apoyo y defensa frente a la violencia.

Idea clave: Las imágenes y los medios sexualmente explícitos son fácilmente accesibles a través de las redes sociales y pueden promover estereotipos de género dañinos.

- Definir y describir los medios sexualmente explícitos, como la pornografía, el sexting y el grooming.
- Explicar que los medios sexualmente explícitos como la pornografía con frecuencia presentan las relaciones sexuales de manera irreal y plenos de violencia.
- Percibir que los medios sexualmente explícitos pueden ser engañosos, mediante la representación incorrecta de los hombres, las mujeres y las relaciones.
- Solicitar apoyo a un adulto de confianza para aclarar los mensajes sexuales provenientes de los medios de comunicación.

Dípticos sesión: Noviazgo en la adolescencia ¿Disfrute o tormento? y Comprendiendo la Violencia Basada en Género.

Pautas de inicio de la sesión

- La facilitadora o el facilitador saluda al grupo creando un clima de apertura y empatía inicial. Retoma la sesión anterior preguntado a las y los participantes si tienen algún comentario o reflexión sobre los Derechos Sexuales y Derechos Reproductivos de las y los adolescentes.
- Luego introduce la sesión sobre Violencia Basada en Género, explicando brevemente el tema que se abordará.

Dinámica 26

Identificando la VBG

Objetivo: Introducir a las y los adolescentes en el tema de la Violencia Basada en Género (VBG)

Descripción del procedimiento para su desarrollo:

1. La facilitadora o el facilitador explica al grupo que van a tratar un tema fundamental para el ejercicio de los derechos humanos y para la vida de las personas, especialmente para las mujeres de todas las edades.
2. Voy a presentar en el papelógrafo varias situaciones y ustedes van a identificar en cuáles hay violencia hacia la mujer.
 - Le revisa el celular
 - ¡Estás muy bonita!
 - ¡Qué gorda estás!
 - ¡Qué inteligente!
 - ¡No sirves para nada!
 - El papá reclama porque la comida no está lista
 - Le habla con gritos
 - ¡Te explico para que lo entiendas!
 - ¡Mujer tenías que ser!

3. La facilitadora o el facilitador toma nota de las respuestas del grupo. Luego indica las respuestas correctas señalando cómo la VBG está naturalizada en nuestra cultura e invita al grupo a conocer más sobre este tema.

Recursos: Papelógrafo y marcadores.



15 Min

Dinámica 27

Analizando el concepto de Violencia Basada en Género - VBG

Objetivo: Lograr que las y los adolescentes manejen el concepto de Violencia Basada en Género (VBG) y conozcan los tipos de VBG contenidos en la Ley Orgánica sobre el Derecho de las Mujeres a una vida libre de violencia.

Descripción del procedimiento para su desarrollo:

Grupo de 10 a 13 años

- Coloca en la pared, en dos hojas de papelógrafo, los 25 tipos de violencia contenidos en la Ley de Derecho de Las Mujeres a Una Vida Libre de Violencia. Ver anexo 8.
- Cada participante elige un tipo de violencia y la define, según la información que maneja.
- Quien facilita, escoge con el grupo las formas de violencia que desean profundizar, y conforman pequeños grupos y se asigna a cada grupo una forma de violencia seleccionada.
- Cada grupo identifica, con apoyo de la facilitadora o el facilitador, posibles ejemplos o formas de violencia y cómo se manifiestan estas formas de violencia en su casa, la calle, una fiesta o cualquier otro espacio.

Grupo de 14 a 17 años

- La facilitadora o el facilitador coloca en la pared o en el piso los tipos de violencia contenidos en la Ley del Derecho de las Mujeres a una vida Libre de Violencia, de modo que puedan leerse.
- Presenta un papelógrafo con una ficha que contiene diversos comportamientos frecuentes en el noviazgo. Cada participante lee los conceptos descritos en la ficha colocada e identifica si son comportamientos violentos, y registra sus respuestas en una hoja de papel.
- Se solicita a cada participante que lea en voz alta sus respuestas, y se toma nota de las respuestas y las complementa o corrige, si fuera necesario.
- Quien facilita, escoge con el grupo las formas de violencia que desean profundizar.
- Conformar cuatro grupos y asignar a cada grupo una forma de violencia seleccionada.
- Cada grupo identifica, con apoyo de la facilitadora o el facilitador, posibles ejemplos o formas de violencia, cómo se manifiestan estas formas de violencia en su casa, la calle, una fiesta o cualquier otro espacio.
- Cada grupo presenta su trabajo y recibe comentarios y preguntas del grupo y de la facilitadora o el facilitador.

Recursos: Papelógrafo con la Ley del Derecho de las Mujeres a una vida Libre de Violencia, papelógrafo con ficha de comportamientos en el noviazgo, marcadores, cinta pegante, hoja con el concepto de VBG, Hojas tamaño carta, lápices. Ley Orgánica sobre el Derecho de las Mujeres a una vida libre de violencia.



Reconocer y brindar apoyo a quienes son víctimas de VBG

Objetivo: Identificar pasos clave para reconocer situaciones de VBG y reconocer la importancia de mostrar solidaridad y apoyo a la persona víctima de violencia.

Descripción del procedimiento para su desarrollo:

1. La facilitadora o el facilitador retoma el concepto de Violencia Basada en Género (VBG) y explica a las y los participantes la importancia de seguir cinco pasos fundamentales para reconocerla y brindar apoyo a quienes son víctimas de VBG.
2. Presenta un papelógrafo los 5 momentos:
 - Visibilizar la situación: ya que en muchos casos pasa desapercibida por la naturalización que se suele dar a muchas conductas violentas.
 - Identificar e investigar: en torno al tipo de agresor y frecuencia del hecho.
 - Ser sororaria y comprender: comprender y ofrecer sororidad a la víctima de violencia. Sororidad significa brindar solidaridad entre las mujeres para apoyarse mutuamente.
 - Acompañar, ayudar a la mujer: acompañarla y apoyarla para que haga la denuncia y brindarle medidas de protección.
 - Remitir a los servicios de salud y apoyo psicosocial para que reciba la atención adecuada.
3. Seguidamente, se divide al grupo en 4 subgrupos y los invita a presentar situaciones de VBG, que hayan conocido, en el grupo de amigas, en la familia o en la comunidad, analizarlas y canalizarlas con base en los cinco puntos planteados.

4. Luego de 20 minutos, se solicita a cada grupo presentar en plenaria, los resultados de su trabajo.
5. Se hacen las preguntas que consideren para aclarar la información y ofrecen comentarios complementarios.
6. Para cerrar la actividad la facilitadora o el facilitador presenta una lámina con la señal para pedir auxilio en caso de estar siendo víctima de violencia y solicita que la imagen se difunda en todas las RRSS.

Así es la señal de socorro para identificar la violencia de género

1

Situa la palma de tu mano con el pulgar doblado



2

cierra el puño y esconde el pulgar entre tus dedos



Recursos: Papelógrafo con los momentos para reconocer y brindar apoyo a quienes son víctimas de VBG. Cinta pegante, papel, lápices. Lamina, afiche u hoja impresa sobre Señal de socorro en VBG.



60 Min

Dinámica 29

Violencia en el noviazgo

Objetivo: Informar y sensibilizar en torno a la violencia en el noviazgo, sus características e impacto en las y los adolescentes.

Descripción del procedimiento para su desarrollo:

1. La facilitadora o el facilitador explica al grupo que van a abordar un tema muy importante para la salud física y mental de las y los adolescentes: La violencia en el noviazgo.
2. Seguidamente presenta en un papelógrafo que coloca en la pared, un listado de 10 comportamientos frecuentes entre parejas adolescentes (ver anexo 9) e invita a 10 participantes a leerlos en voz alta, de uno en uno por participante:
 - ¿Te dice cómo tienes que vestirte?, ¿Si vas de alguna manera que no le gusta se pone bravo contigo?
 - ¿Se molesta si atiendes y dedicas más tiempo a tus amistades o familiares del que él considera necesario?
 - ¿Controla tu móvil y tus redes sociales? O ambos.
 - ¿Tienes que informarle de tus horarios?
 - ¿Organiza tu tiempo libre?, ¿Sientes que en los ratos libres tienes que consultarle en que invertir tu tiempo?
 - ¿Cuándo tienen una discusión, en la mayoría de las ocasiones cedes tu aunque tengas la razón porque podría pasarse días sin hablarte?
 - ¿Te hace sentir que vales muy poco si no estás a su lado?
 - ¿Temes cómo decirle algunas cosas porque sabes que su reacción puede ser desproporcionada?
 - ¿Te trata como si fuera tu padre/madre en lugar de tu pareja?
 - ¿Sientes miedo?
3. La facilitadora o el facilitador pregunta: ¿Observan signos de violencia en los comportamientos presentados?
4. Solicita que, en forma individual, en voz alta, indiquen el comportamiento que considere expresión de violencia.

5. Luego de varias intervenciones (al menos 10) la facilitadora o el facilitador aclara que todas y todos son comportamientos violentos.
6. Se forma cuatro subgrupos y solicita que conversen y anoten para luego compartir con el grupo, cuáles son las consecuencias que puede tener en las y los adolescentes de la violencia en el noviazgo. Les otorga 15 minutos.
7. La facilitadora o el facilitador escucha las presentaciones y las complementa con un papelógrafo contentivo de las consecuencias que puede tener la violencia en el noviazgo en las y los adolescentes. Para ello puede apoyarse en el cuadro del anexo 10.
8. Comenta que la violencia puede provenir también de las novias, sin embargo, su frecuencia es significativamente menor. Destaca que es importante reconocer cuando se está en una relación que puede ser de riesgo y/o alertar a una amiga o familiar que esté en una relación de violencia. Lo indicado es cortar la relación.

Recursos: Papelógrafos, marcadores, papel, lápices. cinta pegante.



60 Min

Dinámica 30

¿Qué es el Violentómetro?

Objetivo: Identificar una herramienta de gran utilidad para reconocer conductas de VBG.

Descripción del procedimiento para su desarrollo:

Grupo de 10 a 13 años

1. La facilitadora o el facilitador presenta a las y los participantes el Violentómetro, instrumento creado para

que las personas reconozcan si están siendo víctimas de VBG.

2. Cada participante lee los indicadores de VBG que se presentan en el Violentómetro y observa que la violencia va siempre en ascenso. Esto indica que deben controlarse a tiempo estos comportamientos para evitar que se incrementen y puedan llegar hasta su grado más alto: el femicidio.
3. Si conoces a alguien en una situación de violencia, o tú estás en esa situación, debes hablar con un adulto de confianza para contarle lo que sucede y solicitar ayuda.

Grupo de 14 a 17 años

1. La facilitadora o el facilitador presenta a las y los participantes el Violentómetro, instrumento creado para que las personas reconozcan si están siendo víctimas de VBG.
2. Cada participante lee los indicadores de VBG que se presentan en el Violentómetro y observa que la violencia va siempre en ascenso. Esto indica que deben controlarse a tiempo estos comportamientos para evitar que se incrementen y pueda llegar hasta su grado más alto: el femicidio.
3. Indica algunas instancias a las cuales acudir en casos de VBG: Ministerio público, Juzgado de Paz Comunal, Prefecturas y Jefaturas Civiles, CICPC, Órganos de Policía Nacional o Municipal y Unidades de Comando Fronterizo de la Fuerza Armada Nacional Bolivariana. Éstas son Instituciones que tienen la obligación de orientar y dar respuestas a estos casos.
4. Indica al grupo las diversas rutas para salir de la violencia, tanto de la personal, como de la institucional, recalcando que la violencia contra las mujeres y las niñas siempre es una violación de sus Derechos Humanos.
5. Destaca que cuando una mujer reconoce que tiene una pareja violenta, debe buscar orientación profesional.

6. Para cerrar, destaca que al ayudar a otra persona para que realice la denuncia se debe verificar si hay señales de violencia física, e intervenir de manera discreta y con el consentimiento de la persona afectada.
7. Indica también, que es preciso escuchar con atención y respeto, sin juzgar ni criticar, buscar apoyo profesional, legal y psicológico, apoyándola en el reconocimiento de sus derechos.

Recursos: Violentómetro.



30 Min

Dinámica 31

Violencia en las Redes sociales - RRSS

Objetivo: Identificar mensajes de violencia en las redes sociales RRSS

Descripción del procedimiento para su desarrollo:

Grupo de 10 a 13 años

1. Se pregunta al grupo en plenaria: ¿Quién me puede comentar algún mensaje o actividad que exprese violencia en las redes sociales?
2. Luego toma nota de las respuestas y repregunta: ¿Cómo afectan a las niñas, niños o adolescentes estos mensajes violentos? ¿Creen que con mensajes en las redes pueden hacer daño a niñas, niños o adolescentes?
3. La facilitadora o el facilitador, junto con el grupo, analizan las respuestas. Señala que estos mensajes y conexiones pueden afectar de manera severa a niñas/os o adolescentes, causándoles problemas en su bienestar y su salud mental.
4. Luego aborda algunos ejemplos de Sexting y de Grooming

presentando una lámina en papelógrafo con ambos conceptos.

5. Cierra señalando que, ante cualquier mensaje sospechoso, se debe bloquear a quien envía el mensaje. Muchos niños y adolescentes han tenido desenlaces graves por chantajes relacionados con estos mensajes.

Grupo de 14 a 17 años

1. La facilitadora o el facilitador pregunta al grupo: ¿Quién me puede comentar algún mensaje o actividad que exprese violencia en las redes sociales?
2. Se toma nota de las respuestas y repregunta: ¿Cómo afectan a las niñas, niños o adolescentes estos mensajes violentos? y ¿Creen que con mensajes en las redes se puede hacer daño a niñas, niños o adolescentes?
3. Analiza las respuestas y comenta que estos mensajes y conexiones pueden afectar de manera severa a niñas, niños o adolescentes, causándoles problemas en su bienestar y su salud mental.
4. Explica que el abuso sexual puede ocurrir en las redes. Aunque no se vean personalmente, ni se toquen, muchos acosadores pueden causar mucho daño, llevando incluso al suicidio en a niñas, niños o adolescentes.
5. Luego la facilitadora o el facilitador aborda algunos ejemplos de Sexting y de Grooming, presentando una lámina en papelógrafo con ambos conceptos.
6. Cierra señalando que, ante cualquier mensaje sospechoso, se debe bloquear a quien envía el mensaje. Muchas niñas, niños o adolescentes han tenido desenlaces graves por chantajes relacionados con estos mensajes.

Recursos: Hoja de papelógrafo con conceptos de Sexting y Grooming, cinta pegante.



30 Min

Cierre de la sesión

- La facilitadora o el facilitador felicita a las y los participantes por su desempeño y las/os invita a la próxima sesión, en la se hablará de salud sexual y salud reproductiva.
- Indica que construiremos una Pulsera Menstrual, para esta actividad deberán traer cuentas o bolitas de colores de plástico, círculos de cartulina o cartón, caracolitos de pasta u otro material, nailon fino, ligas, elástico o pabilo para ensartar las cuentas. Pintura de color rojo, blanco, negro y rosado u otros para pintar las cuentas de la pulsera y tijeras. El número de cuentas en total es de 28: 5 Cuentas Rojas, 10 Blancas, 3 negras y 10 Rosadas. Pueden ser de otros colores, pero se debe mantener la cantidad mínima de cuentas por color que se acaba de mencionar, para un ciclo menstrual de 28 días.

Salud Sexual y Salud Reproductiva

Objetivo de la sesión: Conocer y apropiarse de los conceptos fundamentales referidos a la salud sexual y la salud reproductiva, y sus características en la etapa de la adolescencia.

Idea clave: Es fundamental para todas las personas, y especialmente para las y los adolescentes, conocer los conceptos de Salud Sexual y Salud Reproductiva.

- Identificar temas clave en Salud Sexual y Salud Reproductiva para las y los adolescentes.
- Reconocer creencias y mitos en torno a la salud sexual y la salud reproductiva.
- Reflexionar en torno a la necesidad de obtener información veraz en Salud Sexual y Salud Reproductiva para preservar la salud y el bienestar durante la adolescencia.
- Sustituir los conceptos errados con los conocimientos adquiridos.
- Transmitir a sus pares información en Salud Sexual y Salud Reproductiva para ayudarlos a preservar su salud.

Idea clave: Disfrutar de una sana Salud Sexual y Salud Reproductiva se evidencia en un estado de bienestar físico, emocional, mental y social relacionado con la sexualidad y no sólo en no padecer alguna enfermedad, disfunción o debilidad.

- Identificar valores personales en relación con temas fundamentales en la salud sexual y salud reproductiva.
- Visualizar cómo los valores personales afectan las decisiones y conductas propias.

- Identificar maneras en que los valores personales podrían afectar los derechos de los demás.
- Reconocer la importancia de respetar y proteger los Derechos Sexuales y Derechos Reproductivos para preservar la Salud Sexual y Salud Reproductiva.
- Conocer y poner en práctica los factores protectores individuales para preservar la Salud Sexual y Salud Reproductiva.
- Defender los Derechos Sexuales y Derechos Reproductivos y los valores personales para lograr una vida saludable.

Idea clave: La higiene de los genitales es importante para preservar la Salud Sexual y Salud Reproductiva.

- Conocer el aparato reproductor y su fisiología.
- Describir prácticas de higiene personal.
- Valorar la importancia de la higiene personal para preservarla Salud Sexual y Salud Reproductiva
- Aplicar los conocimientos acerca de la higiene de los genitales para mantenerse sanas y sanos.

Dípticos de la sesión: ¿Conocer los Métodos de Protección y Prevención? Métodos Anticonceptivos. ¿Cómo proteger la salud sexual en la adolescencia? ¿Cómo está tu salud sexual y tu salud reproductiva?

Pautas de inicio de la sesión:

- La facilitadora o el facilitador saluda al grupo y creando un clima de apertura y empatía inicial. Retoma la sesión anterior preguntado sobre sus aprendizajes y reflexiones entorno a la violencia basada en género. Se aclaran dudas, se orienta y se refuerzan los conceptos básicos.
- Luego introduce la sesión sobre Salud Sexual y Salud Reproductiva, explicando brevemente el tema que se abordará.

- Pauta de cierre de la sesión
- La facilitadora o el facilitador felicita a las y los participantes por su desempeño en la actividad y les pregunta que están dispuestos a hacer para cuidar a partir de ahora su salud sexual y su salud reproductiva.
- Al concluir la ronda de cierre, les invita a la próxima sesión sobre riesgos en la salud sexual y salud reproductiva de las y los adolescentes.

Dinámica 32

¿Y cómo es nuestro cuerpo?

Objetivo: Conocer la anatomía del aparato reproductor femenino y del aparato reproductor masculino y la higiene requerida para su protección.

Descripción del procedimiento para su desarrollo:

1. Se organiza al grupo en cuatro subgrupos.
2. Entrega a cada grupo una hoja de papelógrafo y marcadores, y les asigna la tarea:
 - **Grupos 1 y 2:** Dibujar el aparato reproductor femenino y hacer un listado de acciones para la higiene de los genitales femeninos.
 - **Grupos 3 y 4:** Dibujar el aparato reproductor masculino y hacer un listado de acciones para la higiene de los genitales masculinos.
3. Indica que tienen 15 minutos para hacer el trabajo solicitado.
4. Luego, en plenaria, cada subgrupo presenta y explica su respectivo diseño o listado.
5. Las y los participantes hacen comentarios y preguntas a cada presentación. Quien facilita comenta cada trabajo y realiza las correcciones u observaciones pertinentes.

6. Seguidamente presenta láminas en papelógrafo con el aparato reproductor de la mujer y del hombre y un listado de acciones para su higiene.
7. Presenta al grupo el desplegable UNFPA: ¿Cómo está tu salud sexual y tu salud reproductiva?, y solicita lean, compartan y comenten:
¿Qué es la Salud Sexual y Salud Reproductiva?
8. ¿Cómo se realiza la higiene de los genitales? Otorga 10 minutos.
9. Concluye solicitando un aplauso para el grupo, que ahora sabe cuidar su salud sexual y salud reproductiva.
- 10.

Recursos: Papelógrafos con el aparato reproductor de la mujer y del hombre, papelógrafo con las recomendaciones para la higiene de los genitales en mujeres y en hombres, marcadores de colores, cinta adhesiva, lápices.



40 Min

Dinámica 33

Cuidar nuestra salud sexual y la salud reproductiva

Objetivo: Reconocer la importancia de la salud sexual y la salud reproductiva.

Descripción del procedimiento para su desarrollo:

1. La facilitadora o el facilitador pregunta al grupo:
 - ¿Cuál es la importancia de la Salud sexual y la salud reproductiva?
2. Escucha las respuestas y responde señalando explicando y aclarando los conceptos y elementos necesarios.
 - ¿Cómo está tu salud sexual y tu salud reproductiva? y ¿Qué estas dispuesto hacer para cuidar tu salud sexual y reproductiva?

Recursos: Esta actividad no requiere recursos adicionales.



15 Min

Dinámica 34

¡A ver si adivinan!

Objetivo: Conocer la fisiología del aparato reproductor femenino y del aparato reproductor masculino.

Descubriendo el significado de las palabras

1. La facilitadora o el facilitador solicita al grupo que se formen en parejas y entrega una tarjeta a cada pareja.
2. Indica que cada tarjeta contiene la descripción de una palabra, y que deben identificar a qué se refiere. Las tarjetas contienen las siguientes palabras y descripciones:
 - Menarquia.
 - Espermarquia
 - Ciclo menstrual
 - Ovulación
 - Fecundidad
 - Eyaculación
 - Embarazo
 - Menstruación
 - Masturbación
 - Orgasmo
 - Masculinidades

3. Dispondrán de 10 minutos para identificar el significado de cada una de las palabras.
4. En plenaria, cada pareja lee al grupo el texto de la tarjeta, indicando a que palabra corresponde. La facilitadora o el facilitador les invita a indicar si están correctas las respuestas, dando las orientaciones necesarias, y celebrando las respuestas correctas. (ver anexo 12).

Tiempo: 20 min.

Hablemos de la menstruación

5. Se solicita a 3 voluntarias leer en voz alta los textos de las tarjetas sobre ovulación, menstruación y ciclo menstrual. Las tarjetas se encuentran en el anexo 11.
6. Cada participante lee su tarjeta y solicita comentarios las participantes. Ratifica de que no hay por qué esconder la menstruación y comenta que hay pulseras que se usan para visualizar los días del flujo menstrual, de manera de estar preparadas, para la fecha en que viene la menstruación y prever las toallas sanitarias y la higiene.

Invita a las y los participantes a elaborar pulseras, a su gusto, siguiendo el esquema que se presenta en la lámina para conocer el ciclo de la menstruación. (Manual para la formación de promotoras y promotores en salud sexual y reproductiva para jóvenes y adolescentes. Pág. 14).
- 7.

Diseñemos nuestra pulsera menstrual (ver el anexo 10)

8. Invita a las y los adolescentes a crear una pulsera menstrual, siguiendo el proceso presentando la lámina de ciclo menstrual. En el caso de los adolescentes, se destaca la importancia de que conozcan el ciclo menstrual y se les invita hacer la pulsera para obsequiarla a una amiga o familiar.
9. Presenta dos imágenes de pulseras, dibujadas en un papelógrafo, explicando que es una manera rápida de recordar las fases del ciclo menstrual.

10. Explica que para crear la pulsera menstrual se necesitan 28 cuentas de plástico, madera o círculos de cartulina, caracolitos de pasta u otro material, las cuales se ensartan en un cordón elástico. El nudo se deja con dos puntas largas que sirven como marcador para la posición inicio del ciclo menstrual. Para un ciclo de 28 días se necesitan: 5 cuentas rojas: Menstruación; 10 blancas y 3 negras: días NO fértiles y 10 rosadas: días fértiles.
11. Una vez concluidas las pulseras, las deben colocar en sus brazos y mostrarlas con orgullo.

Recursos: 11 Tarjetas con los textos de los conceptos enumerados. Lámina ciclo menstrual. Para la pulsera: cuentas o bolitas de plástico, círculos de cartulina o cartón, caracolitos de pasta u otro material, cuentas de colores, nailon fino, ligas, elástico o pabilo para ensartar las cuentas. Pintura de color rojo, blanco, negro y rosado u otros para pintar las cuentas de la pulsera, manteniendo el número de cuentas para cada etapa del ciclo menstrual, tijeras.



Dinámica 35

Ser hombre: Las masculinidades positivas

Objetivo: Conocer acerca de la masculinidad y sus expresiones.

Hablemos de masculinidad

1. Se solicita voluntarios para hacer una dramatización o teatro sobre lo que cómo es la masculinidad y les da 10 minutos para diseñarla. El grupo seleccionado presenta su dramatización.

2. Quien facilita solicita a las y los participantes que comenten lo que vieron y que identifiquen las características resaltantes sobre la masculinidad, y va escribiendo en el papelógrafo las características identificadas.
3. Luego comenta los rasgos resaltantes y propone hacer una revisión y análisis acerca de los riesgos de dichos comportamientos.
4. Se divide al grupo en 4 subgrupos y les entrega la Cartilla UNFPA denominada Ser hombre, como material de apoyo para leer y conversar sobre los comportamientos de los hombres.
5. Luego se les pide compartir sus reflexiones sobre los planteamientos presentados en la cartilla y sobre lo que significa realmente la masculinidad.
6. Se cierra la actividad destacando que no hay un patrón único para expresar y vivir la masculinidad, ni la femineidad. Cada cultura, región, momento histórico pueden tener diferentes formas de expresar la masculinidad, por lo que se debe hablar de masculinidades. (Manual para la formación de promotoras y promotores en salud sexual y reproductiva para jóvenes y adolescentes. Pág. 23).

Tiempo: 40 min.

Recursos: Esta actividad no requiere recursos adicionales.



60 Min

Dinámica 36

Buzón de inquietudes

Objetivo: Identificar los valores y recursos clave para preservar la salud sexual y reproductiva: Factores protectores.

Descripción del procedimiento para su desarrollo:

1. En una caja de cartón (buzón) hay 12 tarjetas con textos con situaciones referidas a la salud sexual y salud reproductiva de las y los adolescentes y otras 12 tarjetas con la palabra responder. Las tarjetas se encuentran en el anexo 13 y 14.
2. Cada participante, sin ver, saca una tarjeta y la lee al grupo. Si dice responder, espera hasta que otra/o compañera saque una con una situación, a la cual debe responder.
3. Se registra cada respuesta en una hoja de papel y solicita al grupo que comente la respuesta y haga alguna las observaciones que considere pertinente.
4. Pregunta si hay riesgos en cada situación planteada y cuál debería ser la conducta para prevenir los riesgos. Si las y los participantes no identifican los riesgos, la facilitadora o el facilitador los señala.
5. Luego se presenta una lámina de papelógrafo con la definición de factores protectores, la explica y muestra un listado de los factores protectores individuales y los factores protectores del entorno.
6. Retoma cada respuesta y pide a las y los participantes que identifiquen el factor protector deseable, presente o ausente en cada caso.
7. Se identifican los factores protectores deseables en cada situación, para preservar la Salud Sexual y Salud Reproductiva.

Recursos: Caja de cartón para el buzón. 12 tarjetas numeradas con las situaciones planteadas. 12 tarjetas, cada una con un dígito del 1 al 12 con la palabra RESPONDER. Un juego de tarjetas para el grupo de 10 a 13 años y otro para el grupo de 14 a 17 años. Cartulina, papel bond, marcadores, lápices, tijeras, reglas. (para elaboración de tarjetas).



45 Min

Pauta de cierre de la sesión

- La facilitadora o el facilitador felicita a las y los participantes por su desempeño en la actividad y les pregunta que están dispuestos a hacer para cuidar a partir de ahora su salud sexual y su salud reproductiva.
- Al concluir la ronda de cierre, les invita a la próxima sesión sobre riesgos en la salud sexual y salud reproductiva de las y los adolescentes.

Riesgos en la salud sexual y salud reproductiva de los adolescentes

Objetivo de la sesión: Conocer los riesgos que amenazan la salud sexual y la salud reproductiva de las y los adolescentes, el impacto en sus vidas y los recursos para la prevención.

Idea clave: Es de vital importancia identificar los riesgos en la SS y SR de las y los adolescentes.

- Describir los riesgos más frecuentes durante la adolescencia: embarazo en la adolescencia, la maternidad y paternidad, la violencia de género, las infecciones de transmisión sexual y el VIH.
- Conocer la frecuencia con que ocurren los embarazos en la adolescencia en nuestro país.
- Identificar las causas de la maternidad y paternidad en la adolescencia.
- Conocer los factores de riesgo para el embarazo en adolescentes.
- Discutir acerca del impacto de la maternidad y paternidad en la vida del adolescente.
- Analizar las conductas y valores personales que nos hacen proclives a la maternidad y paternidad en la adolescencia.
- Reflexionar acerca de la necesidad de cambiar comportamientos para evitar riesgos la Salud Sexual y Salud Reproductiva.

Idea clave: es importante conocer el impacto de la maternidad y paternidad en la vida de las y los adolescentes.

- Describir las alteraciones que ocurren en la vida de las y los adolescentes cuando ocurre la maternidad y paternidad en la adolescencia.

- Reflexionar acerca del Proyecto de Vida y los cambios necesarios para asumir la paternidad y maternidad en la adolescencia.
- Incorporar nuevos comportamientos para prevenir la maternidad y paternidad en la adolescencia.

Idea clave: las y los adolescentes deben conocer las Infecciones de Transmisión Sexual (ITS) y el VIH, sus signos y síntomas, medios de transmisión y comportamientos para su prevención.

- Enumerar la ITS más frecuentes, describir los síntomas y las vías de transmisión.
- Explicar las formas de prevención de las ITS.
- Evaluar las conductas propias que favorecen el riesgo de contraer una ITS o el VIH.
- Asumir el autocuidado y la prevención como comportamientos cotidianos y no negociables, en resguardo de su Salud sexual y salud reproductiva y del ejercicio de sus derechos.

Dípticos de la sesión: ¿Sabes lo que es el virus de inmunodeficiencia humana?, ¿Has oído hablar de las ITS?, y ¿Conoces los riesgos en salud sexual y reproductiva en la adolescencia?.

Pauta de inicio de la sesión

- La facilitadora o el facilitador saluda creando un clima inicial de empatía, celebrando el compromiso por la participación de todo el grupo presente.
- Indagar como se sienten hoy y si tienen alguna pregunta, comentario o reflexión sobre la sesión anterior sobre salud sexual y salud reproductiva. El facilitador o la facilitadora responde, clarifica y orienta al grupo de ser necesario.
- Luego introduce la sesión sobre Riesgos en la salud sexual y salud reproductiva de los adolescentes, explicando brevemente el tema que se abordará.

Dinámica 37

¡Si no conozco el camino, me puedo perder!

Idea clave: Introducir a las y los participantes en el tema de los riesgos en la Salud Sexual y Salud Reproductiva de las y los adolescentes.

Descripción del procedimiento para su desarrollo:

1. La facilitadora o el facilitador pregunta al grupo: ¿Existen riesgos para la salud sexual y la salud reproductiva de las y los adolescentes? y ¿Cuáles son esos riesgos?
2. Anota en un papelógrafo las repuestas y dialoga, validando los aciertos.
3. Cierra diciendo: ¡Muy bien! En esta sesión veremos cada uno de los riesgos, su impacto en la vida de las y los adolescentes, y por supuesto cómo prevenirlos.

Recursos: Papelógrafo; marcadores.



10 Min

Dinámica 38

Juego de la botella

Objetivo: Conocer los riesgos que amenazan la salud sexual y la salud reproductiva de las y los adolescentes.

Descripción del procedimiento para su desarrollo:

- Invita a las y los participantes a sentarse en el suelo en círculo.
- Coloca una botella en el centro y pide a un participante que la haga girar hasta que se quede quieta y se identifica a quién señala el pico de la botella.

- Cada participante señalado debe indicar un riesgo para la SS y la SR de las y los adolescentes.
- La facilitadora o el facilitador verifica la participación de todas/os, comenta y reflexiona las respuestas.
- Presenta los conceptos de riesgo y un listado de riesgos en salud sexual y reproductiva de las y los adolescentes.
- Seguidamente, presenta introduce los temas de embarazo en la adolescencia, maternidad y paternidad en la adolescencia, Infecciones de transmisión Sexual (ITS), el virus de la inmunodeficiencia humana y el síndrome de inmunodeficiencia adquirida (VIH).

Recursos: Botella.



30 Min

Dinámica 39

Dramatización: ¡Estamos embarazados! ¿y ahora qué?

Objetivo: Reflexionar sobre el embarazo en la adolescencia, la maternidad y la paternidad en la adolescencia, analizar su causalidad y el impacto en la vida de las y los adolescentes.

Descripción del procedimiento para su desarrollo:

1. Escoge seis adolescentes del grupo (3 mujeres y 3 hombres), y les indica que deben preparar una dramatización en la que una adolescente sale embarazada. La dramatización debe contar con 4 momentos:
 - La adolescente recibe el resultado positivo de la prueba de embarazo.
 - La adolescente le comenta a su pareja, mostrándole los resultados de la prueba de embarazo.

- La pareja le cuenta a la madre y al padre de ella que está embarazada.
 - La pareja le cuenta a la madre y al padre de él que están embarazados.
2. Permite que las y los participantes se preparen, y le pide al grupo que estén atentos a lo que ocurre, lo que dicen, como lo dicen y las emociones que observan durante la presentación.
 3. Una vez que se desarrolla la dramatización, pregunta al grupo que dramatiza: ¿qué emociones se siente la pareja de adolescentes en ese momento?
 4. Quien facilita identifica las emociones que emergen y las anota en un lugar visible: angustia, miedo, rabia, incertidumbre, culpa hacia sí mismos y/o hacia la pareja.
 5. Luego, le pregunta sobre las emociones de la madre o el padre de ella y de él.
 6. Se invita a las y las y los participantes a comentar lo que vieron en la dramatización, destacando las actitudes de cada pareja en torno a la situación, y preguntando acerca de las causas que pudieron ocasionar este embarazo no planificado.
 7. La facilitadora o el facilitador toma nota de los comentarios del grupo. Luego comenta lo observado en cada pareja, destacando como elementos comunes: sorpresa, incertidumbre, juicios de valor, diferencias o semejanzas entre el enfoque de los padres de ella y de él, entre otros.
 8. Luego pregunta: ¿Cuáles creen que son las causas de la maternidad y la paternidad en la vida de estos adolescentes?
 9. Seguidamente retoma el concepto de embarazo en la adolescencia y maternidad y paternidad en la adolescencia presenta las láminas del papelógrafo con las causas de la maternidad y paternidad en la adolescencia.

10. Luego pregunta al grupo de participantes: ¿Cuál será el impacto de maternidad y la paternidad en la vida de estos adolescentes?
11. Toma nota de los comentarios del grupo y presenta el Desplegable: ¿Conoces los riesgos en la Salud Sexual y Salud Reproductiva en la adolescencia?
12. Cierra la actividad comentando que “lo mejor es la prevención”. ¡La veremos más adelante!

Recursos: Papelógrafos con: Causas de la maternidad y paternidad en la adolescencia, Impactos de la maternidad y la paternidad en la adolescencia, Circuito Embarazo en la Adolescencia y Pobreza.



45 Min

Dinámica 40

La fiesta

Objetivo: Conocer los tipos de infecciones de transmisión sexual (ITS) y el VIH, sus síntomas, vías de transmisión y tratamiento. Visibilizar la facilidad de contraer ITS y VIH.

Descripción del procedimiento para su desarrollo:

Grupo de 10 a 13 años

1. La facilitadora o el facilitador conforma cuatro grupos y entrega a dos grupos el Desplegable ¿Has oído hablar de las ITS? Y a otros dos grupos le entrega el Desplegable: ¿Sabes lo que es el Virus de Inmunodeficiencia Humana?
2. Cada grupo debe revisar el material entregado y escribir en fichas (hojas cartas cortadas por la mitad) las preguntas y dudas que tengan sobre el tema.

3. Pasados 10 minutos, se llama a plenaria y solicita al grupo le indique las preguntas o dudas, las escribe en una ficha (hoja media carta) y las pega en la pared o en un lugar visible para todo el grupo.
4. Se organizan las preguntas de acuerdo con la similitud de los temas y responde progresivamente cada una de las preguntas.
5. Al finalizar, le pregunta al grupo: ¿Cuándo estamos en riesgo de contraer una Infecciones de Transmisión Sexual (ITS) o el VIH?
6. La facilitadora o el facilitador verifica que las respuestas contengan todas las formas de transmisión de las ITS y el VIH y agrega las formas de transmisión que falten.

Grupo de 14 a 17 años

La facilitadora o el facilitador solicita al grupo ponerse de pie y exclama: Todas y todos están invitados a una fiesta y entrega a cada participante una tarjeta de invitación a la fiesta. Reproduce en volumen alto una melodíaailable que tiene en su celular y los invita a bailar con todas las personas del grupo.

Las tarjetas corresponden a 4 categorías que se encuentran en el anexo 15:

1. @, C, X y A
2. Cada persona baila con varios invitados e invitadas, y anota en una tarjeta de papel el nombre de cada pareja con quien bailó.
3. Un grupo del 80% recibe @ y significa que tuvo relaciones sexuales sin protección.
4. Dos (2) o tres (3) personas reciben C: tuvieron relaciones sexuales con condón.
5. X: una persona tiene una ITS.
6. A: algunas personas no bailaron: no tuvieron relaciones sexuales.

7. Luego de 5 minutos de baile, se quita la música y se pide a cada participante que muestre su tarjeta y su listado de las personas con las que bailó.
8. Se agruparán todas las que bailaron con X y a su vez, se anexan las que bailaron con quienes hubieran bailado con una de esas personas y se explica el significado de cada tarjeta.
9. Se podrá evidenciar como una sola persona infectó a un gran número de personas en la fiesta.
10. Se piden conclusiones por parte de las y los participantes.
11. La facilitadora o el facilitador complementa las conclusiones.
12. Prosigue invitando al grupo a hacer un listado de las ITS más frecuentes, y se anota en una hoja del papelógrafo el listado ofrecido por el grupo.
13. Invita a revisar los despleables ¿Has oído hablar de las ITS? y ¿Sabes lo que es el Virus de Inmunodeficiencia Humana?
14. Luego divide el grupo en 4 subgrupos:
 - **Grupo 1:** abordará las ITS producidas por bacterias
 - **Grupo 2:** ITS producidas por parásitos
 - **Grupo 3:** ITS producidas por virus dejando fuera el VIH
 - **Grupo 4:** VIH

Cada grupo elaborará un cuadro con la siguiente información:

- Agente causal
- Síntomas
- Medios de transmisión
- Tratamiento de las ITS asignadas
- VIH

Los grupos podrán consultar los manuales traídos por la facilitadora o el facilitador.

Recursos: Papelógrafo, marcadores, celular con melodía grabada, tarjetas de invitación.



60 Min

Dinámica 41

La prevención es la clave

Objetivo: Apropiarse de las conductas para la prevención de riesgos en salud sexual y reproductiva.

Descripción del procedimiento para su desarrollo:

1. La facilitadora o el facilitador comenta al grupo: ¡Ahora veamos cómo nos cuidamos!
2. Divide al grupo en cuatro subgrupos. Cada uno abordará el tema asignado:
 - **Grupo 1:** ¿Cómo se puede prevenir el embarazo en la adolescencia?
 - **Grupo 2:** ¿Qué son los métodos anticonceptivos?
 - **Grupo 3:** ¿Cómo se pueden prevenir las ITS y el VIH?
 - **Grupo 4:** ¿Qué habilidades personales debemos desarrollar para cuidarnos (Habilidades para la vida)?
3. Tendrán 20 minutos para preparar conversar y presentar al grupo sus reflexiones. Pueden usar un papelógrafo si lo consideran necesario.
4. Luego, cada grupo presenta la respuesta a la pregunta asignada. Se estiman 5 minutos por grupo. La facilitadora o el facilitador, complementa la información y se asegura que ha comprendido correctamente.

5. Para finalizar, solicita al grupo ponerse de pie y les pide a todas y todos digan en coro: ¡Yo me cuido!, La prevención es la clave, yo soy valioso! y les pide se abracen a sí mismos y así mismas, en reconocimiento de lo valiosos y valiosas que son.

Recursos: Papelógrafo, cinta de pegar, marcadores, hojas de papel, lápices.



60 Min

Pauta de cierre de la sesión

- La facilitadora o el facilitador nuevamente felicita a las y los participantes por su participación y su constancia con los Encuentros Hablemos Claro.
- Le pide al grupo elegir el tema o actividad a desarrollar en la próxima sesión. Se realiza una lluvia de ideas y se escribe las propuestas en un lugar visible para todo el grupo.
- La facilitadora o el facilitador acompaña al grupo hasta tomar una decisión revisa todas las tarjetas y junto con el grupo, acuerdan el tema que será abordado en la próxima sesión.

Tema de interés propuesto por las y los adolescentes

- Al cierre de la sesión la facilitadora o el facilitador indica al grupo que luego de la Sesión 8: Riesgos en la Salud Sexual y Salud Reproductiva de las y los adolescentes, se dedicará una sesión para abordar temas relacionados con la sexualidad propuestos por las y los participantes.
- Las y los participantes presentarán los temas a la facilitadora o el facilitador escritos en una tarjeta de papel.
- La facilitadora o el facilitador revisará todas las tarjetas y seleccionará los temas que serán abordados.
- Seguirá el mismo esquema que se ha aplicado en las sesiones anteriores: Incluirá cuatro temas o conceptos para estructurar la Sesión 9.
- La facilitadora o el facilitador preparará los temas, solicitando la participación de las y los participantes para verificar los contenidos y coparticipar en las dinámicas que se aplicarían en la Sesión 9.

Derecho a la organización y la participación

Objetivos de la sesión:

- Empoderar a las y los adolescentes participantes en los Espacios Hablemos Claro, con conocimientos y habilidades para el ejercicio de su derecho a la participación.
- Diseñar un plan de trabajo que coadyuve en la consolidación del grupo en torno a los temas de Educación Integral de la Sexualidad (EIS) para llevar la experiencia a otras y otros adolescentes en sus comunidades.

Idea clave: La participación en diversos espacios para compartir experiencias y aprendizajes favorece el desarrollo personal de las y los adolescentes.

- Identificar la participación como un Derecho Humano.
- Conocer los instrumentos jurídicos que respaldan el derecho a la participación de las y los adolescentes.
- Reconocer las habilidades requeridas para la participación y el liderazgo.
- Defender su derecho a la participación en diversos espacios de EIS.

Idea clave: Es importante reforzar los lazos de amistad y comunicación surgidos durante el encuentro.

- Describir los distintos momentos del encuentro y los aprendizajes compartidos.
- Identificar actividades grupales que más impactaron.
- Reconocer cómo personas de diferentes características se pueden integrar en torno a una idea o plan.
- Expresar reconocimiento a los aciertos de amigas, amigos, compañeras y compañeros.

Idea clave: La apropiación de las ideas, conceptos y valores se consolida en la medida en que se comparten con otras/os pares.

- Describir los conceptos de Educación Integral de la Sexualidad fuera de la escuela (EISFE) que causaron mayor impacto.
- Ilustrar los cambios de conocimientos.
- Reconocer el cambio vivenciado en conceptos y valores relacionados con su vida personal en lo que concierne a la sexualidad.
- Proteger su SS y SR y defender su integridad personal y sus valores..

Idea clave: Tener un plan de trabajo para dar continuidad al proceso de EISFE iniciado, es vital para mantener viva la experiencia y fortalecer los aprendizajes adquiridos.

- Describir las acciones que desean realizar en EIS.
- Visualizar los resultados que se desean alcanzar, el tiempo y los recursos necesarios para consolidar sus propósitos.
- Reconocer que la participación es un Derecho Universal y Nacional expresado en la Constitución de la República Bolivariana de Venezuela de 1999.
- Motivar a otras y otros adolescentes para que se sumen a participar en actividades de EISFE.

Díptico de la sesión: ¿Qué significa ser lideresa o líder?

Pauta de inicio de la sesión

- La facilitadora o el facilitador saluda recordando que es la última sesión de los Encuentros Hablemos Claro, celebrando con el grupo su permanencia y su constancia.
- Comenta sobre los logros del proceso y los resultados de la sesión anterior, calificando cualquier duda o reflexión sobre los temas de la sesión.

- Luego presenta la sesión Derecho a la organización y la participación, destacando la importancia de que se organicen y se mantengan unidos como grupo.

Dinámica 42

¿Qué es eso de la participación?

Idea clave: Generar interés en las y los participantes en los temas de la participación y el Liderazgo

Descripción del procedimiento para su desarrollo:

- La facilitadora o el facilitador da la bienvenida a la sesión proponiendo realizar una lluvia de ideas sobre lo que entendemos por participación.
- Se le pide a cada participante que aporte ideas sobre lo que entiende por participación, registrando las ideas en un papelógrafo visible para el grupo, en un mapa de conceptos entorno al significado colectivo de la palabra participación, es muy importante recoger el aporte de todas y todos.
- Deja el papelógrafo expuesto y pide a un o una participante para que realice un breve resumen de lo expresado en el mapa mental.

Recursos: Papelógrafo, marcadores.



10 Min

Dinámica 43

Construyendo la participación

Idea clave: Explicitar el concepto de participación y su importancia como un derecho y una herramienta para favorecer el desarrollo personal de las y los adolescentes.

Descripción del procedimiento para su desarrollo:

1. Solicita al grupo que exprese cómo se relaciona el concepto participación con la experiencia vivida durante estos días del taller de EIS. Reforzando la importancia de la participación y lo que se ha logrado durante los Encuentros Hablemos Claro.
2. Seguidamente presentará el artículo No. 62 de la Constitución de la República Bolivariana de Venezuela y el Artículo 21 de la Declaración Universal de Derechos Humanos, reforzando que se trata de un derecho reconocido en nuestra Constitución. Ver anexo 16.
3. Luego solicita que cada participante diga cómo siente que ha sido su participación el día de hoy, en comparación con el primer día, y cómo se ha expresado el liderazgo en general. La facilitadora o el facilitador evidencia los avances logrados con su participación activa, y como participar contribuye con el crecimiento y desarrollo personal.
4. Se conforman grupos de trabajo para conversar sobre ¿Qué significa ser Lideresa o Líder?, entregándoles el desplegable sobre el tema. Se les pide que identifique una habilidad de liderazgo y que preparen una breve representación (rol play) donde esta se demuestre. Debe garantizar que cada grupo efectúe representaciones distintas.
5. Al culminar, se refuerza la importancia de las habilidades de liderazgo identificadas, destacando otras que no se hayan mencionado. Se refuerza el rol de ellas y ellos como líderes de su comunidad, y el rol que tienen para guiar a otras y otros.

Recursos: Artículo No. 62 de la Constitución de La República Bolivariana de Venezuela y el Artículo 21 de la Declaración Universal De Derechos Humanos.



Dinámica 44

... y ahora qué hacemos: Un plan de acción

Objetivo: Diseñar un plan de trabajo con las y los participantes, de manera de consolidar el grupo en torno a la experiencia vivida en este Espacio de Encuentro Hablemos Claro y llevarlo a otras y otros adolescentes en sus comunidades.

Descripción del procedimiento para su desarrollo:

1. La facilitadora o el facilitador inicia la actividad preguntando al grupo:
 - ¿Qué fue lo más importante que aprendieron durante los Encuentros Hablemos Claro?
 - ¿Qué fue lo que más les gustó?
 - ¿Qué creen que deben compartir con otros adolescentes amigas y amigos de su comunidad?
2. Escucha las intervenciones de las y los participantes, registra las respuestas en una hoja de papel y comenta lo que considere pertinente, sobre los avances de cada participante.
3. Luego les plantea: ¿Ayudaría a disminuir la maternidad y paternidad no planificada en la adolescencia y las infecciones de Transmisión Sexual? y las Infecciones de transmisión sexual o el VIH, ¿si llevamos esta experiencia a otros grupos?
4. Recoge las respuestas, y propone diseñar un plan para realizar actividades en la comunidad. Solicita un aplauso para este generoso grupo que quiere compartir sus saberes con otras y otros pares.
5. Presenta en el papelógrafo el formato para el diseño del plan que se encuentra en el anexo 17. Explica cada concepto y los organiza en 4 grupos. Entrega hojas de papel y lápices. Cada grupo trabajará el mismo tema.

6. Tendrán 30 minutos para soñar un plan de acción en la comunidad.
7. La facilitadora o el facilitador asesora a cada grupo para identificar su objetivo y diseñar las actividades para lograrlo.

Recursos: Hojas de papelógrafo, marcadores, formato de Plan. Si es posible, video beam para proyectar la lámina del Plan de Acción.



Dinámica 45

¡De retazo en retazo!

Objetivo: Expresar la voluntad de seguir juntas y juntos, evaluar el proceso y afianzar el compromiso grupal.

Descripción del procedimiento para su desarrollo:

1. Solicita al grupo que formen un círculo sentados en el piso y entrega a cada participante un retazo de tela.
2. Coloca en el centro del círculo una caja o cesta con marcadores, pinceles, pintura para tela, agujas, hilos, etc.
3. Solicita que cada participante plasme en su retazo, con palabras escritas o con dibujos, su compromiso con el grupo y sus aportes con sus habilidades para esta nueva etapa del camino que comienzan hoy.
4. Cuando esté terminado su diseño en el respectivo retazo, la facilitadora o el facilitador les indica que empiecen a unir con algunas puntadas (con hilo y aguja), los retazos de todos, de manera que vayan haciendo una manta de forma circular.

5. Una vez culminada la manta, la extenderán en el piso y se sentarán en el piso, alrededor de la manta, de manera que puedan leer y ver lo que cada quien plasmó en su retazo.
6. Luego se les pide que se tomen de las manos, y vayan observando, leyendo y sintiendo lo que cada persona ha querido expresar. Hará énfasis en que ese es el piso que las sostiene, un piso donde está la voluntad de todas y todos, unidas y unidos, esas voluntades darán fuerza y empuje a lo que se propongan.
7. La facilitadora o el facilitador les invita a que expresen su sentir, especialmente con relación los Encuentros Hablemos Claro, reflexionando sobre sus aprendizajes, crecimiento, sobre lo que están dispuestos hacer de ahora en adelante, y sobre el trabajo en equipo para hacer realidad el plan de acción.
8. Luego de que todas y todos hayan intervenido, la facilitadora o el facilitador refuerza los aspectos clave del trabajo en equipo, identificando aquello que fortalece o debilita al equipo.
9. Por último, les felicitará por haber participado con constancia y por darse el permiso de aprender nuevos conceptos y nuevos comportamientos.
10. Sentada/o, coloca una melodía e irá moviéndose a los lados para generar un ritmo que va ascendiendo, luego se levanta y les invita a bailar a todas y todos.
11. Una vez terminada la canción, les da un aplauso. Les recordará la importancia de mantener su rutina de felicitarse y aplaudirse a ellas mismas y a ellos mismos siempre, por sus esfuerzos y sus logros.
12. Finalmente solicita una evaluación sincera y espontánea hacia el equipo implementador y los procesos desarrollados.

Recursos: Retazos de tela, marcadores, pintura para tela, pinceles, hilo, agujas, melodía en el celular.



45 Min

Dinámica 46

Cierre y despedida grupal

Objetivo: Fortalecer la valoración de los logros personales y del grupo, y del apoyo mutuo, como elementos clave para la sostenibilidad del vínculo grupal, y para tener la oportunidad de cuidarse y de ayudarse de manera colectiva en su trayecto de vida.

1. La facilitadora o el facilitador recapitula el proceso vivido, los aprendizajes y reflexiones obtenidos en el Espacio de Encuentro Hablemos Claro con Adolescentes.
2. Seguidamente solicita que cada participante exprese una frase o palabra con los sentimientos que experimenta en este momento hacia sí mismo y hacia sus compañeras y compañeros.
3. Culmina con un reconocimiento al grupo, destacando los logros y el empoderamiento personal y grupal, y reforzando la sostenibilidad del vínculo grupal y la oportunidad de cuidarse de manera colectiva.
4. Aplauda al grupo y solicita sus aplausos para todas y todos.
5. Finalmente les invita a compartir una canción con un mensaje de amistad, escogida por el grupo o la facilitadora o el facilitador, y a tomarse de las manos como un símbolo de unión y fraternidad.

Recursos: Hojas de papel, lápices. Guía para la Formación de Facilitadoras y Facilitadores en Educación Integral de la Sexualidad Fuera de la Escuela.



30 Min

Referencias Bibliográficas

Ley Orgánica sobre el Derecho de la Mujer a una Vida Libre de Violencia. Editor Asamblea Nacional. Disponible en: https://oig.cepal.org/sites/default/files/2014_ven_femicidio_ley_organica_sobre_derecho_de_mujeres_a_una_vida_libre_de_violencia_25_11_14-1.pdf

Beltrán, Luz (2006 primera edición) Yo decido. Guía para Adolescentes. Editor UNFPA, CDB publicaciones. Disponible en: <https://venezuela.unfpa.org/sites/default/files/pub-df/Yo%20decido%20Oct%202015.pdf>

Beltrán, L (2010), Educación de La Sexualidad y Salud Sexual y Reproductiva. Guía para Docentes. Venezuela. Editor UNFPA https://venezuela.unfpa.org/sites/default/files/styles/pub_style_list/public/pub-pdfpreview/39570b9ea39872c98920390586de3f.png?itok=agepdrwS

Beltrán, L. (2011), Manual para la Formación de Promotoras y Promotores en Salud Sexual y Reproductiva para jóvenes y adolescentes. Venezuela, Editor UNFPA. https://venezuela.unfpa.org/sites/default/files/styles/pub_style_list/public/pub-pdfpreview/f9f8f4a3f69ffc05d8aea06174782bab.png?itok=kbHhjOGM

Defensoría del Pueblo Defensoría del Pueblo, UNFPA Venezuela (2013), Orientaciones Teórico-Metodológicas: Para formar a púberes y adolescentes en una sexualidad saludable, placentera y responsable. Editor UNFPA. <https://venezuela.unfpa.org/es/publicity> Fondo de las Naciones Unidas (UNFPA) (2013), Derechos sexuales y reproductivos de las y los adolescentes. Venezuela. Editor Defensoría del Pueblo. <https://venezuela.unfpa.org/es/publications/cartilla-6-derechos-sexuales-y-derechos-reproductivos-de-las-y-los-adolescentes>

Orientaciones Pedagógicas para la Educación Integral de la Sexualidad en el subsistema de Educación Básica. Proyecto Educativo Integral Comunitarios (PEIS) y Proyecto de Aprendizaje (PA). Caracas 2018.

UNESCO, UNAIDS, UNFPA, UNICEF, UN WOMEN, WHO. (2020), Orientaciones Técnicas y Programáticas Internacionales en Educación Integral en Sexualidad fuera de la escuela. Un enfoque basado en la evidencia para programas extraescolares. Editor UNFPA Venezuela. https://www.unfpa.org/sites/default/files/pub-pdf/OOS_CSE_Guidance_SP.pdf

UNFPA (2021), Cartillas Métodos Anticonceptivos: DIU e Implantes. Venezuela. Editor UNFPA <https://venezuela.unfpa.org/es/publications/cartillas-m%C3%A9todos-anticonceptivos-diu-e-implantes>

Universidad Pedagógica Experimental Libertador (UPEL) (2013), Manual para la Formación Docente en Educación Integral de la Sexualidad Humana, Venezuela, Editorial Nuevo Mundo. https://venezuela.unfpa.org/sites/default/files/styles/pub_style_list/public/pub-cover-image/ManualUPEL.jpg?itok=kSco0xBu

UNFPA (2020), ¡La violencia en casa es otra pandemia! Editor UNFPA.

UNFPA Colombia Cartilla de Autocuidado y Menstruación. <https://colombia.unfpa.org/es/publications/cartilla-autocuidado-menstruacion>

UNFPA, Ministerio de Educación (2019), Orientaciones Pedagógicas para la Educación Integral de la Sexualidad en el subsistema de Educación Básica. Venezuela, Editor UNFPA, Ministerio de Educación. <https://venezuela.unfpa.org/sites/default/files/pub-pdf/1.%20ORIENTACIONES%20PEDAGOGICAS%20PARA%20LA%20EIS.pdf>

UNFPA (2021), Desplegable Nosotras Nos Cuidamos. Venezuela, Editor UNFPA. <https://venezuela.unfpa.org/es/publications/nosotras-nos-cuidamos>



Anexos

Modelo hoja de trabajo

Anexo 1

Hoja de trabajo FODA	
Fortalezas	Debilidades
<p>¿Qué ventajas tengo?</p> <p>¿Qué hago bien</p> <p>¿Con qué recursos cuento</p> <p>¿Cuáles son esas virtudes o fortalezas que los demás dicen que tengo?</p>	<p>¿Qué es lo que hago mal?</p> <p>¿Qué debiera evadir?</p> <p>¿Qué es lo que me atrasa?</p> <p>¿Qué es lo que debería mejorar?</p>
Oportunidades	Amenazas
<p>¿Quiénes me ayudan?</p> <p>¿Cuáles son las oportunidades que tengo?</p> <p>¿De todas las oportunidades en cuales me podría desenvolver mejor?</p>	<p>¿Qué considero una amenaza?</p> <p>¿Cuáles son mis obstáculos?</p> <p>¿Qué tengo que cambiar en mi entorno?</p> <p>¿Hay alguna amenaza seria que me impida vivir?</p>

Creando mi Proyecto de Vida

Anexo 2

Creando Mi Proyecto de Vida			
Metas Sueños	Acciones para cumplirlas	Tiempo en que las cumplirás	Valoración de tus avances
Corto plazo:			
Mediano plazo:			
Largo plazo:			

Reconociendo los roles de género

Anexo 3



Reconociendo los roles de género

Anexo 4

Escribir en cada columna las palabras que correspondan a Sexo o a Género

Sexo	Género

Reconociendo los roles de género

Anexo 5

Juego de Conceptos		
Concepto	Definición	Ejemplo
Sexo	Diferencias biológicas entre mujeres y hombres. Está determinado genéticamente. Coincide en todo lugar, tiempo y cultura.	Las mujeres tienen la capacidad de dar a luz, los hombres no. Pueden amamantar a sus hijos y los hombres no.
Género	Conjunto de características y expectativas que la sociedad asigna a las personas, y que ellos asumen como propia de su sexo. Es una construcción social -no natural- que varía de un grupo social a otro y de una época a otra.	Se realizó un estudio sobre 224 culturas probando que en 5 de ellas los hombres se encargaban de cocinar y en 36 las mujeres construían solas las viviendas.
Rol de género	Papeles y funciones socialmente asignados a los hombres y mujeres en función de su género. Los roles de género, por su carácter de producto social y cultural, son aprendidos y muestra variaciones en el tiempo y en las diferentes culturas.	Las mujeres cuidan a las hijas e hijos, hacen la comida; los hombres realizan los trabajos mecánicos y cargan las cosas pesadas.
Discriminación	Son situaciones donde las mujeres son identificadas como personas que no pueden ejercer algunas funciones porque no tienen la capacidad para hacerlas.	Las mujeres no están capacitadas para tomar decisiones importantes porque por naturaleza son más emocionales que racionales.

<p>Estereotipos de género</p>	<p>Son creencias, una idea exagerada, a veces simplificada, basadas en las características y valoraciones asumidas por los hombres y las mujeres en el desempeño de sus funciones independientemente de que las ejerza o no (las mujeres son lindas, los hombres no lloran)</p>	<p>Las mujeres debían pedir a sus maridos autorización para trabajar; por ley debían seguir a sus maridos y no administrar los ingresos de su trabajo. Esta situación ha cambiado, hoy pueden trabajar sin permiso y administrar sus ingresos.</p>
<p>Equidad de género</p>	<p>Principio conforme al cual hombres y mujeres acceden y controlan en igualdad de condiciones los bienes y oportunidades de la sociedad, con el fin de lograr la participación de ambos en la toma de decisiones en todos los ámbitos de la vida pública y privada.</p>	<p>Los niños y niñas reciben continuamente cursos sobre tareas del hogar y cuidados a bebés.</p>

Reconociendo los roles de género

Anexo 6

Masculino- Femenino		
¿Cómo es lo masculino?	¿Cómo es lo femenino?	¿Cómo aprendiste eso?

Reconociendo los roles de género

Anexo 7

Comportamientos		
Preguntas	Si	No
Has utilizado la palabra "amanerado", o loca, para referirte a un amigo que tiene gestos delicados		
Utilizas la palabra "gay" para burlarte de alguien o insultarlo		
Usas la expresión "pareces un indio"		
Si algún muchacho expresa sus sentimientos llorando le dices "pareces una niña"		
Le dices a un amiga o amigo, qué gorda o gordo estás		
Utilizas en tu lenguaje común eso te pasa por negro		
Pareces una marimacha		
Es negrita, pero es bonita		
Ese muchacho es un mocho		
Consíguete un novio catire para que mejores la raza		

Analizando el concepto de Violencia Basada en Género- VBG

Anexo 8

LEY DE DERECHOS DE LAS MUJERES A UNA VIDA LIBRE DE VIOLENCIA.

Tipos de violencia

1. Psicológica	14. Esterilización Forzada
2. Acoso u Hostigamiento	15. Mediática
3. Amenaza	16. Institucional
4. Física	17. Simbólica
5. Violencia Sexual en la relación de pareja	18. Tráfico de mujeres, niñas y adolescentes
6. Sexual	19. Trata de mujeres, niñas y adolescentes
7. Acceso Carnal Violento	20. Femicidio
8. Prostitución Forzada	21. Inducción o ayuda al suicidio
9. Esclavitud sexual	22. Violencia Informática.
10. Acoso sexual	23. Violencia Política.
11. Laboral	24. Violencia Ginecológica.
12. Patrimonial y Económica	25. Violencia Multicausal.
13. Obstétrica	

Violencia en el noviazgo

Anexo 9

Ficha		
Comportamientos en el Noviazgo	Comportamientos violentos	
	Si	No
¿Le revisa el celular?		
¿Le molesta la forma en que te vistes?		
¿Le dice lo bonita que está?		
¿Le prohíbe salidas?		
¿Le gusta que tengas amigas y amigos?		
¿La/lo cela si se reúne con la familia?		
¿Le gusta que estudies?		
¿No le deja salir con otras amigas o amigos?		
¿No le gusta que tenga amigos?		
¿Le agrada que otras personas reconozcan tus cualidades?		

Violencia Basada en Género-VBG

Anexo 10

Consecuencias de la violencia en el noviazgo	
Para quien recibe el maltrato	Para quien ejerce el maltrato
<ul style="list-style-type: none">• Malestar físico• Baja autoestima• Pérdida de relaciones sociales llevando en muchas ocasiones al aislamiento• Ansiedad• Estado de ánimo deprimido• Alteraciones de los patrones de sueño• Dejadez y descuido en el aspecto físico• Irritabilidad• Apatía• Sentimientos de impotencia e inutilidad• Indecisión• Inseguridad• Dependencia emocional• Entre otros...	<ul style="list-style-type: none">• Las personas maltratadoras suelen ser muy controladoras• Celosas• Impulsivas• Tienen a tener una imagen negativa de sí mismas• Baja autoestima• Temor al abandono• Inseguridad <p>En la medida que refuercen estas conductas, la persona:</p> <ul style="list-style-type: none">• Tendrá como modelo el comportamiento violento• Dificultad en las relaciones con amigos/as• Dificultad con figuras de autoridad: madre, padre, docentes...• Dificultad en las relaciones de pareja, ahora y en la adultez

Diseñemos nuestra pulsera menstrual

Anexo 11

Ciclo menstrual		
REGLA O MENSTRUACIÓN Día 1 del ciclo Duración menstruación 3 a 5 días	DIA 14 OVULACIÓN PERIODO FÉRTIL Cinco (5) días antes y 5 días después de la mitad de ciclo	DIA 28 FINAL CICLO MENSTRUAL Un día antes de la menstruación.
<p>El ciclo menstrual comienza el primer día de la menstruación o regla y finaliza el día anterior a la siguiente menstruación. Tiene una duración media de 28 días, aunque puede variar, especialmente durante la adolescencia, aumentando o disminuyendo los días. El primer día es en el que aparece la menstruación, luego, en un ciclo de 28 días, alrededor de la mitad de dicho ciclo, el día 14 ocurre la ovulación, que consiste en el desprendimiento del óvulo, apto para ser fecundado por un espermatozoide, es decir, que éste es el momento en que se puede quedar embarazada. Este proceso no es exacto, puede ocurrir 2 o 5 días antes o 2 o 5 días después, por lo que se identifican entre 5 y 10 días como días fértiles. El ciclo termina a los 28 días, un día antes cuando aparece la menstruación.</p>		

Para crear la Pulsera Menstrual necesitas 28 cuentas de plástico, madera o círculos de cartulina, las cuales se ensartan en un cordón elástico con el nudo que sirve como marcador para la posición de inicio del ciclo menstrual.

**10 blancas y
3 negras:
Días NO fértiles.**

**5 cuentas Rojas:
Menstruación**



10 rosadas: días fértiles

¡A ver si adivinan!

Ovulación, menstruación y ciclo menstrual

Anexo 12

Concepto	Descripción de conceptos
Menarquia	Primera menstruación
Espermarquia	Primera eyaculación
Ciclo Menstrual	Ciclo, generalmente de 28 días (pueda durar más o menos días), que ocurre después de la primera menstruación. Presenta varias fases: Sangrado o menstruación, fase de ovulación o período fértil y días no fértiles.
Ovulación	Momento en que el ovario libera un óvulo maduro.
Fecundación	El encuentro de un óvulo maduro con un espermatozoide, lo que da lugar a un embarazo.
Eyaculación	La expulsión de los espermatozoides en el momento del orgasmo.
Embarazo	Proceso que se inicia con la fecundación y finaliza con el parto.
Menstruación	Sangrado vaginal que constituye una fase del ciclo menstrual.
Masturbación	Estimulación de los órganos genitales para obtener placer sexual.
Orgasmo	Momento final y de mayor satisfacción sexual, durante la respuesta sexual.
Masculinidades	Conjunto de características que cada cultura o sociedad, en diversos tiempos, atribuye los hombres. No hay una sola forma de comportarse como hombre, por eso se habla de masculinidades.

Buzón de Inquietudes

Anexo 13

Grupo de 10 a 13 años

Textos para las tarjetas con situaciones para el buzón de inquietudes

En una caja de cartón (buzón) hay 12 textos con situaciones referidas a la SS y la SR de las y los adolescentes y otras 12 con la palabra RESPONDER.

1. He notado que mi pene se pone erecto con frecuencia, sin que yo haga nada.	7. No tengo los senos como me gustaría que fueran,
2. La menstruación me está viniendo de forma desordenada. A veces cada 28 días, otras veces cada mes, a veces se me adelanta cinco días.	8. Yo sé que él me quiere, pero me ha dicho que si no tenemos relaciones sexuales, terminamos y no quiero eso ahora. No sé qué hacer.
3. Me masturbo con frecuencia, pero me dijeron que me salen pepas en la cara, me vuelvo tonta/o adicta/o...	9. Si tengo relaciones por detrás no hay riesgo de embarazo y yo siento igual!
4. ¡Me invitaron a jugar RETO, es divertido! Creo que voy a ir.	10. Soy la única virgen en mi clase!! ¿Eso es normal?
5. Los hombres no lloran	1. Para no quedar embarazada, se toman unas pastillas que me recomendó mi mejor amiga, cada vez que voy a tener relaciones sexuales
6. Mis amigas/os me dicen que si no tengo relaciones sexuales antes de los 15 estoy quedada/o	12. Un verdadero hombre nunca agradece a una mujer

Buzón de Inquietudes

Anexo 14

Grupo de 14 a 17 años

Textos para las tarjetas con situaciones para el buzón de inquietudes

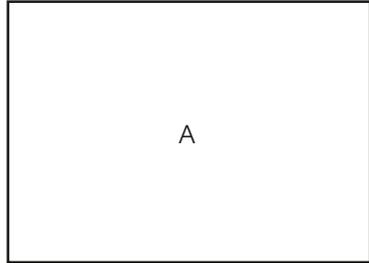
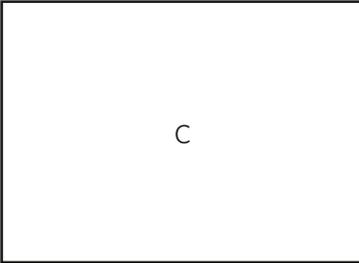
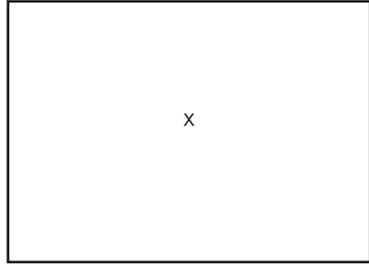
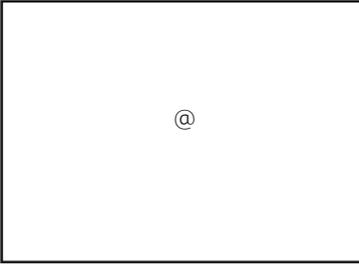
En una caja de cartón (buzón) hay 12 textos con situaciones referidas a la SS y la SR de las y los adolescentes y otras 12 con la palabra RESPONDER.

1. Mi novio quiere que le dé la prueba de amor acostándome con él. Él dice que es su derecho porque me ama. ¿Tú qué me recomiendas?	7. Usar condón quita placer a la relación sexual. Por eso, yo no lo uso.
2. Esta noche voy a tener relaciones sexuales, pero no tengo dinero para el condón. Creo que si acabo afuera, no hay embarazo.	8. Yo sé que él me quiere, pero me ha dicho que si no tenemos relaciones sexuales, terminamos y no quiero eso ahora. No sé qué hacer.
3. Ser hombre incluye amabilidad y tolerancia hacia los demás	9. Si tengo relaciones por detrás no hay riesgo de embarazo y yo siento igual!
4. Me masturbo con frecuencia, pero me dijeron que es mejor que tenga relaciones sexuales o me salen pepas en la cara, me vuelvo tonta/o adicta/o...	10. Es de hombres escuchar a su pareja y respetar sus decisiones, gustos y actividades.
5. ¡Me invitaron a jugar RETO, es divertido!! Creo que voy a ir.	11. Tener relaciones con varias personas es muy divertido!!
6. Mis amigas/os me dicen que si no tengo relaciones sexuales antes de los 16 estoy quedada/o	12. Para no quedar embarazada, me tomo unas pastillas que me recomendó mi mejor amiga, cada vez que voy a tener relaciones sexuales.

La fiesta

Anexo 15

Tarjetas para la fiesta



Construyendo la participación

Anexo 16

Artículo 62. Constitución de La República Bolivariana De Venezuela
Todos los ciudadanos y ciudadanas tienen el derecho de participar libremente en los asuntos públicos, directamente o por medio de sus representantes elegidos o elegidas. La participación del pueblo en la formación, ejecución y control de la gestión pública es el medio necesario para lograr el protagonismo que garantice su completo desarrollo, tanto individual como colectivo. Es obligación del Estado y deber de la sociedad facilitar la generación de las condiciones más favorables para su práctica.

Artículo 21 de la Declaración Universal De Derechos Humanos
Toda persona tiene derecho a participar en el gobierno de su país, directamente o por medio de representantes libremente escogidos. Toda persona tiene el derecho de acceso, en condiciones de igualdad, a las funciones públicas de su país. La voluntad del pueblo es la base de la autoridad del poder público; esta voluntad se expresará mediante elecciones auténticas que habrán de celebrarse periódicamente, por sufragio universal e igual y por voto secreto u otro procedimiento equivalente que garantice la libertad del voto.

... y ahora qué hacemos: Plan de acción

Anexo 17

PLAN DE ACCIÓN DE CORTO PLAZO

¿Qué se va a hacer? (Actividad)	
¿Para qué se va a hacer? (Objetivo)	
¿Cuándo? (Duración en días o fechas)	
¿Dónde? (Espacio físico o virtual)	
¿Cómo? (Estrategia)	
¿Quiénes? (responsables)	
¿Con qué medios? (Recursos)	
¿Qué se va a hacer? (actividad)	



Fondo de Población
de las Naciones Unidas
Venezuela



Ministerio
del Poder Popular
para la Educación