Un viaje desde mi interior hacia mi futuro

II

Educación Integral en Sexualidad

Guía para maestros/as voluntarios/as

Estimado/a maestro/a voluntario/a:

Reciba un afectuoso saludo del equipo del IGER.

Queremos expresarle nuestro agradecimiento por haberse sumado al compromiso de promover la Educación Integral en Sexualidad, que abre nuevas oportunidades en la vida de las personas.

El folleto ***"Un viaje desde mi interior hacia mi futuro II; Educación Integral en Sexualidad"*** completa la formación iniciada con el primer folleto.

La guía que tiene ahora en sus manos es una herramienta para usted que le brinda:

1. Orientaciones pedagógicas para sacar el mejor provecho a la formación en Educación Integral en Sexualidad.

2. Las respuestas de todos los ejercicios del folleto "Un viaje desde mi interior hacia mi futuro II; Educación Integral en Sexualidad", para ayudarle a resolver las dudas de las y los estudiantes.

¡Siga promoviendo la Educación Integral en Sexualidad!

1. Orientaciones pedagógicas

1.1. Abordaje de la Educación Integral en Sexualidad

La Educación Integral en Sexualidad nos permite crecer como personas y tener más capacidades para establecer relaciones sociales y de pareja basadas en la igualdad y el respeto.

Este proceso de formación comienza por el conocimiento de uno mismo y continúa con la reflexión sobre las relaciones sociales y de pareja. Todo el proceso está enfocado a que cada persona pueda construir un proyecto de vida satisfactorio, basado en sus deseos y vocación, con libertad y responsabilidad.

En el folleto ***"Un viaje desde mi interior hacia mi futuro, I"*** las y los estudiantes trabajaron toda la parte de crecimiento personal: autoestima, identidad, estereotipos, etc. Cada estudiante tuvo la oportunidad de diseñar su proyecto de vida.

Ahora, en ***"Un viaje desde mi interior hacia mi futuro, II"***, trabajaremos los siguientes temas:

1. Amor y relaciones de pareja
2. Prevención de la violencia en el noviazgo
3. Las etapas de la vida
4. Roles de género, cultura y sexualidad
5. Construcción de la igualdad de género
6. VIH, ITS y prevención del embarazo en adolescentes
7. La familia y los amigos y amigas
8. Repaso

La propuesta es que cada estudiante **revise y profundice su proyecto de vida** a la luz de los conocimientos que irá adquiriendo en las 8 semanas de estudio. Cada semana presenta la sección ***"Revisando mi proyecto de vida",*** en la que se pedirá retomar lo trabajado en "Un viaje desde mi interior hacia mi futuro, I" y enriquecerlo.

Además, en cada semana se invita a las y los estudiantes a llevar a cabo un taller para aplicar a la vida, lo aprendido. En algunos casos, se propone que el taller se realice en grupos. Para ello, las y los estudiantes necesitarán de su apoyo, coordinación y motivación en el círculo de estudio.

1.2. Competencias que desarrolla la Educación Integral en Sexualidad

El material ***"Un viaje desde mi interior hacia mi futuro, II"*** está diseñado para contribuir a que las y los estudiantes desarrollen seis competencias, tomadas del Curriculum Nacional Base. Son las siguientes:

- Argumenta y expone su punto de visa acerca de distintos temas y los relaciona con sus propias experiencias.
- Expresa ideas, emociones y sentimientos a través de diferentes manifestaciones artísticas.
- Impulsa en cuidado de su salud y su cuerpo para llevar un estilo de vida saludable y sostenible con el medio ambiente.
- Se conoce mejor a través del conocimiento en mayor profundidad de nuestro cuerpo y su funcionamiento.
- Profundiza en la historia y el contexto guatemalteco para convertirse en ciudadano/a activo/a y comprometido/a.
- Genera soluciones para resolver problemas y necesidades de su comunidad a partir de la información y recursos del entorno.

Al **principio de cada semana** encontrará un recuadro que indica la competencia o competencias que se trabajan en esa semana y los logros que nos servirán para medir el avance. El autocontrol incluye la sección **D. Reflexiono sobre mi aprendizaje** en la que cada estudiante autoevaluará el alcance de sus logros y cómo ha integrado los aprendizajes de la semana. Le invitamos a acompañarle de cerca en este ejercicio de metacognición.

1.3. Puesta en marcha de la materia

La materia de Educación Integral en Sexualidad se desarrollará de forma **paralela** a las demás que llevan las y los estudiantes del IGER, con la única diferencia de que concluirá antes porque son menos semanas de estudio.

El material ***"Un viaje desde mi interior hacia mi futuro, II"*** comprende **48 horas de formación a distancia** basadas en la metodología del IGER (6 horas totales de estudio por cada una de las 8 semanas). Le sugerimos que oriente a las y los estudiantes en la siguiente dosificación del estudio de cada semana:

Estudio de cada semana

- Treinta minutos de **lectura inicial** de cada una de las tres secciones de la semana (El valor de mis vivencias, Conocerse más y vivir mejor y Revisando mi proyecto de vida).

Recuerde recomendarles que aplique **estrategias de comprensión lectora**:

- Subrayar lo más importante.
- Anotar las ideas relacionadas que le van surgiendo en el margen de las páginas.
- Buscar las palabras nuevas en el diccionario y anotar su significado.

Total: 1 hora y 30 minutos.

- Treinta minutos para la **segunda lectura y resolución de los ejercicios** de las secciones El valor de mis vivencias y Conocerse más y vivir mejor. Total: 1 hora y 30 minutos.
- Trabajo de la sección **Revisando mi proyecto de vida.** Total: 30 minutos
- Resolución del **autocontrol**. Total: 30 minutos.
- Implementación del **taller**. Total: 1 hora.
- Resolución de dudas y corrección de autocontrol en el **círculo de estudio**. Total: 1 hora.

Para poner en marcha esta materia, es importante que en su círculo de estudio:

- Se asigne a **un/a maestro/a voluntario/a** que acompañará el proceso. La Educación Integral en Sexualidad tiene la característica de ser vivencial, es decir, es necesario que el aprendizaje se dé a través de reflexiones personales y grupales que permitan aplicar a la vida lo aprendido.

  Para poder acompañar esta formación, es necesario que las maestras y maestros voluntarios se formen previamente. Le invitamos a trabajar personalmente los contenidos del folleto ***"Un viaje desde mi interior hacia mi futuro, II"*** antes de acompañar a las y los estudiantes. El equipo del IGER estará a la disposición de las y los maestros voluntarios en esta tarea.

- Se reorganice el **horario del círculo de estudio** para dedicar una hora semanal a reforzar el aprendizaje de las y los estudiantes en esta materia y resolver sus dudas.

Muchos de los temas y ejercicios que se plantean en el folleto ***"Un viaje desde mi interior hacia mi futuro, II"*** pueden resultar sensibles para las y los estudiantes. Esto se debe tener en cuenta al momento de resolver dudas en el círculo de estudio, aplicando metodologías que respeten la intimidad y que permitan acompañar de cerca a quienes más lo necesiten.

2. Claves de los ejercicios

Semana 9 – Amor y relaciones de pareja

El valor de mis vivencias

¡A trabajar!

1) En el poema se dirige una persona a su pareja.
2) El poema describe cómo quiere la persona ser tratada por su pareja.
3) Respuesta a criterio de cada estudiante.

Ejercicio 1

Respuestas según la experiencia personal de cada estudiante.

Ejercicio 2

a) Enamoramiento
b) Amor

Ejercicio 3

(✘) Los padres de Luisa le han dicho que un noviazgo no puede romperse y que ella tiene que casarse con su novio Gabriel.

(✔) Elder está preocupado por los problemas de su barrio y se lo cuenta a su pareja, que le escucha y dialogan sobre posibles soluciones.

(✘) La familia de Joel opina que los noviazgos solo pueden darse entre personas de la misma cultura.

(✔) Cada tarde, al salir de estudiar, Ramona platica un rato con su novio para apoyarle. El está triste y preocupado porque su mamá está enferma.

(✘) Carlos quiere tener relaciones sexuales con su novia y siente que puede imponerse, aunque ella no quiere.

(✘) Lucas cree que puede controlar a su novia y pegarle si ella no le hace caso o habla con otros compañeros de su barrio.

Revisado mi proyecto de vida

Cada estudiante responderá según su criterio personal. No hay respuestas erróneas. Revise que las reflexiones se realizan con profundidad y coherencia.

Autocontrol

A. Demuestre lo aprendido

1. es una opción, pero no una obligación

2. una pasión que conlleva alegría y miedo e inseguridad
3. integra el amor hacia uno mismo con el amor a la otra persona
4. debe basarse en la libre elección de la persona con la que se establece

B. Aplique lo aprendido

1. a. Al área sentimental/familiar

   b. Porque nos permite ser más conscientes de si queremos tener pareja o no, cuándo y qué cómo queremos que sea esa relación.

2. La familia de Celeste tiene muchos recursos, mientras que la familia de su novio es humilde

C. Taller: ¡Noviazgos a examen!

Pareja A

1. ¿Qué espera Laura de Daniel?
   Que sea celoso.
2. ¿Cómo es Daniel?
   Es tranquilo y comprensivo.
3. ¿Quién de los dos está equivocado? ¿Por qué?
   Laura está equivocada porque los celos no son señal de amor.

Pareja B

1. ¿Quién está limitando la libertad del otro?
   Luis está limitando la libertad de Lucía.
2. ¿Quién debe respetar a quién? ¿Por qué?
   Luis debe respetar a Lucía porque ella tiene derecho decidir cuándo quiere tener relaciones sexuales.

1. Se propone un ejemplo de cómo reconducir cada situación:

   Pareja A: Daniel y Laura dialogan y Daniel le explica que ser hombre no tiene nada que ver con ser celoso y agresivo y que el verdadero amor tampoco tiene nada que ver con los celos ni la agresividad. Laura reflexiona sobre lo confundida que estaba por culpa de las ideas que extienden las películas, telenovelas y la sociedad en general.

   Pareja B: Lucía y Luis dialogan y Lucía explica a Luis que, le ama, pero que su amor no está por encima de sus propios derechos. Por lo tanto, ella va a hacer valer su derecho a no tener relaciones sexuales por el momento. Luis comprende que estaba equivocado al presionar a Lucía y se da cuenta de lo egoísta e injusto que había sido al presionarla solo para satisfacer sus propios deseos.

D. Reflexiono sobre mi aprendizaje

Recuerde a las y los estudiantes que deben repasar los contenidos y ejercicios relacionados con los logros en los que se han autoevaluado regular o mal. Ayúdeles a establecer compromisos para hacerlo.

La columna de “Qué dudas me quedan” puede servirle para realizar un ejercicio conjunto de resolución de dudas en el círculo de aprendizaje, donde las y los estudiantes puedan resolver las dudas de otras compañeras y compañeros, con el apoyo de usted.

La columna de “Qué aprendí” le ayudará a identificar cuáles han sido los aprendizajes más significativos para las y los estudiantes y poder reforzarlos.

Invite a las y los estudiantes a concretar muy bien los compromisos para aplicar los aprendizajes a la vida.

Semana 10 – Prevención de la violencia en el noviazgo

El valor de mis vivencias

¡A trabajar!

1) Trata sobre una mujer que es maltratada por su pareja y va a romper con esa situación.

2) Respuesta según la experiencia de cada estudiante.

Ejercicio 1

Respuestas a criterio de cada estudiante.

Revisado mi proyecto de vida

Cada estudiante responderá según su criterio personal. No hay respuestas erróneas. Revise que las reflexiones se realizan con profundidad y coherencia.

Autocontrol

A. Demuestre lo aprendido

1. V	4. V	7. F	10. F
2. F	5. F	8. V	
3. F	6. V	9. F	

B. Aplique lo aprendido

1. Respuesta a criterio de cada estudiante.
2. Respuesta según la realidad de cada estudiante. Revise que se haya diferenciado bien el mito de la realidad.
3. 1. Las víctimas son mayoritariamente mujeres.

   2. Respuesta a criterio de cada estudiante.
4. Las conclusiones del ejercicio pueden ser diferentes. Sin embargo, es necesario resaltar que el estereotipo de hombre agresivo y mujer sumisa es causa de violencia. Los hombres reciben muchos modelos de agresividad que les pueden llevar a ser violentos con sus parejas y las mujeres reciben modelos de sumisión, que les pueden llevar a soportar la violencia.

C. Taller: Alto a los noviazgos tóxicos

1. Reflexión personal de cada estudiante.
2. Motive la creatividad y la claridad en el mensaje que transmite el meme.

D. Reflexiono sobre mi aprendizaje

Recuerde a las y los estudiantes que deben repasar los contenidos y ejercicios relacionados con los logros en los que se han autoevaluado regular o mal. Ayúdeles a establecer compromisos para hacerlo.

La columna de “Qué dudas me quedan” puede servirle para realizar un ejercicio conjunto de resolución de dudas en el círculo de aprendizaje, donde las y los estudiantes puedan resolver las dudas de otras compañeras y compañeros, con el apoyo de usted.

La columna de “Qué aprendí” le ayudará a identificar cuáles han sido los aprendizajes más significativos para las y los estudiantes y poder reforzarlos.

Invite a las y los estudiantes a concretar muy bien los compromisos para aplicar los aprendizajes a la vida.

Semana 11 – Las etapas de la vida

El valor de mis vivencias

¡A trabajar!

1) La canción se refiere a que todo en la vida cambia y, de la misma forma, lo seres humanos también cambiamos a lo largo de nuestra vida.
2) Respuesta según la experiencia de cada estudiante.
3) Generalmente, los cambios nos producen miedos e inseguridad y por eso nos resistimos a ellos.

Ejercicio 1

Similitudes: aparecen vellos en las axilas, los genitales se engruesan.

Diferencias: a las mujeres les crecen las mamas y a los hombres les crece el pene.

Ejercicio 2

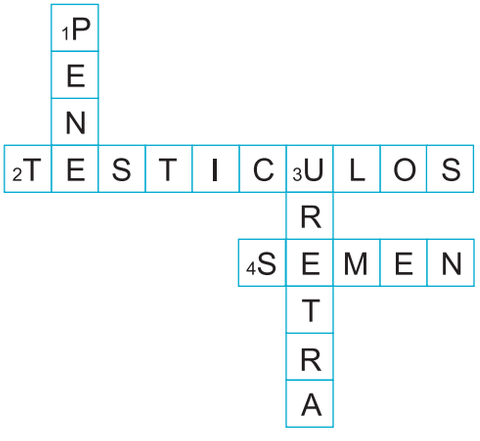
A.

M	U	T	E	R	O	T	S	E
A	L	E	R	A	V	I	P	V
R	K	Y	R	E	A	R	V	I
O	I	O	A	G	R	I	A	D
P	N	B	C	I	I	O	G	A
A	C	L	I	T	O	R	I	S
U	E	I	F	E	S	A	N	I
T	R	A	S	O	C	L	A	D
U	L	E	M	A	L	I	N	A
O	I	W	T	R	U	S	O	T
N	E	S	T	R	E	O	N	Y
A	Y	D	O	T	A	S	M	I

B.
- **Trompas de Falopio:** son dos tubos o canales huecos y delgados que comunican los ovarios con el útero.
- **Útero:** es un órgano de la gestación musculoso, con forma de pera al revés.
- **Monte de Venus:** parte externa del pubis, cubierta de vello púbico.
- **Clítoris:** órgano carnoso y eréctil destinado al placer sexual. Su parte externa sobresale entre los labios menores. La interna, rodea la vagina.

C. La menstruación es la sangre que las mujeres expulsan cada mes. Esta sangre va acompañada de un óvulo que había salido de una de las trompas de Falopio. Al no haberse producido un embarazo, el óvulo es expulsado.

Ejercicio 3



Ejercicio 4

Sexualidad	Sexo
• Sensaciones • Comunicación • Relación con los demás • Sentimientos • Varía según el momento histórico • Aprendida	• Relación sexual • Genitales • Biológico • Cambia de forma y funcionamiento con la edad

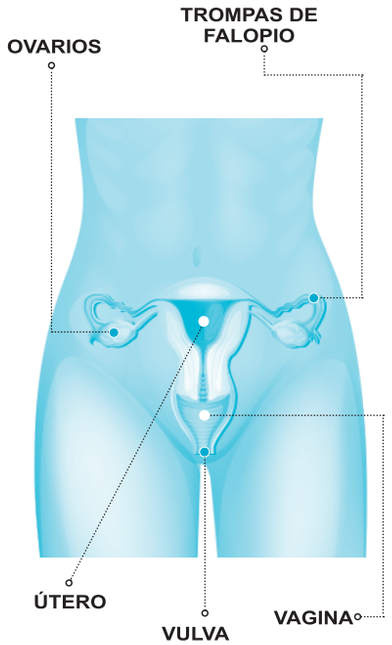
Revisado mi proyecto de vida

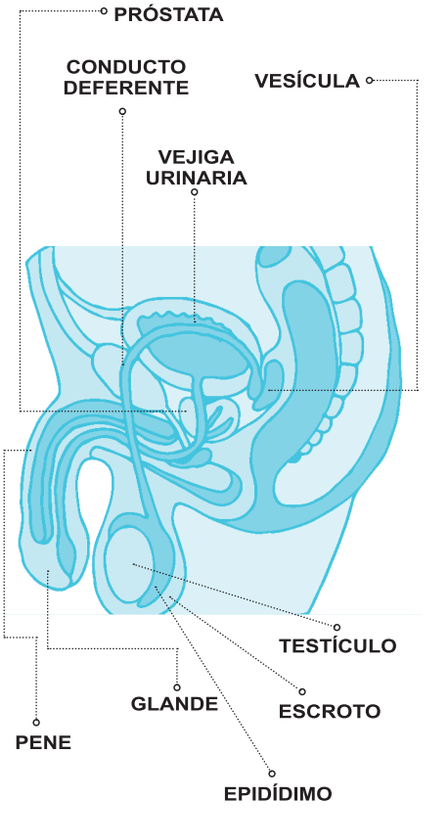
Cada estudiante responderá según su criterio personal. No hay respuestas erróneas. Revise que las reflexiones se realizan con profundidad y coherencia.

Autocontrol

A. Demuestre lo aprendido

1.





2.

	Órgano sexual de las mujeres	Órgano sexual de los hombres	Órgano genital interno	Órgano genital externo
Ovario	X		X	
Testículos		X		X
Útero	X		X	
Pene		X		X
Clítoris	X			X
Próstata		X	X	
Glande		X		X

B. Aplique lo aprendido

1. Lea los siguientes casos y responda las preguntas.

a) 1. No, simplemente el cuerpo de cada una tienen ritmos diferentes de desarrollo.

2. Porque el ritmo de desarrollo de su cuerpo es más rápido.

b) Deben hablar de que los óvulos se producen en las trompas de Falopio de las mujeres. Cada mes, una trompa de Falopio expulsa un óvulo. Si la mujer tiene relaciones sexogenitales, un espermatozoide puede llegar al óvulo y fecundarlo. De esa forma, se produce el embarazo. Si no se produce el embarazo, el óvulo es expulsado junto con sangre. Esto es la menstruación.

C. Taller: Adaptándonos a los cambios

A. Reflexiones personales de cada estudiante.

B. 1. Reflexiones personales de cada estudiante.

2. La sociedad impone un ideal de belleza para las mujeres según el cual deben ser delgadas. Para los hombres, el ideal no es rígido.

3. Reflexión personal de cada estudiante.

D. Reflexiono sobre mi aprendizaje

Recuerde a las y los estudiantes que deben repasar los contenidos y ejercicios relacionados con los logros en los que se han autoevaluado regular o mal. Ayúdeles a establecer compromisos para hacerlo.

La columna de “Qué dudas me quedan” puede servirle para realizar un ejercicio conjunto de resolución de dudas en el círculo de aprendizaje, donde las y los estudiantes puedan resolver las dudas de otras compañeras y compañeros, con el apoyo de usted.

La columna de “Qué aprendí” le ayudará a identificar cuáles han sido los aprendizajes más significativos para las y los estudiantes y poder reforzarlos.

Invite a las y los estudiantes a concretar muy bien los compromisos para aplicar los aprendizajes a la vida.

Semana 12 – Roles de género, cultura y sexualidad

El valor de mis vivencias

¡A trabajar!

1. Algunos ejemplos pueden ser:

   Niñas: muñecas, trastecitos, juegos de ronda.

   Niños: carritos, muñecos de héroes, juegos de peleas.

2. En los juegos y juguetes del ejemplo del inciso uno sí hay sexismo porque a las niñas se les enseña el rol maternal y de tareas del hogar, mientras que a los niños se les enseña un rol agresivo.

3. Juego violento: juegos donde se enfrentan personajes, se disparan, etc.

   Juego no violento: escondidas, ronda, etc.

4. Los juguetes enseñan a vivir porque las niñas y niños utilizan el juego para ensayar lo que harán cuando sean mayores.

Ejercicio 1

A. Respuestas según la realidad de cada estudiante. Revise que en el inciso dos. haya clasificado correctamente las actividades según la división tradicional de roles de género: mujeres en actividades de cuidado y oficios del hogar y hombres en actividades fuera del hogar.

Ejercicio 2

A. Estereotipos femeninos: cuidadosa, detallista, criticona, sin capacidad para tomar decisiones comunitarias, sin capacidad para la política.

   Estereotipos masculinos: con capacidad para tomar decisiones comunitarias, con capacidad para la política.

B. Respuestas a criterio de cada estudiante.

C. Respuestas según la realidad de cada estudiante. Algunos ejemplos podrían ser: consideración de superioridad de las personas ladinas respecto a las indígenas, consideración de superioridad de las personas del área urbana respecto a las personas del área rural.

Ejercicio 3

1. Respuestas según la realidad de cada estudiante. Algunos ejemplos podrían ser: las niñas y niños aprenden qué se espera de ellos como mujeres o como hombres en la familia, en la escuela, en los juegos en grupos de niñas y niños, en los grupos de las iglesias, etc.

2. Respuesta según la realidad de cada estudiante.

3. Respuestas variables según el anuncio que analice cada estudiante. Revise que los roles se han clasificado correctamente.

4. Es fundamental que los medios de comunicación transmitan mensajes de igualdad entre las mujeres y hombres porque los medios tienen mucha capacidad de influir en el pensamiento de la sociedad. Sin darnos cuenta, a diario recibimos cientos de mensajes de la televisión, radio, internet y otros medios, y su contenido va influyendo en nuestra forma de ver el mundo. Por eso, los medios de comunicación tienen mucha responsabilidad y deben planificar contenidos que contribuyan a la igualdad y no a la discriminación de género y la violencia.

Revisado mi proyecto de vida

Cada estudiante responderá según su criterio personal. No hay respuestas erróneas. Revise que las reflexiones se realizan con profundidad y coherencia.

Autocontrol

A. Demuestre lo aprendido

1. El sexo es biológico y el género es cultural.
2. El género es el conjunto de creencias, valores y comportamientos que se consideran adecuados para los hombres y para las mujeres en una determinada sociedad y momento histórico.
3. La división tradicional de roles de género establece que las mujeres ocupan el espacio del hogar o espacio privado y los hombres el espacio público.
4. Las características que la sociedad asigna a las mujeres ya a los hombres se llaman estereotipos de género.
5. La sociedad también asigna características diferentes a la sexualidad de las mujeres y de los hombres.
6. La identidad de género de cada persona no tiene por qué coincidir con los estereotipos de género de la sociedad.
7. Los canales a través de los que las niñas y niños aprenden qué se espera de ellos como mujeres y hombres se llaman agentes socializadores de género.
8. Los medios de comunicación son un agente socializador de género de mucho peso.
9. Para construir una identidad de género sana, necesitamos desarrollar nuestra capacidad de análisis crítico.

B. Aplique lo aprendido

1. a)

1. G	4. G	7. G	10. G
2. G	5. G	8. G	11. G
3. S	6. G	9. G	12. G

b) 1. Al sexo pertenece 1 afirmación y al sexo, 11.

2. Respuesta variable según el estereotipo elegido por cada estudiante.

C. Taller: Música libre de estereotipos de género

Reflexiones diferentes según la canción elegida por cada estudiante.

D. Reflexiono sobre mi aprendizaje

Recuerde a las y los estudiantes que deben repasar los contenidos y ejercicios relacionados con los logros en los que se han autoevaluado regular o mal. Ayúdeles a establecer compromisos para hacerlo.

La columna de "Qué dudas me quedan" puede servirle para realizar un ejercicio conjunto de resolución de dudas en el círculo de aprendizaje, donde las y los estudiantes puedan resolver las dudas de otras compañeras y compañeros, con el apoyo de usted.

La columna de "Qué aprendí" le ayudará a identificar cuáles han sido los aprendizajes más significativos para las y los estudiantes y poder reforzarlos.

Invite a las y los estudiantes a concretar muy bien los compromisos para aplicar los aprendizajes a la vida.

Semana 13 – Construcción de la igualdad de género

El valor de mis vivencias

¡A trabajar!

1. Respuesta según la realidad de cada estudiante.
2. Porque al repartir las tareas domésticas, ambas personas tienen tiempo para su desarrollo personal y profesional en otras áreas. De lo contrario, la vida de la mujer queda reducida a la realización de esas tareas, que no le permiten superarse en lo personal y profesional.
3. Un ejemplo de reflexión puede ser: Tanto mujeres como hombres tenemos talentos y capacidades para realizar todo tipo de tareas. Es importante que los hombres sean personas independientes, que no necesiten de una mujer para poder sobrevivir: elaboración de comida, limpieza de ropa, etc. También es importante que una mujer sea independiente y no necesite de un hombre para poder sobrevivir: puede ganar su propio salario. Si una pareja se constituye con base en la independencia de las dos personas, ambas personas podrán desarrollarse plenamente y ser más felices.

Ejercicio 1

Un hombre que actúa conforme el modelo tradicional de masculinidad se encuentra preso de estereotipos que no le permiten ser libre como persona. Por ejemplo, el estereotipo de que "los hombres no lloran" impide que los hombres puedan desarrollar su parte emocional y su

sensibilidad y desahogarse de forma sana cuando tienen problemas. De la misma forma, el estereotipo de que un hombre tiene que mantener económicamente a su familia y que le hecho de que su esposa trabaje pareciera ser una deshonra, tiene consecuencias muy negativas: os hombres se sienten muy presionados y empeñan su vida en trabajar, a veces en condiciones arriesgadas. Todo ello lleva a problemas muy fuertes que tradicionalmente sufren los hombres como el alcoholismo o las muertes por asumir situaciones de riesgo.

Ejercicio 2

Respuestas según la realidad de cada estudiante.

Ejercicio 3

Luis: qué bueno es que mi esposa y yo trabajemos fuera del hogar, ayudándonos conjuntamente con los gastos. Además, también ambos hacemos las tareas del hogar.

Julia: tengo derecho a cuidarme y sentirme bien. Mi bienestar es importante tanto para mí como para mi familia.

Pablo: los celos y el control solo demuestran inseguridad. No me importa lo que piensen los demás, yo tengo una relación de igual a igual con mi novia.

Irma: tengo derecho a participar en el COCODE y me gusta aportar mis capacidades para la mejora de mi comunidad. Voy a exigir que se respete mi derecho.

Revisado mi proyecto de vida

Cada estudiante responderá según su criterio personal. No hay respuestas erróneas. Revise que las reflexiones se realizan con profundidad y coherencia.

Autocontrol

A. Demuestre lo aprendido

1.

a) ambas son correctas

b) indica que las mujeres deben ser sensibles y dedicarse a la familia

c) se basa en el poder, control y agresividad

d) ambas son correctas

e) es posible si comenzamos por el análisis y cambio personal y familiar

f) son impulsadas por grupos de hombres

2. La masculinidad igualitaria es un cambio en la forma en la que la sociedad promueve que piensen y se comporten los hombres. La masculinidad igualitaria deja atrás el modelo de hombre agresivo, egocéntrico y controlador que hace muy infelices a los propios hombres.

La masculinidad igualitaria promueve que los hombres ejerzan su derecho a ser sensibles, participen en el cuidado de sus hijas e hijos y en las tareas del hogar, no sean los únicos proveedores económicos del hogar, etc. Es necesario promover esta nueva forma de masculinidad porque permite a los hombres ser más felices y contribuye a eliminar la violencia contra las mujeres y las niñas.

B. Aplique lo aprendido

1. a)

   Me llamo Juan. Tengo 45 años. Trabajo de solo a sol para llevar el sustento a casa. No tengo vicios y no me gusta salir a divertirme porque eso es perder el tiempo. Lo único que me gusta es tomar unos tragos de vez en cuando. No lloro porque eso es de mujeres. A mí no me manda nadie, a nadie le doy cuentas, porque un hombre no tienen que dar explicaciones a nadie de lo que hace. Para mí lo más importante es la familia. En mi casa mando yo y doy las órdenes. Me gusta que mi mujer me tenga lista la comida y que todos se levanten bien temprano. Yo no lavo, no plancho, no cocino, eso lo hace mi esposa. ¿Hablar de sentimientos? ¿Para qué? No le cuento a nadie mis problemas. No me gusta que mi esposa salga a la calle porque puede hacerse de amigas que le den malos consejos. Ella quiere participar en un comité pero no le doy permiso. ¿Por qué tienen las mujeres que meterse en esas cosas?

   Adaptado de: https://www.slideshare.net/hernandomedina2/la-masculinidad-tradicional

   b) En la familia de Juan, existen varias injusticias: el propio Juan está esclavizado de su trabajo; su esposa vive sometida a las órdenes que él da y no tiene autonomía física ni de participación; las hijas e hijos de Juan también viven sometidos. En definitiva, es una familia no democrática y con relaciones basadas en la injusticia y la dominación.

2. Me llamo Juan. Tengo 45 años. Tanto mi esposa como yo trabajamos fuera del hogar para contar con el sustento de nuestra familia. No me gusta salir y no tengo vicios. Cuando tengo problemas, comparto mis sentimientos con mi esposa y otras personas de confianza y me siento apoyado. En mi hogar, tomamos las decisiones conjuntamente con mi esposa. Entre los dos decidimos qué es lo mejor, siempre tomando en cuenta la opinión y necesidades de nuestras hijas e hijos. También los dos realizamos las tareas domésticas. Ambos venimos cansados del trabajo y es justo compartirlo todo. Tanto mi esposa como yo tenemos espacios propios. Cada quien comparte con sus amistades y también participamos en espacios de tomas de decisiones comunitarias.

   a) Con la masculinidad igualitaria, Juan ha logrado ser una persona completa, más plena y con menos tensión.

   b) La vida familiar de Juan ha mejorado porque ahora hay justicia y equidad en las relaciones entre sus miembros. Tienen más posibilidades de superarse y desarrollarse todas y todos, tanto Juan como su esposa e hijas e hijos.

C. Taller: Música libre de estereotipos de género

Manifestaciones artísticas diferentes según la canción elegida por cada estudiante.

D. Reflexiono sobre mi aprendizaje

Recuerde a las y los estudiantes que deben repasar los contenidos y ejercicios relacionados con los logros en los que se han autoevaluado regular o mal. Ayúdeles a establecer compromisos para hacerlo.

La columna de "Qué dudas me quedan" puede servirle para realizar un ejercicio conjunto de resolución de dudas en el círculo de aprendizaje, donde las y los estudiantes puedan resolver las dudas de otras compañeras y compañeros, con el apoyo de usted.

La columna de "Qué aprendí" le ayudará a identificar cuáles han sido los aprendizajes más significativos para las y los estudiantes y poder reforzarlos.

Invite a las y los estudiantes a concretar muy bien los compromisos para aplicar los aprendizajes a la vida.

Semana 14 – VIH, ITS y prevención del embarazo en adolescentes

El valor de mis vivencias

Las respuestas correctas del test son:

1. a
2. a
3. b
4. c
5. b
6. c

Ejercicio 1

1) VIH
2) ITS
3) antirretrovirales
4) inmunitario
5) reinfección

Ejercicio 2

Respuestas según la realidad de cada estudiante.

Ejercicio 3

Respuestas según la realidad de cada estudiante.

Revisado mi proyecto de vida

Cada estudiante responderá según su criterio personal. No hay respuestas erróneas. Revise que las reflexiones se realizan con profundidad y coherencia.

Autocontrol

A. Demuestre lo aprendido

1.

a) infecciones que se transmiten a través de fluidos vaginales y semen y que, por lo tanto, se transmiten en las relaciones sexogenitales sin condón.

b) es el virus de inmunodeficiencia humana, que es un virus que destruye el sistema inmune o defensas del cuerpo.

c) se transmiten a través de relaciones sexogenitales sin condón, a través de la sangre o de madre a hijo durante el embarazo, parto o lactancia.

d) no se transmiten por compartir vasos, platos y cubiertos, por compartir baño ni por cualquier situación de la convivencia en la vida diaria.

e) antirretrovirales.

f) el condón.

2. 1) F
2) F
3) F
4) V
5) F
6) V

B. Aplique lo aprendido

1. Esteban tuvo una relación sexogenital sin preservativo, no le dio importancia a una herida que le salió en el pene, no se realizó pruebas de VIH y otras ITS antes de mantener relaciones sexogenitales con Rosa, no le solicitó ese tipo de pruebas a Rosa, no le comentó nada a Rosa del diagnóstico que le hicieron y tampoco le comentó nada a su anterior pareja.
2. Rosa tuvo relaciones sexogenitales con Estaban sin condón, no se realizó la prueba de VIH y otras ITS y tampoco se la solicitó a Esteban.

3. La actuación de Esteban es mala e irresponsable. Tuvo que haber utilizado condón en sus relaciones sexogenitales. Además, tuvo que haber avisado a su anterior pareja del diagnóstico que recibió para que ella también se tratara y avisar también a Rosa.

C. Taller: Música libre de estereotipos de género

Experiencias diferentes según la realidad de cada comunidad o municipio y la acción de las y los estudiantes.

D. Reflexiono sobre mi aprendizaje

Recuerde a las y los estudiantes que deben repasar los contenidos y ejercicios relacionados con los logros en los que se han autoevaluado regular o mal. Ayúdeles a establecer compromisos para hacerlo.

La columna de “Qué dudas me quedan” puede servirle para realizar un ejercicio conjunto de resolución de dudas en el círculo de aprendizaje, donde las y los estudiantes puedan resolver las dudas de otras compañeras y compañeros, con el apoyo de usted.

La columna de “Qué aprendí” le ayudará a identificar cuáles han sido los aprendizajes más significativos para las y los estudiantes y poder reforzarlos.

Invite a las y los estudiantes a concretar muy bien los compromisos para aplicar los aprendizajes a la vida.

Semana 15 – La familia y los amigos y amigas

El valor de mis vivencias

1. La señora pudo decir simplemente: ¿me trae una cuchara, por favor?
2. Respuesta según la experiencia de cada estudiante.

Ejercicio 1

Respuestas según la experiencia de cada estudiante.

Ejercicio 2

Respuestas según la realidad de cada estudiante.

Ejercicio 3

A. Respuestas según la realidad de cada estudiante.

B. Podemos mejorar la comunicación sobre educación integral en sexualidad en la familia exponiendo a nuestros papás o personas adultas que necesitamos su orientación, de forma respetuosa. Además, podemos promover la formación de hermanas o hermanos pequeños, primos u otros familiares sobre los que tengamos influencia.

Revisado mi proyecto de vida

Cada estudiante responderá según su criterio personal. No hay respuestas erróneas. Revise que las reflexiones se realizan con profundidad y coherencia.

Autocontrol

A. Demuestre lo aprendido

a) La familia cubre nuestras necesidades de afecto, alimentación, cuidado y protección durante la niñez.

b) Porque la sexualidad es una parte central de nuestra vida y necesitamos formación y orientación sobre sexualidad para poder crecer de forma sana y plena.

c) Debemos exponer con claridad nuestras dudas, expresarlas de forma clara y respetuosa. De la misma forma, tener confianza con nuestra familia para contarles lo que nos ocurre y si tenemos algún problema o inquietud relacionado con la sexualidad.

d) Porque en los establecimientos educativos podemos recibir información científica sobre la sexualidad, completando la que podamos recibir en nuestra familia. Además, hay familias que no cuentan con la formación o condiciones familiares para poder ofrecer educación integral en sexualidad a sus hijas e hijos, de manera que es imprescindible que los establecimientos educativos lo hagan. Por último, la educación integral en sexualidad es un derecho humano y es parte de la educación de calidad. Por eso, el Estado tienen que asegurar que todas y todos los jóvenes la reciben a través de los establecimientos.

B. Aplique lo aprendido

a) 1. Está mal la comunicación entre padre e hija. El padre es demasiado cerrado e impositivo y su hija no ha tenido confianza u oportunidad para contarle acerca de sus sentimientos hacia su novio.

2. Don José debería considerar que su hija necesita tener confianza con él y así poder orientarla mejor. Ana tendría que hacer un esfuerzo para contarle a su papá sobre su novio y poder entablar un diálogo constructivo.

b) 1. Doña Marta podría felicitar a su hijo por considerar la protección en las relaciones sexogenitales y comenzar a platicar así sobre las inquietudes y vida sexual de Luis. Si le muestra confianza, podrá orientarle.

c) 1. En los tiempos del abuelito, hablar de sexualidad era un tabú el las familias y se consideraba negativo e incluso pecado. Actualmente, las familias son más democráticas y poco a poco se va comprendiendo la necesidad de hablar de sexualidad.

2. El papá de Celia no debe hacer caso al abuelito porque es bueno y necesario que apoye a su hija en su proyecto de vida.

C. Taller: Música libre de estereotipos de género

Experiencias diferentes según los grupos de estudiantes y realidad de los círculos de estudio.

D. Reflexiono sobre mi aprendizaje

Recuerde a las y los estudiantes que deben repasar los contenidos y ejercicios relacionados con los logros en los que se han autoevaluado regular o mal. Ayúdeles a establecer compromisos para hacerlo.

La columna de "Qué dudas me quedan" puede servirle para realizar un ejercicio conjunto de resolución de dudas en el círculo de aprendizaje, donde las y los estudiantes puedan resolver las dudas de otras compañeras y compañeros, con el apoyo de usted.

La columna de "Qué aprendí" le ayudará a identificar cuáles han sido los aprendizajes más significativos para las y los estudiantes y poder reforzarlos.

Invite a las y los estudiantes a concretar muy bien los compromisos para aplicar los aprendizajes a la vida.

Semana 16 – Repaso

Semana 9

1. Es un sentimiento maduro. Identifica las cualidades y defectos.

   Aceptación entre la pareja.

   Surge de conocerse y reconocerse entre sí.

2. (✘) Ana no quiere llevar a su novio a casa porque siempre le han enseñado que quien "entra a la casa" es para casarse.

   (✔) Estuardo está preocupado porque su papá se quedó sin trabajo. Elsa, su novia, lo escucha y lo apoya.

   (✘) Amelia llama a su novio muchas veces al día y se molesta si no le contesta.

   (✘) José y Ester se sienten presionados por sus amigos para tener relaciones sexuales.

3. 1. Sentirían miedo, inseguridad y frustración.

   2. Porque impide que las y los jóvenes se desarrollen plenamente y ejerzan su derecho a decidir libremente con quién quieren compartir su vida.

4. Un ejemplo de reflexión puede ser: es necesario buscar como pareja a una persona que haya desarrollado las capacidades para convivir en igualdad y armonía, de lo contrario, esa relación de pareja será de sufrimiento y no de amor.

Semana 10

1. 1. F
   2.F
   3.V
   4.F
   5.F
   6.V
   7.V
   8.V

2. 1. La acumulación de tensión es la etapa del círculo de la violencia en la que se dan enojos, malas caras, presiones que hacen que la persona violentada se sienta cada vez más asustada.
   2. La explosión violenta se da cuando la persona agresora golpea, humilla, insulta, etc. Estas explosiones suelen ser cada vez más fuertes y pueden llegar al asesinato.
   3. ”Luna de miel” es la etapa en la que la persona agresora dice que se arrepiente y asegura que no lo volverá a hacer, que ha cambiado. Esto no es real porque una persona agresora no puede cambiar por sí misma ni por las palabras de su pareja o familia. Necesita ayuda profesional y, aún así, será difícil el cambio.

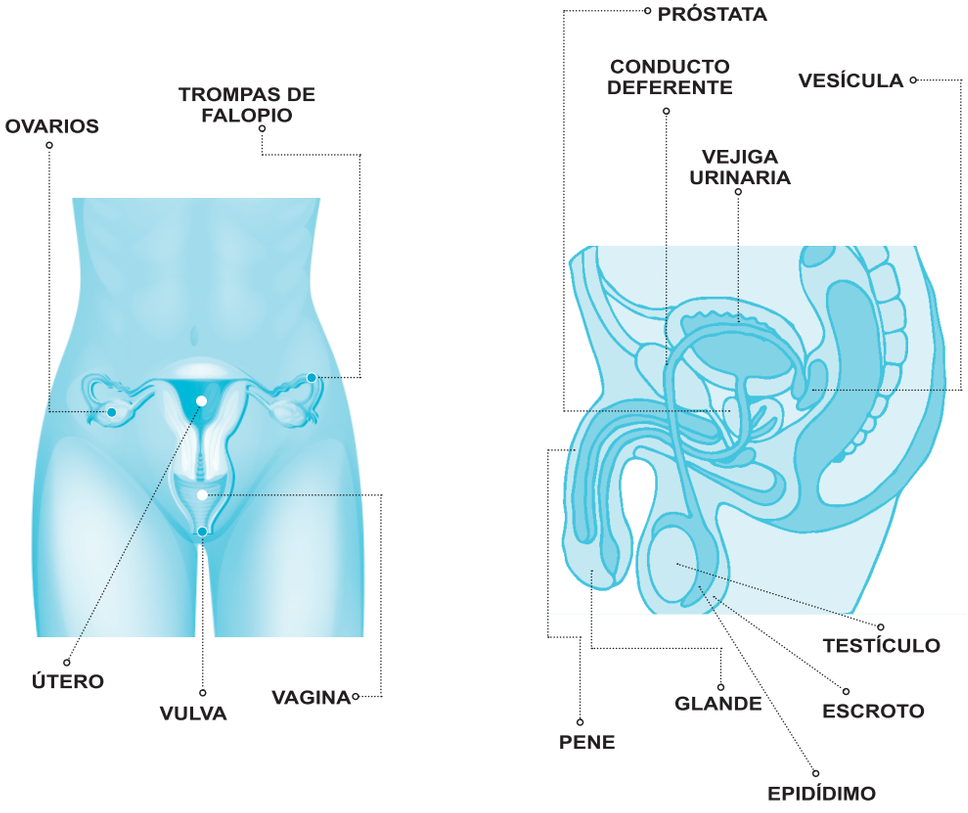
3. Para tener un noviazgo saludable, una persona tiene que tener una autoestima sana, que le permita valorarse a sí misma. Además, la persona debe saber manejar sus emociones y haber reflexionado sobre su proyecto de vida. Por otro lado, debe ser una persona sensible, dialogante y que aplica la igualdad en sus relaciones. Su idea sobre una pareja debe estar enfocada en el crecimiento mutuo, no en desear una pareja para aprovecharse de ella.

Semana 11

1.

	Hombre	Mujer
Similitudes	• Piernas • Brazos • Cabeza	• Piernas • Brazos • Cabeza
Diferencias	• Genitales internos: testículos, epidídimos, conductos, vesículas seminales y próstata, uretra • Genitales externo: pene, glande, escroto	• Mamas • Genitales internos: ovarios, trompas, útero, vagina • Genitales externos: vulva

2.



3. **1. Biológica y de reproducción:** es el funcionamiento de cuerpo, la posibilidad de tener hijas e hijos y de asumir una maternidad y paternidad responsables.

   2. Género: son las ideas que construye la sociedad sobre las características que son bien vistas para las mujeres y para los hombres.

   3. Vínculos afectivos: son los sentimientos y emociones relacionados con la atracción sexual, el amor y el desamor.

   4. Erotismo: es el potencial que permite experimentar deseo y placer, incluyendo el placer sexual, de forma sana y responsable en cada etapa de la vida.

Semana 12

1. a. es un conjunto de creencias, valores y comportamientos que se consideran adecuados para los hombres y para las mujeres

   b. no es natural porque tanto hombres como mujeres tenemos capacidad para hacer labores domésticas y trabajos remunerados fuera del hogar

   c. pone a las mujeres en ventaja respecto a los hombres

   d. las mujeres vivan su sexualidad con menos libertad que los hombres

e. puede ser elegida por nosotros y nosotras mismas, a través de nuestra capacidad crítica

f. ambas son correctas

Semana 13

1. a)

Hombres	Mujeres
• Fuertes • Valientes • No lloran • Hacen trabajos rudos • Llevan el sustento al hogar solo ellos	• Débiles • Sin capacidad de decidir • Necesitan protección • Hacer trabajos del hogar • No reciben remuneración por sus trabajos

b) Las respuestas dependerán de la realidad de cada estudiante.

2.

Efectos negativos de la masculinidad tradicional			
En los hombres	**En su pareja**	**En la familia**	**En la sociedad**
• No valerse por sí mismo • Sentirse presionado por la responsabilidad económica	• Ser tratada como inferior • No desarrollarse académica o profesionalmente	• Normas rígidas, ausencia de diálogo • Riesgo de violencia intrafamiliar	• Se naturaliza el trabajo sexual y la explotación sexual • Se impide el desarrollo humano sostenible

3. a) masculinidad tradicional

b) nuevas masculinidades

c) masculinidad tradicional

d) nuevas masculinidades

e) nuevas masculinidades

Semana 14

1. 1) Por relaciones sexogenitales sin protección

2) Por la sangre

3) De madre a hijo en el embarazo, parto o lactancia

2. 1. Prejuicio: ha contraído la enfermedad por culpa de sus vicios.

Cómo evitarlo: difundiendo información veraz sobre la transmisión del VIH, que puede afectar a cualquier persona.

2. Prejuicio: no se puede trabajar con una persona que vive con VIH porque se contagiarán todas las demás.

   Cómo evitarlo: difundiendo información veraz sobre las vías de transmisión del VIH.

3. 1. A nivel físico: utilizar siempre preservativo o condón.

   2. A nivel emocional: que se dé con una persona a la que queramos como pareja y sin que exista ningún tipo de violencia.

Semana 15

1. Es fundamental que la EIS se dé en las familias porque es el primer espacio de socialización de las niñas, niños y jóvenes. La sexualidad es de importancia central en nuestras vidas y por eso no puede ser un aspecto que quede apartado de la educación.

   La EIS debe darse en los establecimientos educativos porque es un derecho humano y forma parte de la educación de calidad. Por eso, el Estado tienen la obligación de asegurar que la EIS llega a todas y todos los jóvenes.

2. Respuesta según la creatividad de cada estudiante. Revisar que se hayan incluido los criterios de la comunicación saludable.

Estudiar le cambiará la vida

Siga los siguientes pasos...

1. Lea el contenido de la semana
2. Escuche la clase con los cinco sentidos
3. Después de la clase estudio y autocontrol
4. Consulte sus dudas
5. Asista al círculo de estudio

IGER®

Instituto Guatemalteco de Educación Radiofónica y Grupo Radial ¡uy, uy, uy!

Tel: 2305-1010

www.iger.edu.gt

iger@iger.edu.gt

UNFPA

Fondo de Población de las Naciones Unidas