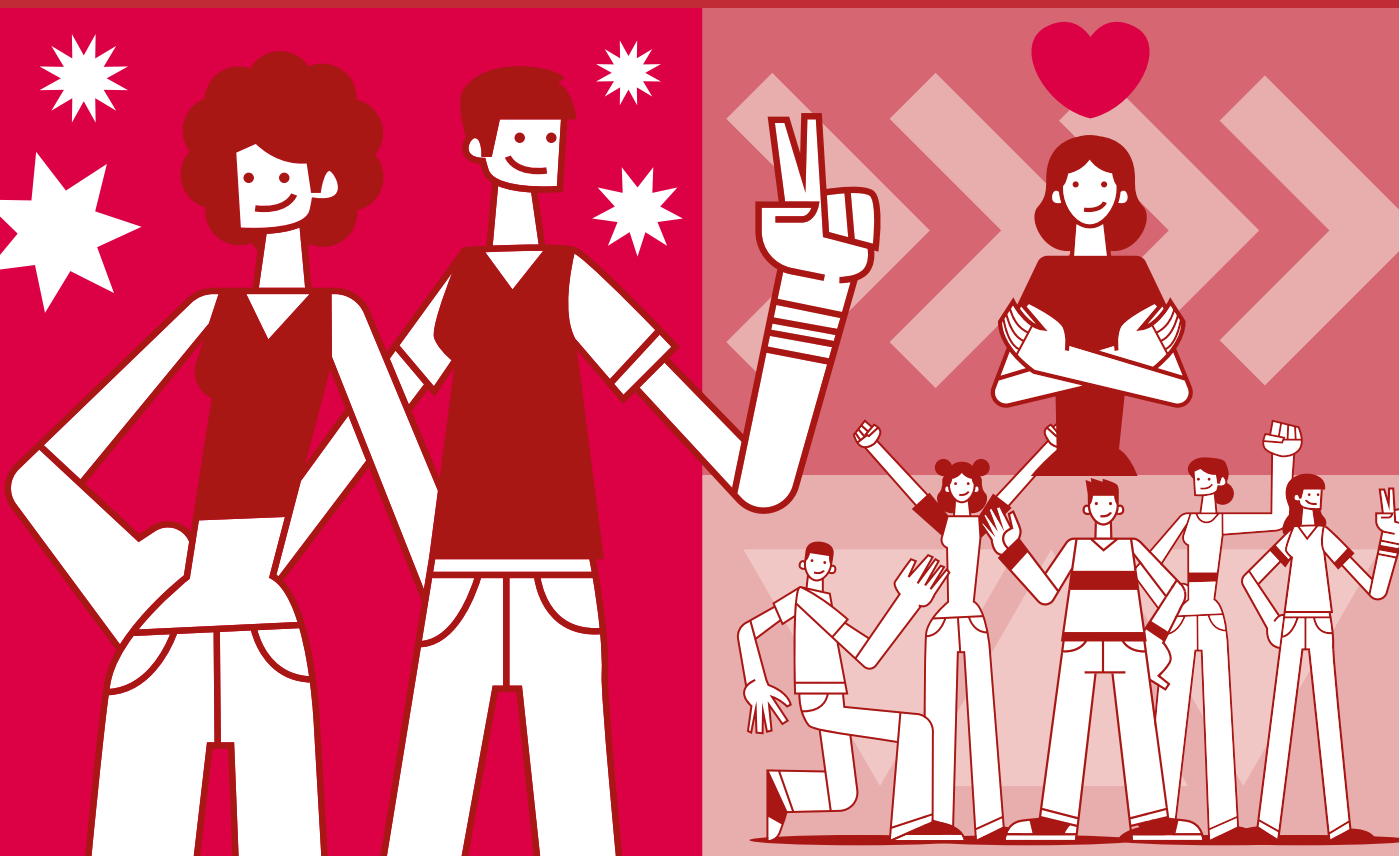


Taller "Reconocemos y ejercemos nuestros derechos sexuales para exigirlos y promoverlos en la comunidad"



Manual para docentes

Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo (PNUD) en México

Lorenzo Jiménez de Luis
Representante Residente

Sandra Sosa Cárcamo
Representante Residente Adjunta

Daniela Vallarino Moncada
Analista de Gestión

Martha Hernández Zavala
Coordinadora Técnica del Programa Construye T

Secretaría de Educación Pública

Esteban Moctezuma Barragán
Secretario de Educación Pública

Juan Pablo Arroyo Ortiz
Subsecretario de Educación Media Superior

Adriana Olvera López
Directora de Aprendizaje Socioemocional y Convivencia Escolar
Subsecretaría de Educación Media Superior

Taller “Reconocemos y ejercemos nuestros derechos sexuales para exigirlos y promoverlos en la comunidad”

Manual para docentes

Derechos reservados 2020

Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo (PNUD)

Montes Urales 440

Col. Lomas de Chapultepec, Alcaldía Miguel Hidalgo

C.P. 11000, Ciudad de México

Todos los derechos están reservados. Ni esta publicación ni partes de ella pueden ser reproducidas, almacenadas mediante cualquier sistema o transmitidas en cualquier forma o por cualquier medio, sea éste electrónico, mecánico, de fotocopiado, de grabado o de otro tipo sin el permiso previo del Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo.

Esta publicación fue realizada en el marco del Proyecto 00095479 “Cuarta Fase: Apoyo a las y los jóvenes del tipo medio superior para el desarrollo de su proyecto de vida y la prevención de conductas de riesgo, Programa Construye T” y puede ser utilizada de forma ilimitada por la Subsecretaría de Educación Media Superior de la Secretaría de Educación Pública, como asociada en la implementación de este proyecto.

El PNUD forja alianzas con todos los niveles de la sociedad para ayudar a construir naciones que puedan resistir las crisis; promueve y sostiene un tipo de crecimiento que mejora la calidad de vida de todos. Presentes sobre el terreno, en cerca de 170 países y territorios, ofrecemos una perspectiva global y un conocimiento local al servicio de las personas y las naciones.

Coordinación técnica

Adriana Olvera López

Martha Hernández Zavala

Coordinación académica

Nuria Yuriria Trejo Tinoco

Desarrollo de contenidos

Francisco Javier Pérez Chagollán

Angélica Ramírez Dávila

Revisión de contenidos

Claudia Angélica Franco Bayardo

Rebeca Guerra Espitia

Marla S. González Ayala

Mariana Butrón Solórzano

Diseño gráfico

Lilian Lorenzo Saucedo

David Almog Tawil

Corrección de estilo

Francisco Pérez Romero



Índice

Introducción	5
Presentación del manual	7
1. Mapa de ruta del Taller	10
2. Metodología de las sesiones	19
3. Fichas didácticas por sesión	24
Sesión 1. Las y los jóvenes tenemos derechos sexuales	26
Sesión 2. Conocemos nuestra sexualidad, placer y tomamos decisiones	35
Sesión 3. Cuidamos nuestro cuerpo y relaciones	45
Sesión 4. Somos incluyentes y construimos equidad	55
Sesión 5. Elegimos cuidar nuestra salud sexual	69
Sesión 6. Tenemos derecho a la libertad reproductiva	81
Sesión 7. Exigimos educación integral de la sexualidad	92
Sesión 8. Hagamos realidad nuestros derechos sexuales	100
4. Anexos	106
Anexo 1.	106
Anexo 2.	114
Referencias	117

Introducción

La Ley General de Educación, aprobada en septiembre 2019, plantea la Nueva Escuela Mexicana (NME) y pone al centro a los niños, niñas, adolescentes y jóvenes. Con ella se busca ampliar el panorama formativo integrando la formación académica (capacidades cognitivas), el desarrollo personal y social (habilidades socioemocionales), así como una base fundamental de valores cívicos y principios humanos (formación para la ciudadanía). En el nivel de educación media superior, implica el reconocimiento al derecho a una educación integral que permita a las y los estudiantes alcanzar su desarrollo personal y profesional, y contribuir a su bienestar, a la transformación y al mejoramiento de la sociedad.

Para alcanzar la educación integral y formar ciudadanas y ciudadanos con identidad, responsabilidad y capacidad de transformación social, se propone: un currículo fundamental, para acceder al conocimiento en ciencias experimentales, ciencias sociales y humanidades; y un currículo ampliado, orientado a la formación y práctica de habilidades socioemocionales, a través de acciones que se realizan en diversos espacios escolares y comunitarios. Este último, considera el desarrollo de estudiantes a través de cuatro componentes: Arte, Deporte, Práctica y Colaboración Ciudadana; y Educación Integral en Sexualidad y Género. Con estos se busca propiciar experiencias significativas por su trascendencia social, que permitan a las y los jóvenes contribuir en cambios positivos de su escuela y de su comunidad.

El programa Construye T es pionero en materia de educación socioemocional en México y tiene como objetivo desarrollar habilidades socioemocionales en estudiantes,

docentes y directivos de educación media superior y contribuir a la mejora del ambiente escolar. Actualmente ha incorporado en su diseño estos componentes, los cuales buscan ser abordados a través de diversas estrategias en el aula y fuera de ella, fortaleciendo la visión y el desarrollo en colectivo de las comunidades escolares.

Particularmente, este material, forma parte de las estrategias del componente de Educación Integral en Sexualidad y Género (EISyG) dentro del Programa Construye T. Su objetivo es que las y los jóvenes de educación media superior participen de manera activa en la construcción de conocimientos, actitudes y habilidades que los empoderen en el ejercicio de sus derechos sexuales y reproductivos, en la comprensión de la construcción social del género, para favorecer su salud sexual, su bienestar presente y futuro, considerando los derechos de los demás para poder decidir y actuar en consecuencia.

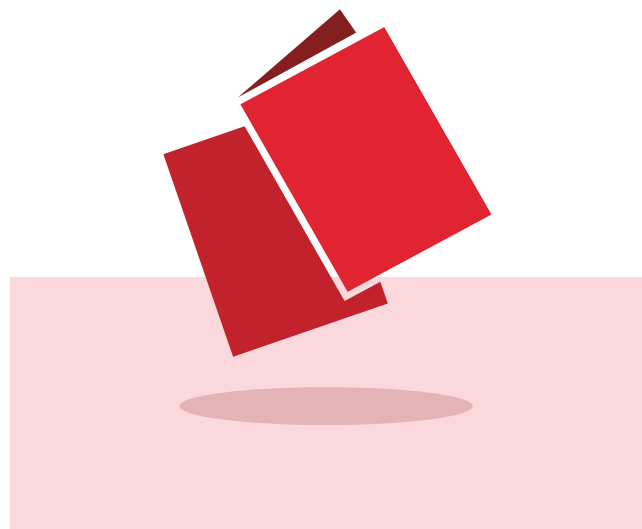
El componente de EISyG fortalecerá las habilidades socioemocionales que coadyuven a la apropiación del conocimiento y a generar conductas responsables en los jóvenes, desde la reflexión y la autonomía, en los ámbitos de la sexualidad, mediante la integración de la perspectiva de género y el desarrollo de nuevas masculinidades en los jóvenes.

La estrategia pedagógica del componente EISyG se llama "*Conoce, ejerce, exige y promueve tus derechos sexuales*", la cual articula las habilidades socioemocionales (HSE) con los derechos sexuales y los derechos reproductivos (DSyR) de adolescentes y jóvenes, y para su implementación en el plantel, aporta tres tipos de herramientas didácticas:

- Taller dirigido a estudiantes de educación media superior "*Reconocemos y ejercemos nuestros derechos sexuales para exigirlos y promoverlos en la comunidad*", con una duración mínima de 8 horas, pudiendo llegar hasta 16. Incluye un manual para docentes y otro para estudiantes, así como los recursos didácticos necesarios para su implementación.
- Guía con 20 actividades complementarias dirigida a docentes y estudiantes, la cual podrá dar continuidad a los contenidos de educación sexual y género en el plantel, o implementarse como única herramienta.
- Cinco infografías de divulgación científica sobre educación integral de la sexualidad dirigidas a padres/madres/cuidadores de las y los estudiantes.

El resultado esperado del componente es que las y los jóvenes puedan establecer o fortalecer su proyecto de vida considerando su bienestar y el de su entorno, para que con él también pueda aportar a su comunidad. En una mirada más amplia, este componente pretende contribuir con los objetivos de Desarrollo Sostenible de la Agenda 2030, en particular con los siguientes:

- **ODS 3.** *Garantizar una vida sana y promover el bienestar de todos a todas las edades.*
- **ODS 4.** *Garantizar una educación inclusiva, equitativa y de calidad y promover oportunidades de aprendizaje durante toda la vida para todos.*
- **ODS 5.** *Lograr la igualdad de género y empoderar a todas las mujeres y las niñas.*
- **ODS 10.** *Reducir la desigualdad en y entre los países.*



Presentación del manual

Este manual está dirigido a docentes como tú, con interés y compromiso de contribuir en la formación integral de las personas jóvenes, y tiene la finalidad de ser una guía metodológica que te permita desarrollar un taller de educación integral de la sexualidad y género para estudiantes de educación media superior (útil también para jóvenes entre 14 y 18 años).

El taller es una herramienta formativa vivencial, es decir, que retoma y retroalimenta las experiencias de las y los jóvenes y está enfocado a contribuir en la reducción y/o eliminación de los retos más apremiantes de la población joven en materia de sexualidad, fortaleciendo habilidades socioemocionales que le permitan acceder al conocimiento y ejercicio de sus derechos sexuales. A partir de ello, se convierte en un detonante de procesos de exigencia y promoción de estos derechos en diversos contextos donde se desenvuelven las y los jóvenes, principalmente en el familiar y comunitario.

Está estructurado en cinco ejes temáticos que responden a la cartilla de derechos sexuales de adolescentes y jóvenes de Jalisco 2018¹ a partir de un proceso de formación-acción ciudadana (Pérez, 2018), es decir, busca que se desarrollen habilidades socioemocionales para ejercer, exigir y promover sus derechos sexuales en la vida cotidiana, dentro y fuera de la escuela, de ahí el nombre del taller.

En este sentido, el taller es un proceso formativo y de reflexión sobre diversos temas relacionados con la sexualidad. Busca ser un elemento que despierte el interés sobre los derechos sexuales, con una secuencia temática que no se agota en este taller. Será una experiencia individual y grupal, en donde se pueda poner en práctica el pensamiento crítico, creativo y analítico. A lo largo de ocho sesiones, sensibiliza, habilita y estimula para desarrollar una vinculación activa con el resto de la comunidad escolar a través de las otras dos herramientas didácticas que forman parte del componente de EISyG.

Objetivo general del taller

Generar un espacio de reflexión entre jóvenes de la educación media superior para reconocer la sexualidad como un aspecto positivo y como un derecho humano, mediante el fortalecimiento de habilidades socioemocionales que les permitan acceder al conocimiento y ejercicio de los derechos sexuales en diversos ámbitos de su vida personal y social, para que participen en su exigencia y promoción a nivel comunitario.

1. <http://cedhj.org.mx/eventos/cartilla%20Jalisco%202018.pdf>, cartilla de Jalisco 2018. Esta cartilla actualiza la versión presentada en Jalisco en 2005 y contextualiza la Cartilla Nacional 2016 <https://www.cndh.org.mx/sites/all/doc/Programas/VIH/Divulgacion/cartillas/Cartilla-Derechos-Sexuales-Adolescentes-Jovenes.pdf>, es una herramienta pedagógica que organiza los derechos sexuales en cinco bloques.

Qué (Planteamiento inicial de lo que se pretende con el objetivo)	Cómo (Elemento metodológico para operar el objetivo)	Para qué (Elemento transformador y de mayor aspiración del objetivo)
Generar un espacio de reflexión entre jóvenes de EMS para mirar la sexualidad como un aspecto positivo y como un derecho humano,	mediante el fortalecimiento de habilidades socioemocionales que les permitan acceder al conocimiento y ejercicio de los derechos sexuales en diversos ámbitos de su vida personal y social,	para que participen en su exigencia y promoción a nivel comunitario.

El planteamiento inicial del objetivo general nos indica que el taller es un espacio detonador de procesos de reflexión personal y colectiva entre jóvenes de EMS sobre la sexualidad desde un enfoque positivo, que les posibilite mirarla y vivirla como un asunto de derechos enfocados al bienestar y desarrollo, y con ello asumir que como jóvenes tienen derechos sexuales que se pueden ejercer con responsabilidad y placer.

El elemento metodológico del objetivo general retoma el fortalecimiento de las seis habilidades socioemocionales del programa Construye T, como un medio fundamental para acceder al reconocimiento y ejercicio de los derechos sexuales en diversos ámbitos de su vida personal y social. De ahí que el taller se estructura a partir de cinco ejes temáticos y busca que las y los jóvenes participantes pongan en la mira su vida cotidiana a la luz de éstos para reconocer cómo ejercen o no sus derechos sexuales, y cómo las HSE pueden facilitar este ejercicio. Este elemento se conecta de manera particular con la generación de un diálogo entre las y los jóvenes con integrantes de sus familias, para intercambiar y reconstruir los significados y el sentido de ideas y prácticas de la sexualidad, desde un enfoque positivo y como asunto de derechos (infografías).

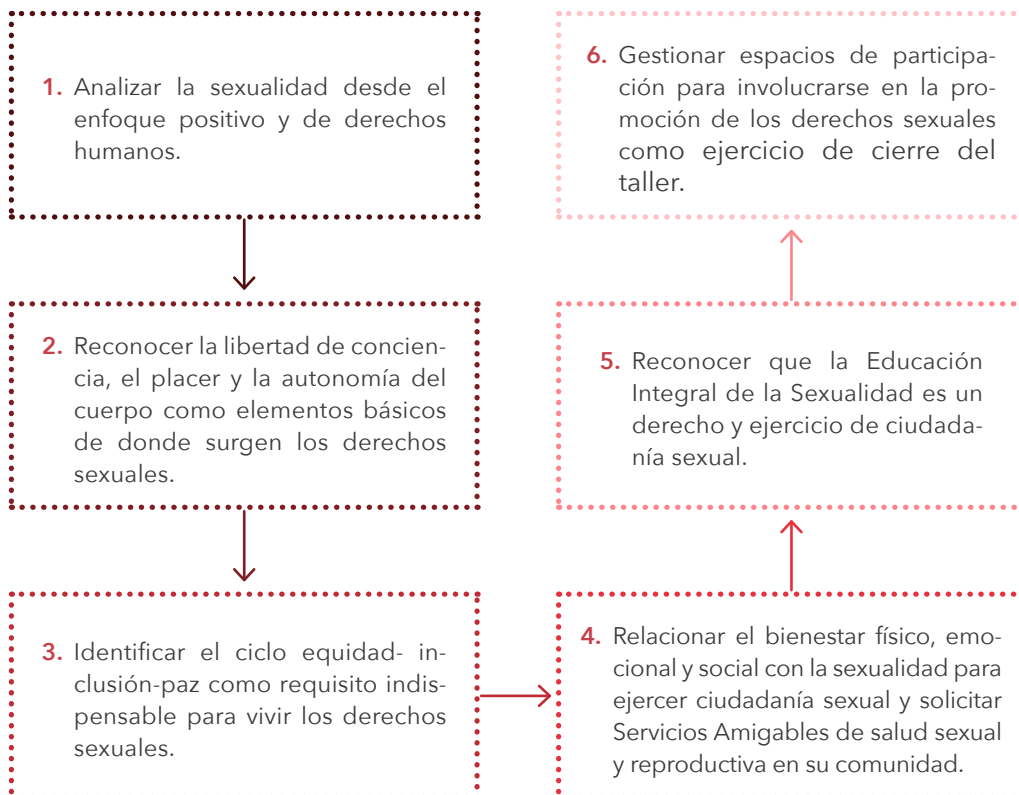
El elemento transformador del objetivo general de este taller, en sintonía con el proyecto de la nueva escuela mexicana para impulsar la formación ciudadana, se orienta a generar su participación en la exigencia y la promoción de los derechos sexuales en sus comunidades, esto significa que puedan replantearse como ciudadana/os activa/os capaces de realizar, desde sus espacios juveniles, la difusión educativa de los derechos sexuales, y *gestionar servicios públicos de calidad* relacionados con la no violencia, la salud y la educación en sexualidad, y con ello *iniciar el camino hacia el ejercicio pleno de su ciudadanía sexual*.

Este elemento se vincula directamente con la guía de actividades propuesta como parte de las herramientas didácticas del componente, la cual es una continuación del taller para realizar acciones colectivas que complementen, reafirmen y fortalezcan los aprendizajes y las habilidades que se abordaron en el taller.



Objetivos específicos del taller

El estudiantado participante podrá:



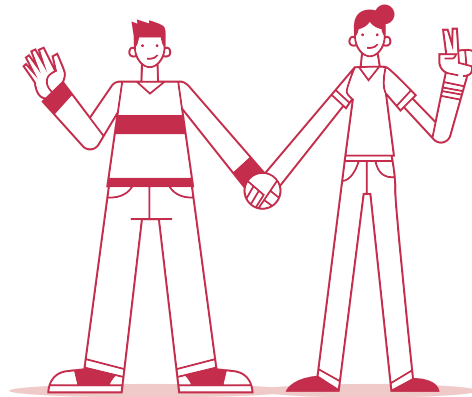
De esa manera, los objetivos específicos guían el proceso de desarrollo de las sesiones del taller y cada uno corresponde a un eje temático.

Para llevar este taller al aula, en este manual encontrarás:

1. El mapa de ruta por eje temático.
2. La metodología general de las sesiones.

3. Una ficha didáctica para cada una de las ocho sesiones del taller que incluye los recursos didácticos para trabajar con las y los estudiantes.
4. Materiales de apoyo para prepararse previo a las sesiones y recursos didácticos y de consulta.

1. Mapa de ruta del Taller



El mapa de ruta del taller considera cinco ejes temáticos con sus respectivos objetivos específicos. Cada eje considera una o dos sesiones de trabajo, las cuales se abordan con dos o tres actividades. En ellas se reflexiona a nivel individual, se dialoga en lo colectivo y se proponen ejercicios para ser trabajados en casa, para continuar con el proceso de aprendizaje de manera más profunda. Para cada una de las actividades se proporcionan los materiales de apoyo (PPT, formatos, recursos documentales y de video) que se requieren para trabajar con las y los estudiantes.

Es importante que puedas desarrollar el taller con la secuencia que se plantea, independientemente que decidas, en conjunto con tu grupo, darle mayor prioridad o énfasis a algunos temas que sean de su interés. En este sentido, el tiempo colocado es sugerido, ya que cada sesión puede desarrollarse en 60 o 120 minutos, dependiendo de la organización de cada escuela o grupo.

Tu iniciativa y creatividad son muy importantes para ajustar el programa del taller al tiempo del que se disponga en tu escuela. En la versión de tiempo reducido (8 horas), por ejemplo, se pueden realizar solo una o dos actividades de la sesión, en lugar de las tres propuestas; o trabajar las tres actividades acotando los ejemplos y las participaciones para ajustarse a los tiempos. Es importante que sean las inquietudes y necesidades de las/los estudiantes, las que marquen el rumbo del proceso, pues el taller puede durar hasta 16 horas.

Los videos y material de lectura recomendados en este taller, son de uso libre al ser compartidos en plataformas públicas de internet y se dan los créditos a cada uno según corresponde. El contenido no necesariamente refleja la postura institucional del Programa Construye T, se comparten con fines didácticos y académicos y en ningún sentido buscan promover a alguna persona, marca, partido político, empresa privada, universidad, etc.



Mapa de ruta del Taller					
Sesión	Objetivo	Actividades	Materiales	¿Tienes dudas sobre los contenidos? (Recursos de apoyo sobre los temas, para docentes)	Sección "Ampliando la mirada" (Recursos de reforzamiento en casa para las y los estudiantes)
Sesión 1: Las y los jóvenes tenemos derechos sexuales.	Analizar la sexualidad desde el enfoque positivo y de derechos humanos.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Valoración inicial y sistematización de resultados. 3. El taller como construcción colectiva. 4. Los lentes de los Derechos Sexuales. 5. Cierre de sesión. 	<ul style="list-style-type: none"> • Instrumento de valoración inicial que se encuentra en el Anexo 1. • PPT sesión 1. • Proyector, bocinas y computadora. • Video del Componente ElSyG: https://www.youtube.com/watch?v=fjH7f8lMpnI 	<ul style="list-style-type: none"> • Cartilla de los derechos sexuales de adolescentes y jóvenes: https://www.cndh.org.mx/sites/all/doc/Programas/VIH/Divulgacion/cartillas/Cartilla-Derechos-Sexuales-Adolescentes-Jovenes.pdf • Cartilla de derechos sexuales y derechos reproductivos de personas con discapacidad: http://cedoc.inmujeres.gob.mx/documentos_download/cartilla_dsdrrpd_folleto.pdf?fbclid=IwAR0ceC-Vw0ybuMtW6-iXDfRS-Q2zUa3P4fhMaOITqKL-ZJOkw2P83tb2YH-pGk 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Para profundizar el tema central de la sesión de hoy, consulta la versión nacional de 2015 en su edición 2016 de la cartilla de los derechos sexuales de adolescentes y jóvenes que consta de 14 derechos: https://www.cndh.org.mx/sites/all/doc/Programas/VIH/Divulgacion/cartillas/Cartilla-Derechos-Sexuales-Adolescentes-Jovenes.pdf 2. También puedes consultar la cartilla de los derechos sexuales de adolescentes y jóvenes de Jalisco 2018, que retoma la anterior e incluye 15 derechos. http://cedhj.org.mx/eventos/cartilla%20Jalisco%202018.pdf

Mapa de ruta del Taller					
Sesión	Objetivo	Actividades	Materiales	¿Tienes dudas sobre los contenidos? (Recursos de apoyo sobre los temas, para docentes)	Sección "Ampliando la mirada" (Recursos de reforzamiento en casa para las y los estudiantes)
Sesión 2: Conocemos nuestra sexualidad, placer y tomamos decisiones.	Reconocer la libertad de conciencia, el placer y la autonomía del cuerpo, como elementos básicos de donde surgen los derechos sexuales.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mitos y ritos sobre la sexualidad. 2. El mapa de nuestras diversidades en sexualidad y género. 3. Video-análisis emocional sobre el autoerotismo. 4. Cierre de sesión. 	<ul style="list-style-type: none"> • Resultados valoración inicial del eje 1, elaborado por el/la docente con base en formato Anexo 1. • PPT de la sesión 2. • Proyector, computadora y bocina. • Cartulinas y marcadores. • Tarjetas para escribir las posibilidades de las diversidades • Video 5 consejos para el autoerotismo: https://www.youtube.com/watch?v=Nzttst1XjxM 	<ul style="list-style-type: none"> • Sexualidad, placer, relaciones: https://www.saludjovennavarra.es/es/sexualidad-y-placer-erotico • Construcción social de la identidad de género: http://www.gloobal.net/iepala/gloobal/fichas/ficha.php?entidad=Terminos&id=869 • ¿Qué es la identidad de género?: https://www.gob.mx/segob/articulos/que-es-la-identidad-de-genero • Glosario: https://www.unfe.org/es/definitions/ 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Una historia de los derechos LGBT en la ONU: https://www.youtube.com/watch?v=TKTPD9hfutU 2. La UNAM te explica: Transexualidad: http://www.fundacionunam.org.mx/unam-al-dia/la-unam-te-explica-transexualidad/ 3. Para conocer sobre diversidad cultural y sexual de nuestro país, ve este video sobre la "identidad Muxe": https://www.youtube.com/watch?v=iiek6JxYJLs <p>Realizar un diálogo en familia sobre los mitos y ritos sobre sexualidad, ¿Cómo eran antes y cómo son ahora? Si me mantienen o han cambiado y registrar lo más significativo.</p>



Mapa de ruta del Taller					
Sesión	Objetivo	Actividades	Materiales	¿Tienes dudas sobre los contenidos? (Recursos de apoyo sobre los temas, para docentes)	Sección "Ampliando la mirada" (Recursos de reforzamiento en casa para las y los estudiantes)
Sesión 3: Cuidamos nuestro cuerpo y relaciones.	Reconocer la libertad de conciencia, el placer y la autonomía del cuerpo, como elementos básicos de donde surgen los derechos sexuales.	1. ¿Cómo funciona el amor?	<ul style="list-style-type: none"> • PPT Sesión 3 • Pizarrón y marcador • Video la química del amor. https://www.youtube.com/watch?v=A-3D1oL-JRds 	<ul style="list-style-type: none"> • "Los mitos románticos son el germen de la violencia de género": https://www.lamarea.com/2017/07/27/mitos-romanticos-germen-violencia-genero/?fbclid=IwAR3pXMD4WvPuAdqNXelbBbARPG-JEOdZXX8-3K0bdkIBm-13nWRSNU0tHfGNM • Cuando se trata de consentimiento, no hay límites difusos: https://www.unwomen.org/es/news/stories/2019/11/feature-consent-no-blurred-lines • Autocuidado de la salud: http://saludxmi.cnpss.gob.mx/inpsiquiatria/portal/saludxmi/biblioteca/resumenes/SEXUALIDAD_resumen.pdf 	<ol style="list-style-type: none"> 1.ocer más sobre cómo se desarrolla un episodio emocional, consulta y realiza las actividades de la lección 6. Las emociones en el cerebro. https://www.construye-t.org.mx/resources/pdf/simplificado/Autoconocimiento_Cuaderno_de_trabajo_estudiantes.pdf 2. Para profundizar sobre qué es la responsabilidad afectiva, leer y dialogar con tus amigas y amigos el siguiente recurso: https://www.elpais.com.uy/domingo/responsabilidad-afectiva.html 3. Importante. Conoce la Declaración sobre el placer sexual: México 2019. https://www.amssac.org/declaracion-placer/ 4. Muy Necesario. Si quieres saber tips sobre cómo "Saber decir no" consulta: https://www.youtube.com/watch?v=r6QLL0O7Do 5. Para conocer sobre los círculos concéntricos del amor: http://salutsexual.sidastudi.org/resources/do 6. El abuso sexual y la taza de té: https://www.youtube.com/watch?v=Wb-0OKPgZUT4
		2. Declaración compartida del derecho al placer.	<ul style="list-style-type: none"> • Casos sobre prácticas sexuales. • Video mitos del amor romántico. https://www.youtube.com/watch?v=Cqaj9MZa38I 		
		3. Los cuentos que nos siguen cantando.	<ul style="list-style-type: none"> • Proyector, computadora y bocina. • Letras de canciones impresas, escritas en un rotafolio o proyectadas. 		
		4. Cierre de sesión.			
		5. Cierre de eje temático.			

Mapa de ruta del Taller					
Sesión	Objetivo	Actividades	Materiales	¿Tienes dudas sobre los contenidos? (Recursos de apoyo sobre los temas, para docentes)	Sección "Ampliando la mirada" (Recursos de reforzamiento en casa para las y los estudiantes)
Sesión 4: Somos incluyentes y construimos equidad.	Identificar el ciclo equidad-inclusión-paz, como requisito para vivir los derechos sexuales.	1. Quitándonos las etiquetas: masculinidad tradicional.	<ul style="list-style-type: none"> • PPT sesión 4 • Computadora y Cañon proyector • Resultados valoración inicial del eje 2 elaborado por el/la docente con base en los resultados del grupo. 	<ul style="list-style-type: none"> • Prevenir la violencia de género desde la escuela: http://www.injuve.es/sites/default/files/RJ86-04.pdf • Violencia basada en género: https://www.mimp.gob.pe/files/direcciones/dgcvg/mimp-marco-conceptual-violencia-basada-en-genero.pdf • Masculinidades por la igualdad de género: https://cdhcm.org.mx/wp-content/uploads/2015/05/DFensor_03_2014.pdf 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Video SOMOS IGUALES, SOMOS DIFERENTES, ¿SOMOS PERSONAS! https://www.youtube.com/watch?v=ujDoLEjv6Ms 2. Video Nuevas masculinidades: https://www.youtube.com/watch?v=LvLUFWB_Q4 3. Para profundizar el tema de violencias basadas en género. Prevención de la Violencia Basada en Género. Violencia basada en la orientación sexual y la identidad de género. Amnistía internacional: http://www.midecision.org/modulo/violencia-basada-la-orientacion-sexual-la-identidad-genero/ 4. Para seguir reflexionando en formas concretas contra la violencia. Registra las tres que te hayan sido más significativas y por qué. Guía básica del buen aliado. De machos a hombres: https://demachosahombres.com/buenaliado?fbclid=IwAR03fMFGSOwTkrX2Fls-1vDNyNymdjlscWw4XaYy-VpcO85DpCvejGKMDZeUQ 5. Para reconocer acciones concretas de lucha contra la violencia: Ciudad de México castigará con hasta nueve años de cárcel la 'porno venganza' y el ciberacoso: https://elpais.com/sociedad/2019/12/03/actualidad/1575411516_872057.html?ssm=FB_MX_CM&fbclid=IwAR0_qcRY31WZDZVQh7Qs-0Gpf6Ov05t8npBOXksFbdDc8i-7C7Bg-pF3NNww 6. Conoce sobre la iniciativa spotlight en México: https://www.un.org/es/spotlight-initiative/
		2. Quitándonos las etiquetas: nuevas formas de vivir la masculinidad	<ul style="list-style-type: none"> • Lista de estereotipos y roles de género, asociados a la masculinidad tradicional (hegemónica) para hacer las etiquetas. • Video sobre masculinidad no violenta: https://www.youtube.com/watch?v=r5bvawuk-MEQ • Cartas/tarjetas/hojas recicladas para la Baraja de la corresponsabilidad. 		
		3. Baraja de corresponsabilidad			
		4. Cierre de bloque temático.			



Mapa de ruta del Taller

Sesión	Objetivo	Actividades	Materiales	¿Tienes dudas sobre los contenidos? (Recursos de apoyo sobre los temas, para docentes)	Sección "Ampliando la mirada" (Recursos de reforzamiento en casa para las y los estudiantes)
Sesión 5: Elegimos cuidar nuestra salud sexual.	Relacionar el bienestar físico, emocional y social con la sexualidad para ejercer ciudadanía sexual y solicitar servicios amigables de salud sexual y reproductiva en su comunidad.	<ol style="list-style-type: none"> <li data-bbox="393 342 558 662">Fantasía guiada: mi cuerpo en transformación <li data-bbox="393 662 558 982">Intercambio de regalos. <li data-bbox="393 982 558 1321">¿Por qué decido cuidar mi salud sexual? Exigencia de servicios de salud sexual y reproductiva. <li data-bbox="393 1321 558 1638">Cierre de sesión 	<ul style="list-style-type: none"> • Proyector, computadora y bocina. • PPT Sesión 5 • Resultados valoración inicial del eje 3, elaborado por el/la docente con base a formato. • Video: Si pudieras cambiar una sola parte de tu cuerpo ¿Qué cambiarías? https://www.youtube.com/watch?v=2IKLpD37CPI • Guía de códigos de prácticas erótico-sexuales para hacer las tarjetas (PPT) • Video Información General sobre ITS Planned Parenthood. https://www.youtube.com/watch?v=8eD-BlaS67Jk 	<ul style="list-style-type: none"> • NOM-047-SSA2-2015, para la atención a la salud del grupo etario de 10 a 19 años. https://www.gob.mx/salud/%7Ccenia/articulos/proyecto-de-norma-oficial-mexicana-proy-nom-047-ssa2-2014-para-la-atencion-a-la-salud-del-grupo-etario-de-10-a-19-anos-de-edad • HOMOFOBIA Y SIDA. David Alberto Murillo. Amigos contra el Sida: http://www.censida.salud.gob.mx/descargas/drrhumanos/davidalberto.pdf • SALUD SEXUAL, DERECHOS Y PLACER: Apuntes en prevención del VIH para mujeres: http://ibdigital.uib.es/greenstone/collect/portal_social/index/assoc/sidastud/i0002.dir/sidastudi0002.pdf 	<ol style="list-style-type: none"> <li data-bbox="995 342 1282 505">Para verla y dialogar con la familia, sobre el pensamiento crítico ante los medios de comunicación sobre la imagen corporal. https://www.youtube.com/watch?v=cN-95JVx1SRM <li data-bbox="995 505 1282 687">Para profundizar y reflexionar puedes buscar en tu plataforma de películas o series favorita el documental "Period. End of Sentence", el cual habla sobre la dignificación de la menstruación en niñas y adolescentes. Si no tienes acceso a él, puedes revisar la siguiente lectura: https://www.semana.com/contenidos-editoriales/los-ninos-primer/articulo/educacion-sobre-menstruacion-en-las-ninas-y-jovenes-en-colombia/640920?-fbclid=iwar2b-fkcxl89csw-32junequxyfzr9fz4cb-vlemcanxt4dohn1o1gie-gubhy <li data-bbox="995 687 1282 760">https://www.unfpa.org/es/menstruaci%C3%B3n-preguntas-frecuentes <li data-bbox="995 760 1282 942">Para replantear la menstruación en sentido positivo, ver este video y comentarlo entre compañeras y compañeros: https://www.youtube.com/watch?v=iJpuCW_P7Hw <li data-bbox="995 942 1282 1638">Para recapitular lo que va del taller y saber ¿Qué es el sexo seguro y el sexo protegido? Revisa el siguiente video https://www.youtube.com/watch?v=eonpmpYtf74. Registra la diferencia entre sexo seguro y sexo protegido, e investiga cómo se llaman los servicios de salud sexual y salud reproductiva que se prestan en México a las y los jóvenes.



					<p>6. Mirar en equipos mixtos el video del monólogo EL AMOR (propio): https://www.youtube.com/watch?v=iE7mxurHNjg</p> <p>Después platicar entre compañeras y compañeros, cómo es que el amor propio nos ayuda a decidir cuidar nuestra salud sexual a las mujeres y a los hombres.</p> <p>7. Para conocer más revisa este breve repaso sobre higiene sexual de la OMS. https://sexualidadhumana.salud.wordpress.com/aspectos-gerales-de-la-sexualidad/salud-e-higiene-sexual/</p> <p>Registra para tu uso personal lo que te parezca significativo.</p> <p>8. Para resignificar el cuidado durante la menstruación revisar el video: Cómo tener una menstruación sostenible. https://www.youtube.com/watch?v=0OkkRZuyi74</p> <p>Investiga sobre el uso de la copa menstrual como una alternativa para cuidar el medio ambiente.</p>
--	--	--	--	--	--



Mapa de ruta del Taller

Sesión	Objetivo	Actividades	Materiales	¿Tienes dudas sobre los contenidos? (Recursos de apoyo sobre los temas, para docentes)	Sección "Ampliando la mirada" (Recursos de reforzamiento en casa para las y los estudiantes)
<p>Sesión 6: Tenemos derecho a la libertad reproductiva.</p>	<p>Relacionar el bienestar físico, emocional y social con la sexualidad para ejercer ciudadanía sexual y solicitar servicios amigables de salud sexual y reproductiva en su comunidad.</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li data-bbox="393 342 558 607">1. Tuvieron muchos hijos y vivieron felices para siempre. <li data-bbox="393 607 558 862">2. ¿Cómo me apropio de la metodología antifecundativa? <li data-bbox="393 862 558 1142">3. Embarazo sí, embarazo no: ruta crítica para la toma de decisiones. <li data-bbox="393 1142 558 1397">4. Cierre de sesión. <li data-bbox="393 1397 558 1647">5. Cierre de bloque temático. 	<ul style="list-style-type: none"> • Proyector, computadora y bocina. • PPT Sesión 6 • Guía de la entrevista • Tarjetas o papel bond para el "camino lógico". • Tutorial: Cómo negociar el uso del condón. https://www.youtube.com/watch?v=O-9j36O2BRHs • Video Aplazar el embarazo. https://www.youtube.com/watch?v=mr-PUz6HxAY8 	<ul style="list-style-type: none"> • Acceso a métodos anticonceptivos en adolescentes de la Ciudad de México https://www.scielosp.org/article/spm/2017.v59n3/236-247/ • Directorio nacional para ubicar los lugares donde brindan métodos antifecundativos de manera gratuita. https://www.gob.mx/salud%7CCc-negsr/articulos/servicios-amigables • "La NOM 046". Marta Lamas, 24 agosto, 2019. https://www.proceso.com.mx/597099/la-norma-046 • Para profundizar en los mitos sobre la interrupción legal del embarazo: https://gire.org.mx/wp-content/uploads/2019/08/mitos_y_preguntas_sobre_el aborto.pdf • Secretaría de Salud. Interrupción legal del embarazo gratuita: https://www.salud.cdmx.gob.mx/servicios/servicio/ILE 	<ol style="list-style-type: none"> <li data-bbox="995 342 1283 607">1. Para cuestionar miradas tradicionales que limitan el derecho de decidir y se dan en cualquier contexto (rural y urbano de nuestro país). Observa el video: Derecho a decidir. https://www.youtube.com/watch?v=3CsUa6Mtogg Escribe cuáles son las fortalezas de la chica, las habilidades que se observan para decir que no, y defender su proyecto de vida. <li data-bbox="995 607 1283 880">2. Para recapitular lo que va del taller y reflexionar los muchos factores que influyen en el derecho a decidir, ve el video ecuatoriano: DERECHOS SEXUALES Y REPRODUCTIVOS SALUD Y GENERO: https://www.youtube.com/watch?v=0Z9OmNrgol Escribe un párrafo sobre cómo aporta el derecho a decidir en sexualidad y reproducción para tu proyecto de vida. <li data-bbox="995 880 1283 1190">3. Para tener una vista rápida de los métodos antifecundativos. (infografía). https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment_data/file/248475/III_Metodos_Anticonceptivos.pdf Para consultar algún método en particular (fichas informativas). https://www.gob.mx/salud/cnegsr/es/acciones-y-programas/fichas-informativas-metodos-anti-conceptivos Para conocer en profundidad los métodos. http://www.salud.gob.mx/unidades/cdi/documentos/DOCSAL7202.pdf <li data-bbox="995 1190 1283 1647">4. Las leyes están cambiando constantemente en nuestro país, para conocer sobre las causales de la ILE en diversas entidades en México, leer la siguiente nota. https://www.animalpolitico.com/2019/12/abortar-mexico-mujeres-estados/ Ubica los datos relativos a tu estado si aparecen, de no ser así, investiga las causales de la ILE en tu entidad. Para profundizar en los mitos sobre el aborto revisados en la sesión: https://gire.org.mx/wp-content/uploads/2019/08/mitos_y_preguntas_sobre_el aborto.pdf Video: Maternidad y paternidad responsable en la adolescencia. https://www.youtube.com/watch?v=RRppXmQWjJI



Mapa de ruta del Taller					
Sesión	Objetivo	Actividades	Materiales	¿Tienes dudas sobre los contenidos? (Recursos de apoyo sobre los temas, para docentes)	Sección "Ampliando la mirada" (Recursos de reforzamiento en casa para las y los estudiantes)
Sesión 7: Exigimos educación integral en sexualidad.	Reconocer que la EIS es un derecho y ejercicio de ciudadanía sexual.	1. Línea de vida de mi educación sexual.	<ul style="list-style-type: none"> Proyector, computadora y bocina. PPT de la sesión 7 Resultados valoración inicial del eje 4, elaborado por el/la docente. 	<ul style="list-style-type: none"> "Orientaciones técnicas internacionales sobre educación en sexualidad: enfoque basado en evidencia" (UNESCO, 2018, páginas 87-89) https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000265335 México necesita empoderar a sus jóvenes. https://www.dgcs.unam.mx/boletin/bdbole-tin/2014_389.html Apuesta por el empoderamiento adolescente: https://www.crim.unam.mx/web/sites/default/files/Muestra_Apuesta%20por%20el%20empoderamiento.pdf https://www.youtube.com/watch?v=NHBUUqbxMc: Mitos y realidades sobre la educación integral en sexualidad https://www.youtube.com/watch?v=AfxsoD8slvc: ¿Por qué la EIS tiene que considerar el enfoque de derechos? 	<ul style="list-style-type: none"> Si cuentas con acceso a alguna plataforma de series o películas, te recomendamos ver "Sex education". <p>Después de haber realizado las actividades de esta sesión, te invitamos a que hagas una lista de las consecuencias de no contar con una educación sexual adecuada en la juventud, que observas en tu entorno y plantea algunas soluciones que puedes hacer tú y tus amigos/as para prevenirlas.</p>
		2. La EIS como instrumento de poder.	<ul style="list-style-type: none"> ¿Por qué es importante la educación integral en sexualidad? de UNESCO 2018. https://es.unesco.org/news/que-es-importante-educacion-integral-sexualidad 		
		3. Cierre de sesión.	<ul style="list-style-type: none"> Video Ser joven: la educación integral en la sexualidad: https://www.youtube.com/watch?v=k3Ofx-GfRaUE 		
		4. Cierre de bloque temático.			
Sesión 8: Hagamos realidad nuestros derechos sexuales.	Gestionar espacios de participación para involucrarse en la promoción de los derechos sexuales.	1. Proyecto de vida y ciudadanía sexual.	<ul style="list-style-type: none"> Proyector y computadora PPT sesión 8 Resultados valoración inicial del eje 5, elaborado por el/la docente. Formato de proyecto de vida que se encuentra en el manual de estudiante. Formato de valoración final (igual que la valoración inicial). Cuadro de expectativas que se retoma de la sesión 1. 	<ul style="list-style-type: none"> Ciudadanía sexual: un aporte al disfrute de una sexualidad sana y responsable. https://revistas.idep.edu.co/index.php/mau/article/view/1741/1711 Género-Interseccionalidad. https://www.youtube.com/watch?v=4ZSctq-FAoDQ Vídeo resumen del taller. https://www.youtube.com/watch?v=KUse7p-7g-8Q https://www.youtube.com/watch?v=fil5sgJJSuk: El rol del docente / tutor, estudiantes y padres / madres de familia 	<p>1. Consulta la lección 2. ¿Cómo construyo mi futuro? Para distinguir las ventajas de reflexionar sobre el futuro, de establecer metas a largo plazo y las posibles implicaciones de no hacerlo.</p> <p>https://www.construye-t.org.mx/resources/pdf/simplificado/Perseverancia_Cuaderno_de_trabajo_estudiantes.pdf</p> <p>Retoma las actividades de esa lección que te permitan fortalecer tu proyecto de vida y ciudadanía sexual.</p> <p>2. Para conocer más de otras experiencias de La ciudadanía sexual: un aporte al disfrute de una sexualidad sana y responsable. https://revistas.idep.edu.co/index.php/mau/article/view/1741/1711</p>
		2. Seguimos en la lucha por los derechos.	<ul style="list-style-type: none"> Papeletas adhesivas u hojas de reciclaje con cinta adhesiva Cuestionario final de satisfacción Guía de actividades complementarias. 		
		3. Cierre del taller.			



2. Metodología de las sesiones



Se presenta una lógica secuenciada de toda la experiencia formativa y de cada sesión. Cada una de las sesiones parte con un ejercicio para posicionar el tema en el grupo desde lo experiencial (lluvia de ideas, juego de roles, fantasía guiada, intercambio de experiencias personales, entre otras), con la intención de sensibilizar al grupo y disponerlo a una experiencia de aprendizaje socioafectivo propicio para el desarrollo de contenidos sobre sexualidad y género.

En todas las sesiones se integran actividades con preguntas orientadas a cuestionar de manera permanente la estructura vertical y estática del género desde el sistema patriarcal y heteronormado², y se proponen miradas más abiertas y horizontales, como parte de una experiencia coeducativa de aprendizaje para desarrollar el pensamiento crítico, empático y solidario.

Asimismo, todas las sesiones incluyen actividades de interacción grupal para generar un debate colectivo que les permita reconocer la necesidad de organizarse para realizar acciones que les permitan participar en el cambio en sus comunidades, a través de la exigencia y la promoción de sus derechos humanos, especialmente sexuales.

Estas actividades están orientadas a que el grupo se pueda acercar a sí mismo, de manera que se genere la participación de todas y todos en un trabajo lúdico, por lo que se requiere flexibilidad en su aplicación tanto como el grupo lo requiera.

- Es importante tener en cuenta que como facilitador/a te corresponde estar al pendiente de la dinámica grupal para reorientarla con base en el objetivo general del taller y de cada sesión, así como a los

2. Sistema de organización social y política que tiene influencia sobre el mundo público y privado de las personas, en donde lo masculino ejerce poder y sometimiento sobre lo femenino; en donde, entre otras cosas, la vida sexual de las mujeres y de las personas que no son heterosexuales, se ve afectada.

propósitos de cada actividad, tomando en cuenta las características del grupo y las interacciones generadas.

- Para ser congruente con los objetivos del Programa Construye T, del Componente EISyG y del taller, es importante manifestar apertura, calidez y amabilidad sin juicios, hacia el grupo para generar confianza.
- Atender la evaluación en sus tres niveles (diagnóstica, formativa y sumaria) es también un elemento fundamental para dar cauce al proceso formativo. Para ello este manual ofrece tres elementos:

- El instrumento de valoración (inicial y final).
- El apartado de cierre de sesión (escribe y comparte).
- Las actividades de la sección "ampliando la mirada" en el manual de estudiantes.

La metodología de cada sesión del taller comprende tres constitutivos y sus respectivas secciones, como se aprecia de manera general en la siguiente tabla.

Constitutivo	Secciones	Descripción general
A. Secuencia básica de trabajo en la sesión.	<ul style="list-style-type: none"> a) Número y nombre de la sesión. b) Objetivo/reto. c) Introducción/Para abrir la sesión. d) Duración e) ¿Tienes dudas sobre los contenidos? f) Materiales g) Actividades (propósitos y pasos para realizarlas). h) Reconozco y ejerzo mis derechos sexuales. i) Recapitulo e integro. j) Escribe y comparte k) La carta del futuro 	<ul style="list-style-type: none"> • Presenta la secuencia completa de cada sesión. • Orienta de manera detallada al/a docente sobre la conducción de las actividades. • Está contenida en una ficha didáctica por cada sesión en versión de docentes al final de este manual. • Se han colocado materiales de apoyo para el docente, para resolver sus dudas y ampliar sus conocimientos sobre los contenidos. • En cada sesión se incluyen materiales, como cuestionarios, formatos, presentación en power point y videos. • Considera una sección para reconocer y propiciar el ejercicio de los derechos sexuales que se han trabajado en la sesión • Considera una sección de resumen e integración de los aprendizajes clave (recapitulo e integro). • Considera una sección de cierre de las actividades (escribe y comparte) y otra para cerrar los ejes temáticos" en la cual se va construyendo a lo largo del taller un proyecto de vida (carta al futuro).



B. Elemento de reforzamiento para estudiantes.	l) Ampliando la mirada.	<ul style="list-style-type: none"> • Sección para realizar después del taller o en casa, ofrece materiales de consulta para profundizar y reforzar temas. • Propone la realización de actividades interactivas, creativas y de reflexión, a nivel personal, con algún/a compañero/a, con otras personas, en particular de su familia. • Aparece en el manual del/la estudiante al cierre de la sesión o de eje temático según corresponda.
C. Actividades complementarias.	m) Para la difusión educativa de los derechos sexuales.	<ul style="list-style-type: none"> • Vinculan el taller con las otras estrategias pedagógicas del componente que involucran a estudiantes, docentes y demás integrantes de la comunidad escolar. <ul style="list-style-type: none"> • Con las actividades de la Guía que se vinculan con cada temática. • Con las infografías para madres padres y personas cuidadoras. • Aparece al final de cada sesión del manual del/la estudiante como referencia.

Las actividades durante el taller y las adicionales realizadas en casa están orientadas al abordaje de los niveles de reconocimiento y ejercicio de los derechos sexuales, mientras que las actividades complementarias de la Guía se enfocan principalmente a los niveles de exigibilidad y promoción de éstos.

Por ello, las actividades de las sesiones se interrelacionan con las otras estrategias pedagógicas del componente EISyG, la **Guía de actividades complementarias** y **las Infografías de divulgación científica sobre EIS**, para que el grupo pueda organizarse, si así lo decide, para iniciar un proceso de difusión educativa de los derechos sexuales con grupos de pares y con los demás integrantes de la comunidad escolar, de manera simultánea al taller, o bien, al finalizar este.

<p>Taller "Reconocemos y ejercemos nuestros derechos sexuales para exigirlos y promoverlos en la comunidad"</p> <p>Dirigido a estudiantes de educación media superior</p>	<p>Guía de actividades complementarias en el plantel</p> <p>Dirigida a docentes y estudiantes</p>	<p>Infografías de divulgación científica sobre EIS</p> <p>Dirigidas a Padres/madres/cuidadores</p>
<p>Sesión 1. Las y los jóvenes tenemos derechos sexuales</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Pasa la voz "la sexualidad es positiva...". 2. Directorio de instituciones que promueven derechos sexuales. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. ¿Cómo se vinculan las HSE con los derechos sexuales?
<p>Sesión 2. Conocemos nuestra sexualidad, placer y decisiones personales</p>	<ol style="list-style-type: none"> 3. Circulo Literario: Ars Erótica. 4. Testimonios de éxito sobre ejercicio y exigibilidad de derechos sexuales. 5. Charlas en confidencia con madres, padres y cuidadores sobre el ejercicio de la sexualidad antes y ahora. 6. Panel de personas expertas: para deconstruir el amor romántico. 	<ol style="list-style-type: none"> 2. Las familias y el reconocimiento de las diversidades. 3. Las familias ante las diversas formas de violencias basadas en género.
<p>Sesión 3. Cuidamos nuestro cuerpo, placer y relaciones</p>	<ol style="list-style-type: none"> 7. Cine debate sobre Inclusión. 8. Análisis de medios de comunicación locales/nacionales/internacionales sobre violencias basadas en género. 9. ¿Cómo lo resolverías? Toma de decisiones respecto a la promoción de la inclusión, la equidad y la paz, en un marco de corresponsabilidad cívica y ética. 	
<p>Sesión 4. Somos incluyentes, construimos equidad</p>	<ol style="list-style-type: none"> 10. Entrenamiento colectivo: Cómo pedir ayuda ante la violencia: mecanismos de denuncia y atención en la escuela y comunidad. 11. Campaña de acción colectivo: Desmontando la violencia en el noviazgo. 	
<p>Sesión 5. Elegimos cuidar nuestra salud sexual</p>	<ol style="list-style-type: none"> 12. Jornada de promoción de los Servicios amigables de salud sexual y salud reproductiva para adolescentes. 	<ol style="list-style-type: none"> 4. Las familias, medio vital para salud sexual de los adolescentes.
<p>Sesión 6. Tenemos derecho a la libertad reproductiva</p>	<ol style="list-style-type: none"> 13. Feria de la salud sexual y de la salud reproductiva. 14. Maratón sobre métodos anti fecundativos. 	



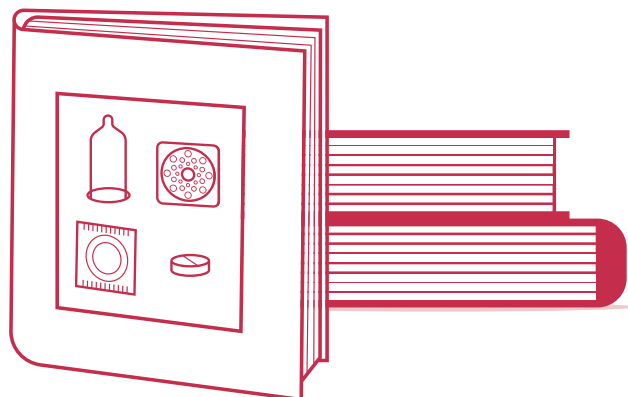
<p>Sesión 7. Exigimos Educación Integral de la Sexualidad</p>	<p>15. Banco de materiales educativos para impulsar la EIS.</p> <p>16. Encuesta crítica sobre EIS en la escuela.</p> <p>17. Periódico mural sobre la Educación sexual antes y ahora.</p>	<p>5. Mitos y realidades de la educación integral en sexualidad.</p>
<p>Sesión 8. Hagamos realidad nuestros derechos sexuales</p>	<p>18. Debate entre personas expertas en participación ciudadana y estudiantes: Espacios y mecanismos de participación juvenil en sexualidad y género.</p> <p>19. Difusión educativa de la Cartilla de Derechos Sexuales.</p> <p>20. Asamblea escolar para compartir resultados de implementación de los materiales del componente EISyG del programa Construye T.</p>	<p>N/A</p>

Las actividades complementarias de la Guía aparecen también en la sección **“Para la difusión educativa de los derechos sexuales”**, en el manual del/la estudiante al final de cada sesión, sólo a modo de sugerencias para el seguimiento.

Se recomienda que las actividades complementarias de la Guía se organicen de manera conjunta entre estudiantes y docentes, y se lleven a cabo de manera simultánea o al concluir el taller. La Guía funge como un segundo nivel de construcción de conocimiento y como un ejercicio de formación en la acción, en el que las y los jóvenes y su docente siguen aprendiendo, ahora a partir de ser protagonistas de la difusión educativa de los derechos sexuales y aportar con ello a la transformación cultural de la comunidad escolar. En la Guía aparece de manera detallada las sugerencias para su organización y realización acorde al contexto de cada escuela, grupo y comunidad. [[descargue aquí:](#)]

Las Infografías están disponibles para que mamás, papás, personas cuidadoras y público en general, puedan tener acceso abierto para su consulta, sin embargo, tanto en las sesiones del taller como en las actividades complementarias de la Guía se presentarán sugerencias de cómo utilizarlas para potenciar su efectividad en la difusión educativa de los derechos sexuales con integrantes de las familias del estudiantado e involucrarles y formar alianzas entre las escuelas de EMS y las familias en los procesos de Educación Integral en Sexualidad y Género [[descargue aquí:](#)].

3. Fichas didácticas por sesión



A continuación, se presenta una ficha didáctica para cada sesión del taller. Antes de implementarla con las y los estudiantes, es necesario revisarlas, consultar los recursos

de la sección "¿Tienes dudas sobre los contenidos?", realizar una planeación y, cuando convenga, ajustes a las actividades y a los ejemplos según tu contexto.

Sesión 1. Las y los jóvenes tenemos derechos sexuales	
Objetivo	Las y los estudiantes podrán analizar la sexualidad desde el enfoque positivo y de derechos humanos.
Introducción	<ul style="list-style-type: none"> • La sesión se compone de tres elementos, que incluyen un diagnóstico inicial, el encuadre del taller y la presentación del enfoque positivo y de derechos humanos que le daremos a la sexualidad. • Se pretende que las y los jóvenes tengan una primera aproximación al taller como una herramienta que les apoye en el desarrollo de sus habilidades para abrir su mirada a la sexualidad como algo positivo, y que se lo apropien para reconocer y ejercer sus derechos sexuales, así como respetar esos mismos derechos de las personas con las que conviven.
Duración total sugerida	de 60 a 120 minutos.
¿Tienes dudas sobre el contenido?	<ul style="list-style-type: none"> • Cartilla de los derechos sexuales de adolescentes y jóvenes: https://www.cndh.org.mx/sites/all/doc/Programas/VIH/Divulgacion/cartillas/Cartilla-Derechos-Sexuales-Adolescentes-Jovenes.pdf • Cartilla de derechos sexuales y derechos reproductivos de personas con discapacidad: http://cedoc.inmujeres.gob.mx/documentos_download/cartilla_ds-drp_d_folleto.pdf?fbclid=IwAR0ceCVw0ybuMtW6-iXDfRSQ2zUa3P4fhMaOIT-qKLZJOkw2P83tb2YH-pGk



Sesión 1. Las y los jóvenes tenemos derechos sexuales

Actividad 1. Valoración inicial y sistematización de resultados.

Duración:

De 18 a 35 min.

Propósito:

Realizar una reflexión personal de conocimientos y actitudes sobre sexualidad.

Materiales:

- PPT sesión 1.
- Instrumento de valoración inicial en formato impreso y/o digital.
- Proyector y computadora.
- Formato de sistematización de repuestas del grupo.

Paso a Paso:

- a) El/la docente da la bienvenida al taller comentando la sección "Para abrir la sesión" del manual del/la estudiante e inicia con un breve diagnóstico que funcionará para dar apertura al taller y conocer necesidades de información de las y los estudiantes, así como para iniciar la reflexión sobre la sexualidad.
 - Es conveniente explicar brevemente la importancia de la valoración inicial como un instrumento de diagnóstico del aprendizaje, es decir, que permita tener un referente para mirar con claridad los avances que se logren con el taller en el grupo.
 - No se trata de calificar si las y los estudiantes responden de manera correcta, por lo que se les pide que respondan con confianza lo que en realidad piensan y que esas respuestas (o sea, su propia voz) serán la base de las reflexiones a lo largo del taller.
 - A lo largo del taller, en las sesiones que se retome la valoración inicial, hay que hacer énfasis cada que sea posible, y sobre todo en los temas que generan controversia, que en la sexualidad hay aspectos biológicos, pero que hay otros de tipo social, cultura y psicológico, que hace que las personas tengan diversas opiniones, y que todas ellas pueden ser escuchadas. La tarea del docente es redirigir las participaciones para generar espacios de reflexión y diálogo, cuidando que estás opiniones no atenten contra la dignidad de nadie. Al final este

componente pretende proporcionar información para que las y los estudiantes visualicen alternativas para vivir su sexualidad; la posición, opinión o decisión final, es personal.

- b)** Cada estudiante lo responde de manera individual y anónima y lo entrega a su docente para su sistematización.
- Puede ser impreso, proyectarlo o leerlo en voz alta mientras los alumnos registran sus respuestas en una hoja en blanco.
 - Para sistematizar los resultados de manera rápida, sencilla y con apoyo del grupo, una vez que se tienen las hojas con los resultados, se revuelven y se reparten aleatoriamente (por ello es importante que las hojas no tengan nombre). A continuación, se solicita que levanten la mano quienes, en la hoja anónima con respuestas que les acaban de entregar, tienen respuesta "Verdadero" para la primera pregunta. Se cuenta el número de respuestas "V" y el/la docente lo registra en el formato de sistematización de la valoración inicial que aparece en el anexo A. Posteriormente se cuenta el número de respuestas "F" y se registra. Este procedimiento se repite con cada una de las 20 preguntas del instrumento de valoración inicial, de manera que en poco tiempo podrán tener los resultados para poder presentarlos como punto de partida de reflexión en cada sesión, como se señala en el anexo A.
 - Existe la libertad de idear otra forma rápida de sistematizar las respuestas del grupo, de tal manera que al final logres identificar aquellos temas como necesidades de información.



Actividad 2. El taller como construcción colectiva.

Duración:

De 18 a 35 min.

Propósito:

Conocer el componente EISyG, los objetivos del taller y su vinculación con las otras herramientas, así como compartir las expectativas y acuerdos de convivencia.

Materiales:

- Video del componente EISyG para estudiantes: <https://www.youtube.com/watch?v=fjH-7f8lMpnI>
- Proyector, bocinas y computadora.
- PPT de la sesión 1.

Paso a Paso:

- a) El/la docente explica la información sobre el Componente EISyG y sobre el Programa del taller con apoyo de del video.
 - Es importante que quede claro que la estrategia pedagógica del componente EISyG consta de tres materiales o herramientas distintas que se complementan entre sí. El taller desde el aula, como detonador de reflexiones y diálogos, para reconocer y ejercer los derechos sexuales, mientras que la Guía y las infografías son para sacar el tema de la sexualidad, del aula, hacia el resto de la escuela y a las familias en la comunidad, para impulsar la exigencia y promoción de los derechos sexuales.
 - Se reflexiona el sentido del nombre del taller a partir de los cuatro niveles de abordaje de los derechos sexuales, primero conocerlos y ejercerlos, para poder exigirlos y promoverlos.
 - Es conveniente que las y los estudiantes tengan una primera mirada general de lo que se va a tratar todo el taller, para que se vayan asumiendo protagonistas de éste, por lo que en el programa que aparece en el manual del/la estudiante podrán hacer su planeación de las sesiones.
- b) A partir de esa información, se genera en plenaria una ronda de expectativas del taller utilizando la pregunta detonadora: ¿Qué espero aprender/saber/conocer en este taller?
 - Se trata de una expectativa informada, es decir, en este punto el estudiantado tiene una idea sobre los contenidos en general, ahora se propone iniciar su involucramiento como protagonista de proceso, recuperando su propia voz, para darle sentido a los temas y la forma de tratarlo, y eso es importante clarificarlo en este punto.

- Conviene que escriban libremente sus expectativas y si hay tiempo, puedan compartir sólo algunas en colectivo si el grupo es grande o si el grupo es pequeño, es posible escuchar todas las voces.
- c) En conjunto con el grupo, el/la docente establece acuerdos de convivencia para el taller.
- Es conveniente que se haga énfasis en la confidencialidad, en que el taller es un espacio seguro para dialogar y exponer dudas, que todas ellas son legítimas y que en conjunto se construirá un espacio de confianza, respeto, convivencia y aprendizaje.
 - Es importante hacer notar que con esta participación se inicia la construcción del taller y que la participación de cada integrante es fundamental y muy valiosa, lo que vuelve al taller algo propio y un ejercicio de corresponsabilidad para que su realización sea poderosa y transformadora.
 - Se sugieren algunos acuerdos, que aparecen en el manual del/la estudiante, para que sirvan como referencia, de manera que en el grupo se propongan otros.
 - Pueden anotarse en alguna cartulina o papel de rotafolio para tenerlos presentes durante todo el taller e incluso poder añadir o modificarlos según el grupo lo vaya considerando pertinente.



Actividad 3. Los lentes de los Derechos Sexuales

Duración:

De 20 a 40 min.

Propósito:

Reconocer la sexualidad desde un enfoque positivo y como asunto de derechos, para vincularla con las HSE.

Materiales:

- PPT de la Sesión 1.
- Proyector y computadora.

Paso a Paso:

- a) Disponer al grupo para trabajar en binas donde compararán cómo se miran y se viven 5 situaciones sobre la sexualidad con y sin enfoque positivo y de derechos sexuales:
- El/la docente hace una breve explicación previa de la introducción a la actividad que aparece en el manual del/la estudiante, en la que se hace la analogía de utilizar unos lentes para mirar la sexualidad como asunto de derechos humanos.
 - Para clarificar el sentido del ejercicio, se puede dar algún ejemplo apoyado en la siguiente tabla donde se presentan algunas posibles respuestas:

Situaciones sobre sexualidad	Sin enfoque de derechos sexuales (mirada negativa)	Con enfoque de derechos sexuales (mirada positiva)
1. Tener dudas sobre el uso adecuado del condón.	Alguien puede sentir que no tiene derecho a preguntar o quedarse con sus dudas por vergüenza.	Asumir que tiene derecho a acudir a un centro de salud a solicitar información precisa y adecuada a sus necesidades.
2. Sentir presión para tener o no tener hijos/as.	Crear y sentir que tiene la obligación de tenerlos porque es un mandato social, aunque no lo quiera.	Saber y sentir que tiene derecho a decidir por cuenta propia tener o no tenerlos, cuándo y con quién.
3. Acudir a un centro de servicios de salud sexual para jóvenes.	No acudir por desconocimiento o vergüenza, o acudir solo en caso de alguna emergencia.	Conocer la existencia de los servicios y frecuentarlos para acciones preventivas, como solicitar métodos anticonceptivos y consejería.

<p>4. Que un amigo o amiga nos diga que es homosexual.</p>	<p>Se le discrimina y se le excluye del grupo, o se le pide que no sea él/ella misma en espacios sociales.</p>	<p>Se le reconoce y respeta y no se altera de manera negativa la relación.</p>
<p>5. Hablar de sexualidad en la escuela.</p>	<p>Tomarlo como chiste o no hablarlo por vergüenza.</p>	<p>Reconoce que la educación sexual es un derecho y que la escuela tiene la obligación de otorgarla con calidad de manera científica y laica.</p>

- b) El/la docente presenta de manera general la Cartilla de derechos sexuales de adolescentes y jóvenes, la cual será el medio para abrir la mirada y poder ver la sexualidad como asunto de derechos, y que está es vivida por todas las personas, sin importar su sexo, identidad de género, discapacidad, etc.



Cierre de la sesión 1

Duración:

De 4 a 8 min.

- a) El/la docente hace énfasis en los elementos clave de las secciones "Reconozco y ejerzo mis derechos sexuales", y "Recapitulo e integro" para posteriormente solicitar la reflexión final y completar al menos una de las frases de la sección "Cierre de la sesión" del manual del estudiante.

Reconozco y ejerzo mis derechos sexuales

- La cartilla es un instrumento de poder para las y los jóvenes, para transformar nuestra cultura.
- Se propone la cartilla como un recurso pedagógico para apoyar y facilitar procesos de "Difusión Educativa".
- En este apartado se colocan los Derechos sexuales y reproductivos de la Cartilla Nacional.
- La cartilla es una invitación a participar en la reflexión colectiva para seguir redefiniendo y reconstruyendo los principios de autodeterminación y corresponsabilidad que dan sentido a estos derechos, así como sobre las condiciones que garanticen su ejercicio pleno.

Recapitulo e integro

- La valoración inicial nos permitirá conocer el punto de inicio del grupo en conocimientos y actitudes sobre sexualidad y cómo avanzamos en ellos durante el desarrollo de las sesiones. La retomaremos nuevamente al final del taller.
- El componente EISyG busca que como jóvenes puedan establecer o fortalecer nuestro proyecto de vida considerando nuestro bienestar y el del entorno, para que podamos aportar a la comunidad.
- Mirar la sexualidad como asunto de derechos nos permite reconocer que la sexualidad es algo positivo y necesaria para el bienestar, desarrollo y felicidad de TODAS las personas.
- La cartilla de derechos sexuales de adolescentes y jóvenes es un instrumento de poder para reconocer y ejercer nuestra sexualidad como asunto de derechos humanos y la estaremos revisando a lo largo de todo el taller.

Ampliando la mirada

- Esta sección se encuentra en el manual de los estudiantes para trabajar en casa. Incluye diversas opciones para que las y los estudiantes profundicen los temas tratados en la sesión, de las cuales se pueden seleccionar una o varias como tarea, si ese es el caso, será necesario que se retroalimenten la actividades.
- Es importante motivarles para que realicen un diálogo en casa principalmente con su mamá, papá o persona responsable de su cuidado, para compartir la experiencia formativa del taller. Hacer hincapié en que no se busca "imponer" ningún contenido ni que el componente va contra la educación familiar, sino que se busca generar posibilidades de diálogo y reflexión sobre la sexualidad, para generar pensamiento crítico y con él, las y los jóvenes puedan tomar decisiones informadas, autónomas y responsables, con la visualización de varias alternativas.
- Si no es posible que hablen con familiares, se les puede sugerir que escriban lo que les gustaría decir, o hablarlo con amistades.

Para la difusión educativa

- Esta sección también se encuentra en el manual del/la estudiante y sugiere la intersección de las actividades de la Guía y las Infografías relacionadas con esta sesión.

Guía de actividades complementarias en el plantel y la comunidad.	Infografías de divulgación científica sobre sexualidad.
Actividad 1. Pasa la voz "la sexualidad es positiva por/para..."	Infografía 1. ¿Cómo se vinculan las HSE con los derechos sexuales?
Actividad 2. Directorio de instituciones que promueven derechos sexuales.	



Sesión 2. Conocemos nuestra sexualidad, placer y tomamos decisiones

Objetivo	Las y los estudiantes podrán reconocer la libertad de conciencia, el placer y la autonomía del cuerpo como elementos básicos de donde surgen los derechos sexuales.
Introducción	<ul style="list-style-type: none"> • Para comenzar este camino, es importante primero comprender que somos seres sexuados, es decir, nacemos con características biológicas, hormonales, cromosómicas que nos hacen ser hombres, mujeres o intersexuales. Estas características han llevado a la sociedad a establecer un "orden" que ha diferenciado también los roles que jugamos en la vida, asociando, por ejemplo, el ser ama de casa a las mujeres o proveedor de familia a los hombres, generando también expectativas sobre qué es lo que se espera que hagamos las mujeres y los hombres con nuestra vida, incluido el ámbito de la sexualidad. A esto le llamaremos construcción social de la sexualidad y el género. • En esta sesión también hablaremos de la sexualidad positiva relacionada con el placer, la toma de conciencia, la autonomía y la autodeterminación, para tomar decisiones con respecto a nuestro cuerpo y en general sobre nuestra sexualidad.
Duración total sugerida	de 60 a 120 minutos.
¿Tienes dudas sobre el contenido?	<ul style="list-style-type: none"> • Sexualidad, placer, relaciones https://www.saludjovennavarra.es/es/sexualidad y https://www.saludjovennavarra.es/es/que-es-el-placer-erotico • Construcción social de la identidad de género. http://www.gloobal.net/iepala/gloobal/fichas/ficha.php?entidad=Terminos&id=869 • ¿Qué es la identidad de género? https://www.gob.mx/segob/articulos/que-es-la-identidad-de-genero • Glosario https://www.unfe.org/es/definitions/

Sesión 2. Conocemos nuestra sexualidad, placer y tomamos decisiones

Actividad 1. Mitos y ritos sobre sexualidad

Duración:

De 18 a 35 min.

Propósito:

Realizar una reflexión personal y colectiva de la construcción social de la sexualidad a partir de la revisión del diagnóstico grupal.

Materiales:

- Valoración inicial del eje 1 basada en los resultados del grupo.
- Cartulinas o papel rotafolio y marcadores.
- PPT de la sesión 2.
- Proyector y computadora.

Paso a Paso:

- a) El/La docente da la bienvenida a la sesión 2 comentando la sección "Para abrir la sesión" del manual del/la estudiante, compartiendo los resultados de los reactivos del cuestionario, relacionados a esta sesión.
 - Es conveniente que con la valoración inicial del eje 1 prepares una PPT o cualquier otro material visual, con los resultados para explicar brevemente las razones por las que la respuesta se considera falso o verdadero en cada caso, sin profundizar mucho, ya que eso se hará durante la sesión. Es de utilidad recordar que la sexualidad es diversa, las personas también, y aunque haya varias posturas al respecto, las respuestas que se analizan, están basadas en un enfoque de derechos humanos, y la toma de postura final, es una decisión personal, la cual debe procurar el bienestar propio y de los demás.
 - Es importante, hacer énfasis cada que sea posible, y sobre todo en los temas que generan controversia, que en la sexualidad hay aspectos biológicos, pero que hay otros de tipo social, cultura y psicológico, que hace que las personas tengan diversas opiniones, y que todas ellas pueden ser escuchadas. La tarea del docente es redirigir las participaciones para generar espacios de reflexión y diálogo, cuidando que estás opiniones no atenten contra la dignidad de nadie. Al final este componente pretende proporcionar información para que las y los estudiantes visualicen alternativas para vivir su sexualidad; la posición, opinión o decisión final, es personal.



- Se sugiere dar los resultados grupales y en porcentaje, con la intención de observar si al final hubo cambios.
 - Con este ejercicio, se reconoce que su voz es importante, y lo que los pensamientos, sentimientos, dudas e inquietudes del grupo siempre serán la base de las reflexiones a lo largo de cada sesión del taller.
- b)** El/La docente explica brevemente la diferencia entre mitos y ritos con apoyo de una PPT, posteriormente organiza equipos para que dialoguen y encuentren mitos y ritos sobre un tema específico de sexualidad y género. Escribirán en una cartulina o papel de rotafolio su análisis para compartir con el resto grupo.
- Para empezar el análisis se pueden utilizar preguntas detonadoras del tipo ¿qué piensa mi familia sobre este tema?, ¿qué he visto en los medios de comunicación sobre este tema?, ¿qué tipo de prácticas están socialmente aceptadas en este tema?, ¿este tema es permitido o restringido para hombres y para mujeres?, para que logren identificar los mitos y ritos.
 - El número de equipos dependerá del tamaño del grupo, es conveniente que sean de tres o cuatro integrantes.
 - A cada equipo el/la docente le asigna uno de los temas sobre sexualidad y género sugeridos:
 - Masturbación
 - Virginidad
 - Homosexualidad
 - Relaciones sexuales sin estar casado/a
 - Transexualidad
 - Ser hombre
 - Ser mujer
 - Maternidad
 - Paternidad
 - Si los temas se agotan, se puede repetir el tema entre equipos o el/la docente plantear algunos otros temas de interés para el grupo.
 - Es importante auxiliarse del formato que para este propósito aparece en el manual del/la estudiante, y si hay condiciones y tiempo, lo plasmen en una cartulina para compartir con el grupo y dejarlo expuesto para reflexión posterior del mismo grupo y otros/as estudiantes.

Actividad 2. El mapa de nuestras diversidades en sexualidad y género

Duración:

De 18 a 35 min.

Propósito:

Realizar un análisis comprensivo de la sexualidad como diversidad en las personas.

Materiales:

- PPT sesión 2.
- Tarjetas para colocar las posibilidades de las diversidades.

Paso a Paso:

- a) El/la docente explica brevemente los conceptos básicos sobre sexo, identidad y expresión de género, así como de orientación sexual al grupo, a través del esquema.
 - Es importante dejar claro que cada categoría cuenta con un amplio espectro, que no son estáticas, sino que pueden ir cambiando con el tiempo en cada una de las personas, y ninguna determina a otra.
 - Con frecuencia el sexo biológico se categoriza como hombre o mujer, sin embargo, biológicamente la mejor categoría sería "hembra o macho", para después usar el término hombre y mujer en la identidad de género.
 - La identidad de género es una vivencia subjetiva y única para cada persona. Como sociedad hemos encontrado diferentes formas de nombrarlas, sin embargo esto no es único y es cambiante. Hablamos de una identidad Queer, cuando no se asume una identidad binaria (hombre-mujer). La identidad también puede ser cisgénero o trans (INMUJERES, 2007). Las personas con identidad cisgénero se identifican con su sexo biológico, mientras que las identidades trans, no se identifican con él. Así, una persona puede tener características biológicas físicas como vulva, trompas de falopio, ovarios y útero, sin embargo, asumiendo una identidad de hombre trans, que se acompaña de esfuerzos para corresponder a ella, ya sea usando métodos hormonales, quirúrgicos y/o al usar otra ropa, otro corte de cabello o tener gustos considerados tradicionalmente de hombres.
- b) Se divide al grupo en cuatro equipos. Al frente, se colocan las posibilidades revueltas, solamente ordenadas según la categoría. Después pasa un integrante por equipo, y elige una tarjeta de cada categoría, las lee para sí y construye una persona con esas características.



Categoría 1. Sexo biológico	Categoría 2. Identidad de género	Categoría 3. Expresión de género	Categoría. Orientación sexual
Hembra/mujer	Identidad Mujer	Expresión de género Femenina	Orientación Heterosexual
Intersexual	Identidad Queer	Expresión de género Andrógina	Orientación Bisexual
Macho/hombre	Identidad Hombre	Expresión de género Masculina	Orientación Homosexual

- Al leerlas imaginará cómo es, qué le gusta y que no a esa persona, para poder presentarse frente al grupo, mientras los demás equipos “adivinan” qué identidad, expresión y orientación sexual representa.
 - Es importante cuidar que la actividad se lleve a cabo en un marco de respeto y sea para analizar la diversidad, evitando que se salga de este contexto y se utilice para discriminar o burlarse. Incluso si eso sucediera el/la docente puede retomar la situación para analizar por qué nos es tan difícil respetar la diversidad.
 - Quien se presenta frente al grupo como esta persona diversa deberá describir gustos, intereses, ropa, pasatiempos, etc., para facilitar que sus compañeros adivinen.
 - Se puede realizar el número de las rondas que el tiempo permita para construir una persona diferente en cada una de ellas y así descubrir una gran diversidad de posibilidades de expresión del género y la sexualidad.
- c) En conjunto con el grupo, el/la docente integra la información, ayuda a hacer conciencia de las emociones que se generaron, y se reflexiona en grupo la capacidad de reconocer y respetar las diversidades.
- Es fundamental que quede claro que todas y todos somos personas diversas. Que nuestra identidad (quienes somos) no solo tiene que ver con nuestro nombre, dónde nacimos, o quién es nuestra familia; también está relacionada con quiénes somos desde nuestra identidad de género y cómo elegimos vivir nuestra sexualidad.
 - Es importante cuestionar cómo el sistema binario sexo-género en el que hemos crecido y aprendido, en gran medida, nos ha enseñado a rechazar la diversidad que no encaja en ese sistema, lo que ha provocado que las personas que se asumen de manera diferente a la tradicional (hombre-masculino-heterosexual; mujer-femenina-heterosexual) sufran discriminación y violencia. Este sistema se conoce como patriarcal y heteronormado

- Es conveniente preguntar al grupo las emociones y pensamientos generados a lo largo del ejercicio, sobre todo cuando se presentaban las personas diversas, esta es una manera de ir desarrollando la conciencia social y la empatía para dirigir actitudes de aceptación, respeto y no discriminación.
- Pueden anotarse estas emociones en el pizarrón para tenerlos presentes durante todo el ejercicio e incluso poder añadir o modificarlos según el grupo lo vaya considerando pertinente.



Actividad 3. Video-análisis emocional sobre el autoerotismo

Duración:

De 18 a 40 min.

Propósito:

Recuperar el sentido positivo del placer como un derecho y como una decisión personal y privada.

Materiales:

- PPT sesión 2
- Video "5 consejos para el autoerotismo" <https://www.youtube.com/watch?v=Nzttst1XjxM>
- Proyector y computadora con bocinas.
- Rotafolio y plumones o pizarrón.

Paso a Paso:

- a) Un elemento importante para analizar la conciencia de las personas con respecto a la sexualidad, es abordar la autonomía y placer del cuerpo, por ello, el/la docente sensibiliza sobre el tema del placer y prepara al grupo para el video análisis emocional, invitando al grupo a: Sentir, darse cuenta y registrar.
 - Para sensibilizar sobre el tema se puede hacer una lluvia de ideas completando la frase
 - El placer es positivo porque...
 - Puede registrar 3-5 ideas en el pizarrón o rotafolio.
 - Algunos ejemplos pueden ser: El placer es positivo porque: es parte de quienes somos, te hace sentir bien, te da una sensación de bienestar, te hace disfrutar las cosas de la vida, te permite conocer lo que te gusta y lo que no.
 - Es importante reconocer que el placer, no solamente se refiere al ámbito sexual, también está relacionado con la capacidad de disfrute en otros temas, incluso al comer, al dormir, al salir de paseo, hacer ejercicio, realizar un pasatiempo, ayudar a alguien, etc.
 - Para clarificar el sentido del ejercicio, el/la docente puede utilizar la tabla de registro que para este propósito aparece en el manual del/la estudiante. Es importante hacer énfasis en que sólo después de tomar conciencia de las sensaciones de nuestro cuerpo cuando recibe un estímulo (dolor de estómago, palpitaciones, respiración agitada, etc.), la emoción (de corta duración) se convierte en sentimiento (de larga duración).
 - Se les invita a registrar durante la proyección del video y que habrá un breve tiempo posterior para hacerlo o completarlo.

- Es conveniente hacerles saber que lo importante es la toma de conciencia de las sensaciones, pensamientos y emociones por parte de cada estudiante y está bien si deciden no escribirlo en el formato.
- b)** Se proyecta el video, cuya información aplica tanto para chicos como para chicas, pues el autoerotismo no es una práctica exclusiva de un género. Conviene señalar esto, para que puedan mirar el vídeo desde una perspectiva integral y crítica. Posteriormente el/la docente recupera las respuestas de quien quiera compartir, para recuperar el sentido positivo del placer en el ámbito de la sexualidad como un derecho y como una decisión personal y privada.
- Comentar con el grupo la importancia del autoerotismo en el ejercicio de la sexualidad y por qué con frecuencia se asocia esta práctica con algún género en particular, a la culpa u otras características negativas.
 - Recientemente la evidencia científica, social y psicológica ha roto con esos mitos y lo reconocen e integran como parte importante de la sexualidad placentera a lo largo de toda la vida como una decisión personal y privada.
 - Por mucho tiempo el autoerotismo y la masturbación se han asociado con la culpa y la vergüenza, como un asunto exclusivo de hombres o como algo sucio, "enfermo" o "perverso".
 - Comentar que para todas las personas es importante conocer su cuerpo, qué le gusta y cómo, para poder disfrutar de nuestra sexualidad. Todas las personas tienen el derecho de hacerlo en privacidad o con su pareja de manera consensuada, pues es una manera de practicar el autoconocimiento y de darle un significado positivo al placer y a la sexualidad.
 - Recordemos que estas prácticas son personales y privadas, y nunca deben atentar contra el bienestar y seguridad de otras personas.



Cierre de la sesión 2

Duración:

De 5 a 10 min.

- a) El/la docente hace énfasis en los elementos clave de las secciones **“Reconozco y ejerzo mis derechos sexuales”**, y **“Recapitulo e integro”** para posteriormente solicitar la reflexión final para completar al menos una de las frases de la sección **“Cierre de la sesión”** del manual del estudiante.

Reconozco y ejerzo mis derechos sexuales

- La sesión de hoy se vincula con tres derechos de la Cartilla Nacional:
 - 1. Derecho a decidir de forma libre, autónoma e informada sobre nuestro cuerpo y nuestra sexualidad
 - 5. Derecho a que se respete nuestra privacidad e intimidad y a que se resguarde confidencialmente nuestra información personal
 - 13. Derecho a la identidad sexual a construir, decidir y expresar nuestra identidad de género, orientación sexual e identidad política.
- Recordar a las y los jóvenes que, en la cartilla, la forma en que está estructurado cada derecho incluye tres partes:
 - Contexto del tema
 - El derecho expresado en primera persona
 - Las responsabilidades de la sociedad y/o el estado para que se garantice el derecho

Recapitulo e integro

- Hoy reflexionamos que mucho de lo que aprendimos y actuamos en sexualidad es con base en mitos y ritos, es decir, por repetición de creencias y prácticas que se han transmitido por mucho tiempo, muchas veces sin cuestionarse. Ahora sabemos que tenemos derecho a cuestionar y opinar para participar en la construcción social de la sexualidad.

- Descubrimos que todas las personas formamos parte de la diversidad y que ninguna identidad es mejor o peor que otra; que no hay identidades u orientaciones "normales", si no que todas forman parte de la diversidad sexual.
- Conectamos con nuestras emociones y pensamientos para rescatar el sentido positivo del placer en general y del placer sexual como un derecho, y el autoerotismo como una decisión personal y privada.

Ampliando la mirada

- Esta sección se encuentra en el manual de los/las estudiantes para trabajar en casa.
- En esta sesión se comparten **3 recursos** adicionales. Es importante que el/la docente considere cuál o cuáles se asignarán, de acuerdo con las necesidades y posibilidades del grupo, como compromiso del taller, para asegurar que se haga una revisión o retroalimentación de éstas.
- **Una cuarta actividad** se propone para ser realizada junto con su familia, ésta será realizada a elección de cada estudiante. Es importante motivarles a que aprovechen la oportunidad de ampliar y profundizar en el tema a partir de estas actividades.

Para la difusión educativa

- Esta sección se encuentra también en el manual del/la estudiante y sugiere la intersección de las actividades de la Guía y las Infografías relacionadas con esta sesión.

Guía de actividades complementarias en el plantel y la comunidad.	Infografías de divulgación científica sobre sexualidad.
Actividad 3. Círculo literario: Ars Erótica.	Infografía 2. Las familias y el reconocimiento de las diversidades.
Actividad 4. Testimonios de éxito sobre ejercicio y exigibilidad de derechos sexuales.	
Actividad 5. Charlas en confidencia con madres, padres y cuidadores sobre el ejercicio de la sexualidad antes y ahora.	



Sesión 3. Cuidamos nuestro cuerpo y relaciones	
Objetivo	Las y los estudiantes podrán reconocer la libertad de conciencia, el placer y la autonomía del cuerpo, como elementos básicos de donde surgen los derechos sexuales.
Introducción	<ul style="list-style-type: none"> • Un aspecto central de esta sesión es el autocuidado y el bienestar de uno/a mismo/a y de las personas con las que nos relacionamos. • Recuperaremos el sentido positivo del placer y que las prácticas sexuales siempre deben ser consensuadas. Hablaremos de las bases químicas del enamoramiento, que a veces sostienen creencias (construidas socialmente) sobre el amor y las relaciones de pareja que se vinculan con conductas violentas.
Duración total sugerida	de 60 a 120 minutos.
¿Tienes dudas sobre el contenido?	<ul style="list-style-type: none"> • “Los mitos románticos son el germen de la violencia de género” https://www.lamarea.com/2017/07/27/mitos-romanticos-germen-violencia-genero/?fbclid=IwAR3pXMD4WvPuAdqNXelbBbARPGJEOdZXX8-3K0bdkiBm13nWRS-NU0tHfGNM • Cuando se trata de consentimiento, no hay límites difusos: https://www.unwomen.org/es/news/stories/2019/11/feature-consent-no-blurred-lines • Autocuidado de la salud: http://saludxmi.cnpss.gob.mx/inpsiquiatria/portal/saludxmi/biblioteca/resumenes/SEXUALIDAD_resumen.pdf

Sesión 3. Cuidamos nuestro cuerpo y relaciones

Actividad 1. ¿Cómo funciona el amor?

Duración:

De 15 a 30 min.

Propósito:

Reflexionar cómo influye la química emocional en las relaciones de amistad y sexo afectivas.

Materiales:

- PPT sesión 3.
- Pizarrón o papel de rotafolio y marcadores.
- Vídeo la química del amor <https://www.youtube.com/watch?v=A-3D1oIJRds>
- Proyector, bocinas y computadora.

Paso a Paso:

- a) El/la docente da la bienvenida a la sesión 3 comentando la sección "Para abrir la sesión" del manual del/la estudiante señalando que concluyen el eje temático 1.
 - Posteriormente, el/la docente guía una lluvia de ideas para llenar la tabla comparativa que aparece en el manual del/la estudiante para este propósito. Se puede escribir en el pizarrón o un papel de rotafolio los comentarios de las y los estudiantes.
 - Además de hablar de amor y enamoramiento, es muy importante hablar de amistad, porque es una de las relaciones con mayor fuerza e influencia en jóvenes, así como lo es la pareja.
- b) El docente invita al grupo a observar el video: "La química del amor".
- c) El/la docente guía un diálogo colectivo con sus estudiantes sobre las inquietudes derivadas de observar el video "la química del amor".
 - Conviene iniciar preguntando cuáles fueron las sensaciones, emociones o pensamientos que emergieron mientras observaron el video y/o que aún se mantienen. Dos o tres respuestas son suficientes para que el grupo registre que hay reacción emocional y que es importante hacerla consciente previa a la reflexión de los contenidos.



- Conocer qué sucede en el cerebro cuando estamos enamorados/as es importante, sobre todo para relacionarlo con el tema de las emociones en el cerebro y cómo algunas veces creemos cosas como “es el único y verdadero amor de mi vida”, “quiero estar con esa persona por siempre”, lo que puede tener repercusiones al intentar salir de una relación violenta o de abuso pues esto está ligado a la permanencia de las personas en relaciones que no aportan a su bienestar.
- Que ese tipo de creencias tienen como base la construcción “del amor romántico”. Analizar de manera crítica los aspectos neuropsicológicos del amor, apoya en este caso a desmontar los mitos del amor eterno o romántico, que tienen a su vez relación con relaciones violentas. (lo cual se profundizará más adelante en la sesión)
- Conviene retomar la pregunta con la que cierra el video: Pero realmente, ¿es todo química?”, para que se reflexione que más allá de la base bioquímica, el aprendizaje social y cultural en las relaciones con las personas en cada contexto, es lo que orienta, da la forma y el sentido a eso que llamamos amistad y amor.



Actividad 2. Declaración compartida del derecho al placer

Duración:

De 18 a 35 min.

Propósito:

Recuperar el sentido positivo del placer como un derecho y como una experiencia compartida.

Materiales:

- PPT sesión 3.
- Casos sobre prácticas sexuales incluidos en manual del/la estudiante.

Paso a Paso:

- a) El/la docente reflexiona con el grupo, con ayuda de una PPT, sobre el sentido positivo del placer y cómo contribuye al bienestar y al desarrollo de las personas, así como en la importancia de un ejercicio responsable, libre e informado del derecho al placer.
 - Es importante reconocer que el placer sexual, incluyendo el autoerotismo, es una fuente de bienestar físico, psicológico, intelectual y social.
 - En una sociedad democrática se reconoce el disfrute pleno de la sexualidad como un elemento fundamental para el bienestar y la salud de las personas.
 - Todas las personas, incluyendo adolescentes y jóvenes, tenemos derecho a vivir cualquier experiencia sexual, erótica o de género que, elegida de manera libre, con pleno respeto a los derechos de todas las personas involucradas, es parte de una vida emocional y sexual plena, protegida y placentera.
 - Nadie debe presionar, discriminar, inducir culpa o castigar por y para ejercer o no actividades relacionadas con el conocimiento, exploración y disfrute de mi cuerpo y de mi sexualidad.
 - El Estado debe garantizar el ejercicio de este derecho como parte del desarrollo integral de las y los ciudadanos.
- b) El/la docente explica con apoyo de un PPT las cuatro categorías para de las prácticas sexo - afectivas (Informada, consensada, libre de coacción, con responsabilidad afectiva) presentes en el manual del/la estudiante. Posteriormente divide al grupo en cuatro equipos, a cada uno se le asigna un caso que incluya diversas formas de prácticas sexuales y de relación de pareja sexo afectiva, para que lo analicen.
 - La intención es que el estudiantado fortalezca la empatía y el pensamiento crítico para detectar si una práctica sexual es libre o está siendo limitada, coaccionada o violentada. Un elemento importante, es que los casos plantean historias dentro de la diversidad sexual, por lo que, si lo considera pertinente, puede enfatizar el respeto por la diversidad y situar los ejemplos, en casos próximos a la realidad del estudiantado.



- Conviene hacer énfasis en que las cuatro categorías pueden ocurrir en niveles diferentes y ser muy evidentes o bastante sutiles, por ejemplo:
 - Alguien puede obligar a una persona a tener relaciones sexuales mediante una amenaza: “Si no lo haces, le voy a hacer daño a tu familia” o mediante chantaje: “Si no lo haces, es porque no me quieres”.
 - Es importante que se den cuenta que cualquier práctica puede ser analizada con los cuatro elementos que se presentan y algunos apliquen y otros no, por ejemplo:
 - Puede haber consenso (estar de acuerdo en tener relaciones sexuales) y aun así no ser libre de coacción (obligarle a hacer algo más allá de lo acordado).
 - Ayuda a tus estudiantes a reflexionar la importancia de considerar la responsabilidad afectiva y el consentimiento desde lo positivo (aún en relaciones no formales), así como el derecho a decir no, cuando no se den estas condiciones.
- c) Con base en su análisis, elaboran un lema, a través de completar en sentido positivo alguna de las siguientes entradas:
- Tengo derecho a sentir...
 - Tengo derecho a expresar...
 - Tengo derecho a compartir...
 - Tengo derecho a decir...

Todos los equipos unen sus lemas para formar una “Declaración”, que se lee en voz alta en grupo para enfatizar el compromiso compartido.

- Este ejercicio busca que al final, las y los jóvenes generen ideas para hacer una “Declaración sobre el derecho al placer”. Un documento con el que el grupo puede compartir su reflexión sobre el placer de manera afirmativa.
- El/la docente puede dar algunos ejemplos, si hay dificultad en el estudiantado para hacer su lema:
 - Tengo derecho a sentir placer sin que nadie me induzca culpa o vergüenza por sentirlo.
 - Tengo derecho a expresar públicamente mis afectos y mi orientación sexual si así lo decido.
 - Tengo derecho a compartir mi sexualidad con quien yo decida.
 - Tengo derecho a decir No cuando no desee alguna práctica sexual.
- Pueden anotarse en alguna cartulina o papel de rotafolio para tenerlos presentes durante todo el taller e incluso poder añadir o modificarlos según el grupo lo vaya considerando pertinente.

Actividad 3. Los cuentos que nos siguen cantando

Duración:

De 20 a 40 min.

Propósito:

Reconocer la importancia de fortalecer la mirada crítica sobre la libertad en la elección de pareja sexo-afectiva para desmontar el amor romántico.

Materiales:

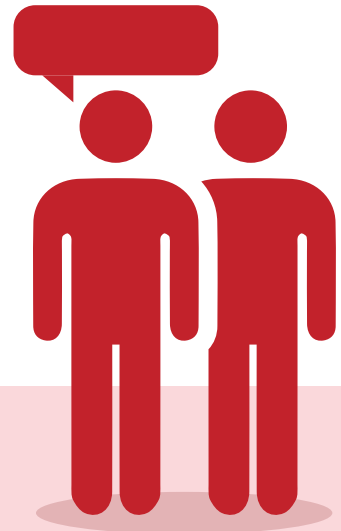
- PPT sesión 3.
- Video: Mitos del amor romántico. <https://www.youtube.com/watch?v=Cqaj9Mza38I>
- Proyector y computadora.
- Formato de análisis que se incluye en el manual del/la estudiante.

Paso a Paso:

- a) El/la docente guía una lluvia de ideas sobre las canciones de amor favoritas del grupo que se escuchen en la comunidad.
 - Se anotan en el pizarrón los títulos de las canciones, se puede complementar anotando el género en la que se canta (balada, rock, banda, reggaetón, entre otros).
 - Para este ejercicio, lo importante son las letras de las canciones que reproducen los discursos sociales que hemos aprendido sobre el amor, no los géneros musicales en sí mismos. Si lo consideras, puedes hacer mención de que todos los gustos son válidos y forman parte de nuestra identidad y cultura.
- b) Se observa el video "mitos del amor romántico".
 - Como parte del fortalecimiento de las HSE del estudiantado, es conveniente recordarles la importancia de poner atención en sus sensaciones, emociones y pensamientos durante la proyección del video.
- c) El/la docente guía una ronda plenaria para analizar una canción de amor que el grupo decida con base en el formato que aparece en el manual del/la estudiante para ese propósito, para identificar frases (verticales, codependientes, violentas etc.) y replantearlas de manera alternativa.
 - Conviene iniciar preguntando cuáles fueron las sensaciones, emociones o pensamientos que emergieron mientras observaron el video y/o que aún se mantienen. Dos o tres respuestas son suficientes para que el grupo registre que hay reacción emocional y que es importante hacerla consciente previa a la reflexión de los contenidos.



- Invitar y guiar la reflexión sobre las consecuencias que puede tener “pensar en el amor romántico” y de qué otras maneras es posible amar sin estas creencias.
- En la cultura popular se siguen transmitiendo muchos cuentos (mitos) sobre el amor a través de las canciones, las telenovelas, las series, las películas; nos las cantan primero, y luego las cantamos nosotros/as.
- De esa manera se siguen perpetuando formas de relación que son verticales y codependientes y que favorecen la violencia.
- Es fundamental una mirada crítica a nuestro sentir y pensar para seguir desmontando en la vida diaria los mitos del amor romántico. Pregunte al estudiantado ¿cuáles son las consecuencias de mantener en nuestro sistema de creencias los mitos del amor romántico?
- No se trata de que les deje de gustar algún estilo musical, es enfocarnos en tener un pensamiento crítico para poder saber qué difunde la música que escuchamos y decidir si queremos o no seguirla escuchando y por qué.
- Se les puede invitar a hacer nuevas letras, hay quién escribe o hace música, y podemos aprovechar ese ímpetu para difundir otras narrativas, otras historias.



Cierre de la sesión 3

Duración:

De 5 a 10 min.

- a) El/la docente hace énfasis en los elementos clave de las secciones "**Reconozco y ejerzo mis derechos sexuales**", y "**Recapitulo e integro**" para posteriormente solicitar la reflexión final para completar al menos una de las frases de la sección "**Cierre de la sesión**" del manual del estudiante.

Reconozco y ejerzo mis derechos sexuales

- La sesión de hoy se vincula con tres derechos de la Cartilla Nacional:
 - 2. Derecho a ejercer y disfrutar plenamente nuestra sexualidad
 - 3. Derecho a manifestar públicamente nuestros afectos
 - 4. Derecho a decidir libremente con quien o quienes relacionarnos afectiva, erótica y socialmente
- Recordar a las y los jóvenes que, en la cartilla, la forma en que está estructurado cada derecho incluye tres partes:
 - Contexto del tema.
 - El derecho expresado en primera persona.
 - Las responsabilidades de la sociedad y/o el Estado para que se garantice el derecho.

Recapitulo e integro

- Hoy conocimos y profundizamos sobre la base neuroquímica de las emociones que tienen que ver con la atracción y el enamoramiento, para comprender que, sobre esa base, están los aprendizajes familiares y culturales sobre el amor y la amistad que son los que finalmente orientan esas emociones.
- Realizamos una "Declaración compartida del derecho al placer" para recuperar el sentido positivo del placer como una experiencia compartida de prácticas sexuales informadas, consensuadas, libres de coacción y con responsabilidad afectiva.
- Desmontamos algunos de los principales mitos del amor romántico para replantear nuestras relaciones sexo afectivas. Es importante fortalecer primero el amor propio, para después compartir en relaciones de amistad, sexo afectivas y de amor que sean recíprocas.



- Después de esta revisión el estudiantado podrá llenar brevemente, pero de manera sentida, reflexiva y/o crítica, alguno de los recuadros de la sección de cierre de la sesión.
- Siempre que el tiempo ajuste, motivar a compartir ayuda al grupo a reflejar qué ha movido, construido o deconstruido sobre su mirada de la sexualidad en esta hora de diálogo y encuentro llamada taller.

Cierre de eje temático

Duración:

De 5 a 10 min.

- a) El/la docente hace énfasis en algunas ideas clave revisadas en las dos sesiones del eje temático 1.
- Lo que sucede en nuestro cerebro cuando estamos enamorados nos hace sentir bien, y también influye en algunas actitudes o conductas que pueden dañar a otras personas (como querer verlo o verla siempre, querer saber lo que hace, mostrar celos). Estas conductas y actitudes se fortalecen con creencias que hemos aprendido socialmente, sobre cómo debe ser el amor y cómo deben ser los chicos y las chicas en las relaciones.
 - Hay que cuestionar estas formas de relacionarnos para transitar a un amor libre, placentero, de confianza y respeto.
 - Hay muchas formas de tener intimidad y placer con alguien que elegimos, a veces pensamos que el coito es lo más importante, y dejamos de disfrutar o conocer lo que nos gusta o a nuestra pareja.
 - Mantener relaciones sexuales siempre debe ser con consentimiento.
 - No es no y sí es sí, tanto para hombres como para mujeres.
 - El consumo de alcohol y drogas limita la capacidad de decisión, es importante considerarlo en cuanto al consentimiento se refiere.
 - Es importante conocer la legislación nacional y local vigente con respecto a la edad y las prácticas sexuales, sobre todo si somos mayores de edad.
- b) Se explica la instrucción que viene en el manual del/la estudiante para que inicien la elaboración de la carta del futuro (con la cual inicia el planteamiento de su proyecto de vida y que se desarrollará a lo largo de las 8 sesiones del taller).
- Es muy importante indicar que este ejercicio que inician se continuará realizando a lo largo de todo el taller, al final de cada eje temático en las sesiones 4, 6 y 7, para ser finalizado en la sesión 8.

- Es necesario que conserven todas las partes para integrar un documento final que les será de utilidad para proyectos a futuro.
- Motiva a tus estudiantes para que se apropien del ejercicio y lo hagan con honestidad, con entusiasmo y sentido crítico, ya que será su decisión compartir o no el documento, pero es fundamental realizarlo con amor propio, sentido crítico y corresponsabilidad.

Ampliando la mirada

- Esta sección se encuentra en el manual de los estudiantes para trabajar en casa.
- En esta sesión se plantea la revisión de seis recursos adicionales, es importante que el/la docente considere cuál o cuáles se asignarán, de acuerdo con las condiciones del grupo, como compromiso del taller, para asegurar que se haga una revisión o retroalimentación de éstas.
- Es importante motivarles a que aprovechen la oportunidad de ampliar y profundizar en el tema a partir de los recursos.

Para la difusión educativa

- Esta sección se encuentra en el manual del/la estudiante y sugiere la intersección de las actividades de la Guía y las Infografías relacionadas con esta sesión.

Guía de actividades complementarias en el plantel y la comunidad.	Infografías de divulgación científica sobre sexualidad.
Actividad 6.. Foro de personas expertas: Para de-construir el amor romántico.	Infografía 2. Las familias y el reconocimiento de las diversidades.



Sesión 4. Somos incluyentes y construimos equidad

Objetivo	Las y los jóvenes podrán identificar el ciclo equidad, inclusión, paz, como requisito indispensable para vivir los derechos sexuales.
Introducción	<ul style="list-style-type: none"> • Con esta sesión se aborda el segundo eje temático “Equidad, inclusión y no violencia”. • Después de haber trabajado los primeros derechos sexuales relacionados con la autodeterminación, la toma de decisiones autónomas sobre nuestro cuerpo, bienestar y placer, es preciso comenzar a hablar de las formas en las que nos relacionamos con otras personas, especialmente en las relaciones de pareja. • Las relaciones interpersonales, al estar inmersas en la sociedad en la que vivimos, con frecuencia generan y mantienen estilos de convivencia violenta que se retroalimentan por la falta de respeto a la diversidad, los prejuicios y la discriminación, sobre todo de género. • Existen prácticas, dentro de las relaciones de pareja, que hemos normalizado y pensamos que forman parte de establecer una relación con alguien, sin embargo, dañan a otras personas física o emocionalmente, por ejemplo: los celos, el chantaje, las amenazas, revisar el celular o las redes sociales, decir bromas hirientes, opinar sobre la apariencia o la forma de vestir; u otras como no tener una responsabilidad compartida en el uso del condón o cualquier otro medio hormonal o de barrera antifecundativo (también llamados anticonceptivos). • Parte de estas problemáticas que se dan bajo la idea de “amor romántico”, están sustentadas en las creencias que tenemos sobre la masculinidad. La masculinidad tradicional (machista o recientemente llamada tóxica) nos ha transmitido mensajes sobre cómo deben ser los hombres, propiciando conductas y actitudes que pueden dañar a ellos mismos y a otras personas.
Duración total sugerida	de 60 a 120 minutos.
¿Tienes dudas sobre el contenido?	<ul style="list-style-type: none"> • Prevenir la violencia de género desde la escuela. http://www.injuve.es/sites/default/files/RJ86-04.pdf • Violencia basada en género. https://www.mimp.gob.pe/files/direcciones/dgc-vg/mimp-marco-conceptual-violencia-basada-en-genero.pdf • Masculinidades por la igualdad de género: https://cdhcm.org.mx/wp-content/uploads/2015/05/DFensor_03_2014.pdf

Sesión 4. Somos incluyentes y construimos equidad

Actividad 1. Quitándonos las etiquetas: masculinidad tradicional

Duración:

De 15 a 30 min.

Propósito:

Realizar una reflexión personal y colectiva sobre cómo nos limitan las construcciones de la masculinidad tradicional.

Materiales:

- PPT sesión 4.
- Computadora y cañon proyector.
- Resultados valoración inicial del eje 2 elaborado por el/la docente con base en los resultados del grupo.
- Lista de estereotipos y roles de género, asociados a la masculinidad tradicional (hegemónica) para hacer las etiquetas.

Paso a Paso:

- a) El/la docente da la bienvenida a la sesión 4 comentando la sección "Para abrir la sesión" del manual del/la estudiante señalando que se abordará todo el eje temático 2, y para ello inicia presentando los resultados del grupo en ese eje temático y compartiendo una breve reflexión de cada uno de ellos.
 - Es conveniente que con la valoración inicial del eje temático 2 prepares una PPT o cualquier otro material visual, con los resultados para explicar brevemente las razones por las que la respuesta correcta es falso o verdadero en cada caso, sin profundizar mucho, ya que eso se hará durante la sesión (recuerda que te puedes auxiliar del formato que viene en la guía del instrumento de valoración inicial).
 - Se sugiere dar los resultados grupales y en porcentaje, con la intención de medir si al final se da un cambio favorable en las respuestas del grupo.
 - Recuerda hacer énfasis en reconocer que, como jóvenes, su voz es importante, y que los pensamientos, sentimientos, dudas e inquietudes del grupo siempre serán la base de las reflexiones a lo largo de cada sesión del taller.



- Es importante hacer énfasis cada que sea posible, y sobre todo en los temas que generan controversia, que en la sexualidad hay aspectos biológicos, pero que hay otros de tipo social, cultural y psicológico, que hace que las personas tengan diversas opiniones, y que todas ellas pueden ser escuchadas. La tarea del docente es redirigir las participaciones para generar espacios de reflexión y diálogo, cuidando que estas opiniones no atenten contra la dignidad de nadie. Al final este componente pretende proporcionar información para que las y los estudiantes visualicen alternativas para vivir su sexualidad; la posición, opinión o decisión final, es personal.

b) El docente solicita tres estudiantes hombres en el grupo como voluntarios en un "juego de roles".

- A cada uno se le colocan tres etiquetas en la espalda o en algún lugar donde no puedan verlas.
 - Insensible
 - Controlador
 - Violento
 - Infiel/Mujeriego
 - Despreocupado
 - Irresponsable
 - Atrevido/Intrépido
 - Proveedor (económicamente)
 - Enojón
- Puede modificar las etiquetas de acuerdo a su contexto, para que sean más significativas.
- Una vez colocadas las etiquetas, se les indica que en este "juego de roles" imaginen como si en la vida diaria sus familiares, amigos y/o conocidos se las han ido colocando por su forma de ser y actuar, de manera que, cuando las puedan leer, las asuman como propias

Pasa el primer voluntario, se desprende y lee las etiquetas frente al grupo. Una vez identificando y asumiendo sus etiquetas, cada voluntario responde de manera breve, en voz alta:

- ¿Cómo me hace sentir que todas las personas piensen que soy así?
- ¿Estoy de acuerdo o en desacuerdo con esa etiqueta asignada?
- ¿Qué privilegios y desventajas observas en mantenerla?
- ¿Decido conservarla o me la quito?
- En caso de que decidas quitártela, ¿cómo te la quitarías? Argumentar qué necesita hacer para lograr lo que decidió.

Al agradecer la participación a los estudiantes, realizar la siguiente reflexión de cierre: ¿Creen que estas etiquetas pueden obstaculizar que las personas tengan relaciones de pareja, equitativas y basadas en el respeto? ¿Por qué? Recupera dos o tres opiniones.

- La intención es que el estudiantado fortalezca el autoconocimiento, la autorregulación, empatía, conciencia social y el pensamiento crítico, para detectar cómo afectan los estereotipos y los prejuicios basados en género.
- Es importante señalar que como hombres, dentro de una sociedad y cultura como la nuestra, pueden vivir con un sinfín de etiquetas por mucho tiempo, sin darnos cuenta de que las tenemos. El hecho de desprenderlas y leerlas en el ejercicio simboliza la toma de conciencia sobre ellas en la vida real; y a partir de eso estamos en condiciones de decisiones al respecto.
- Es pertinente que en este ejercicio el alumnado, tome una postura crítica sobre cómo se ha construido la masculinidad y cómo ésta no solo afecta a las mujeres o personas LGBTTTQI+³, por la violencia asociada a este tipo de masculinidad, sino también a ellos, que la experimentan, limitando muchas veces sus decisiones en la expresión de los afectos, en la comunicación asertiva, en el trato igualitario y basado en el respeto, en elegir una profesión o pasatiempo que les guste, en no mostrar cariño o afecto entre hombres, incluso de la misma familia, por temor a que piensen que "no son hombres".
- Al analizar la masculinidad tradicional, es importante que quede claro que ésta puede estar presente en parejas no heterosexuales, pues la masculinidad de este tipo, "otorga" a quién la ejerce, cierto poder y control sobre la otra persona. Es muy frecuente, pero no solo los hombres cisgénero, heterosexuales, viven y experimentan este tipo de masculinidad.
- De igual modo, es importante sensibilizar a las mujeres y a todo el grupo que está participando en la actividad desde sus lugares, a comprender el sentido del ejercicio, de tal modo, que la actividad no se salga de contexto convirtiendo a los hombres "en los malos de la historia", sino orientar la conversación en cómo los estereotipos y roles de la masculinidad tradicional afectan a todas las personas. Servirá identificar "privilegios y desventajas" de vivir con base en esas etiquetas.

3. Acrónimo para referirse a las personas Lesbianas, Gays, Bisexuales, Travestis, Transgénero, Transexuales, Queer, intersexuales y más.



Actividad 2. Quitándonos las etiquetas: nuevas formas de vivir la masculinidad

Duración:

De 15 a 30 min.

Propósito:

Abrir la mirada crítica a nuevas formas inclusivas, horizontales y simétricas de vivir el género en la juventud.

Materiales:

- PPT de la sesión 4.
- Computadora, proyector y bocinas.
- Video sobre masculinidad no violenta: <https://www.youtube.com/watch?v=r5bvwaugMEQ>

Paso a Paso:

- El/la docente reflexiona con el grupo, con ayuda de una PPT, sobre cómo nos limitan las formas de ser y vivir la masculinidad, y sobre la importancia de abrir la mirada a formas más inclusivas, horizontales y simétricas de ser y relacionarse.
 - El/la docente ayuda a reflexionar en la necesidad de cuestionar las etiquetas que se le colocan a las personas en general, para retomar la actividad anterior y plantear la necesidad de reconstruir el significado colectivo de la masculinidad, que impacta tanto en las maneras de “ser hombre” como en las maneras de “ser mujer”.
 - Se habla de la necesidad de abrir la mirada para trascender las etiquetas que se vuelven “autocumplidas” para transformarlas hacia nuevas formas de masculinidad, tarea que asumen los hombres, pero que apoyan todas las personas en la sociedad.
 - Al analizar la masculinidad tradicional, observamos que ésta refuerza un ciclo de inequidad-discriminación-violencia; al replantearla podemos transitar a un ciclo de equidad-inclusión-paz, como un requisito indispensable para vivir los derechos sexuales.
- Se pide al estudiantado que a partir del ejemplo que se encuentra en la tabla de análisis para apoyar en la construcción de nuevas formas de vivir la masculinidad hacia una más incluyente y no violenta.
 - El/la docente solicita que de manera individual, cada estudiante elija tres conductas/actitudes de la masculinidad tradicional (machista) para que a partir de ellas, coloquen un ejemplo y completen las columnas según corresponde.
 - Se hace referencia a que los ejemplos deben ser fáciles de contar y que consideren lo primero que se venga a la mente.

Escribe un ejemplo para tres de ellas:

Conductas y actitudes de la masculinidad tradicional (machista)	¿Dónde observo este tipo de conductas y actitudes? (en mí, en mi familia, mi escuela, mi comunidad o en la sociedad)	¿Cómo se sienten las personas que reciben esa actitud o conducta? ¿Por qué lo consideras así?	¿Cómo contribuyo yo a construir una nueva forma de masculinidad más incluyente?
1. Tomar decisiones sin importar la opinión de otras personas	1. <i>Cuando mi papá elige a donde ir a pasear y no nos pregunta si queremos ir o qué opciones tenemos.</i>	1. <i>Sentimos molestia porque no siempre estamos de acuerdo y frustración porque no podemos expresar lo que pensamos si lo contradice.</i>	1. <i>Puedo empezar a decir con anticipación a qué lugares me gustaría ir en familia los fines de semana. Proponer que los demás integrantes también opinen. Hablar con mi papá y mi mamá de manera asertiva, para que sepan de nuestros intereses.</i>
2. Beber alcohol, usar armas y/o consumir sustancias en exceso			
3. Asumirse como fuerte físicamente			
4. Ser infiel en relaciones con compromiso de exclusividad (conocido como mujeriego)			
5. Ser el único proveedor económicamente			
6. No mostrar vulnerabilidad			
7. No expresar emociones ni sentimientos			
8. Creer que no se tiene control de los deseos sexuales			
9. Ser temerario/atrevido			
10. Responder siempre o casi siempre con enojo y violencia			
11. Realizar actividades que le hagan sentir poder (humillar, violentar, obligar)			
12. Insistente y con iniciativa para "ligar".			
13. Orgullosa, no pide perdón ni ayuda			
14. No se involucra en actividades de quehacer de la casa o actividades de cuidado (a otras personas o mascotas).			



15. Cuando daña, se disculpa, pero no emprende acciones para actuar de formas distintas			
16. Considerarse el "jefe" de familia			
17. Hacer comentarios hirientes, "bromas" a mujeres, niñas y/o personas LGBTTTIQ			
18. Ser celoso y revisar el celular de su pareja			
19. Creer que sus argumentos e ideas son mejores, que los de mujeres y personas LGBTTTIQ			

- Posteriormente se retoman 3 participaciones voluntarias, donde puedan comentar el análisis que realizaron a una de las conductas/actitudes machistas que eligieron.
 - Para finalizar, el/la docente invita al estudiantado a seguir observando la vida cotidiana desde este enfoque, para generar compromisos individuales y colectivos que apunten a generar una sociedad más justa e incluyente. Es pertinente mencionar que al analizar la masculinidad tradicional, observamos que ésta refuerza un ciclo de inequidad-discriminación-violencia; al replantearla podemos transitar a un ciclo de equidad-inclusión-paz, como un requisito indispensable para vivir los derechos sexuales.
- c) El/la docente hace énfasis en abrir la mirada sobre otras masculinidades y proyecta el video "Masculinidad no violenta".
- La masculinidad tradicional (machista), se mantiene a través de conductas y actitudes que realizamos en la cotidianeidad, contribuyendo todas las personas a la reproducción de este tipo de masculinidad por considerar que es un aspecto natural e inamovible. Este tipo de masculinidad se apoya de algunas etiquetas como las que vimos, que refuerzan estereotipos y roles que son asimétricos y desiguales.
 - Poner atención que es posible aprender otras maneras de ser hombres (ahora llamadas "nuevas masculinidades").
 - La intención es que el estudiantado fortalezca el pensamiento crítico, la conciencia social y la toma responsable de decisiones, para trascender las formas caducas de la masculinidad tradicional y abra su mirada hacia otras masculinidades que permitan mantener relaciones sociales y sexo afectivas saludables y equitativas.

Actividad 3. Baraja de corresponsabilidad

Duración:

De 20 a 40 min.

Propósito:

Analizar medidas concretas para erradicar las violencias.

Materiales:

- PPT de la sesión 5.
- Proyector y computadora.
- Cartas para los casos de la Baraja de la corresponsabilidad.

Paso a Paso:

- a) Se hace un análisis grupal guiado por el/la docente, apoyado por una PPT sobre cómo pasar de ser una persona indolente/pasiva ante las violencias basadas en género, a una persona reflexiva/activa.
 - Escucha activa de las personas y sus situaciones sin juicios y sin interrumpir.
 - Empatía sobre lo que nos cuenta o de lo que sucede.
 - Reflexión crítica de por qué ocurre, es decir, a cuáles roles o estereotipos obedece.
 - Proponer acciones concretas personales y sociales, inmediatas y estratégicas.
 - Argumentar sobre la posibilidad de que se puedan realizar.
- b) Se forman equipos de 4 estudiantes y se reparte a cada uno un caso de la baraja de la corresponsabilidad, los cuales representan diversos tipos e intensidades de violencias basadas en género. A cada persona además, se le asigna la letra O, P, Q, R, para hacer un análisis de la situación con la intención de que encuentre una respuesta asertiva como persona reflexiva/activa para frenarlas.
 - Puede replicar los casos de la baraja para que todos los equipos formados tengan uno para analizar, o bien, crear nuevos, con el mismo objetivo y que estén acorde a su contexto.

Casos para la Baraja:



Baraja de la corresponsabilidad

Persona 1

Soy una mujer adulta, tengo una hija en el bachillerato y un hijo que está por terminar la secundaria. Siempre he tenido buena posición económica y para la gente estoy felizmente casada con un hombre exitoso, que es muy reconocido socialmente por su labor en favor de las personas más necesitadas. Sin embargo, en privado siempre me insulta y se burla de mí, diciéndome que lo que yo hago no se compara con lo que él hace. Yo nunca le di importancia, pero últimamente ha subido el tono de sus insultos y recientemente ha llegado a golpearme. Me siento atrapada, no he pedido ayuda porque me preocupa lo que diga la gente, o a veces dudo si me van a creer porque él es una persona muy querida por la comunidad.

Baraja de la corresponsabilidad

Persona 2

He trabajado en la docencia desde que salí de la universidad hace 10 años, trabajo en nivel de bachillerato y he recibido varias distinciones por mi excelente trabajo docente. Recién inicié mi transición de género, la cual ha sido gradual y he sido bien recibido por la mayoría mis estudiantes. Sin embargo, hay un grupo de docentes junto con la directora del plantel, que se oponen a que yo continúe dando clases como hombre, dicen que puedo ser una mala influencia para el desarrollo de las y los jóvenes. La semana pasada no me dejaron entrar al salón, me enviaron a realizar trabajo de oficina, y me dicen que no volveré a entrar al grupo, hasta que regrese actuando de manera femenina y con vestimenta de mujer.

Baraja de la corresponsabilidad

Persona 3

Tengo 13 años, soy de una pequeña comunidad indígena y acudo a clases a una secundaria intercultural, donde nos dan clases en mi lengua materna y en castellano. Es costumbre que los compadres que viven en la comunidad vecina visiten a mi familia y hagan muchos tratos con mi papá, sobre la tierra, el ganado y la siembra. El año pasado escuché que me vinieron a "apartar". Hicieron fiesta y tomaron trago para celebrar el acuerdo. Para mañana habrá gran fiesta, el compadre mando unos puercos y unas despensas, dicen que mañana se cierra el trato para llevarme a la otra comunidad y casarme con él. Yo no lo quiero. Me quiero escapar, pero tengo mucho miedo y culpa porque no quiero dejar a mi familia.

Baraja de la corresponsabilidad

Persona 4

Estoy en mi último semestre de bachillerato, nunca he sido muy bueno en las clases, pero soy el mejor goleador del equipo de fútbol de la escuela, de hecho, estamos por jugar la final estatal de nuestro Subsistema la próxima semana. Me gusta mucho una compañera del salón y empezamos a salir hace un mes. La relación fue subiendo de tono y rápidamente pasamos de los besos al faje de manera consensuada. La semana pasada me pidió que tuviéramos relaciones sexuales, pero yo no estoy seguro y le dije que si podíamos esperar. Ella se molestó y comenzó a divulgarlo. Desde entonces, he recibido un montón de comentarios ofensivos y bromas sobre mi orientación sexual.

Baraja de la corresponsabilidad

Persona 5

Estoy en cuarto semestre de la prepa, desde el segundo semestre compartí con mis compañeras y compañeros del salón que soy gay y en general el grupo ha sido buena onda con eso. De hecho, mi novio está en el mismo salón y ya estamos por cumplir un año. Nuestro círculo cercano de amistades dice que hacemos muy buena pareja. Lo que nadie sabe es que él es muy celoso y no me deja hablarles a otros compañeros cuando él no está presente. Recientemente me ha pedido que haga cosas que no quiero hacer, y me amenaza con romper la relación si no accedo. Aunque teníamos el acuerdo de siempre usar condón, ayer sorpresivamente, se quitó el condón mientras teníamos relaciones y no supe que hacer. Estoy muy preocupado y molesto.

Baraja de la corresponsabilidad

Persona 6

Aun no puedo comprenderlo, sigo en shock. Yo iba a mi casa, como de costumbre después de mi clase de baile por la tarde después de salir de la prepa. Recuerdo aquel grupo de jóvenes que se me acercó y, comenzaron a silbar y soltar eso que llaman "piropos". Por supuesto, no hice caso y apreté el paso para dejarlos atrás; logré separarme casi una cuadra de distancia. Sin embargo, parece que mi indiferencia le incomodó a más de alguno, ya que de los piropos empezaron a ser cada vez más ofensivos, entonces me asusté y les pedí que me dejaran en paz, pero el tono de sus ofensas aumentó. Comencé a correr y grité para pedir ayuda, pero no había nadie en la calle además de ellos. Di la vuelta y encontré un lugar para esconderme. Estoy en silencio esperando que pasen y no se den cuenta donde estoy. Tengo mucho miedo, deben ser seis o siete, están muy cerca, porque los escucho gritarme insultos.



Conformación de cada equipo:

"O" es la persona que Observa.

"P" es la persona con la situación que aparece en la tarjeta de la "Baraja".

"Q" es la persona que cuestiona, es decir, hace preguntas a "P" para que pueda replantear la forma en que mira y vive el problema (no le da respuestas, sólo ayuda con cuestionamientos).

"R" es la persona que da respuesta a "P" después de haber sido cuestionada.

1. Se conforma el equipo y se reparten las cartas de la baraja de acuerdo con la letra que les corresponde.
 2. "P" inicia exponiendo su problema al equipo, retomado de la carta de la baraja, lo puede leer en voz alta o primero leerlo y contarlo como si fuera una experiencia personal para darle más realismo.
 3. Posteriormente "Q" hace algunas preguntas a "P" sobre el problema que escuchó, con la idea de que "P" pueda abrir su mirada y encontrar otras posibilidades a la situación que está viviendo. Las preguntas no aparecen en la baraja y "Q" tendrá que escuchar con empatía y plantear con sentido crítico sus preguntas.
 4. Después de haber sido cuestionada "P", "R" le ofrece posibles respuestas al problema desde su punto de vista. Las respuestas no aparecen en la baraja y "R" tendrá que escuchar con empatía a "P" y el caso, para plantearle respuestas a lo que podría hacer "P", pero también a lo que podrían o deberían hacer las personas agresoras.
 5. Finalmente "O", que estuvo observando en silencio al equipo, comparte lo significativo de sus observaciones y lee las posibles respuestas concretas al problema de violencia que aparecen en la baraja, tanto las sugeridas para quién vive la situación de violencia ("P"), como para las personas agresoras.
- Es importante clarificar que las violencias basadas en género, no se refieren a la violencia exclusiva hacia las mujeres, sino a todas aquellas personas que sean discriminadas por la manera de no ajustarse al sistema sexo-género, incluye a la comunidad LGBTTTQI+³
 - Como parte del fortalecimiento de las HSE del estudiantado, es conveniente hacer la invitación a poner atención en sus sensaciones, emociones y pensamientos durante la realización del ejercicio.
 - Hay que asegurar que se dé el análisis a la violencia en el noviazgo (o pareja sexo-afectiva), enfatizando que la violencia dentro de la pareja sucede sin distinción de los sexos, es decir, que ésta se caracteriza por la asimetría de poder, sin importar si son parejas heterosexuales u homosexuales.

3. Acrónimo para referirse a las personas Lesbianas, Gays, Bisexuales, Travestis, Transgénero, Transexuales, Queer, intersexuales y más.

Cierre de la sesión 4

Duración:

De 4 a 10 min.

- a) El/la docente hace énfasis en los elementos clave de las secciones "**Reconozco y ejerzo mis derechos sexuales**", y "**Recapitulo e integro**" para posteriormente solicitar la reflexión final para completar al menos una de las frases de la sección "**Cierre de la sesión**" del manual del estudiante.

Reconozco y ejerzo mis derechos sexuales

- La sesión de hoy se vincula con tres derechos de la cartilla:
 - 6. Derecho a la vida, a la integridad física, psicológica y sexual, a vivir libres de violencia.
 - 8. Derecho a la igualdad.
 - 9. Derecho a vivir libres de discriminación
- Recordar a las y los jóvenes que, en la cartilla, la forma en que está estructurado cada derecho incluye tres partes:
 - Contexto del tema.
 - El derecho expresado en primera persona.
 - Las responsabilidades de la sociedad y/o el estado para que se garantice el derecho.

Recapitulo e integro

- Hoy conocimos y profundizamos sobre cómo hemos sido contruidos desde una masculinidad tradicional (machista) que afecta el desarrollo pleno de hombres y mujeres.
- Descubrimos que en la medida en que podamos construir una nueva forma de vivir la masculinidad, podremos tener una mirada más horizontal, simétrica e incluyente, podremos construir equidad, inclusión y paz.
- Reflexionamos y propusimos formas concretas para responder a diversas situaciones de violencias de género basadas en el ciclo equidad-inclusión-paz, a través de la empatía, la escucha activa y la comunicación asertiva.



- La sección conozco y ejerzo mis derechos sexuales apoya que las y los jóvenes se vayan apropiando del discurso de los derechos sexuales. En esta sesión se tratan los tres derechos del eje 2 de la cartilla de derechos sexuales de adolescentes y jóvenes.
- Después de esta revisión el estudiantado podrá completar brevemente, pero de manera sentida, reflexiva y/o crítica, alguna de las frases de la sección de cierre de la sesión.

Cierre de eje temático

Duración:

De 4 a 10 min.

- Se explica la instrucción que viene en el manual del/la estudiante para que continúen la elaboración de la carta del futuro.
- Se les motiva a que antes de retomar la carta vean el video EL VIOLENTÓMETRO https://www.youtube.com/watch?v=bZrIVF-q_Nw y conozcan también una herramienta conocida como el "amorómetro" que pueden localizar en su buscador de internet.
- Es muy importante indicar que este ejercicio se continuará realizando a lo largo de todo el taller, al final de cada eje temático en las sesiones 6 y 7, para ser finalizado en la sesión 8.
- Recuérdales que es necesario que conserven todas las partes para integrar un documento final que les será de utilidad para proyectos a futuro.

Ampliando la mirada

- Esta sección se encuentra en el manual de los/las estudiantes para trabajar en casa.
- En esta sesión se plantean seis recursos, en los que se pide al estudiante que después de verlos, pueda registrar lo más significativo y las conclusiones sobre las violencias basadas en el género, las nuevas masculinidades y el respeto a la diversidad como base para la prevención de la discriminación y la violencia.
- Es importante motivarles a que aprovechen la oportunidad de ampliar y profundizar en el tema a partir de éstas y generar con ellos y ellas un mecanismo para poder retroalimentar y/o escuchar sus comentarios

Para la difusión educativa

- Esta sección se encuentra también en el manual del/la estudiante y sugiere la intersección de las actividades de la Guía y las Infografías relacionadas con esta sesión.

Guía de actividades complementarias en el plantel y la comunidad.	Infografías de divulgación científica sobre sexualidad.
Actividad 7. Cine debate sobre inclusión.	Infografía 3. Las familias en la prevención de diversas formas de violencias basadas en género.
Actividad 8. Análisis sobre medios de comunicación locales/nacionales/ internacionales sobre violencias basadas en género.	
Actividad 9. ¿Cómo lo resolverías? Toma de decisiones respecto a la promoción de la inclusión, la equidad y la paz en un marco de corresponsabilidad cívica y ética.	
Actividad 10. Entrenamiento colectivo: Cómo pedir ayuda ante la violencia: mecanismos de denuncia y atención en la escuela y comunidad.	
Actividad 11. Campaña de acción colectiva: desmontando la violencia en el noviazgo.	



Sesión 5. Elegimos cuidar nuestra salud sexual	
Objetivo	Las y los estudiantes podrán relacionar el bienestar físico, emocional y social, con la sexualidad, para ejercer ciudadanía sexual y solicitar Servicios Amigables de salud sexual y reproductiva en su comunidad.
Introducción	<ul style="list-style-type: none"> • Con esta sesión se inicia el tercer eje temático “Salud sexual y salud reproductiva”. • En esta sesión abordamos el derecho a la salud sexual y reproductiva, que comienza desde el reconocimiento de nuestro cuerpo sexuado, los órganos que lo conforman y cómo éstos cambian de manera constante. • Para tener una salud sexual es necesario conocer nuestro cuerpo para cuidarlo de cualquier infección y/o embarazo no planeado, pero también conocer nuestras emociones y cuidarlas para que las relaciones que tengamos nos ayuden a crecer y que la sexualidad se convierta en algo que nos genere bienestar y no problemas/malestar.
Duración total sugerida	de 60 a 120 minutos.
¿Tienes dudas sobre el contenido?	<ul style="list-style-type: none"> • Norma Oficial Mexicana NOM-047-SSA2-2015, para la atención a la salud del grupo etario de 10 a 19 años. https://www.gob.mx/salud%7Ccensia/articulos/proyecto-de-norma-oficial-mexicana-proy-nom-047-ssa2-2014-para-la-atencion-a-la-salud-del-grupo-etario-de-10-a-19-anos-de-edad • HOMOFOBIA Y SIDA. David Alberto Murillo. Amigos contra el Sida. http://www.censida.salud.gob.mx/descargas/drhumanos/davidalberto.pdf • SALUD SEXUAL, DERECHOS Y PLACER: Apuntes en prevención del VIH para mujeres: http://www.sidastudi.org/es/registro/ff808181399a3d6f013a9824d-0fb0131

Sesión 5. Elegimos cuidar nuestra salud sexual

Actividad 1. Fantasía guiada: mi cuerpo en transformación

Duración:

De 18 a 35 min.

Propósito:

Reconocer las transformaciones sexuales del cuerpo como positivas y las posibilidades que nos ofrecen.

Materiales:

- PPT sesión 5.
- Computadora, cañón proyector y bocinas .
- Resultados valoración inicial del eje 3 elaborado por el/la docente.
- Video: Si pudieras cambiar una sola parte de tu cuerpo - ¿Qué cambiarías? <https://www.youtube.com/watch?v=2IKlpD37CPI>

Paso a Paso:

- a) El/la docente da la bienvenida a la sesión 5, y comenta la sección **"Para abrir la sesión"** del manual del/la estudiante señalando que inician eje temático 3 y para ello inicia presentando los resultados del grupo en ese eje temático y comparte una breve reflexión de cada uno de ellos.
 - Es conveniente que con la valoración inicial del eje temático 3 prepares una PPT o cualquier otro material visual, con los resultados para explicar brevemente las razones por las que la respuesta correcta es falso o verdadero en cada caso, sin profundizar mucho, ya que eso se hará durante la sesión (recuerda que te puedes auxiliar del formato que viene en la guía del instrumento de valoración inicial).
 - A lo largo del taller, en las sesiones que se retome la valoración inicial, hay que hacer énfasis cada que sea posible, y sobre todo en los temas que generan controversia, que en la sexualidad hay aspectos biológicos, pero que hay otros de tipo social, cultura y psicológico, que hace que las personas tengan diversas opiniones, y que todas ellas pueden ser escuchadas. La tarea del docente es redirigir las participaciones para generar espacios de reflexión y diálogo, cuidando que estás opiniones no atenten contra la dignidad de nadie. Al final este componente pretende proporcionar información para que las y los estudiantes visualicen alternativas para vivir su sexualidad; la posición, opinión o decisión final, es personal.



- b) Con apoyo del texto el/la docente guía una fantasía a sus estudiantes para que hagan un viaje interior desde la pubertad hasta la vejez, para ubicar y sentir tu cuerpo en transformación.
- Conviene que el/la docente revise previamente el texto de la fantasía guiada que se encuentra en la PPT. Se recomienda alguna música suave de fondo.
 - Se informa al grupo que se realizará una fantasía guiada, que consiste en dejarse guiar por su imaginación, lo cual requiere de su confianza y disposición a vivir y disfrutar la experiencia.
 - Se pide a las y los estudiantes que tomen una postura cómoda, pueden recargar su cabeza sobre la butaca. Es conveniente, si hay espacio y posibilidad, de recostarse en el piso, (para ello puede solicitarse una manta o toalla en la sesión anterior para este propósito).
 - Una vez que tienen una posición cómoda se les invita a cerrar los ojos y realizar tres respiraciones profundas para paulatinamente entrar a un estado de relajación.
 - Una vez concluida la "fantasía guiada", se dan unos momentos para que cada integrante se reincorpore de manera consciente al grupo.
- c) Se comparte lo significativo de la experiencia guiada, las emociones y los aprendizajes: sobre el propio cuerpo y su relación consigo mismas/os.
- Se pregunta al grupo cuáles fueron las sensaciones, emociones y/o pensamientos por los que transitaron durante la experiencia y cómo se sienten en el momento. Tres o cuatro respuestas son suficientes para que el grupo registre que hay reacción emocional y que es importante hacerla consciente previa a la reflexión de los contenidos.
 - Es común que en lugar de referir lo emocional algunos/as estudiantes hablen de lo que pasó o den una explicación al respecto, por eso, es importante que el/la docente oriente a que primero se refieran los sentimientos provocados durante la fantasía guiada.
- d) El/la docente retoma la importancia de resignificar en positivo con perspectiva de género, las transformaciones de anatomía y fisiología sexual, para orientarlas a un autoconcepto positivo.
- Aquí algunas ideas a considerar por el/la docente para realizar esta acción:
 - El cuerpo es el vehículo de la existencia, nos permite respirar, comer, caminar, ver, oler, tocar, sentir, vivir.
 - Es el medio para conocernos, conocer el mundo y comunicarnos.
 - No es solo órganos y tejidos, está cargado de sentimientos, significados y experiencias.
 - Hombres y mujeres suelen tener dudas, sin embargo, con frecuencia los chicos no preguntan por la creencia que existe en algunos lugares sobre que ellos siempre deben tener las respuestas si de temas sexuales se refiere, dirigiéndolos a investigar en medios poco confiables y engañosos como el internet y la pornografía.

- El cuerpo cambia todo el tiempo, y durante la adolescencia ocurre una intensa transformación en la anatomía y fisiología sexual y reproductiva. Los órganos sexuales internos y externos se transforman, porque la actividad hormonal aumenta. Viene la menstruación en las mujeres y las primeras eyaculaciones en los hombres.
 - Es pertinente que tanto hombres como mujeres conozcan estos cambios y sean empáticos con las situaciones emocionales que vienen con ellos.
 - La menstruación a lo largo de la historia ha sido vista como algo sucio, desagradable, que causa vergüenza o como el inicio de la adultez. Esto último puede tener repercusiones negativas en la manera que se relacionan sexo-afectivamente. También ha sido causa de señalamientos negativos hacia las mujeres por los cambios de humor que puede llegar a producir (debido los cambios hormonales) que mantienen estereotipos de género.
 - Conocer el ciclo menstrual de las mujeres no solo es responsabilidad de ellas, sino también de ellos, al ser un elemento muy importante para la prevención de embarazos no planeados.
 - La imagen corporal es influenciada por demandas y exigencias sociales sobre la estética de los cuerpos, "belleza" y delgadez para las mujeres, corpulencia y fuerza para los hombres; además, existen mensajes que recibimos de los medios de comunicación, canciones, o de nuestra familia y amistades que fomentan la creencia de que ciertas partes del cuerpo son "buenas" y que otras son "malas", en particular los órganos sexuales y por eso tenemos dificultad para llamarlas por su nombre.
 - La imagen que tengamos de nuestro cuerpo está relacionada con la forma en que nos relacionamos con él y cómo lo cuidamos.
 - Hablar con naturalidad sobre el cuerpo y sus cambios, así como de las sensaciones, emociones y pensamientos que esto nos genera, nos ayuda a aprender a querer a nuestro cuerpo, y, por ende, a cuidarlo.
 - Querer y cuidar el cuerpo es fundamental para vivir nuestra sexualidad de manera sana, placentera y responsable.
- e) Se hace un cierre reflexionando el video: Si pudieras cambiar una sola parte de tu cuerpo - ¿Qué cambiarías?
- Conviene iniciar preguntando cuáles fueron las sensaciones, emociones o pensamientos que emergieron mientras observaron el video y/o que aún se mantienen. Dos o tres respuestas son suficientes para que el grupo registre que hay reacción emocional y que es importante hacerla consciente previa a la reflexión de los contenidos.
 - Posteriormente, el/la docente pregunta al grupo qué les pareció más significativo y cómo se relacionan las creencias observadas en el vídeo, con el autocuidado, el autoconcepto y cómo ello impacta en las relaciones sexo afectivas que tenemos.



Actividad 2. El intercambio de regalos

Duración:

De 18 a 40 min.

Propósito:

Abrir la mirada crítica para reconocer y disminuir riesgos personales y sociales relacionados con ITS/VIH.

Materiales:

- PPT sesión 5
- Computadora, cañón proyector y bocinas.
- Guía de códigos de prácticas erótico-sexuales para hacer las tarjetas.
- Tarjetas de colores que simulen regalos con el código correspondiente.
- Dulces o presentes simbólicos para generar mayor interés.
- Video: Información General sobre ITS | Planned Parenthood. <https://www.youtube.com/watch?v=8eDBlaS67Jk>

Paso a Paso:

Paso a Paso:

- Se distribuyen tarjetas de colores simulando regalos y se indica que se va a realizar un “intercambio de regalos”.
 - Cada tarjeta se puede acompañar con algún dulce u obsequio pequeño que no amerite mucho gasto, para aumentar el interés del grupo.
 - Los códigos pueden repetirse o puedes añadir algunos otros que correspondan al objetivo de la actividad para que todos y todas en el grupo reciban uno.
 - Cada tarjeta tiene escrito en la parte posterior el código que hace referencia a diversas prácticas erótico-sexuales que analizaremos para saber si son de riesgo o no. La idea es que eso pase desapercibido al estudiantado, si alguien pregunta, se le informa que por ahora no es importante, que posteriormente se resolverá a qué se refiere ese código.

El/la docente clarifica la instrucción para el intercambio que aparece en el manual del/la estudiante para este propósito.

- El intercambio será durante un minuto.

- Cada estudiante puede intercambiar de manera libre con quien decida hacerlo, con base en su apariencia, a lo que conoce de la persona o incluso por el interés de conocerla mejor.
 - Cada estudiante puede dar, intercambiar o sólo recibir alguna o varias tarjetas según sea el caso.
 - Se vale no aceptar un regalo si no se quiere. Si la persona que se elige no acepta el regalo, puedes invitarles a buscar a otra.
 - Como parte del fortalecimiento de las HSE del estudiantado, es conveniente hacer la invitación a poner atención en sus sensaciones, emociones y pensamientos durante el intercambio de regalos.
- b)** Se da el tiempo de un minuto para que se realice el intercambio de regalos de manera libre y se motiva al grupo para que lo hagan de manera lúdica y dinámica.
- Las posibilidades son múltiples: alguien puede quedarse sin tarjeta o quedarse con la suya; alguien pueda acumular varias, o quedarse solo con una, aunque no sea la original.
- c)** Se hace la puesta en común en dos fases:
- La primera a partir de las siguientes preguntas:
 - ¿Cómo fue el intercambio?
 - ¿Con qué tarjetas nos quedamos?
 - Posteriormente se revelan los códigos de cada tarjeta (puede proyectarse la tabla de la PPT)
 - La segunda fase de la puesta en común se orienta con las siguientes cuestiones:
 - ¿Cómo nos sentimos al conocer lo que intercambiamos y con lo que nos quedamos?
 - Si hubiéramos conocido lo que eran los códigos, ¿hubieran aceptado esos regalos?
 - Imaginemos que esto sucede en la vida real, ¿realmente estamos seguros y seguras de lo que la otra persona nos regala al tener intimidad con nosotros? ¿Qué deseamos darle de regalo a nuestras parejas? ¿Qué deseamos que nos regalen?
 - ¿Qué necesitamos saber y hacer para prevenir riesgos de ITS/VIH?
- d)** Se concluye con una reflexión integradora del/la docente apoyado en el video de Información general sobre ITS.
- Es importante reflexionar con el estudiantado la importancia de la conciencia de riesgo para asegurar prácticas sexuales más conscientes y de autocuidado.
 - La reflexión tiene que orientarse a que a veces percibimos, bajo el riesgo, que no nos va a pasar, que las personas con las que elegimos tener intimidad son confiables o debido a los mitos de cómo se transmiten las ITS, se piensa que no va a suceder.



- Conviene señalar que existe un considerable aumento de mujeres heterosexuales con parejas estables que han sido contagiadas por VIH. Así como que ha habido un aumento importante en el número de pacientes diagnosticados con VIH en edades de 15 a 19 años.
- Es preciso poner atención a las acciones concretas para reducir los riesgos y la importancia de hacerse una prueba rápida al menos 1 vez al año, o cada 6 meses si se tiene vida sexual activa.
- Es importante señalar los estigmas discriminatorios relativos al VIH, por ejemplo, mencionar que una persona puede vivir plenamente con VIH e incluso tener pareja sexual; que ser VIH positivo no les resta valor a las personas, no las condena a muerte ni debe ser causa de exclusión o discriminación en el trabajo, escuela o familia.



Actividad 3. ¿Por qué decido cuidar mi salud sexual? Hacia la exigencia de servicios de Salud Sexual y Reproductiva (SSyR)

Duración:

De 18 a 35 min.

Propósito:

Fortalecer la toma de decisiones para el bienestar físico, emocional y social en relación con la sexualidad.

Materiales:

- PPT de la sesión 5.
- Proyector y computadora.

Paso a Paso:

- a) El/la docente ayuda al grupo a reflexionar los conceptos de la OMS sobre salud sexual y salud reproductiva que aparecen en el manual del/la estudiante.
 - Se realizan dos rondas de reflexión y discusión grupal auxiliados con el siguiente formato que aparece en el manual del/la estudiante.
- b) **Ronda 1.** Sobre lo que le corresponde hacer a las diferentes personas e instituciones para el cuidado de la salud sexual de las y los jóvenes. (Se ofrecen algunos ejemplos para que el/la docente pueda verificar que se logre el objetivo con el estudiantado).

¿Qué le toca hacer a las y los jóvenes?	<ul style="list-style-type: none">• Poner atención a su cuerpo y a su sexualidad.• Conocer sus derechos sexuales.• Informarse sobre los servicios de educación y salud sexual.• Acudir y participar de esos servicios.
¿Qué le toca hacer a las familias?	<ul style="list-style-type: none">• Generar ambientes cálidos de confianza que permitan hablar de sexualidad y de salud sexual y reproductiva.• Apoyarse de los servicios de educación y salud sexual para fortalecer su aporte a los/las jóvenes
¿Qué le toca hacer a las escuelas?	<ul style="list-style-type: none">• Ofrecer EIS de calidad que sea científica y laica, que tenga como punto de partida las inquietudes y necesidades de las y los jóvenes.• Vincularse con los servicios de salud sexual para adolescentes y jóvenes.



<p>¿Qué les toca hacer a los servicios de salud?</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Brindar servicios amigables de salud sexual y salud reproductiva oportunos, de calidad y con calidez, acordes a las necesidades e inquietudes de las y los jóvenes. • Vincularse con las escuelas.
---	---

- Se registra en el pizarrón o un papel de rotafolio los resultados de los comentarios y la discusión del grupo.

Ronda 2. Se hace una plenaria en donde algunos/as estudiantes puede compartir lo que personalmente les toca modificar, solicitar o exigir para cuidar su salud sexual, como jóvenes que ejercen sus derechos sexuales. (Se ofrecen algunos ejemplos para que el/la docente pueda verificar que se logre el objetivo).

<p>¿Qué modificar de mí mismo/a?</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Actitudes de apatía. • Exponerme a riesgos.
<p>¿Qué solicitar a mi pareja, si la tengo?</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Honestidad. • Diálogo. • Corresponsabilidad.
<p>¿Cómo colaboramos entre compañeros/as?</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Compartiéndonos información verificada en fuentes confiables. • Evitando retarnos a realizar acciones riesgosas, violentas o discriminatorias.
<p>¿Qué necesito de mi familia?</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Confianza. • Información. • Seguridad. • Espacio para expresarme y comunicarme.
<p>¿Qué requiero de la escuela?</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Información veraz y oportuna. • Educación integral de la sexualidad. • Espacios de participación para la difusión de los derechos sexuales.
<p>¿Qué exigir a los servicios de salud?</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Consejería con un enfoque de EIS • Acceso a información veraz y a métodos antifecondativos (también llamados anticonceptivos) de mi elección que sean seguros, eficaces, asequibles y aceptables. • Detección oportuna y atención de VIH e ITS • En su caso, atención durante el embarazo, parto y puerperio.

- Se registra en el pizarrón o un papel de rotafolio los resultados de los comentarios y la discusión del grupo.
- c) El/la docente realiza la integración de los resultados de la discusión y comparte a sus estudiantes con ayuda de una PPT sobre los Servicios Amigables de salud sexual y reproductiva para adolescentes y lo que señala la NOM 047 al respecto.
- Los Servicios Amigables son espacios diseñados especialmente para proporcionar atención en materia de salud sexual y reproductiva a las y los adolescentes, de acuerdo con sus necesidades particulares. Estos servicios se encuentran ubicados dentro de las unidades médicas de la Secretaría de Salud y proporcionan información, orientación, consejería, atención médica, atención psicológica, dotación de métodos anticonceptivos, entre otros, a mujeres y hombres de 10 a 19 años.



Cierre de la sesión 5

Duración:

De 4 a 10 min.

- a) El/la docente hace énfasis en los elementos clave de las secciones **“Reconozco y ejerzo mis derechos sexuales”**, y **“Recapitulo e integro”** para posteriormente solicitar la reflexión final para completar al menos una de las frases de la sección **“Cierre de la sesión”** del manual del estudiante.

Reconozco y ejerzo mis derechos sexuales

- La sesión de hoy se vincula con un derecho de la cartilla:
- 12. Derecho a los servicios de salud sexual y reproductiva.
- Recordar a las y los jóvenes que, en la cartilla, la forma en que está estructurado cada derecho incluye tres partes:
 - Contexto del tema.
 - El derecho expresado en primera persona.
 - Las responsabilidades de la sociedad y/o el estado para que se garantice el derecho.

Recapitulo e integro

- Realizamos una fantasía guiada para reconocer nuestra imagen corporal en sentido positivo y que querer y cuidar nuestro cuerpo cambiante es fundamental para vivir nuestra sexualidad de manera sana, placentera y responsable.
- A través del intercambio de regalos pudimos descubrir la importancia de la conciencia de riesgo asociado a ITS/VIH, para fortalecer el autocuidado y prevención como acción y compromiso, personal y colectivo.
- Distinguimos a la salud sexual de la salud reproductiva, y profundizamos en lo que implica la corresponsabilidad en la salud sexual, la existencia de los servicios amigables y lo que me corresponde exigir a diversos actores sociales como joven que ejerce sus derechos sexuales.
- Ahora sabemos que tenemos derecho a solicitar información, métodos anticonceptivos (también llamados anticonceptivos) en cualquier clínica u hospital del Sistema de Salud en donde vivimos, para cuidar nuestra salud sexual y reproductiva.

- La sección conozco y ejerzo mis derechos sexuales apoya que las y los jóvenes se vayan apropiando del discurso de los derechos sexuales. En esta sesión se trató sólo un derecho del eje tres de la cartilla de derechos sexuales de adolescentes y jóvenes.
- Es conveniente hacer énfasis en que lo revisen, si el tiempo en la sesión no alcanza, ya que es un elemento importante para reforzar la conciencia de ciudadanía sexual en el estudiantado, para exigir servicios amigables de salud sexual y reproductiva al Estado

Ampliando la mirada

- Esta sección se encuentra en el manual de los/las estudiantes para trabajar en casa.
- En esta sesión se plantean diez actividades adicionales, es importante que el/la docente considere cuál o cuáles se asignarán, de acuerdo con las condiciones del grupo, como compromiso del taller, para asegurar que se haga una revisión o retroalimentación de éstas. El resto de las actividades serán realizadas a elección de cada estudiante. Es importante motivarles a que aprovechen la oportunidad de ampliar y profundizar en el tema a partir de éstas.

Para la difusión educativa

Esta sección se encuentra también en el manual del/la estudiante y sugiere la intersección de las actividades de la Guía y las Infografías relacionadas con esta sesión.

Guía de actividades complementarias en el plantel y la comunidad.	Infografías de divulgación científica sobre sexualidad.
Actividad 12. Jornada de promoción de los Servicios amigables de salud sexual y salud reproductiva para adolescentes.	Infografía 4. Las familias como medio vital para la salud sexual de las y los jóvenes.



Sesión 6. Tenemos derecho a la libertad reproductiva

Objetivo	Las y los estudiantes podrán relacionar el bienestar físico, emocional y social con la sexualidad, para ejercer ciudadanía sexual y solicitar Servicios Amigables de salud sexual y reproductiva en su comunidad.
Introducción	<ul style="list-style-type: none"> • Con esta sesión se cierra el tercer eje temático “Salud sexual y salud reproductiva”. • La sesión anterior se centra más en la salud sexual y ésta se orienta más a la salud reproductiva. • La salud reproductiva acompaña también a la salud sexual, pues la reproducción, al ser un derecho y una opción de vida, requiere de un análisis y consideración de alternativas y consecuencias en nuestro proyecto de vida. Es importante conocer cómo sucede un embarazo, la corresponsabilidad para el uso de métodos antifecundativos para aplazar, planear y/o prevenir un embarazo. • Un elemento fundamental de la salud reproductiva lo constituye la libertad de decidir tener o no tener hijos/as, cuándo y con quién, así como tener acceso a métodos y servicios para ejercer este derecho. • Los métodos antifecundativos son los que comúnmente conocemos como métodos anticonceptivos. Se trata de un término que es científico y descriptivo, ya que la fecundación es el proceso en el que se unen un óvulo y un espermatozoide, y estos métodos están diseñados para evitar esa unión. • Es necesario que las y los jóvenes se apropien de la metodología antifecundativa, que la investiguen, accedan a ella y elijan de manera libre e informada qué métodos utilizar.
¿Tienes dudas sobre el contenido?	<ul style="list-style-type: none"> • El acceso a métodos anticonceptivos en adolescentes de la Ciudad de México. https://www.scielosp.org/article/spm/2017.v59n3/236-247/ • Directorio nacional para ubicar los lugares donde brindan métodos antifecundativos de manera gratuita. https://www.gob.mx/salud%7Ccnegsr/articulos/servicios-amigables • “La NOM 046”. Marta Lamas, 24 agosto, 2019. https://www.proceso.com.mx/597099/la-norma-046 • Para profundizar en los mitos sobre la interrupción legal del embarazo: https://gire.org.mx/wp-content/uploads/2019/08/mitos_y_preguntas_sobre_el_aborto.pdf • Secretaría de Salud. Interrupción legal del embarazo gratuita. https://www.salud.cdmx.gob.mx/servicios/servicio/ILE

Sesión 6. Tenemos derecho a la libertad reproductiva

Actividad 1. "Tuvieron muchos hijos y vivieron felices para siempre"

Duración:

De 15 a 30 min.

Propósito:

Analizar la reproducción humana como un derecho.

Materiales:

- PPT sesión 6.
- Proyector y computadora.

Paso a Paso:

- a) El/la docente da la bienvenida a la sesión 6 comentando la sección "Para abrir la sesión" del manual del/la estudiante señalando que concluyen el eje temático tres sobre salud sexual y salud reproductiva.

Posteriormente, ayuda al grupo a cuestionar la frase final de algunos cuentos tradicionales, "tuvieron muchos hijos y vivieron felices para siempre", con base en algunos cuestionamientos que aparecen en el manual del/la estudiante para este propósito.

- Para ser congruente con los objetivos del Programa Construye T, del Componente EISyG y del taller "Reconocemos y ejercemos nuestros derechos sexuales para exigirlos y promoverlos en la comunidad", es importante manifestar apertura, calidez y amabilidad con el grupo para generar confianza.
- Es importante que las y los jóvenes expresen libremente su sentir y pensar respecto al mandato de género de tener hijos/as.
- Un mandato de género hace referencia a las expectativas únicas y limitantes que tenemos sobre la vida de hombres y mujeres. Generalmente éstas son desiguales, por ejemplo la expectativa de que las mujeres se casen, tengan hijos, trabajen en el hogar o tengan un trabajo que no ponga en cuestionamiento su feminidad o "decencia", que sean monógamas, o no expresen libremente su sexualidad. De los hombres, se esperaría que sean los proveedores de los hogares, que "no pasa nada" si no ejercen su paternidad, que no realicen tareas en el hogar, tengan múltiples parejas sexuales, etc.



- Se trata de que el estudiantado pueda cuestionar una frase que seguramente han escuchado desde su primera infancia en numerosos cuentos tradicionales, y por ello pocas veces se reflexiona su significado.
 - Conviene invitar al grupo a preguntarse, qué creen que sucedió después, en las historias tradicionales que concluyen con esa frase.
- b)** Se organiza al grupo en binas para que se realicen de manera recíproca la “Entrevista crítica” sobre tener o no tener hijas/os que aparece en el manual del/la estudiante.
- Como parte del fortalecimiento de las HSE del estudiantado, es conveniente hacer la invitación a poner atención en sus sensaciones, emociones y pensamientos durante la realización de la entrevista, sobre todo cuando les toca responder. También recomíndales hacer uso de la escucha activa, respetuosa, empática, sin juicios ni interrupciones al momento de entrevistar.
 - Solicítales respondan con honestidad, y si hay alguna pregunta para la cual no tienen una respuesta, se sientan con la confianza de decir que no hay respuesta.
- c)** El/la docente guía una reflexión final con apoyo de una PPT, para trascender la mirada de la reproducción humana sólo como algo biológico o como un riesgo, y pensarla como un derecho.
- Conviene iniciar preguntando cuáles fueron las sensaciones, emociones o pensamientos que emergieron mientras respondieron la entrevista y/o que aún se mantienen. Dos o tres respuestas son suficientes para que el grupo registre que hay reacción emocional y que es importante hacerla consciente previa a la reflexión de los contenidos.
 - Posteriormente, pregunta al grupo qué les pareció más significativo de la “entrevista crítica sobre tener o no tener hijas/os”, y se hace un breve diálogo sobre sus respuestas.
 - Cuestionar los cuentos tradicionales, si en lugar del final de la historia fuera solo un final de temporada, ¿cómo continúan las historias en la siguiente temporada? En realidad, el final sería solo el principio de una nueva temporada.
 - Romper la mirada disimétrica de género sobre el mandato cultural de la reproducción humana: Si un hombre no tiene hijos/as, entonces “se acaba su linaje”. Si una mujer no tiene hijas/os, entonces “no se realiza”, entre otros.
 - Es importante que las y los jóvenes puedan identificar el mandato cultural de género, para ampliar la mirada y entender que decidir tener o no tener hijas/os, cuándo y con quién, es un derecho, y no una obligación.
 - También vale la pena que sepan que decidir algo hoy, por su proyecto de vida, no tiene nada que ver con amar o no a alguien, sino de amarse a sí mismo, que como ya se vio es muy importante. Hay que considerar que el proyecto de vida no es algo estático, sino que puede cambiar a lo largo del tiempo y las situaciones, por lo que vale la pena replantearlo o confirmarlo cada cierto tiempo.

Actividad 2. ¿Cómo me apropio de la metodología antifecundativa?

Duración:

De 22 a 40 min.

Propósito:

Analizar la reproducción humana como un derecho.

Materiales:

- PPT sesión 6.
- Computadora, cañón proyector y bocinas.
- Tarjetas o papel bond para el camino lógico.
- Tutorial: Cómo negociar el uso del condón. <https://www.youtube.com/watch?v=O9j36O2BRHs>

Paso a Paso:

- a) Se pregunta al grupo: ¿Qué dificulta que las y los jóvenes se cuiden durante las relaciones sexuales? (por ejemplo, existe evidencia estadística que nos muestra que la mayoría de las personas en México no se protege durante su primera relación sexual, a pesar de conocer sobre métodos de barrera u hormonales)
 - Se anota en el pizarrón las respuestas del grupo.
- b) Se distribuyen aleatoriamente tarjetas del camino lógico para el proceso de apropiación de los métodos, junto con algunas HSE que se ponen en juego, para acomodarlo en orden lógico de forma grupal al centro del salón, en el piso o en el pizarrón.

Tarjetas del camino Lógico

Conocer los tipos de métodos de barrera, hormonales y permanentes (toma responsable de decisiones).

Conocer cómo funcionan los distintos métodos (toma responsable de decisiones).

Conocer cuál es el más adecuado para cada situación y en mis circunstancias de vida actuales (pensamiento crítico y toma responsable de decisiones).

Medios de acceso a los métodos (identificación de servicios públicos de salud, disponibilidad, farmacias, accesibilidad).

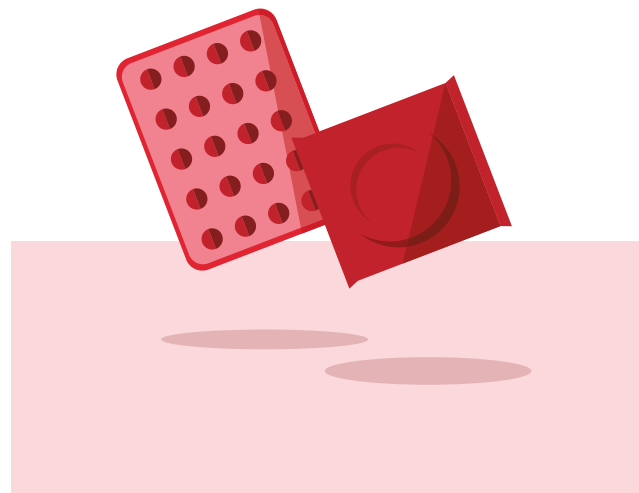
Formas de gestionar y usar los métodos (identificación de procedimientos, costos, lugares).

Establecimiento de acuerdos y negociación del uso de los métodos con la pareja (diálogo y acuerdo, autoconocimiento, autorregulación, empatía, escucha activa y asertividad).

Uso adecuado y consistente de los métodos en todas las relaciones sexuales (toma responsable de decisiones y perseverancia).



- Si se decide por utilizar el piso del salón o de algún patio, es conveniente que las tarjetas sean de gran tamaño para que se aprecien desde cualquier ángulo del salón.
 - Todos los pasos del camino lógico son muy importantes, las y los estudiantes tienen que identificar la secuencia y valorar cuáles son las habilidades socioemocionales que requieren fortalecer para recorrer ese camino.
- c) El/la docente enfatiza en la negociación y su uso adecuado y consistente, apoyado en el video tutorial: Cómo negociar el uso del condón.
- Es importante reconocer el condón como un método que, además de prevenir embarazos, previene ITS/VIH, por ello no solo es exclusivo de las parejas heterosexuales.
 - El/la docente invita a poner atención a las argumentaciones que se plantean en el video que están basadas en información científica y favorecen el fortalecimiento de HSE.
 - Enfatiza que el autocuidado es un mecanismo que puede garantizar la salud sexual y que en realidad los métodos no deberían ponerse a discusión sobre usarlos o no. En este sentido la negociación es un acto de conciencia y de comunicación, de respeto, autocuidado y amor propio, así como empatía con la pareja para decidir cuál es el mejor método, dónde obtenerlo y cómo usarlo.



Actividad 3. Embarazo sí, embarazo no: ruta crítica para la toma de decisiones

Duración:

De 15 a 30 min.

Propósito:

Analizar de manera crítica la prevención y planificación del embarazo, su interrupción legal, así como la maternidad y paternidad responsables.

Materiales:

- Video: Aplazar el embarazo <https://www.youtube.com/watch?v=mrPUz6HxAY8>
- PPT sesión 6.
- Computadora, proyector, bocinas.

Paso a Paso:

- a) El/la docente contextualiza el embarazo como una posibilidad ante el hecho de tener relaciones sexuales entre mujeres y hombres con apoyo de una PPT.
 - Es importante que cada estudiante reflexione sobre lo que significa un embarazo en su vida actual (juventud) o en otro momento de la vida, y se plantee si es algo que forma parte o no de su proyecto de vida. Se da un espacio para que algunos/as compartan sus ideas e inquietudes al respecto.
- b) El docente invita al grupo a observar el video: Aplazar el embarazo
 - Como parte del fortalecimiento de las HSE del estudiantado, es conveniente hacer la invitación a poner atención en sus sensaciones, emociones y pensamientos durante la proyección del video.
- c) El/la docente guía un diálogo colectivo con sus estudiantes sobre las inquietudes derivadas de la conveniencia de aplazar un embarazo en la juventud (adolescencia).
 - Es importante iniciar preguntando cuáles fueron las sensaciones, emociones o pensamientos que emergieron mientras observaron el video y/o que aún se mantienen. Dos o tres respuestas son suficientes para que el grupo registre que hay reacción emocional y que es importante hacerla consciente previa a la reflexión de los contenidos.
 - Posteriormente, el/la docente pregunta al grupo, qué fue lo que les pareció más significativo, y se hace un breve diálogo sobre los contenidos del video.
 - ¿Por qué es importante aplazar un embarazo en este momento para decidir cuál es el mejor momento? Es importante que las y los jóvenes reflexionen que cada uno/una puede decidir cuándo es el mejor tiempo para un embarazo, y que no sea la suerte o el "destino" quien decida. Así como poner en práctica el pensamiento crítico y el análisis de alternativas y consecuencias para tomar una decisión de manera responsable.



- Aborde con ellos y ellas algunas consecuencias a la alternativa de tener hijos y a la alternativa de aplazar un embarazo. Invite tanto a mujeres como hombres a participar y recoja de 3 a 4 respuestas.
 - Para poder planear, prevenir o evitar un embarazo en este momento, es fundamental pensar y plantear un proyecto de vida, con metas a largo plazo y pasos para llegar a ellas. Si la meta es clara, los pasos y los posibles obstáculos, será más fácil asociar un comportamiento del presente a posibles consecuencias en el futuro.
- d) El/la docente explica las causales de la interrupción legal del embarazo (ILE) en México y por qué es un derecho. Posteriormente se discuten algunos de los mitos sobre el aborto apoyado de una PPT.

La interrupción legal del embarazo en México

- Solo en CDMX y Oaxaca es legal interrumpir un embarazo (en cualquier clínica de la secretaría de salud y clínicas privadas), por decisión de las mujeres, sin importar la causa.
- Recientemente en todo el país se ha eliminado la interrupción del embarazo de los códigos penales, es decir que nadie puede ir a prisión por esa situación.
- En todo el país es un derecho interrumpir un embarazo cuando es producto de una violación y, en algunos estados, debido a pobreza o recursos económicos.
- El Estado no debe revictimizar a las mujeres víctimas de una violación y debe cumplir sus obligaciones, por lo que la Norma Oficial Mexicana NOM 046 señala que:
 - Las mujeres pueden solicitar la interrupción bajo protesta de decir verdad de que su embarazo es producto de una violación.
 - Las adolescentes mayores de 12 años pueden solicitar la interrupción sin el consentimiento de padre, madre o tutor legal.
 - No es requisito denunciar para recibir el servicio de interrupción del embarazo.
 - El personal de salud que participa en el procedimiento no está obligado a verificar el dicho de las mujeres y debe actuar de buena fe (sin juicios ni recomendaciones).
- La interrupción legal del embarazo disminuye riesgos de salud de las mujeres menores de 20 años.
- Cuando el procedimiento es legal, es gratuito, y con el mayor cuidado y calidad para salvaguardar la salud y vida de las mujeres.
- Cuando el procedimiento es legal se reduce la muerte de las mujeres por interrupción de embarazo.

- Al tocar el tema de la ILE, te invitamos que como docente facilitador/a puedas tener en cuenta que es una opción y un derecho, que es pertinente que las y los estudiantes reciban información al respecto, que no es una obligación para nadie, ni es algo que se promueva. Conviene también extender esta aclaración al alumnado.
 - Solo es necesario que las y los estudiantes tengan la información a su alcance para que tomen decisiones responsables y que al final las y los estudiantes decidirán con base en otros aspectos, como su proyecto de vida, el apoyo o no de su familia, sus creencias y enseñanzas en casa, su situación económica, emocional, de pareja, etc. Es una decisión personal.
 - Es importante que consideres, junto con ellos y ellas, que cuando hablamos de responsabilidad, no significa necesariamente embarazarse, "hacerse cargo" y entonces "formar familia", pues este tipo de creencias puede, por ejemplo, llevar a un chico a dejar la escuela para dedicarse únicamente a trabajar; o a una chica, abandonar sus estudios por lo que piensen de ella y/o por tener que hacerse cargo de la crianza. La revisión de los significados en torno al embarazo y la responsabilidad, son útiles para saber que las decisiones responsables son aquellas que se toman con la mayor cantidad de información posible, que se contrastan alternativas y opciones, considerando sus consecuencias, a corto y largo plazo, pero sobre todo que procuren nuestro bienestar, el de los demás y nos acercan a cumplir nuestras metas (de acuerdo con nuestro proyecto de vida).
- e) Por último, se reflexiona el tema de maternidad y paternidad responsables con apoyo de la PPT.
- Importante que quienes ya tienen hijos no se sientan juzgados, sino invitados a continuar y/o replantear su proyecto de vida.
 - Tener en cuenta que la maternidad y paternidad es una situación compartida, independientemente de si están o no en un proyecto de pareja, donde ambos contribuyen para que su hijo o hija tenga las mejores condiciones posibles de vida.



Cierre de la sesión 6

Duración:

De 4 a 10 min.

- a) El/la docente hace énfasis en los elementos clave de las secciones **“Reconozco y ejerzo mis derechos sexuales”**, y **“Recapitulo e integro”** para posteriormente solicitar la reflexión final para completar al menos una de las frases de la sección **“Cierre de la sesión”** del manual del estudiante.

Reconozco y ejerzo mis derechos sexuales

- La sesión de hoy se vincula con un derecho de la cartilla:
- 7. Derecho a decidir de manera libre e informada sobre nuestra vida reproductiva
- Recordar a las y los jóvenes que, en la cartilla, la forma en que está estructurado cada derecho incluye tres partes:
 - Contexto del tema.
 - El derecho expresado en primera persona.
 - Las responsabilidades de la sociedad y/o el Estado para que se garantice el derecho..

Recapitulo e integro

- Hoy cuestionamos la frase tradicional del final de muchos cuentos tradicionales “tuvieron muchos hijos y vivieron muy felices para siempre”, para desmontar el mandato cultural y de género de tener hijas/os y reconocer que la decisión de tenerlos o no, es un derecho que está relacionado con el proyecto de vida de cada persona.
- Apropiarnos de la metodología antifecundativa requiere de un proceso permanente que involucra conocimientos, actitudes, y habilidades socioemocionales, así como disponibilidad de los métodos en los servicios públicos de salud.
- Decidir un embarazo ahora o después (o nunca), es una cuestión personal, de acuerdo con tus circunstancias de vida presentes. Si decides que sí deseas tener hijos/as, también puedes elegir cuándo y con quién, eso es parte de ejercer una maternidad y paternidad responsables ahora o en el futuro. Es importante fortalecer nuestras habilidades para la prevención y la planificación del embarazo, así como conocer sobre su interrupción legal como una opción.

- La sección conozco y ejerzo mis derechos sexuales apoya que las y los jóvenes se vayan apropiando del discurso de los derechos sexuales. En esta sesión se trató sólo un derecho del eje tres de la cartilla de derechos sexuales de adolescentes y jóvenes.
- Es conveniente hacer énfasis en que lo revisen, si el tiempo en la sesión no alcanza, ya que es un elemento importante para reforzar la conciencia de ciudadanía sexual en el estudiantado, para que se respete su derecho a la libertad reproductiva.

Cierre de eje temático

Duración:

De 4 a 10 min.

- a) El/la docente hace énfasis en algunas ideas clave revisadas en las dos sesiones del eje temático.
 - Para vivir nuestra sexualidad de manera sana, placentera y responsable, es fundamental reconocer nuestra imagen corporal en sentido positivo.
 - Para fortalecer el autocuidado y prevención ITS/VIH como acción y compromiso, personal y colectivo, es importante no perder la conciencia de riesgo; más que una cuestión de temor, verla como una responsabilidad y una manera de vivir la sexualidad de forma más placentera.
 - Distinguimos a la salud sexual de la salud reproductiva, y profundizamos en lo que implica la corresponsabilidad en la salud sexual, la existencia de los servicios amigables y lo que me corresponde exigir a diversos actores sociales como joven que ejerce sus derechos sexuales.
 - La decisión de tener o no tener hijas/os, es un derecho que está relacionado con el proyecto de vida de cada persona.
 - Es fundamental aprender a apropiarnos de la metodología antifecundativa, lo cual involucra conocimientos, actitudes, y habilidades socioemocionales, así como disponibilidad de los métodos en los servicios públicos de salud.
- b) Se explica la instrucción que viene en el manual del/la estudiante para que continúen la elaboración de la carta del futuro.
 - Se les motiva a que antes de retomar la carta vean y analicen el video Maternidad y paternidad responsable en la adolescencia.
 - Es muy importante recordarles que este ejercicio se continuará realizando a lo largo de todo el taller, al final de cada eje temático en la sesión 7, para ser finalizado en la última sesión.
 - Es necesario que conserven y/o recuperen todas las partes que han ido escribiendo, para integrar un documento final que les será de utilidad para proyectos a futuro.



- Motívalos para que se apropien del ejercicio y lo hagan con honestidad, con entusiasmo y sentido crítico, ya que será su decisión compartir o no el documento, pero es fundamental realizarlo con amor propio, sentido crítico y corresponsabilidad.

Ampliando la mirada

- Esta sección se encuentra en el manual de los estudiantes para trabajar en casa.
- En esta sesión se plantean cinco actividades adicionales, es importante que el/la docente considere cuál o cuáles se asignarán, de acuerdo con las condiciones del grupo, como compromiso del taller, para asegurar que se haga una revisión o retroalimentación de éstas.
- El resto de las actividades serán realizadas a elección de cada estudiante. Es importante motivarles a que aprovechen la oportunidad de ampliar y profundizar en el tema a partir de éstas.

Para la difusión educativa

- Esta sección se encuentra en el manual del/la estudiante y sugiere la intersección de las actividades de la Guía y las Infografías relacionadas con esta sesión.

Guía de actividades complementarias en el plantel y la comunidad.	Infografías de divulgación científica sobre sexualidad.
Actividad 13. Feria de la salud sexual y de la salud reproductiva.	No aplica.
Actividad 14. Maratón sobre métodos anti fecundativos.	

Sesión 7. Exigimos educación integral de la sexualidad	
Objetivo	El estudiantado participante reconoce que la Educación Integral de la Sexualidad (EIS) es un derecho y ejercicio de ciudadanía sexual.
Introducción	<ul style="list-style-type: none"> • Con esta sesión se aborda el cuarto eje temático sobre la Educación Integral de la Sexualidad. • La educación integral de la sexualidad es un derecho de las y los jóvenes, y el Estado está obligado a garantizarlo a través de sus instituciones, principalmente la escuela y los centros de salud. • La educación sexual que imparta el Estado debe ser científica y laica, y basarse en las necesidades e inquietudes de las y los jóvenes, para contribuir en su desarrollo humano y bienestar físico, mental y social. • Se pretende que las y los jóvenes se habiliten en la toma de decisiones con responsabilidad cívica y ética para integrar la sexualidad a su proyecto de vida.
Duración total sugerida	de 60 a 120 minutos.
¿Tienes dudas sobre el contenido?	<ul style="list-style-type: none"> • "Orientaciones técnicas internacionales sobre educación en sexualidad: enfoque basado en evidencia" (UNESCO, 2018, páginas 87-89) https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000265335 • México necesita empoderar a sus jóvenes https://www.dgcs.unam.mx/boletín/bdboletín/2014_389.html • Apuesta por el empoderamiento adolescente: https://www.crim.unam.mx/web/sites/default/files/Muestra_Apuesta%20por%20el%20empoderamiento.pdf • https://www.youtube.com/watch?v=NHBuEUqbxMc: Mitos y realidades sobre la educación integral en sexualidad • https://www.youtube.com/watch?v=AfxsoD8slvc: ¿Por qué la EIS tiene que considerar el enfoque de derechos?



Sesión 7. Exigimos educación integral de la sexualidad

Actividad 1. Línea de vida de mi educación sexual

Duración:

De 25 a 50 min.

Propósito:

Analizar la reproducción humana como un derecho.

Materiales:

- PPT sesión 7.
- Computadora, cañón proyector y bocinas.
- Resultados valoración inicial del eje 4 elaborado por el/la docente.
- ¿Por qué es importante la educación integral en sexualidad? de UNESCO 2018 <https://es.unesco.org/news/que-es-importante-educacion-integral-sexualidad>.

Paso a Paso:

- a) El/la docente da la bienvenida a la sesión 7 comentando la sección "Para abrir la sesión" del manual del/la estudiante, e inicia presentando los resultados del grupo en el cuarto eje temático sobre educación integral de la sexualidad y compartiendo una breve reflexión de cada uno de ellos.
 - Es conveniente que prepares una PPT con los resultados para explicar brevemente las razones por las que la respuesta correcta es falso o verdadero en cada caso, sin profundizar mucho, ya que eso se hará durante la sesión.
 - Hacer énfasis cada que sea posible, y sobre todo en los temas que generan controversia, que en la sexualidad hay aspectos biológicos, pero que hay otros de tipo social, cultura y psicológico, que hace que las personas tengan diversas opiniones, y que todas ellas pueden ser escuchadas. La tarea del docente es redirigir las participaciones para generar espacios de reflexión y diálogo, cuidando que estás opiniones no atenten contra la dignidad de nadie. Al final este componente pretende proporcionar información para que las y los estudiantes visualicen alternativas para vivir su sexualidad; la posición, opinión o decisión final, es personal.
- b) Posteriormente, se integran cuatro equipos. Cada equipo prepara y presenta espontáneamente un sociodrama breve sobre cómo se accede a la información en sexualidad, en casa y la escuela,

a lo largo de cuatro periodos: Preescolar, primaria, secundaria y bachillerato, para trazar la línea de vida de la educación sexual de dos personajes ficticios "Juan y Rosa".

- Un sociodrama es la representación dramatizada de un problema concerniente a los miembros del grupo, con el fin de obtener una vivencia más exacta de la situación y encontrar una solución adecuada.
 - Motivar a los equipos para que usen su creatividad, y que armen el sociodrama con base en sus experiencias vividas en la época que les toca representar.
 - Solo tendrán un corto tiempo para prepararlo (5-10 minutos), así que es importante que, para focalizar la actividad, se auxilien del formato que aparece en el manual del/la estudiante para este propósito.
 - Se invita a que, en los diálogos del sociodrama, incluyan información que hayan recibido o escuchado en la etapa que les toque representar, para hacerlo más realista.
 - Pueden improvisar utilería de lo que tengan a la mano en el espacio donde se desarrolla el taller.
 - Los nombres de los personajes centrales (Juan y Rosa) pueden cambiarse a elección del docente o el grupo, pero deben ser los mismos en los cuatro equipos, para que, cuando se presenten los sociodramas en forma cronológica, se pueda observar cómo ha sido la información en sexualidad recibida en el transcurso de la vida de estos personajes ficticios.
- c) Después de las representaciones, compartir en grupo y reflexionar de la información que hemos tenido a lo largo de la vida, qué ha sido acertado, qué nos ha faltado, qué necesitamos para el presente y el futuro.
- Solicitar que pongan atención al tipo de información en sexualidad que recibieron en cada época (si fueron mitos, estereotipos, ideas incompletas, mentiras, o información completa y veraz) y las maneras en que les fue transmitida (si fue con vergüenza, provocando culpa, con castigos, violencia o abierta, con confianza provocando seguridad).
 - Hacer una reflexión breve sobre las consecuencias de haber recibido información sobre sexualidad, la forma en que la recibieron, y cómo ello ha impactado o puede impactar en la toma de decisiones con respecto al ejercicio de su sexualidad en el tiempo presente.
 - Es importante reconocer que debido a que no hay una única forma de brindar EIS en los hogares, la escuela es el mejor espacio para recibirla, pues es aquel que puede asegurar que todos y todas puedan recibirla con la misma calidad, cantidad y sin discriminación.



Actividad 2. La EIS como instrumento de poder

Duración:

De 34 a 60 min.

Propósito:

Establecer la EIS para tomar decisiones en un marco de corresponsabilidad cívica y ética.

Materiales:

- PPT sesión 7.
- Computadora, cañón proyector y bocinas.
- Video Ser joven: la educación integral en la sexualidad. UNESCO <https://www.youtube.com/watch?v=k3QfxGfRaUE>.

Paso a Paso:

- a) Se prepara la actividad dividiendo al grupo en 2 o 3 equipos. Consideren que vamos a imaginar que las y los estudiantes brindarán una plática a estudiantes, docentes, padres y madres de familia. El objetivo es que las y los estudiantes se sientan empoderados para conocer los argumentos y contraargumentos para defender la EIS como un derecho humano y un derecho sexual. Si es posible, es conveniente iniciar su preparación desde la sesión 6.
 - En este contexto, el empoderamiento es “el proceso que incrementa las posibilidades de que una persona pueda decidir y actuar de forma consecuente sobre todo aquello que afecta a su propia vida, participar en la toma de decisiones e intervenir de forma responsable en lo que afecta a la colectividad de la forma que parte” (Soler Maso, 2017).
 - Las y los estudiantes, deberán preparar el juego de roles o dramatización del diálogo con padres y madres de familia. Puede ser un contexto escolar, o de servicios de salud, o intercambio comunitario/vecinal, etc.
 - La idea es que un grupo de estudiantes se apropien del discurso y argumentos en pro de la EIS dirigida a jóvenes y otro grupo funjan como las madres y padres de familia y/o personas adultas que manifiestan dudas y mitos sobre esta EIS.
 - Para ello, los estudiantes pueden revisar la tabla que se muestra en su manual. Información adaptada de UNESCO (2018). Orientaciones técnicas internacionales sobre educación en sexualidad: Un enfoque basado en evidencia. Edición revisada. Recuperado en <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000265335>.

Haz hincapié en que al presentarse:

- Respetar los tiempos de participación.
 - Poner atención a la presentación de todos los equipos.
 - Centrarse en los argumentos.
- b) Se presentan los equipos frente a grupo y las y los compañeros que observan, toman nota de sus impresiones para dar a conocer si se argumentó en favor de la EIS desde un enfoque de DH y con perspectiva de género.
- c) Después de las presentaciones, el/la docente pregunta al resto del grupo cuáles son los argumentos que convencieron más y por qué y en general, cuáles son sugerencias para que como jóvenes defiendan su derecho a recibir EIS.
- Es importante que las y los jóvenes reconozcan que la EIS se basa en argumentos consistentes, y es importante tener una mirada crítica para generar conocimientos sólidos.
 - Si los argumentos que más convencieron son los que están en contra, conviene que el/la docente complemente lo referido en las presentaciones, para fortalecer los argumentos a favor de la EIS.
- d) El docente invita al grupo a observar el video de la UNESCO: Ser joven; La Educación Integral en Sexualidad, y posteriormente guía un diálogo colectivo con sus estudiantes sobre las inquietudes que de éste deriven, vinculándolo con la actividad.
- Como parte del fortalecimiento de las HSE del estudiantado, es conveniente hacer la invitación a poner atención en sus pensamientos y emociones durante la proyección del video.
 - Posteriormente, el/la docente pregunta al grupo, qué fue lo que les pareció más significativo y se hace un breve diálogo sobre los contenidos del video y su vinculación con el debate y con el taller.
 - Es importante reflexionar las implicaciones de asumir la EIS como un derecho para convertirse en protagonistas de ésta y exigirla, y cómo esto se vincula al fortalecimiento de la HSE "Conciencia social" y "Toma responsable de decisiones".
 - Enfocar el sentido de la EIS para tomar decisiones conscientes y en pro de nuestro bienestar en un marco de corresponsabilidad cívica y ética.
 - Es importante que las y los jóvenes puedan reconocer que la EIS es un instrumento de poder para la buena salud, ser felices y desarrollar su potencial como personas en todos los ámbitos de su vida.



Cierre de la sesión 7

Duración:

De 4 a 10 min.

- a) El/la docente hace énfasis en los elementos clave de las secciones **“Reconozco y ejerzo mis derechos sexuales”**, y **“Recapitulo e integro”** para posteriormente solicitar la reflexión final para completar al menos una de las frases de la sección **“Cierre de la sesión”** del manual del estudiante.

Reconozco y ejerzo mis derechos sexuales

- La sesión de hoy se vincula con cuatro derechos de la cartilla:
 - 10. Derecho a la información actualizada, veraz, completa, científica y laica sobre sexualidad.
 - 11. Derecho a la educación integral en sexualidad
- Recordar a las y los jóvenes que, en la cartilla, la forma en que está estructurado cada derecho incluye tres partes:
 - Contexto del tema.
 - El derecho expresado en primera persona.
 - Las responsabilidades de la sociedad y/o el Estado para que se garantice el derecho.

Recapitulo e integro

- El día de hoy, a través de los sociodramas, creamos la línea de vida de la educación sexual, desde el preescolar hasta el bachillerato, de dos personajes ficticios (Juan y Rosa) para confrontar las formas en que accedimos a la información sobre sexualidad en nuestra propia vida, y cómo ello impacta o puede impactar en la toma de nuestras decisiones.
- Aprendimos a expresar, argumentar y comprender información, poniendo atención en la autorregulación emocional y fortaleciendo el pensamiento crítico para expresar y defender argumentos consistentes sobre EIS.
- Reconocimos que para las y los jóvenes la EIS es un “instrumento de poder” que nos sirve para tomar decisiones conscientes y sanas para vivir sin miedo y con menos confusiones, y desarrollar nuestro potencial como personas y como sociedad.

- Reflexionamos que, al reconocerla y vivirla como un derecho, nos convertimos en protagonistas de la EIS y podemos exigirla en las instituciones del Estado (escuela, centros de salud) para que se nos la proporcione con calidad.
- La sección conozco y ejerzo mis derechos sexuales apoya que las y los jóvenes se vayan apropiando del discurso de los derechos sexuales. En esta sesión se tratan los dos derechos del eje 4 de la cartilla de derechos sexuales de adolescentes y jóvenes.
- Es conveniente hacer énfasis en que los revisen si el tiempo en la sesión no alcanza, ya que es un elemento importante para reforzar la conciencia de ciudadanía sexual en el estudiantado, para asumirse sujetos de EIS y exigirla al Estado y a la sociedad.
- Si hay suficiente tiempo, es conveniente motivarles a compartir lo que escribieron en los recuadros del cierre de la sesión, ya que ayuda a darse cuenta de lo que en grupo se ha construido o deconstruido sobre su mirada de la sexualidad.

Cierre de eje temático

Duración:

De 4 a 10 min.

- b) Se explica la instrucción que viene en el manual del/la estudiante para que continúen la elaboración de la carta del futuro.
 - Es muy importante recordarles que para la siguiente sesión es necesario traer todos los avances que hayan redactado de la "carta del futuro", para concluirla durante ese espacio.
 - El/la docente motiva a sus estudiantes para que se apropien del ejercicio y lo hagan con honestidad, con entusiasmo y sentido crítico, ya que será su decisión compartir o no el documento, pero que es fundamental realizarlo con amor propio, sentido crítico y corresponsabilidad.

Ampliando la mirada

- Esta sección se encuentra en el manual de los estudiantes para trabajar en casa.
- En esta sesión se plantean dos actividades adicionales para que el alumnado pueda fortalecer el pensamiento crítico y la toma responsable de decisiones. Es importante que el/la docente considere cuál o cuáles se asignarán, de acuerdo con las condiciones del grupo, como compromiso del taller, para asegurar que se haga una revisión o retroalimentación de éstas.



Para la difusión educativa

- Esta sección se encuentra en el manual del/la estudiante y sugiere la intersección de las actividades de la Guía y las Infografías relacionadas con esta sesión.

Guía de actividades complementarias en el plantel y la comunidad.	Infografías de divulgación científica sobre sexualidad.
Actividad 15. Banco de materiales educativos para impulsar la EIS.	5. Mitos y realidades de la educación integral en sexualidad.
Actividad 16. Encuesta crítica sobre EIS en la escuela.	
Actividad 17. Periódico mural sobre la educación sexual en el pasado y en el futuro.	



Sesión 8. Hagamos realidad nuestros derechos sexuales

<p>Objetivo</p>	<p>El estudiantado participante podrá gestionar espacios de participación para involucrarse en la promoción de los derechos sexuales como ejercicio de cierre del taller.</p>
<p>Introducción</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Con esta sesión se aborda el quinto eje temático sobre la ciudadanía sexual y se concluye el taller. • La noción de ciudadanía sexual surge a partir de que la sexualidad es vista como un asunto de derechos humanos y se reconocen los derechos sexuales. • Definir los derechos sexuales como derechos humanos, implica la afirmación de los derechos sociales (trabajo, salud, vivienda, etc.) y el cuestionamiento del actual orden económico (distribución desigual de la riqueza), social (desprotección y desmantelamiento de los derechos fundamentales), y cultural (jerarquías y asimetrías de género y el no reconocimiento a las diversidades). • El placer no es un bien suntuario, es una necesidad y un derecho humano fundamental, pero no es posible vivirlo en condiciones de miseria, explotación y violencia (Amuchástegui, 2001). • La ciudadanía sexual implica el reconocimiento y ejercicio de los derechos sexuales en lo cotidiano, como parte del proyecto de vida de las personas, que se asumen como sujetos de derechos. • La ciudadanía sexual también involucra aspectos colectivos, comunitarios y de conciencia social, para la exigencia y la promoción de los derechos sexuales. • La lucha por los derechos sexuales implica transformaciones profundas en la sociedad para, desmontar las jerarquías de género, dar voz a las diversidades y exigir la construcción de condiciones dignas de vida para todas las personas. • Desde esta perspectiva, la educación integral de la sexualidad se convierte en educación para la ciudadanía, para el ejercicio pleno de nuestra sexualidad y para realizar acciones colectivas para construir juntos y juntas una sociedad más justa y equitativa.
<p>Duración total sugerida</p>	<p>de 60 a 120 minutos.</p>
<p>¿Tienes dudas sobre el contenido?</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Ciudadanía sexual: un aporte al disfrute de una sexualidad sana y responsable. https://revistas.idep.edu.co/index.php/mau/article/view/1741/1711 • Género-Interseccionalidad. https://www.youtube.com/watch?v=4ZSctqFAoDQ • Vídeo resumen del taller: https://www.youtube.com/watch?v=KUse7p9g_8Q • https://www.youtube.com/watch?v=fiL5sgJJSuk. El rol del docente / tutor, estudiantes y padres / madres de familia.



Sesión 8. Hagamos realidad nuestros derechos sexuales

Actividad 1. Proyecto de vida y ciudadanía sexual

Duración:

De 25 a 50 min.

Propósito:

Vincular de manera crítica la sexualidad con el proyecto de vida de las y los jóvenes.

Materiales:

- PPT sesión 8.
- Computadora, cañón proyector
- Resultados valoración inicial del eje 5 elaborado por el/la docente.
- Formato de proyecto de vida.

Paso a Paso:

- a) El/la docente da la bienvenida a la sesión 8 comentando la sección **"Para abrir la sesión"** del manual del/la estudiante, e inicia presentando los resultados del grupo en ese eje temático y compartiendo una breve reflexión de cada uno de ellos.
 - Es conveniente que el/la docente prepare una PPT con los resultados para explicar brevemente las razones por las que la respuesta correcta es falso o verdadero en cada caso, sin profundizar mucho, ya que eso se hará durante la sesión.
 - Si se considera pertinente, es importante hacer énfasis, sobre todo en los temas que generan controversia, que en la sexualidad hay aspectos biológicos, pero que hay otros de tipo social, cultura y psicológico, que hace que las personas tengan diversas opiniones, y que todas ellas pueden ser escuchadas. La tarea del docente es redirigir las participaciones para generar espacios de reflexión y diálogo, cuidando que estas opiniones no atenten contra la dignidad de nadie. Al final este componente pretende proporcionar información para que las y los estudiantes visualicen alternativas para vivir su sexualidad; la posición, opinión o decisión final, es personal.
- b) Se explica la instrucción que viene en el manual del/la estudiante para que concluyan la elaboración de la carta del futuro.
 - Se concluye la carta...

- Haces una lectura de los cuatro apartados que ya escribiste para ponerte en contexto.
 - Escribes cómo es que te diste cuenta de que podías mirar que la sexualidad es algo positivo y que es cuestión de derechos humanos.
 - Los pasos que has dado para reconocer y ejercer tus derechos sexuales y para exigirlos y promoverlos.
 - Cierras tu carta con un mensaje de solidaridad, empatía y respeto hacía ti y hacía quienes te rodean.
 - Conviene hacer énfasis en que hagan una recapitulación de la construcción de esta carta para señalar que a lo largo del taller han ido construyendo "una visión de su yo futuro", parte fundamental de la creación de un proyecto de vida.
- c) El/la docente orienta a las y los jóvenes para que inicien el llenado del formato "Mi sexualidad en mi proyecto de vida" que aparece en el manual del/la estudiante.
- Entre estudiantes comparten sobre cómo la sexualidad es un componente fundamental del proyecto de vida, como persona, como ciudadana/o.
 - Procura sensibilizarles de continuar con su proyecto independientemente de las circunstancias que se puedan presentar, siempre hay posibilidad de replantear su proyecto para continuar con una vida plena y de la que se sientan bien.
 - Le explica que para alcanzar lo que escribieron en la carta se tienen que ir cubriendo metas a lo largo de los años, es un proceso que requiere "pasos pequeños" compuestos de metas a corto y mediano plazo. De igual manera, requiere identificar aspectos que pueden presentarse y que podrían significar obstáculos, para que visualicen de qué manera los pueden superar. Alcanzar sus metas y proyecto de vida, requiere de la HSE de perseverancia.
 - En este proceso, del planteamiento de un proyecto de vida, con frecuencia las y los estudiantes pueden identificar algunos obstáculos que no pueden "controlar", relacionados con su contexto social, familiar e incluso económico. Algunas de las formas en las que "lo externo" puede dificultar el alcance de metas, está relacionado con el género, pero no solo con el hecho de ser hombres o mujeres, sino que además se "interseccionan" otras variables como la edad, el color de piel, el nivel educativo, etc. En este sentido, es pertinente que las y los estudiantes identifiquen el concepto de interseccionalidad, y cómo éste puede ser de utilidad para la superación de obstáculos, pues al identificarse los aspectos que se pueden controlar y los que no, las y los jóvenes podrán empoderarse de sí mismos y de la exigencia y promoción de sus derechos en general, y de sus derechos sexuales en lo particular.



Actividad 2. ¿Cómo reconozco y ejerzo mis derechos sexuales?: Evaluación final del taller

Duración:

De 15 a 30 min.

Propósito:

Recapitular el taller para reflexionar que la ciudadanía sexual comienza por reconocer y ejercer los derechos sexuales.

Materiales:

- PPT sesión 8.
- Computadora, cañón proyector.
- Formato de valoración final (el mismo que la valoración inicial).
- Cuadro de expectativas preparado por el docente (retomado de las expectativas expresadas en la primera sesión).
- Papeletas adhesivas u hojas de reciclaje con cinta adhesiva.
- Cuestionario de satisfacción del taller ([Anexo 2](#)).

Paso a Paso:

- a) Cada estudiante responde de manera individual y anónima la valoración final (que es la misma que la inicial) y lo entrega a su docente para su sistematización.
 - Puede ser impreso, proyectarlo o leerlo en voz alta, mientras los alumnos registran sus respuestas en una hoja en blanco.
 - Para sistematizar los resultados de manera rápida, sencilla y con apoyo del grupo, una vez que se tienen las hojas con los resultados se revuelven y se reparten aleatoriamente (por ello es importante que las hojas no tengan nombre). A continuación, se solicita que levanten la mano quienes, en la hoja anónima con respuestas que les acaban de entregar, tienen respuesta "Verdadero" para la primera pregunta. Se cuenta el número de respuestas V y el/la docente lo registra en el formato de sistematización de la valoración inicial que aparece en el anexo A. Posteriormente se cuenta el número de respuestas F y se registra. Este procedimiento se repite con cada una de las 20 preguntas del instrumento de valoración final.
 - Siéntase con la libertad de idear otra forma rápida de sistematizar las respuestas de su grupo, de tal manera que al final usted logre identificar aquellos temas como necesidades de información.

b) El docente recapitula brevemente el taller con algunas notas de las sesiones anteriores.

- Se cuestiona al grupo si se alcanzaron las expectativas planteadas al inicio, qué tanto se modificaron las respuestas iniciales y qué HSE desarrollaron para avanzar en el conocimiento y ejercicio de los derechos sexuales. Se toma nota de los comentarios.
- Si el tiempo lo permite puede hacerse el muro de los consejos que trata de que las y los estudiantes coloquen en la pared, pizarrón, papel bond, una serie de papeletas adhesivas u hojas de reciclaje con cinta adhesiva donde coloquen algún consejo para los próximos estudiantes que tomarán en taller, para que lo aprovechen, cuestionen, temas para abordar. O bien, realizar un muro de aprendizajes donde plasmen en una idea el aprendizaje más significativo que obtuvieron con el taller.

c) El/la docente guía una ronda final de reflexión sobre la EIS como un compromiso permanente personal y colectivo.

- El taller fue sólo un detonador de procesos de conciencia y sensibilización.
- Es importante hacernos responsables de procurar, generar y mantenernos en proceso de EIS en nuestra propia vida.
- Si nos comprometemos con nuestra comunidad, podemos continuarlo con las actividades de difusión educativa (Guía e infografías), a través de ellas vamos a seguir aprendiendo, desarrollando habilidades y colaborando para que otras personas aprendan, cuestionen y mejoren su calidad de vida.
- Se finaliza con la reflexión de cómo es que la lucha por los derechos sexuales es la lucha por la ciudadanía sexual.
- Se acuerda sesiones de seguimiento para organizar y realizar las actividades de la guía con el resto de la comunidad escolar.



Cierre de la sesión 8

Duración:

De 4 a 10 min.

- a) El/la docente hace énfasis en los elementos clave de las secciones **“Reconozco y ejerzo mis derechos sexuales”**, y **“Recapitulo e integro”** para posteriormente solicitar la reflexión final para completar al menos una de las frases de la sección **“Cierre de la sesión”** del manual del estudiante.
- b) Finalmente le solicita al grupo, responder el cuestionario de satisfacción del taller, ubicado en el Anexo 2 de este manual, con el fin de tener una retroalimentación para la implementación de talleres subsecuentes.

Reconozco y ejerzo mis derechos sexuales

- En la sesión de hoy se vincula un derecho de la cartilla:
- 14. Derecho a la participación en las políticas públicas sobre sexualidad y reproducción
- Recordar a las y los jóvenes que, en la cartilla, la forma en que está estructurado cada derecho incluye tres partes:
 - Contexto del tema.
 - El derecho expresado en primera persona.
 - Las responsabilidades de la sociedad y/o el Estado para que se garantice el derecho.

Recapitulo e integro

- Al concluir la carta del futuro pudimos observar que la sexualidad es un componente fundamental para nuestro proyecto de vida, ya que se relaciona con nuestros gustos, intereses, afectos, la familia, la salud, etc.
- También nos percatamos de la importancia de tener una visión de futuro para imaginar cómo queremos que sea nuestra vida, sobre todo al considerar el ejercicio de nuestra sexualidad como algo positivo y viéndonos a nosotros/as mismos/as como sujetos de derechos, ya que con ello podemos complementar nuestro proyecto de manera más integral.
- Evaluamos el taller y observamos los avances que, como grupo, con el acompañamiento de nuestra/o docente, logramos en estas ocho sesiones del taller para reconocer y ejercer nuestros derechos sexuales.

- Necesitamos seguir aprendiendo, y la mejor forma es a través de la acción consciente y comprometida. Sabemos que las HSE también nos apoyan para el ejercicio pleno de nuestra sexualidad y para realizar acciones colectivas para construir juntos y juntas una sociedad más justa y equitativa.
- Queremos seguir profundizando, ampliando y diversificando los temas revisados con fuentes confiables y métodos amigables, para fortalecer el ejercicio de una sexualidad placentera, responsable y plena.

Acordaremos el seguimiento del taller con acciones de exigencia y promoción de los derechos sexuales al resto de la comunidad escolar.

- La sección conozco y ejerzo mis derechos sexuales apoya que las y los jóvenes se vayan apropiando del discurso de los derechos sexuales. En esta sesión de un derecho del eje 5 de la cartilla de derechos sexuales de adolescentes y jóvenes.

Ampliando la mirada

- En esta sesión se plantean tres actividades adicionales para fortalecer su proyecto de vida y la perseverancia para el cumplimiento de metas. Es importante motivarles a que aprovechen la oportunidad de ampliar y profundizar en el tema a partir de éstas.
- Esta sección se encuentra en el manual de los estudiantes para trabajar en casa.
- El resto de las actividades serán realizadas a elección de cada estudiante. Es importante motivarles a que aprovechen la oportunidad de ampliar y profundizar en el tema a partir de éstas.

Para la difusión educativa

- Esta sección se encuentra también en el manual del/la estudiante y sugiere la intersección de las actividades de la Guía y las Infografías relacionadas con esta sesión.

Guía de actividades complementarias en el plantel y la comunidad.	Infografías de divulgación científica sobre sexualidad.
Actividad 18. Debate entre personas expertas en participación ciudadana y estudiantes: Espacios y mecanismos de participación juvenil en sexualidad y género.	No aplica.
Actividad 19. Difusión educativa de la Cartilla de Derechos Sexuales.	



Actividad 20. Asamblea escolar para compartir resultados de implementación de los materiales (Taller, Guía e infografías) del componente EISyG del programa Construye T.



4. Anexos

Anexo 1. Instrumento de valoración inicial y final

Apreciable docente, conducir esta experiencia formativa en sexualidad que vas a iniciar, requiere un encuentro dialógico, empático y asertivo con tus estudiantes, para lograrlo, conviene que te des la oportunidad de hacer una reflexión personal sobre la propia construcción y ejercicio de la sexualidad y el género.

Por ello, es conveniente que te des oportunidad para tener un diálogo personal y recordar: ¿A qué edad comencé a tener dudas sobre la sexualidad? ¿Con quién o en dónde resolví esas dudas? ¿Aun las tengo? Cuando tenía la edad de mis estudiantes, ¿qué me hubiera gustado saber? ¿Cómo entendí temas tan complejos como la elección de pareja, la salud sexual y la decisión de tener o no tener hijos? ¿Aún tengo dudas sobre ello? ¿De qué temas me gusta hablar, de cuáles no, en dónde lo hablo, y con quién? ¿Expongo mis dudas, investigo o me censuro cuando se trata de temas relacionados con la sexualidad?

Responderte estas cuestiones te ayudará a sintonizarte mejor con tus estudiantes y ser más comprensivo sobre los procesos personales por los que transitan sus dudas o inquietudes sobre sexualidad.

También es importante que reflexiones sobre lo que has observado en tu interacción con las personas a tu alrededor: ¿Tienes o has tenido amigos, familiares, conocidos que vivan otra identidad de género distinta a la que nos

han enseñado como "única" o socialmente aceptada (heterosexual)? ¿Qué retos o barreras identificas en su historia de vida? ¿qué necesidades sociales observas en ello, para que tuvieran mejores experiencias de vida? ¿Conoces a alguna mujer que haya sido violentada por su pareja o expareja? ¿Alguna que no la hayan atendido bien en los servicios de salud al parir? ¿o a alguna que no pudo regresar a estudiar siendo joven debido a un embarazo no planeado? ¿cómo está situación ha afectado su vida? ¿Qué necesidades sociales observas en ello, para prevenir esta situación y/o atender a aquellas que han visto mermado su desarrollo a causa de la violencia y discriminación por el hecho de ser mujeres?

Como te darás cuenta, debido a que nos hemos construido socialmente y las experiencias que hemos tenido por los cuerpos e identidades que hemos asumido, todas las personas tenemos sesgos, prejuicios y estereotipos relacionados con la sexualidad que nos han limitado hablar de ello, aprender, preguntar, vivir, experimentar la sexualidad, que va más allá de tener relaciones sexuales.

La escuela, es un espacio seguro e ideal, para hablar sobre la sexualidad, para involucrarnos en un proceso de enseñanza-aprendizaje cuyo objetivo principal es educar para la vida, en todos los ámbitos y a todas las personas jóvenes. Es importante considerar que, en estos procesos, como docente, formas parte activa del aprendizaje, y éste es significativo cuando



funges como un modelo positivo para mirar la sexualidad como un asunto de derechos.

El siguiente ejercicio tiene como objetivo descubrir qué piensas sobre la sexualidad, qué actitudes tienes sobre ello, e identificar áreas de oportunidad para poder acompañar a las y los jóvenes en este proceso. Posteriormente, este será el cuestionario que puedas compartir con las y los estudiantes para realizar la valoración pre y post del taller.

¿Qué pienso sobre la sexualidad?

Por favor indica con una X si consideras si es verdadero o falso a cada una de las siguientes afirmaciones. No pienses mucho en la respuesta y coloca lo que tú opines. Este instrumento y sus respuestas son anónimas y se usarán para fines estadísticos y de aprendizaje del taller.



Afirmaciones	V	F
1. El autoerotismo/masturbación es parte natural del desarrollo humano.		
2. El VIH/SIDA solo se puede contagiar entre personas con orientación sexual homosexual.		
3. La juventud no conoce nada sobre el amor.		
4. Los temas de sexualidad forman parte de la privacidad de las personas y no deberían discutirse con otras personas o en los espacios públicos.		
5. Cuando un hombre se retira el condón durante las relaciones sexuales con penetración está ejerciendo violencia sexual.		
6. El uso de métodos anticonceptivos hormonales (por ejemplo, pastillas) o de barrera (condón) para evitar el embarazo es responsabilidad de la mujer.		
7. Una mujer alcanza el éxito en su vida cuando es madre.		
8. Un hombre, a diferencia de una mujer, necesita varias parejas sexuales.		
9. El VIH/SIDA y otras enfermedades de transmisión sexual pueden evitarse si se usa preservativo (condón) durante toda la relación sexual con penetración oral, vaginal y/o anal.		
10. Si las personas se bañan después de tener relaciones sexuales se previene la posibilidad de contagio de infecciones de transmisión sexual.		
11. Las mujeres deben consultar con su pareja el uso de antifecundativos (llamados también) anticonceptivos que prevengan el embarazo o una infección de transmisión sexual		
12. Una mujer en estado de ebriedad o bajo el influjo de drogas puede decidir si quiere tener relaciones sexuales.		
13. A toda persona que decide tener relaciones sexuales se le debería dar información sobre uso de anticonceptivos y prevención de ITS.		
14. Son las madres quienes deben brindar información sobre sexualidad a las hijas y los padres a los hijos.		
15. La educación sexual en las escuelas fomenta el inicio de las relaciones sexuales a temprana edad.		
16. La modernidad y los medios de comunicación han provocado que haya más personas lesbianas, gay, bisexual, transgénero, transexual, travesti, queer.		
17. El acto sexual sólo debe ocurrir entre personas que están casadas.		
18. Tener relaciones sexuales tiene como función la reproducción/procreación de hijos (as).		
19. El aborto legal debería respetarse como un derecho humano con el que cuentan todas las mujeres.		
20. Actualmente, las mujeres ya han alcanzado todos sus derechos.		



A continuación, se presentan los resultados esperados de la valoración inicial, sobre algunos mitos y realidades sobre la sexualidad y el género. Con ellos podrás guiar las

reflexiones y los aprendizajes a lo largo de las sesiones del taller, para desmitificar lo que sea necesario para vivir la sexualidad desde un enfoque positivo y de Derechos Humanos.

Resultados de la Valoración inicial		V	F
Eje temático 1. Libertad de conciencia, placer y autonomía del cuerpo			
1. El autoerotismo/masturbación es parte natural del desarrollo humano		X (%)	(%)
El autoerotismo/masturbación es propio del desarrollo humano de mujeres y hombres en cualquier etapa de su vida, es la búsqueda personal de sensaciones placenteras, que posibilitan un encuentro íntimo para el autoconocimiento y autonomía sobre el cuerpo.			
2. El VIH/SIDA solo se puede contagiar entre personas con orientación sexual homosexual		(%)	X (%)
Este mito surgió en los 80's, erróneamente se asoció el VIH/SIDA con la homosexualidad, por la falta de reconocimiento y respeto a la diversidad sexual. Lo cierto es que el VIH/SIDA se puede adquirir si no se utilizan métodos de barrera (condón masculino, femenino, cuadros y guantes de látex, dedales) en cualquier relación sexual en donde haya penetración y/o intercambio de fluidos, independientemente de la orientación sexual.			
3. La juventud no conoce nada sobre el amor		(%)	X (%)
Este mito parte de una mirada adultista, se centra en que el amor solo se puede dar entre personas adultas que buscan una relación estable y centrada en el compromiso, esta perspectiva cuestiona las formas en que las y los jóvenes establecen sus relaciones de pareja sexo afectiva. Es importante reconocer los intereses, las inquietudes, las voces y las propuestas de las personas jóvenes sobre la amistad y el amor, y apoyarles para que sus relaciones sean constructivas, equitativas y sin violencia.			
4. Los temas de sexualidad forman parte de la privacidad de las personas y no deberían discutirse con otras personas o en los espacios públicos.		(%)	X (%)
Algunos aspectos de la vivencia de la sexualidad pueden ser considerados íntimos o privados por cada persona, este es un derecho que debe respetarse. Es conveniente no asociar lo privado con vergüenza o culpa ya que esto permite que se cometan abusos. Es importante que los temas de sexualidad se puedan hablar de manera libre entre las personas para romper mitos, conocer más sobre ella y discutirlos en los espacios públicos para exigir derechos y servicios.			

Resultados de la Valoración inicial		V	F
Eje temático 2. Equidad, inclusión y noviolencia			
5. Cuando un hombre se retira el condón durante las relaciones sexuales con penetración está ejerciendo violencia sexual		X (%)	(%)
<p>Cuando se establecen acuerdos previos en las relaciones sexuales ambas personas se sienten seguras, escuchadas y respetadas. Es muy importante que haya consenso al tener cualquier práctica sexual. Cuando un hombre rompe el acuerdo y se retira el condón durante las relaciones sexuales con penetración, está ejerciendo violencia sexual porque convierte una práctica segura en una práctica de riesgo, además que atenta contra el derecho de la otra persona a decidir sobre su cuerpo y su cuidado</p>			
6. El uso de métodos anticonceptivos hormonales (por ejemplo, pastillas) o de barrera (condón) para evitar el embarazo es responsabilidad de la mujer		(%)	X (%)
<p>Las mujeres tienen el derecho a decidir sobre su cuerpo, a utilizar diversos métodos anticonceptivos y beneficiarse de los avances científicos y tecnológicos en la materia.</p> <p>Lamentablemente sigue habiendo casos en los que dejan su cuidado en manos de su novio o bien tienen que pedir permiso a su esposo para utilizarlos y hasta pueden ser violentadas en el sector salud al colocarles algún método sin su consentimiento.</p> <p>Sin embargo, creer que las mujeres son responsables exclusivas puede derivar en que se les "culpabilice" y favorecer la "des obligación" de los hombres ante un embarazo inesperado, lo cual es inequitativo.</p> <p>Es necesario tener una mirada más equitativa y corresponsable para un uso más eficaz y consistente del uso de los anticonceptivos.</p>			
7. Una mujer alcanza el éxito en su vida cuando es madre		(%)	X (%)
<p>Este mito se fundamenta en el estereotipo de que las mujeres deben priorizar las actividades del ámbito privado, es decir estar casa y criar hijos y es algo que se ha transmitido de generación en generación. Sin embargo, se trata de una decisión personal y cada mujer tiene derecho a elaborar su proyecto de vida y ubicar el éxito personal a partir de otros factores que pueden o no incluir la maternidad y la crianza.</p> <p>Esta idea se ha construido y reforzado de manera histórica, pero pocas veces se cuestiona y se mira como una decisión personal, el éxito es un planteamiento relativo, cada persona lo asimila de distinta manera y no se tiene que reducir solo a la maternidad.</p>			
8. Un hombre, a diferencia de una mujer, necesita varias parejas sexuales.		(%)	X (%)
<p>Este mito tiene que ver con la idea de que la sexualidad de los hombres es distinta a la de las mujeres, la construcción histórico social dota a los hombres de una sexualidad permitida, donde se concibe que ellos pueden tener varias parejas sexuales, esto se desmitifica cuando comprendemos que el número de compañeros sexuales está más determinado por las normas sociales que por la naturaleza de las personas.</p> <p>El decidir tener varias parejas sexuales no es algo establecido para ningún género, cada persona puede optar de manera informada, libre y responsable, elegir lo que quiere para su vida.</p>			



Resultados de la Valoración inicial		V	F
Eje temático 3. Salud sexual y salud reproductiva			
9. El VIH/SIDA y otras enfermedades de transmisión sexual pueden evitarse si se usa preservativo durante toda la relación sexual con penetración vaginal, oral y/o anal		X (%)	(%)
Aunque es un planteamiento verdadero, es necesario que nos aseguremos que el uso de este método sea adecuado, correcto y consistente (en todas las relaciones sexuales). Para ello se requiere preparación y consciencia permanente sobre el autocuidado y los riesgos posibles de no hacerlo.			
10. Si las personas se bañan después de tener relaciones sexuales se previene la posibilidad de contagio de infecciones de transmisión sexual.		(%)	X (%)
La higiene pre y post relaciones sexuales con penetración o buco genitales es importante, pero para prevenir cualquier ITS es sumamente necesario utilizar método de barrera (condón femenino, masculino, cuadros, dedos, guantes de látex)			
11. Las mujeres deben consultar con su pareja el uso de anticonceptivos que prevengan el embarazo o una infección de transmisión sexual		(%)	X (%)
El diálogo entre la pareja sobre temas de autocuidado y prevención es muy valioso cuando ocurre en términos de reciprocidad y de forma libre. Lo anterior no quiere decir que las decisiones que una mujer tome respecto al uso de métodos de prevención de embarazo y/o ITS's dependan de lo que decida solamente su pareja. A partir de incorporar la visión positiva de sexualidad y el enfoque de derechos es muy importante que se retome el papel de cuidado personal y que entre ambos se establezca una interacción de respeto y corresponsabilidad.			
12. Una mujer en estado de ebriedad o bajo el influjo de drogas puede decidir si quiere tener relaciones sexuales.		(%)	X (%)
Cualquier persona que se encuentre bajo el efecto de alguna sustancia ya sea drogas y/o alcohol ve disminuida su capacidad para decidir de manera consciente y responsable si quiere o no tener relaciones sexuales, además puede no percibir la noción del riesgo y es poco probable que se utilice alguna protección como condón u otra. Lamentablemente, ocurren casos de abuso sexual o violación que no proceden, argumentando que la mujer consintió las relaciones sexuales, estando bajo el influjo de alguna droga, incluido el alcohol. Por ello es recomendable siempre mantener prácticas sexuales sin el influjo de alguna sustancia, para disfrutarlo de manera consciente y responsable.			

Resultados de la Valoración inicial		V	F
Eje temático 4. Educación Integral de la Sexualidad			
13. A toda persona que decide tener relaciones sexuales se le debería dar información sobre uso de anticonceptivos y prevención de ITS		X (%)	(%)
La información se debe brindar a todas las personas aun y cuando no hayan decidido iniciar vida sexual activa, esto implica recibir una información actualizada, pertinente, completa y oportuna que les permita reflexionar críticamente las opciones que tienen y que las puedan utilizar cuando así lo decidan.			
14. Son las madres quienes deben brindar información sobre sexualidad a las hijas y los padres a los hijos.		(%)	X (%)
Si bien muy valioso, que las madres pueden compartir su experiencia como mujeres a sus hijas y los padres hacer lo propio con sus hijos varones, seguir este mito como mandato, limitaría que papás puedan hablar de sexualidad con sus hijas y que mamás platiquen del tema con sus hijos. Madres y padres tienen la responsabilidad y la posibilidad de brindar información confiable sobre sexualidad e ir disipando las dudas que vayan surgiendo en las hijas y los hijos de manera indistinta. En caso de que mamá o papá no se sienta segura/o en algún tema o cómo manejarlo, se recomienda apoyarse entre ambos, o consultar en instancias públicas como el centro de salud o en la escuela.			
15. La educación sexual en las escuelas fomenta el inicio de las relaciones sexuales a temprana edad.		(%)	X (%)
Según investigaciones, los programas eficaces de educación de la sexualidad no aumentan la actividad sexual, de hecho, jóvenes que han recibido EIS a temprana edad tienden a postergar el inicio de la actividad sexual. Se ha comprobado que la EIS tiene efectos positivos en las y los jóvenes, como el mejoramiento de sus conocimientos y sus actitudes hacia la salud sexual y reproductiva (SSR), ya que aumentan el conocimiento acerca de los diferentes aspectos de la sexualidad, el uso y acceso a métodos antifecondativos y a reconocer el riesgo de embarazo o de infección por el VIH y otras ITS.			
16. La modernidad y los medios de comunicación han provocado que haya más personas lesbianas, gay, bisexual, transgénero, transexual, travesti, queer.		(%)	X (%)
En México, a partir de los años de lucha en pro de los derechos sexuales de la comunidad LGBTTI (finales de los 70's e inicios de los 80's) que pretendía contrarrestar las ideas negativas sobre las personas homosexuales y trans; para hacer frente a los prejuicios que las concebían como patológicas, anormales, amorales y perversas. https://www.gob.mx/cultura/articulos/breve-historia-de-la-primera-marcha-lgbtiti-de-mexico Gracias a ello, ahora las personas se han dado la oportunidad de vivir una sexualidad libre y placentera. Que las personas de diversas identidades de género y/u orientaciones sexuales se expresen con mayor libertad, no tiene que ver con una pérdida de valores o respeto, sino que tiene que ver con un mayor reconocimiento de la diversidad y de los derechos universales que pueden ser ejercidos por todas las personas sin importar su sexo, orientación o identidad de género, es decir, con una sociedad más sensibilizada, empática y equitativa.			



Resultados de la Valoración inicial		V	F
Eje temático 5. Ciudadanía sexual			
17. El acto sexual sólo debe ocurrir entre personas que están casadas		X (%)	(%)
<p>Algunas personas consideran que el acto sexual sólo debe ocurrir entre personas que están casadas, sin embargo, es importante considerar que se trata de una decisión personal en donde cada persona tiene la posibilidad de decidir cómo, cuándo, con quien y en qué momento quiere realizarlo. Parte de los mandatos de género, están relacionados con el ejercicio de la sexualidad de hombres y mujeres y por ello en algunos lugares solo son “permitidas” las relaciones sexuales hasta el matrimonio, particularmente a las mujeres. Lo cierto es que casarse o no, es una decisión personal, así como que tener relaciones sexuales antes o después de casarte. Independientemente del momento en el que ocurra y la pareja que elijas, eso no tiene nada que ver con tu valor y dignidad como persona. Es importante que, si decides mantener relaciones sexuales, consideres que éstas deben ser consensuadas de mutuo acuerdo, establezcas el uso de algún método para prevenir el contagio de alguna ITS, o si así lo deseas, para prevenir la fecundación.</p>			
18. Tener relaciones sexuales tiene como función la reproducción/procreación de hijos (as).		(%)	X (%)
<p>Tradicionalmente hemos aprendido que las relaciones sexuales únicamente son para tener hijos (as), limitando el pleno desarrollo de las personas a través de mandatos de género como que las mujeres, por el hecho de serlo están obligadas a vivir su sexualidad para tener hijos. A partir de la noción de derechos, podemos ubicar que la reproducción es una de tantas alternativas dentro del proyecto de vida de cada persona. Las relaciones sexuales son parte de este</p>			
19. El aborto legal debería respetarse como un derecho humano con el que cuentan todas las mujeres		X (%)	(%)
<p>“El derecho de las mujeres a acceder a servicios integrales de salud reproductiva, incluido el aborto, está arraigado en los estándares internacionales sobre derechos humanos que garantizan el derecho a la vida, la salud, la intimidad y a no ser discriminado”</p> <p>https://www.reproductiverights.org/sites/crr.civicactions.net/files/documents/BRB-Aborto%20y%20Derechos%20Humanos.pdf</p>			
20. Actualmente, las mujeres ya han alcanzado todos sus derechos.		(%)	X (%)
<p>Falta seguir trabajando para alcanzar de manera real los derechos de las mujeres pues aún existe evidencia de desigualdad en el ejercicio de estos derechos, aunado al histórico atraso en el reconocimiento y respeto de estos. Esto se logrará solo si los hombres y las mujeres hacen un pacto de respeto y reconocimiento solidario, para permear en la cultura y veremos cambios positivos para todos y todas en las formas en las que nos relacionamos, en nuestros proyectos de vida y en el ejercicio pleno de todos nuestros derechos humanos, incluyendo los sexuales y reproductivos.</p>			

Anexo 2.

Cuestionario de satisfacción del taller

Taller: Reconocemos y ejercemos nuestros derechos sexuales para exigirlos y promoverlos en la comunidad

El siguiente cuestionario tiene como objetivo retroalimentar, comentar qué te gustó y qué podría mejorar para futuros talleres sobre sexualidad en tu plantel. Las respuestas son anónimas, puedes contestar con claridad y objetividad. ¡Muchas gracias!

Marca con una √ ¿Cuál fue la sesión del taller que más me gustó? Y con una X , ¿Cuál fue la sesión que menos te gustó?	
Sesión 1: Las y los jóvenes tenemos derechos sexuales.	
Sesión 2: Conocemos nuestra sexualidad, placer y tomamos decisiones.	
Sesión 3: Cuidamos nuestro cuerpo y relaciones.	
Sesión 4: Somos incluyentes y construimos equidad.	
Sesión 5: Elegimos cuidar nuestra salud sexual	
Sesión 6: Tenemos derecho a la libertad reproductiva.	
Sesión 7: Exigimos educación integral en sexualidad.	
Sesión 8: Hagamos realidad nuestros derechos	

Coloca una X en la opción que vaya más de acuerdo con tu opinión				
	Totalmente de acuerdo	De acuerdo	En desacuerdo	Totalmente en desacuerdo
Sobre los contenidos y actividades del taller				
Se presentaron de manera clara los contenidos y los propósitos del taller antes de iniciar.				
Los temas vistos fueron interesantes				
Los tiempos designados para cada tema fueron los adecuados.				
Las actividades y tareas tuvieron una secuencia lógica y fueron aumentando de complejidad.				



Las ejercicios de trabajo en casa fueron útiles e invitaron a reflexionar y participar en ellas.				
Los ejercicios de las sesiones en el aula me sirvieron para reforzar lo aprendido.				
El taller me proporcionó estrategias y actividades que puedo poner en práctica en mi vida cotidiana.				
Sobre los materiales del taller.				
El material didáctico (videos, infografías lecturas, etc.) fue apropiado para facilitar mi aprendizaje.				
La bibliografía y fuentes de referencia contribuyeron a mi proceso de reflexión y aprendizaje.				
Los recursos de apoyo para revisar en casa fueron de mi interés.				
Sobre el/la docente que facilitó el taller				
Demostró buen dominio en los temas del curso				
Demostró respeto para los integrantes del grupo, propició la convivencia y la participación				
Retroalimentó y enriqueció mis ejercicios en casa de forma útil y oportuna				
Resolvió de manera oportuna, sin prejuicios ni discriminación, mis dudas sobre los contenidos de los temas del curso				
Promovió efectivamente la interacción y el aprendizaje colaborativo				
Fomentó el respeto por las diferencias individuales y el uso de acuerdos de convivencia para el intercambio de ideas				
El lenguaje utilizado por mi docente fue claro, coherente y congruente con los temas				

Qué tan satisfecha/o te encuentras con todo el taller sobre sexualidad y género?	Nada	Poco	Mucho
¿Qué tanto le recomendarías este taller a otro/as jóvenes?			
¿Qué tanto te gustaría que los adultos/as, como docentes, madres y padres, se involucrarán en estos temas?			

¿Qué otros temas te gustaría que se abordarán en este taller? Menciona mínimo 2 y máximo 5.

Comentarios y sugerencias adicionales



Referencias

Amuchástegui, Ana (2001) Derechos sexuales: Un nuevo concepto de la relación entre lo personal y lo político. Ponencia en el VI Encuentro de Estudios de Género Guadalajara, noviembre de 2001.

Cartilla de derechos sexuales de adolescentes y jóvenes <https://www.cndh.org.mx/sites/all/doc/Programas/VIH/Divulgacion/cartillas/Cartilla-Derechos-Sexuales-Adolescentes-Jovenes.pdf>

Cartilla de derechos sexuales de adolescentes y jóvenes en Jalisco 2018. <http://cedhj.org.mx/eventos/cartilla%20Jalisco%202018.pdf>

Construye T (2019). Secretaría de Educación Pública, México [http://www.construye-t.org.mx/consultada el 18 de julio de 2019](http://www.construye-t.org.mx/consultada%20el%2018%20de%20julio%20de%202019).

Pérez, Francisco (2018). Derechos sexuales de los jóvenes. Construcción de ciudadanía y compromiso social: una experiencia en Jalisco LOS JÓVENES DE HOY: EL DESARROLLO COMO RECURSO Volumen 18 México 2018-2024: Nueva estrategia de desarrollo. José Luis Calva (coordinador) CONSEJO NACIONAL DE UNIVERSITARIOS POR UNA NUEVA ESTRATEGIA DE DESARROLLO CNU 2018.

PNUD/SEP (2018). Manual para el Docente. Educación socioemocional en Educación media superior: Orientaciones didácticas y de gestión para la implementación. En el marco del Proyecto 00095479 "Cuarta Fase: Apoyo a las y los jóvenes del tipo medio superior para el desarrollo de su proyecto de vida y la prevención de conductas de riesgo, Programa Construye T" http://www.construye-t.org.mx/resources/pdf/EMS_Educacion_Socioemocional_150.pdf

UNESCO (2019). La pedagogía de la sexualidad. Procesos de planificación e implementación didáctica realizados por docentes en Chile. <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000369032>

_____ (2018). Orientaciones técnicas internacionales sobre educación en sexualidad Un enfoque basado en la evidencia. <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000265335>

_____ (2018a). Embarazo precoz y no planificado y el sector de la educación: revisión de la evidencia y recomendaciones. https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000251509_spa

_____ (2014). Educación Integral de la Sexualidad: Conceptos, Enfoques y Competencias. <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000232800>

UNFPA (2014). Directrices operacionales del UNFPA para la educación integral de la sexualidad: Un enfoque basado en los derechos humanos y género.

_____ (2015). La evaluación de los programas de educación integral para la sexualidad: Un enfoque en resultados de principios de género y empoderamiento. https://unfpa.org/sites/default/files/pub-pdf/UNFPAEvaluation_ES.pdf

_____ (2015a). EMERGING EVIDENCE, LESSONS AND PRACTICE IN COMPREHENSIVE SEXUALITY EDUCATION A GLOBAL REVIEW. https://www.unfpa.org/sites/default/files/pub-pdf/CSE_Global_Review_2015.pdf



CONSTRUYET



<https://www.construye-t.org.mx/>

