

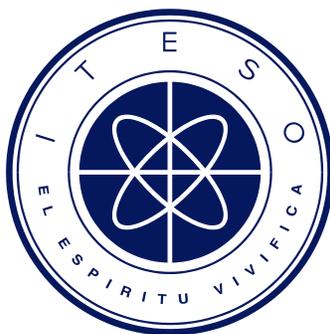
# **INSTITUTO TECNOLÓGICO Y DE ESTUDIOS SUPERIORES DE OCCIDENTE**

Reconocimiento de validez oficial de estudios de nivel superior según acuerdo secretarial 15018,  
publicado en el Diario Oficial de la Federación el 29 de noviembre de 1976.

---

Departamento de Psicología, Educación y Salud

MAESTRÍA EN DESARROLLO HUMANO



## **SEXUALIDAD Y CONDUCTAS DE RIESGO EN ALUMNOS DE BACHILLERATO DESDE EL ENFOQUE CENTRADO EN LA PERSONA**

Trabajo recepcional que para obtener el grado de  
MAESTRA EN DESARROLLO HUMANO

Presentan: Marisela Ayala Avalos

Asesor: Mtro. Marco Antonio Santana Campas

San Pedro Tlaquepaque, Jalisco. Septiembre de 2017

DEPARTAMENTO DE PSICOLOGÍA, EDUCACIÓN Y SALUD

MAESTRÍA EN DESARROLLO HUMANO



ITESO  
Universidad Jesuita  
de Guadalajara

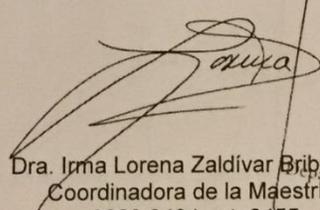
A 19 de septiembre 2016

**Mtro. José Justino Calderón Alcántar**  
**Coordinador de Formación Ignaciana.**  
**Bachillerato Pedro Arrupe**

Con el gusto de saludarle, solicito su autorización para que la alumna, la **Lic. Marisela Ayala Ávalos**, estudiante de la Maestría en Desarrollo Humano del Instituto Tecnológico y de Estudios Superiores de Occidente, con número de expediente **23071**, se presente a desarrollar su proyecto de intervención profesional que está contemplado en las materias de Taller de Integración. Dicha intervención, consiste en la realización del taller llamado **“Aprendiendo de mi Sexualidad”**.

Constará de 4 sesiones de 5 horas cada una, iniciando el 10 de septiembre de 2016 y hasta el 8 de octubre de 2016.

Quedo agradecida por su atención y estoy a sus órdenes por si necesita ampliar más esta información.

  
Dra. Irma Lorena Zaldívar Bribiesca  
Coordinadora de la Maestría  
3669 3434 ext. 3455  
lorenz@iteso.mx



■ ITESO, Universidad Jesuita de Guadalajara  
Parícuto Sur Manuel Gómez Morán 8585  
Tlaquepaque, Jal., México, CP 45090  
tel. +52 (33) 3669 3434  
fax +52 (33) 3669 3435  
poncho@iteso.mx, AP 31-175  
Guadalajara, Jalisco, México, CP 45051  
LADA SIN COSTO 01 800 714 9092  
www.iteso.mx

PLANTELES

■ Universidad Loyola del Pacífico  
Avenida Heróica Colegio Militar s/n  
Paseo Cuñames de Llano Largo  
Acapulco, Guerrero, México, CP 39820  
tel. +52 (744) 446 5225 y 446 5226  
www.loyola.edu.mx

■ UIA Ciudad de México  
Prolongación Paseo de la Reforma 880  
Lomas de Santa Fe  
México, DF, CP 0329  
tel. +52 (55) 5850-4000 y 9777 4400  
fax +52 (55) 5267 4005  
www.uia.mx

■ CEA-UIIA: Centro de Estudios  
Ayuuik-Universidad Indígena  
Intercultural Ayuuik  
Domicilio conocido en San Juan Jaltepec  
de Castiylec, Agencia del Municipio de  
San Juan Cotzacoán Mixe, Oaxaca, México  
tel. +52 (263) 872 6214 y 6215  
(caseta de la comunidad)  
cea\_uia@yahoo.com.mx

■ UIA León  
Boulevard Jorge Vértiz Campeno 1640  
Col. Cañada de Adilero  
León, Guanajuato, México, CP 37238  
tel. +52 (477) 710 0600 y 710 3860 al 62  
fax +52 (477) 710 5477  
LADA SIN COSTO 01 800 800 3637  
www.leon.uia.mx

■ UIA Puebla  
Boulevard del Niño Poblano 2901  
Unidad Territorial Atlixcoyotl  
Puebla, Puebla, México, CP 72430  
tel. +52 (222) 229 0700 y 372 3000  
fax +52 (222) 229 1730  
LADA SIN COSTO 01 800 714 6460  
www.iberopuebla.edu.mx

■ UIA Tijuana  
Avenida del Centro Universitario 2501  
Playas de Tijuana, AP 195  
Tijuana, BC, México, CP 22200  
tel. +52 (664) 630 1877 al 81  
fax +52 (664) 630 1891  
www.tj.uia.mx

■ UIA Torreon  
Calzada Iberoamericana 2255  
Torreón, Coahuila, México, CP 27020  
tel. +52 (870) 705 1030  
fax +52 (870) 705 1080  
LADA SIN COSTO 01 800 112 42378  
www.lap.uia.mx



## **DEDICATORIAS**

A mi padre Dios y a mi madre María.

A mis padres José Luis Ayala Cornejo y Maricela Avalos Leal.

A mi esposo Jorge Luis Chimal Figueroa.

A mis hijos Jorge Luis Chimal Ayala y Stephanie Chimal Ayala.

Por su apoyo en la realización de este sueño.

## **AGRADECIMIENTOS**

A mi alma mater el Instituto Tecnológico y de Estudios Superiores de Occidente por darme la oportunidad de estudiar esta maestría tan querida para mí.

A mi familia por estar conmigo siempre.

A los alumnos que participaron en este taller, por su confianza y cariño.

A mi asesor el Dr. Marco Santana porque gracias su consejo y orientación pude seguir con esta propuesta.

A la coordinadora de la Maestría en Desarrollo Humano Dra. Lorena Zaldívar por su trabajo y entrega a este posgrado.

A Bertha, Abril, Cata, Ana y Felipe que de ser compañeros de grupo ahora son amigos entrañables.

## **RESUMEN**

La sexualidad es una dimensión propia del ser humano y por tal motivo está presente en todo momento de su vida porque tiene consigo factores físicos, cognitivos y psicosociales que determinan la forma de vida del individuo. Este trabajo busca explicar cómo se vive el adolescente con respecto a la sexualidad, así como las características periféricas que acompañan a esta etapa de la vida. La metodología de trabajo fue en la modalidad de taller formativo-informativo en un grupo de adolescentes estudiantes de un bachillerato en Guadalajara, Jalisco, realizado desde el Enfoque Centrado en la Persona. El objetivo general de este trabajo fue: construir saberes informativos y vivenciales del ejercicio de la sexualidad y sus consecuencias mediante exposiciones magisteriales, diálogos y dinámicas diseñadas para adolescentes de primer grado de bachillerato a partir de la experiencia de los participantes basada en propuestas humanistas. La población fueron estudiantes jóvenes de 15 y 16 años, de un nivel socioeconómico bajo, en su mayoría viven con al menos un padre en casa. Para el diagnóstico se utilizó una encuesta semiestructurada misma que contestaron 41 adolescentes. Para la recopilación de la información durante la intervención se realizó un cuestionario de inicio, intermedio y final del taller y transcripción de sesiones, para el análisis de la información se utilizó el método de análisis de contenido y el método fenomenológico. Como resultados principales se destaca que los adolescentes identificaron conductas de riesgo, características de una relación de pareja libre de violencia y los métodos para prevención de enfermedades de transmisión sexual y embarazos no deseados, además de identificación de sentimientos y sensaciones de contenido sexual. De los resultados se desprende como propuesta principal que en las escuelas se implementen talleres como este, para que los adolescentes identifiquen conductas de riesgo y desarrollen conductas que les permitan tomar decisiones que sean congruentes con sus metas.

**Palabras claves:** Sexualidad, adolescentes, conductas de riesgo, enfoque centrado en la persona.

## **Summary**

Sexuality is a proper dimension of the human being, and for this reason, it is present at all times of his life and has physical, cognitive, and psychosocial factors that will determine the lifestyle of the individual. This document seeks to explain how adolescents live according to sexuality, including the peripheral characteristics that accompany this stage of life. The methodology of work was applied in the in the modality formative-informative in a group of teenage students at a high school in Guadalajara, Jalisco performed from the perspective of the Person-Centered Approach. The main objective of this document was to construct informative and experiential knowledge of the exercise of sexuality and its consequences through masterful expositions, dialogues, and activities designed for adolescents of the tenth grade based on the experience of the participants and on humanist proposals. The participants were young teenage students between the age of 15 to 16 years old, of a low socioeconomic level, and most of them had at least one parent at home. A semistructured poll was used to make a diagnostic which was answered by 41 students. For the compilation of information during the intervention was realized a questionnaire of the beginning, middle, and end of the workshop and transcriptions of sessions, for the analysis of the information, the method of content analysis and phenomenological method was used. As main results, the adolescents identified risk conducts, characteristics of a violence-free partner relationship, the methods for the prevention of sexually transmitted diseases, and unplanned pregnancies, as well as identifying feeling and sensations of sexual content. From the results, the main proposal that emerges is that schools should implement workshops such as this one so that adolescents gain the abilities to identify risk conducts and develop behaviors that will allow them to make decisions that are congruent with their goals.

**Keywords:** Sexuality, Teenagers, Risk Conducts, Person-Centered Approach.

# ÍNDICE

INTRODUCCIÓN .....	1
CAPÍTULO I. LA INTERVENCIÓN.....	4
1.1. Planteamiento y justificación de la intervención .....	4
1.1.1. Implicación personal con la intervención.....	7
1.1.2 Contexto de la situación. ....	7
1.1.3. Características de la población. ....	8
1.1.4. Proceso de detección de necesidades de desarrollo. ....	9
1.2. Propósitos de la intervención .....	12
1.3. Plan de acción.....	13
1.3.1. Lugar y sus condiciones.....	13
1.3.2. Recursos humanos, materiales y financieros. ....	13
1.3.3. Programa de la intervención .....	13
1.3.4 Recolección de evidencias. ....	15
1.3.4. Recolección de información.....	15
CAPÍTULO II. MARCO REFERENCIAL .....	16
2.1. Estado actual del conocimiento.....	16
2.2. Fundamentación teórica de la intervención, desde el enfoque centrado en la persona.....	22
2.2.1. Autorrealización, desarrollo y crecimiento personal en el adolescente.....	24
2.3. Conductas de riesgo.....	42
CAPITULO III. NARRACIÓN DE LA INTERVENCIÓN .....	45
3.1. Tú sexualidad.....	45
3.2. Tu sexualidad protegida.....	49
3.3. Tú sexualidad informada.....	55
3.4. Tu sexualidad planeada.....	60
CAPITULO IV. ESTRUCTURA METODOLÓGICA .....	66
4.1. Organización de la información .....	66
4.2. Establecimiento de preguntas de análisis .....	67
4.3. Inmersión en los datos y proceso de estructuración de los datos.....	68
CAPITULO V. ALCANCES DE LA INTERVENCIÓN.....	73
5.1. Identificación de las conductas de riesgo .....	73
5.2. Características deseables que debe poseer la pareja.....	78
5.3. Sensaciones, sentimientos y reacciones expresadas .....	79

5.4. Experiencias de la facilitadora.....	81
CAPITULO VI. DIALOGO CON AUTORES .....	83
CONCLUSIONES Y PROPUESTAS.....	88
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS .....	91
APENDICES .....	97
Apéndice 1. Ejemplo plan de sesión .....	97
Apéndice 2. Encuesta piloto .....	99
Apéndice 3. Relación del cuestionario de sexualidad adolescente con los ¿para qué? .....	105
Apéndice 4. Cuestionario de inicio.....	110
Apéndice 5. Cuestionario intermedio.....	111
Apéndice 6. Cuestionario final.....	112
Apéndice 7. Ejemplo de bitácora .....	113

## INTRODUCCIÓN

La sexualidad es un factor primordial en la vida del ser humano que tiene una influencia cultural dependiendo del contexto de cada persona. Hablar de sexualidad con los adolescentes ha sido una necesidad latente tanto en estos tiempos como en otras épocas, tiene su rasgo de dificultad, no sólo por ser un tema que tiene muchas aristas sino también porque los padres pocas veces hablan de ello con sus hijos.

En México, con respecto a los adolescentes se observan múltiples factores a nivel político, religioso y cultural que tienen que ver en la manera en que ellos van entendiendo la sexualidad. Hay mucha información accesible para muchos de ellos, pero no siempre son fuentes confiables de información por lo que en ocasiones no les permite ni les facilita tener una formación consciente para vivir su sexualidad evitando riesgos, es decir los jóvenes frecuentemente no tienen alguna forma o manera de decidir sobre los aspectos que tiene que ver con su vida sexual.

En la etapa de la adolescencia se presentan cambios biológicos, que se refieren a los cambios que tiene físicamente; psicológico, que involucra a las fases y tareas propias de la adolescencia y sociales que son los que tienen que ver con la interacción que tiene con la sociedad. Con todos estos cambios los seres humanos atraviesan por una lucha en la que buscan su identidad, la cual demanda autonomía y proyectos del individuo.

Dadas esas circunstancias, la vida de los jóvenes se ve aquejada de forma personal, emocional y social, ya que es relevante que tengan habilidades que les permitan valorar sus creencias, habilidades y emociones, que les faculten defender sus derechos, tomar decisiones y establecer relaciones interpersonales que vayan en función de sus metas o su proyecto de vida. Lo anterior va de la mano con un factor primordial que es la información clara y oportuna con el fin de que puedan ejercer su vida sexual de forma responsable evitando los embarazos no deseados y contagio de enfermedades de transmisión sexual (ETS).

Este trabajo de grado lleva consigo el proceso de diseño y realización de un taller que se lleva a cabo para evidenciar la necesidad de tener en consideración un taller de sexualidad para adolescentes desde el Enfoque Centrado en la Persona como parte

necesaria para que descubran los sentimientos y las emociones que acompañan a la sexualidad, ya que pueden ser diversos y también marcados por mitos o por la desinformación. Dicho taller se llevó a cabo en un bachillerato ubicado en el centro de la ciudad de Guadalajara, con jóvenes de 15 y 16 años de edad. En este escrito se describe cómo las personas que asistieron vivieron las cuatro sesiones del taller, así como el proceso de construcción de cada una de esas sesiones.

En el Capítulo I, se describe el planteamiento y la justificación de este trabajo, el diagnóstico y su resultado que avalan la oportunidad de realizar el trabajo de grado. También se encuentran las características de la población, los propósitos, el plan de acción y la metodología a desarrollar para llevar a cabo el taller.

El Capítulo II, contiene la fundamentación teórica, el estado actual del conocimiento en el que se presentan trabajos de tesis relacionadas con la sexualidad en los adolescentes y la información que reciben de la misma. También se encuentra la fundamentación teórica desde el Enfoque Centrado en la Persona en donde se presentan algunos conceptos de Rogers, 1961, Maslow apartado se presentan algunos de los conceptos centrales desde el desarrollo humano que se consideran útiles para fortalecer el contenido teórico del presente trabajo de grado (Rogers, 2007, Lafarga, 2005, Maslow, 1973). Para complementar, se encuentran algunos conceptos sobre adolescencia y sus etapas (Papalia, 2009, Erikson, 1968, Olivares, 1998, Hurlock, 1980, Minuchin y Fisman 1981).

El Capítulo III, se encuentra la narración de la intervención con cada una de las cuatro sesiones con sus objetivos y propósitos, se describen las actividades, acciones, interacciones. Se reportan logros y dificultades.

El Capítulo IV, da a conocer la metodología utilizada para el procesamiento de los datos cualitativos de los cuestionarios hechos en las sesiones que construyeron el taller, el método que se utilizó para interpretar los datos obtenidos fue el análisis de contenidos y el fenomenológico para la recuperación de la experiencia de la facilitadora.

El Capítulo V, se dan respuestas a las preguntas de análisis mencionadas en el capítulo anterior. También habla de las experiencias vividas por la facilitadora durante las cuatro sesiones que duró el taller.

Finalmente, el Capítulo VI se contrasta la teoría con los resultados de las experiencias más importante que se dieron en el taller, con relación a los adolescentes. Posteriormente se dan a conocer las conclusiones del trabajo de grado.

En última parte del presente documento se pueden encontrar las referencias bibliográficas y apéndices.

## **CAPÍTULO I. LA INTERVENCIÓN**

### **1.1. Planteamiento y justificación de la intervención**

#### **La adolescencia en el proceso de convertirse en persona**

"El proceso de convertirse en persona puede verse facilitado en la etapa de la adolescencia porque una persona que se encuentra en esa etapa está en estado de vulnerabilidad casi igual que una persona disfuncional. La persona cambia continuamente físicamente, mentalmente y psicosocialmente."  
Olivares (1998)

Una de las etapas del ser humano en la que se le encuentra más vulnerable y con muchos cambios físicos, emocionales y psicosociales, es la adolescencia, en esta etapa las personas cambian día a día físicamente, sus sentimientos, emociones y su relación con la sociedad da un giro importante en sus vidas. La Organización Mundial de la Salud (OMS, 2014) menciona que los cambios físicos, emocionales y psicosociales están relacionados entre sí y van acompañados de inestabilidad y vulnerabilidad, ya que los cambios físicos provocan cambios cognitivos y se registra un desarrollo tanto físico como emocional. En un adolescente puede pasar que su apariencia física parezca madura y entonces los adultos esperen que su modo de pensar sea maduro, o que sea capaz de controlar sus emociones, cuando es probable que esto no sea así.

La importancia de que a los jóvenes se les dé un taller acerca de sexualidad es porque el conocimiento de los adolescentes hacia el tema es fundamental, porque es una etapa de la vida en la que hay muchos cambios emocionales, cognitivos y físicos. Ellos deben estar informados sobre lo que está pasando con su ser a nivel físico y mental, para entonces poder tomar mejores decisiones en torno a su salud sexual.

Es necesario para los seres humanos salvaguardar su integridad tanto física como mentalmente, esto más que un requerimiento es un derecho. Por lo que es conveniente que las personas cuenten con la información necesaria que le permita conservar su salud, específicamente en el rubro de la propia sexualidad, vista desde una perspectiva completa; ya que los comportamientos están considerablemente influidos por nuestras creencias, pensamientos y percepciones sobre el sexo. Rodríguez (2009).

El tema de la sexualidad tiene una gran relevancia, sin embargo, en la sociedad mexicana es un tema que en muchas ocasiones no se platica con los padres, según los

datos que arrojó el cuestionario piloto aplicado a los 41 adolescentes del bachillerato, los adolescentes buscan información con sus familiares, amigos e internet, sin embargo el padre o la madre a veces viven con mitos y creencias sobre la sexualidad, lo que hace que cuando un adolescente tiene una duda, no siempre reciba información certera.

En nuestra cultura existe un maremágnum de información a propósito de la sexualidad, pero no existe un conocimiento concreto en torno al mismo tema (entendido éste como el saber informativo sistematizado que permita su aplicación para el beneficio de la persona. (Cortés, 2016 p. 92)

Es importante hablar sexualidad con adolescentes de forma precisa, abordando el tema desde varios ángulos, es decir, desde un enfoque sistematizado para no tocarlo desde una sola perspectiva sino tomar más elementos que se interrelacionan entre sí, ya que una persona en esa etapa según menciona Delgado (2000) desencadena una transformación personal que repercute en el desarrollo de sí mismo, es cierto que la formación de un ser humano se lleva a cabo durante toda su vida; pero entre los 13 y los 21 años es cuando surge la pregunta ¿Quién soy? Por la inminencia de los cambios que surgen y que no afectan solo una parte, sino que tienen que ver con todo el ser.

“...al carecer de sistematización y ofrecerse al entendimiento de las personas sin fines positivos para las prácticas de sí del sujeto, derivan en mensajes atropellados que confunden a la persona” (Cortés, 2016 p. 92).

Al hablar de sistematización se pretende entender el funcionamiento de los elementos que tienen relación con la sexualidad, cómo interactúan dichos elementos y qué pasa cuando suceden dichas interacciones.

Algunos factores, como son el ser asertivo, el locus de control, la planeación, estructurar, la obediencia, y la toma de decisiones, están relacionadas con la conducta sexual y la anticonceptiva en las mujeres adolescentes. Y en los casos en los que existe una conducta anticonceptiva tiene que haber necesariamente conocimientos suficientes respecto al tema, así como también, actitudes que favorezcan su uso (Fonseca, 2006).

En la etapa de la adolescencia es común que el individuo vea el mundo en función de sí mismo y, debe aprender a ver el mundo en función de interacciones. En este proceso de transición de la niñez a la adultez, los jóvenes sufren cambios y duelos, entendiendo como duelos las pérdidas que se viven al dejar de ser niños.

Durante estas etapas de cambio suelen haber dudas acerca de la propia sexualidad, así como de maneras para ejercerla y en ocasiones estas dudas no son resueltas y causan conflictos, es por esto que se considera necesario tener una buena información, orientación y educación acerca del tema en esta etapa de la vida para no ir acumulando dudas, para prevenir y para poder ejercerla de tal forma que no genere conflictos en etapas posteriores.

La sexualidad es parte de nosotros como seres humanos y está presente en nuestras acciones, sentimientos y valores personales. Sin embargo, no es común hablar de ella en el entorno familiar. Los Textos de la Pontificia Universidad Católica Madre y Maestra (2006) (PUCMM) mencionan que es muy relevante que los adolescentes tengan una sólida educación sexual que implica un diálogo entre el adulto y el adolescente. La escuela es un lugar apropiado para informar a los adolescentes dándoles un programa de educación sexual adecuado a su edad PUCMM (2006).

“...el sujeto construye conocimientos que le permiten tener una vida sexual saludable, libre de temores, tabúes y prejuicios que se manejan en el ámbito público” (Cortés, 2016 p. 99).

La sexualidad y la educación sexual es un tema muy importante, pero muchas veces la misma sociedad lo dejamos de lado o lo satanizamos porque en ocasiones genera inquietud, vergüenza, interés, morbo y polémica. Santos (2004) menciona que la sexualidad no se otorga al cumplir determinada edad, sino que nacemos con ella y deberíamos crecer descubriéndola o conociéndola cada vez más. Es relevante que las instituciones se dediquen a la labor de prevención para la salud sexual y reproductiva. Los jóvenes tienen derecho de tener información completa y con ella pueden decidir mejor cómo llevar a cabo su vida sexual.

Pick (2004) menciona que la educación sexual y la sexualidad son componentes muy importantes para la formación de cada persona y tiene derecho a recibir dicha educación. La educación sexual necesita ser parte de la formación de la persona desde preescolar y a lo largo de toda la vida.

### **1.1.1. Implicación personal con la intervención.**

Me parece importante atender a los adolescentes en el tema de la sexualidad, ya que por falta de información muchas veces se ven envueltos en problemas graves para su edad, como pueden ser embarazos no planeados, contagio de enfermedades de transmisión sexual (ETS), prácticas sexuales de riesgo, etcétera.

Considero que atender a los adolescentes del bachillerato es una oportunidad para que reciban información científica sobre la sexualidad y así tengan educación sexual para decidir mejor su futuro. Me parece que diseñar un taller para adolescentes en él es un escenario ideal en dónde puedo poner en práctica lo aprendido en la maestría y la vida. Tener educación sexual dentro de la institución es un derecho.

Tengo un hijo adolescente y me relaciono con él y con sus compañeros y amigos. Observo que en la escuela en donde estudian les dan educación sexual desde primero de primaria y el programa va cambiando de temas y profundidad conforme van creciendo. El programa que llevan de educación sexual cambia en primaria cada dos años y aunque primero y segundo pueden llevar los mismos temas, la profundidad y las dinámicas para abordarlos cambia. El programa que tiene mi hijo actualmente sobre educación sexual ya abarca temas como prevención de enfermedades de transmisión sexual, prevención de embarazos y conductas de riesgo.

Personalmente creo que entre más información tenga un adolescente sobre sexualidad, más tarda en empezar su vida sexual y cuando la empieza lo hace con mayor responsabilidad. Es importante aclarar mitos y creencias. Pulido (2005) menciona que entre mejor podamos reconocer el sexo y la sexualidad como una posibilidad de encuentro real, mejor podemos descubrir los caminos para trascender a la individualidad.

### **1.1.2 Contexto de la situación.**

Por su complejidad, la adolescencia constituye una de las más significativas etapas del desarrollo y crecimiento en la vida de las personas, que abarca de los 10 a los 19 años, en promedio, según la Organización Mundial de la Salud (2014).

De acuerdo con ese criterio, en la sociedad mexicana la adolescencia transcurre mientras estudian en los grados superiores de la educación primaria, la secundaria, la preparatoria e inicios de la carrera profesional.

Ese proceso de transformación de gran trascendencia en las personas se manifiesta con mayor fuerza cuando cursan la secundaria y la preparatoria, pero son más marcados y determinantes los cambios físicos, cognitivos y psicosociales, cuando cursan la preparatoria, porque se hacen presentes las relaciones románticas, no románticas, casuales y estables, que en ocasiones involucran la actividad sexual.

En la preparatoria, los adolescentes no sólo experimentan un conjunto de cambios corporales, también pueden procesar la información que han adquirido para resolver problemas más complejos, mientras que amplían su capacidad para incorporarse a la vida en sociedad. Todos esos cambios dan lugar a la calificación del adolescente como joven, con la aparición de los caracteres sexuales secundarios, diferenciados en el varón y en la mujer, que requieren un poco más de tiempo para acabar su proceso de maduración.

### **1.1.3. Características de la población.**

Los estudiantes son jóvenes de 15 y 16 años, de un nivel socioeconómico bajo, en su mayoría católicos y tienen su propia cama. Viven con sus padres, en su mayoría viven con al menos un padre en casa y casi el 60% vive con ambos padres.

Actualmente estudian el primer año de bachillerado en el colegio, con un horario completo en donde están becados al 100% y en donde las condiciones para permanecer son tener un promedio que indique que el alumno mejora año con año y tener buena conducta.

Los adolescentes están despiertos sexualmente desde los 15 años, según comentó el director de la institución, ya que ha visto manifestaciones amorosas en la escuela y él percibe que no tienen tanta información ni educación sexual, también comentó que la relación con los padres es buena pero pocas veces hablan de sexualidad.

Según la encuesta hecha para la detección de necesidades en la institución Más de la mitad han experimentado un beso en la boca y han recibido caricias en los órganos genitales. Casi el 30% han tenido experiencias de sexo oral. 20% han tenido

sexo sin protección. La mayoría piensa que está bien tener sexo a su edad (85%), 63% mencionó que la reacción del grupo ante temas de sexualidad es inmadura, más del 90% han tenido novio y la mayoría se han sentido enamorados. Casi la mitad ha tenido al menos un *free* (amistad con derecho a besarse en la boca y/o a acariciarse los órganos genitales). A más del 90% le preocupa quedar embarazados, preguntan pocas veces acerca de ETS.

#### **1.1.4. Proceso de detección de necesidades de desarrollo.**

Las necesidades se detectaron a partir de la entrevista con el director de la institución quien habló de que la institución necesita un taller de sexualidad adaptado a su población. Que es necesario que los jóvenes conozcan que hay lugares en donde no es adecuado tener prácticas sexuales y también se informen de cómo tener una práctica sexual responsable.

Para el proceso de detección de necesidades se consultó una bibliografía basada en varios ejemplares de la revista Prometeo, la revista de Psicología Iberoamericana, Estudios demográficos y urbanos, Textos de la Universidad Pontificia Católica Madre y Maestra (PUCMM), Archivos Hispanoamericanos y Tesis de diferentes instituciones. Se diseñó un cuestionario de acuerdo con la información obtenida de la entrevista con el director de la institución, en la que compartió las preocupaciones y expectativas del taller, comentó que en el bachillerato han observado algunas conductas sexuales como son encuentros dentro de los salones cuando éstos están desocupados, también mencionó que se ha enterado de que los alumnos tienen fiestas o reuniones fuera de la institución y que en esos eventos ha habido relaciones coitales. El director aseguró que es importante que los alumnos estén bien informados para que puedan prevenir conductas de alto riesgo inadecuadas dentro del bachillerato y fuera de él, y que cuando las tengan sean de manera responsable, para evitar embarazos no deseados y enfermedades de transmisión sexual (ETS).

Se aplicó la encuesta a 41 estudiantes de primer año de bachillerato en la institución, a los cuales se les invitó para participar en dicha encuesta. El tema fue de interés para los alumnos. En primer año eran 60 alumnos, pero, sólo se repartieron 41 encuestas a alumnos, porque los demás estaban tomando una clase fuera de la institución.

En la primera fase del estudio se aplicó la entrevista semi-estructurada anónima con 99 preguntas que aprobó el Departamento de Orientación Educativa DOE de la institución, el cual tenía la finalidad de detectar las necesidades de la población descubriendo la información y el tipo de prácticas afectivo-sexuales de los alumnos de primer grado del bachillerato. El cuestionario (apéndice 2) fue de opción múltiple, completar la frase y de señalar con una “x”.

Con esa información se detectaron las siguientes preocupaciones de parte de este departamento, pero no todas se confirmaron con la encuesta que se aplicó a los 41 alumnos. Las que se confirmaron fueron las siguientes:

- + El alumno llega con una autoestima baja, su tipo de relaciones son co-dependientes, según DOE.
- + Los espacios donde llevan a cabo sus prácticas sexuales son inadecuados.
- + Una prevención de embarazos y enfermedades de transmisión sexual (dos casos de deserción a causa de embarazos no deseados).

Después de la entrevista semi-estructurada, se aplicaron las 41 encuestas a los alumnos y la información que obtuvimos fue:

### **Afectos**

- + 83% de los encuestados se han sentido enamorados.
- + 85% se han sentido decepcionados amorosamente.
- + 45% han sufrido a causa de la infidelidad.
- + 88% de los alumnos han iniciado alguna relación en la cual se han besado.
- + 42% de los alumnos no considera fácil hablar con mamá temas importantes.
- + 58% de los alumnos no considera fácil hablar con papá de temas importantes.

## **Creencias**

- + 65% informa que la religión es importante o muy importante en su casa.
- + Uno de cada tres alumnos manifiesta incomodidad en ver manifestaciones amorosas en público.
- + Prácticamente la mitad considera que entre los adolescentes se abordan los temas de sexualidad de manera inmadura.
- + 90% considera que no está bien tener sexo a su edad.

## **Prácticas Sexuales**

- + La información de sexualidad la obtienen de:
  - \* 40% de amigos,
  - \* 50% de familiares y
  - \* 10% de otras fuentes
- + 60% han experimentado erotismo seguro (caricias).
- + 20% han experimentado coito sin protección.
- + 76% le gustaría que no hubiera presión para tener sexo.
- + 5% han experimentado sexo bajo la influencia de alcohol o drogas.
- + 90% de los alumnos y alumnas les preocuparía embarazar o quedar embarazada.

El cuestionario también arrojó la siguiente información:

Los alumnos mencionaron que los compañeros al hablar de temas sexuales lo hacen de manera inmadura, no hablan frecuentemente de sexo con sus padres y la información sobre sexualidad la obtienen de sus padres, amigos, escuela e internet.

Por lo tanto, se infiere que los alumnos no tienen suficiente información y entonces no pueden tener una práctica segura. Habiendo poca información se corre el riesgo de usar mitos y creencias disfuncionales acerca de la sexualidad. Esto puede ser causa de que los adolescentes no tomen bien las decisiones al no tener información completa.

El cuestionario estuvo enfocado a obtener información que ligada con el objetivo general. Se hizo una cita en el bachillerato para aplicar dicho cuestionario a los alumnos dentro de sus salones de clases. El tiempo aproximado en el que los alumnos respondieron fue de 40 minutos.

## **1.2. Propósitos de la intervención**

### **Propósito general del taller:**

Construir saberes informativos y vivenciales del ejercicio de la sexualidad y sus consecuencias mediante exposiciones magisteriales, diálogos y dinámicas diseñadas para adolescentes de primer grado de bachillerato a partir de la experiencia de los participantes basada en propuestas humanistas.

### **Propósitos específicos:**

1. Identificar prácticas de riesgo y diferenciar entre prácticas aceptables y no aceptables en una relación para ejercer una sexualidad responsable en función de su proyecto de vida.
2. Identificar y declarar los criterios relacionales deseables en una relación de pareja.
3. Identificar y verbalizar sus sensaciones, sentimientos y reacciones corporales de contenido sensual. Relacionar el ejercicio de la sexualidad en función de su proyecto de vida.

### 1.3. Plan de acción

#### 1.3.1. Lugar y sus condiciones

El espacio físico para realizar el taller está ubicado en la ciudad de Guadalajara, es un bachillerato, el cual brinda el espacio de sus aulas para el trabajo con los jóvenes.

El salón es un espacio amplio en el cual caben alrededor de 20 adolescentes con sillas, escritorios y un pizarrón.

#### 1.3.2. Recursos humanos, materiales y financieros.

Los recursos humanos necesarios para llevar a cabo el taller consistieron en una alumna de la maestría en Desarrollo Humano, de nombre Marisela Ayala y 41 alumnos de primero de bachillerato de 15 y 16 años de edad.

Los recursos materiales fueron cartulinas, marcadores, pintura, pegamento, tijeras, pecera, piedras, crema de manos, jabones, cúter, preservativos hojas blancas y de color.

Los recursos financieros que se requirieron para la compra de los materiales que se utilizarán son \$1,550.00

#### 1.3.3. Programa de la intervención

Tabla 1.

*Plan de acción del taller*

No.	Temas/Actividades de la Sesión	Propósito
1	Tema Principal: Tu sexualidad Temas Bienvenida Presentación, encuadre, reglas Entrega del consentimiento informado	Conocer al grupo, plantear los objetivos del taller, establecer confianza, reglas y compromisos de los integrantes del grupo con el grupo, hablar de expectativas. Realizar la evaluación inicial de los participantes para conocer qué esperan del taller y cuánto saben los adolescentes de los

	<p>Evaluación Inicial del Taller</p> <p>Dinámica de las piedras</p> <p>Receso</p> <p>Dinámica de haz tu lema</p> <p>Video de lo que es una persona</p> <p>Inicio de cierre y recuperación de la experiencia.</p>	<p>temas. Determinar fuentes confiables y no confiables de información, conocer las distintas relaciones afectivas en las parejas, reflexionar sobre lo que somos los seres humanos y qué queremos en nuestras vidas.</p>
2	<p>Tema principal: Tu sexualidad protegida</p> <p>Temas: Bienvenida</p> <p>Video de la violencia en el noviazgo</p> <p>Compartir la experiencia</p> <p>Dinámica masaje en las manos</p> <p>Compartir la experiencia</p> <p>Receso</p> <p>Dinámica de los guantes</p> <p>Compartir la experiencia y cierre</p>	<p>Recordatorio de los objetivos del Taller y de los acuerdos del grupo. Seguir aumentando la confianza y empatía entre los participantes, preguntar cómo llegan. Compartir lo que es una relación de pareja libre de violencia, las diferencias de género, la masturbación, la diversidad sexual y el coito seguro.</p>
3	<p>Tema Principal: Tu sexualidad informada</p> <p>Temas: Bienvenida, cómo llegan hoy</p> <p>Pregunta al aire: ¿Qué es la diversidad sexual?</p> <p>Receso</p> <p>Dinámica: Clasifica los diferentes objetos como femenino y masculino</p> <p>Compartir la experiencia</p> <p>Dinámica de las plumas: Consigue más firmas</p> <p>Explicación de los tipos de enfermedades de transmisión</p>	<p>Hablar y reflexionar sobre diversidad sexual, género, ciclo menstrual, enfermedades de transmisión sexual y métodos de protección.</p>

sexual y métodos de protección, diálogo con el grupo para compartir experiencias y dudas.

Inicio de cierre

- |   |   |   |
|---|---|---|
| 4 | Tema principal: Tu sexualidad planeada<br>Temas:<br>Bienvenida, cómo llegan hoy<br>Dinámica: ¿Cuáles son tus prioridades? Y desayuno<br>Dinámica: ¿Qué haces con tu jabón?<br>Cuestionario para la recuperación de información de salida y cierre | Hablar y reflexionar sobre las prioridades actuales y algunas futuras de cada persona, el milagro de la vida y el plan de vida. Recuperar la información de salida. |
|---|---|---|

#### **1.3.4 Recolección de evidencias.**

Para evidenciar los cambios en los participantes se utilizaron diversas herramientas, como son encuestas al inicio, intermedio y cierre. Las evidencias fueron trabajadas desde una metodología cualitativa con la técnica del análisis de contenido.

#### **1.3.4. Recolección de información**

La información inicial para el pre-diagnóstico se recolectó de la primera entrevista con el director del Bachillerato así como también de las 41 entrevistas hechas a adolescentes del Bachillerato.

Al terminarse el taller se cuenta con el cuestionario inicial, intermedio y final que se aplicó a los participantes, bitácoras de cada sesión de taller, audio-grabaciones, lista de asistencia de los participantes, hojas de ejercicios de los alumnos y narrativas.

## **CAPÍTULO II. MARCO REFERENCIAL**

Los jóvenes reciben educación y formación en diversas áreas, tanto en el núcleo familiar como en la escuela, pero los temas sexuales no siempre son abordados. En la etapa de la adolescencia los jóvenes se relacionan sexualmente y continuarán haciéndolo, por lo que es necesario facilitarles herramientas para que vivan una sexualidad responsable.

Para fundamentar esta intervención se indagó en diversos estudios de connotados investigadores que coinciden en que prevalece una inadecuada educación sexual en los adolescentes, así como en tesis que plantean la problemática cuando no se tiene información integral sobre sexualidad. Además, se revisaron las recomendaciones de la Organización Mundial de la Salud, para conocer las conductas de riesgo en la práctica de la sexualidad en los adolescentes, la cual puede conducir a enfermedades sexuales y al embarazo no deseado.

Este capítulo se presenta en tres apartados, el primero trata sobre el estado actual del conocimiento, el segundo de la fundamentación teórica de la intervención, desde el enfoque centrado en la persona y el tercero sobre las conductas de riesgo.

### **2.1. Estado actual del conocimiento.**

En México, 22.4 millones de adolescentes de entre 10 y 19 años han iniciado ya su vida sexual. La edad promedio para el inicio de las relaciones sexuales entre los jóvenes es de 15 años, esto según datos oficiales recabados por el Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI, 2014), los datos revelaron que una de las principales causas de embarazo no deseado en adolescentes es la falta de orientación.

En los Estudios Demográficos y Urbanos, El Colegio de México (2009) menciona que en la adolescencia están presentes relaciones románticas, no románticas, casuales y estables, pero no siempre involucran la actividad sexual. La actividad sexual se genera más a temprana edad y después alrededor de los 18 años tienden a espaciarla. La actividad sexual durante la adolescencia es discontinua y las relaciones que ellos

definen como estables, generalmente son breves. Esta investigación también menciona que hay riesgos en la salud de los adolescentes porque prevalecen las relaciones casuales, hay poco tiempo de cortejo antes de involucrarse sexualmente y hay una valoración inadecuada de los riesgos de contraer una enfermedad de transmisión sexual (ETS) y virus de inmunodeficiencia humana (VIH).

Finalmente, el estudio propone que es sumamente importante que se cuente con programas educativos en donde se expliquen situaciones reales de adolescentes y en donde se haga una estimación objetiva de la exposición real al riesgo, de manera que ellos puedan captar mejor la información, dice también que la institución educativa es un lugar apropiado para recibir educación sexual. El autor sugiere que se proporcione información certera con temas relacionados de manera abierta para que los adolescentes puedan identificarse y así adquirir información para tener una vida sexual responsable.

Los adolescentes comúnmente tienen sólo una parte de la información anatómica del cuerpo relacionada con la sexualidad, saben lo que son algunas partes del cuerpo, pero no siempre saben su función. García, (2006) concluye que su estudio dio como resultado que los adolescentes conocen qué son el pene, la vulva y el óvulo, pero conocen poco sobre otros elementos, como el semen, es decir no tienen un panorama completo de la fisiología del cuerpo, han tenido una educación sexual escasa y ésta ha sido recibida de amigos, y a veces de los padres.

Si una institución educativa se compromete a ofrecer un taller de sexualidad a los adolescentes, es importante que las personas que lo van a impartir se preparen adecuadamente para hablar de los temas. Fonseca (2006) afirma que en muchas ocasiones los adolescentes se quedan con múltiples preguntas sin responder en los talleres de sexualidad, debido a que las personas que imparten talleres o clases de sexualidad no se preparan adecuadamente para responder a los adolescentes desde los diferentes ángulos, según el contexto de cada uno.

Hay estudios que demuestran que los adolescentes no tienen una adecuada educación sexual. Ramírez y Escamilla (2003) mencionan que las relaciones sexuales en los adolescentes son frecuentes y que experimentan deseo, amor, curiosidad y placer. Las conclusiones de dicho estudio dicen que “la identidad de una persona y la

conciencia de su “sí mismo” incluyen el conocimiento y la apropiación de su cuerpo”, Ramírez y Escamilla (2003, p. 250). Los mencionados autores refirieron que los adultos se sienten ansiosos porque temen que sus hijos tengan un embarazo a esa edad y que la mayoría de las veces cuando el adolescente tiene su primera relación sexual no usa condón. No utilizan un método de barrera, como lo es el condón, puede tener como consecuencia un embarazo no deseado o una enfermedad de transmisión sexual (ETS).

Otro estudio hecho por Méndez, Iglesias y González (2003) con 45 adolescentes entre los 12 y los 15 años en Puerto Rico, cuyo objetivo del estudio fue desarrollar estrategias para la prevención de ETS y VIH, arrojó información sobre las relaciones sexuales en los adolescentes, sus resultados mostraron que una tercera parte de los adolescentes del estudio tuvieron su primera relación sexual alrededor de los 15 años. En ese estudio se detectaron tres necesidades principales: A. Hay poca información de datos sobre la sexualidad en adolescentes. B. Falta de clases y programas de sexualidad en las instituciones escolares y C. Ausencia de talleres y programas diseñados específicamente para las necesidades de cada población.

Algunas de las conclusiones a las que llegaron ese estudio fue que “...los adolescentes se sienten más cómodos comunicándose con sus amistades en asuntos relacionados con su sexualidad”, Méndez, Iglesias y González (2003, p. 176), es raro que hablen con sus padres o maestros. Los adolescentes saben que al usar el condón pueden ayudar a prevenir el contagio de ETS; los hombres mencionaron que no les gusta usarlo y responsabilizan a la mujer en el uso del condón.

Los adolescentes no están acostumbrados a recibir educación sexual dentro de una institución, para ellos es más sencillo hablar de sexualidad con amigos, pero la información que obtengan de ellos puede no ser certera y puede haber varios mitos, con los padres en la etapa de la adolescencia la comunicación en temas sexuales es muy poca y también puede ser información que viene de mitos y creencias, por lo que un escenario ideal para dar información a los adolescentes es una institución educativa en la que se diseñe un taller apropiado para la población a la que se le impartirá dicho taller, de manera que se genere un aprendizaje significativo para los jóvenes.

Es importante revisar algunos trabajos que han abordado el tema de sexualidad con adolescentes, se revisaron tres, el primero de ellos es el taller titulado: “Adolescentes: Propuesta de cambio actitudinal respecto a su sexualidad. Derechos sexuales y reproductivos”; planteándose la pregunta de investigación de la siguiente manera: “¿Es posible que, a través de un taller de sensibilización en salud sexual y reproductiva y derechos sexuales y reproductivos, las actitudes de las y los adolescentes respecto a la sexualidad se modifiquen?” Quintana (2012) indicó que, con la información necesaria y completa sobre la sexualidad, se pudiera sensibilizar a los adolescentes en el tema de los derechos sexuales y reproductivos y que ellos pudieran tener comportamientos diferentes con respecto a su sexualidad.

En su hipótesis planteó: “Si las y los adolescentes participan en un taller de sensibilización en derechos sexuales y reproductivos y promoción de la salud sexual y reproductiva, entonces mostrarán cambios de conducta y de actitudes.” (Quintana, 2012, p. 84) trabajó, con adolescentes de entre los 12 y 15 años. Para evaluar el impacto del taller utilizó la técnica de pre-test y pos-test, se abordaron temas biológicos, psicológicos, de identidad y sociales, observándose que los adolescentes tienen una dualidad basada en estereotipos y conductas tradicionales que llevan a cabo en sus prácticas, también se remarcó la importancia de tener la información completa para propiciar una actitud positiva hacia la sexualidad, datos sobre los derechos sexuales y reproductivos desde una base de información que pueda ser demostrada como cierta, ya que muchas veces los jóvenes consultan sus dudas con amigos o familiares y la información no siempre es certera, al respecto dijo:

Construyen su conducta psicológica desde los estereotipos culturales, sin fundamentos científicos y con grandes deficiencias informativas. El postest al grupo experimental demostró que, a mayor información, mejor y más claro manejo de las diferencias entre hombres y mujeres, demostrando que existen posibilidades de que se genere una actitud positiva hacia la sexualidad y sus diferencias de género (Quintana, 2012, p. 105-106).

El estudio demostró que había un bajo nivel de información en los grupos, con lo cual no era posible que los jóvenes tuviesen herramientas para la prevención. El

autor concluye que es necesario que sea dentro de espacios educativos en donde se impartan los conocimientos sobre educación sexual y que ésta sea de manera integral. Así mismo el autor refiere que los adolescentes que son sexualmente activos tienen muchos tabús, creencias y mitos, piensan que hay métodos anticonceptivos que según ellos son naturales, como el ritmo y el coito interrumpido, que los consideran como efectivos.

Los adolescentes después de asistir al taller tuvieron cambios de actitud y de prácticas sexuales de riesgo y en consecuencia de comportamiento. Los adolescentes reportaron que se sintieron bien asistiendo al taller, que conocieron cosas nuevas, por lo que:

Se logró sensibilizarlos en un cambio de valores y prácticas de riesgo, además de que contaran con la formación para la defensa de sus derechos sexuales y reproductivos modificando sus actitudes, como se demostró en el post-test. Especialmente se logró que fueran capaces de concientizarse se los obstáculos y retos a los que se deben enfrentar en una cultura como esta. (Quintana, 2012, p. 108).

Finalmente, el autor afirma que para lograr conductas sexuales libres de riesgo en los jóvenes se requiere de programas de educación sexual dirigidos a adolescentes con información y objetivos precisos.

Lázaro (2008), realizó una intervención con adolescentes y se planteó como objetivo “Identificar los conocimientos sobre sexualidad de los alumnos adolescentes de la escuela preparatoria” (Lázaro, 2008, p.10), dicho estudio buscó identificar si los adolescentes tienen información sobre lo que son los métodos de planificación familiar y sus ventajas de utilizarlos, también sobre las enfermedades de transmisión sexual y su forma de prevención. Asimismo, buscaron investigar de qué fuentes están teniendo la información de sexualidad los adolescentes encuestados y, por último, si conocen los riesgos de una relación sexual sin protección.

El motivo de la realización de esta investigación es que existen y persisten embarazos no planeados y enfermedades de transmisión sexual en adolescentes, por

lo que se infirió que no tienen una educación sexual integral. Con los datos obtenidos se pretendía preparar programas estratégicos para que los jóvenes tengan más conocimientos sobre la sexualidad, esto con la finalidad de disminuir las enfermedades de transmisión sexual, los embarazos no deseados, ya que ambas situaciones tienen consecuencias en los adolescentes y en su entorno y pueden intervenir en su desarrollo y en su salud.

Este estudio tuvo una población de 125 alumnos de bachillerato, en donde aplicaron encuestas a todos los estudiantes de los tres semestres, por lo que:

Se utilizaron dos tipos de variables, la primera fue de definición sociodemográfica en las que estudiaron las poblaciones y su dimensión, estructura, evolución y características generales, la segunda fue de conocimiento, y se estudió el conjunto de datos sobre hechos, verdades o de información ganada a través de la experiencia o del aprendizaje, o a través de introspección (Lázaro, 2008, p.13).

Después de aplicar las encuestas y analizar los datos, concluyeron que, en términos generales, los adolescentes de la escuela preparatoria tienen más conocimientos sobre sexualidad, pero, aun así, un alto porcentaje de alumnos no utilizaron un método anticonceptivo, al menos en su primera relación sexual. También se analizó información sobre las principales fuentes de información de los alumnos sobre sexualidad, y resultó que corresponde a los amigos.

En la tesis cuyo título es: “Conociendo y reconociendo mi sexualidad una experiencia con adolescentes” León (2014) tuvo como objetivo general: Evaluar el impacto del taller en los jóvenes que asistieron. Se planteó si habría un cambio en los participantes después de asistir a un taller en el cual se les daría información acerca de su sexualidad. Se tomó una muestra de 41 personas. Los resultados mostraron “...un incremento en la información con la que ahora cuentan los adolescentes sobre los métodos de prevención anticonceptiva, ya conocen otras alternativas para cuidarse e identifican el condón [...] como la opción más efectiva para una relación sexual coital” (León, 2014, p.64-65).

Según León (2014) hubo un incremento en relación con los comportamientos que tenían los jóvenes acerca de áreas importantes en sus vidas, como son la asertividad, la manera de decidir y tener control y responsabilidad de sus conductas sexuales para que puedan desarrollarse de manera plena como personas en la sociedad. El estudio concluye que se cumplió con el objetivo, ya que con la información proporcionada los adolescentes pudieron reconocer los factores de riesgo en una relación sexual, porque se les facilitó información clara y certera acerca de la sexualidad.

Por último se rescata la sugerencia de Barrera y Pick (2006) que argumentaron “...son necesarios los contenidos informativos claros y objetivos como parte fundamental de los programas de educación sexual cuyo objetivo sea el de promover conductas sexuales libres de riesgo en la población adolescente” (Pérez de la Barrera & Pick 2006, p. 333), menciona también que los adolescentes tienen creencias sobre el uso del preservativo y por ello no lo utilizan, por lo que revertir esas creencias puede hacer que los jóvenes lo utilicen con mayor frecuencia para prevenir las conductas de riesgo. Con lo anterior se rescata la relevancia de esta intervención, toda vez que se busca que los adolescentes construyan saberes sobre la sexualidad, en miras de incrementar conductas de protección desde su propia experiencia.

## **2.2. Fundamentación teórica de la intervención, desde el enfoque centrado en la persona**

En este apartado se justificará la intervención desde la perspectiva centrada en la persona para obtener un desarrollo humano, promoviendo la creación de valores en los adolescentes.

Lafarga habla de “...crear las condiciones que desbloquean la tendencia autorealizante, hipótesis básica del enfoque centrado en la persona” (2005b, p.8), de acuerdo con esta afirmación, toda persona tiene un potencial para desarrollarse, pero en ocasiones la persona no sabe cómo hacerlo. La Terapia Centrada en la Persona, puede ayudar a desbloquear elementos que impiden el desarrollo, sin influir en la persona, es decir, dejando que cada persona tenga la libertad para decidir el rumbo de su vida. Lafarga agrega que “el núcleo esencial del Desarrollo Humano está, para mí,

en promover la emergencia de los valores propios en cada persona, en los grupos y en la sociedad” (2005b, p.9) yo creo que, aunque existen valores universales, cada individuo puede descubrirse como persona única en el mundo y esto es relevante en la medida en que las personas fomentan la tolerancia y el respeto por la sexualidad ejercida libremente por los demás.

Por su parte, Rogers (2007) destaca la importancia de entender al organismo humano y la dinámica de su desarrollo. Todos los organismos tienden a desarrollar sus potencialidades, sin embargo, hay situaciones que pueden frenar esta tendencia y pareciera que en vez de desarrollarse cada vez se limitan más. Menciona que lo ideal sería dejar que el cliente exprese libremente sus problemas, sus actitudes y escucharlo para que diga cómo se siente en sus propias palabras y para que surja la tendencia de hablar en función de su propio yo. “El yo ideal (o la idea del yo) es el término usado para definir el concepto del yo que el individuo desearía poseer y al cual asigna un valor de la importancia” (Rogers, 2007, p. 30).

La experiencia son datos inmediatos que entran a la mente, algunos de estos datos pueden pasar a la conciencia y otros no, los datos que no pasan a la conciencia no se borrarán ni se irán a ninguna parte, se guardarán, estarán disponibles y en algún momento pueden formar parte de nuestra experiencia. “...comenzamos a percibir el “yo” como un criterio por medio del cual el organismo seleccionaba las experiencias que no podían ser aceptadas en la conciencia sin causar desasosiego” (Rogers, 2007, p.33). Hay experiencias que se registran inmediatamente y que están presentes en la conciencia y otras no estarán porque esas podrían causar desasosiego y muchas veces lo evitamos como una manera de protegernos. Rogers (1982) dice que el individuo debe entender que no debe tener miedo a la experiencia vivida, sino reconocerla como parte de su sí mismo cambiante y en desarrollo.

Otro concepto importante es la percepción, es decir, “esta concepción puramente psicológica de la percepción no excluye la validez de las concepciones fisiológicas” (Rogers 2007, p.29). Cuando se percibe algo no quiere decir que otra persona lo perciba de la misma manera. Esto es fundamental para una relación de ayuda, en donde el cliente no va a percibir su situación igual que el terapeuta, el terapeuta pretende ser empático con el cliente y tratar de percibir de la misma forma que el cliente lo está haciendo. Este punto es de suma importancia, ya que cuando una persona

cuenta su experiencia, ésta será desde su propio marco de referencia, no se trata de dar la razón a la persona, sino ser empático con su experiencia.

Cuando se hace un trabajo basado en la psicología humanista y con un Enfoque Centrado en la Persona, se pretende aplicar las aportaciones de Carl Rogers en su tercera etapa, en dónde se busca que la persona tenga una relación interpersonal más afectiva con el terapeuta, enfocándose más en el tiempo presente y menos en el pasado. El cliente se ve más como persona que como un objeto y el terapeuta lo acompaña en su experiencia, respetando el marco de referencia del cliente.

La psicología humanista considera a los seres humanos como personas únicas, no como objetos que funcionan mecánicamente y que siguiendo un mismo procedimiento se llegará al mismo resultado en todos los casos. Se trata de sumar, no de restar, es decir, la psicología humanista no trata de sustituir otras ramas de la psicología, sino complementarlas considerando que el ser humano no se debe analizar por partes separadas porque funciona sistémicamente, en donde la afectación de una de sus partes afectará el conjunto del todo.

### **2.2.1. Autorrealización, desarrollo y crecimiento personal en el adolescente**

La autorrealización según Maslow (1973) es la plenitud humana, es el desarrollo que tiene un ser humano de acuerdo con su biología, y es para todos, puede haber sufrimiento y tristeza para llegar a ella, pero en ocasiones es necesario. No dejar que las personas sufran puede llevar a un superproteccionismo, y esto sí puede ser una falta de respeto hacia la integridad, el desarrollo y la esencia misma de la persona. En palabras de Maslow (1973):

Esto significa que el concepto de autorrealización implica conflicto y decisión o elección prácticas. También significa que la lucha, el esfuerzo, la tensión, incertidumbre, sentimiento de culpa, pesar, deben ser «epi-fenómenos» necesarios de la autorrealización. Significa, por fin, que la auto-realización implica necesariamente ambas cosas: contemplación y acción (Maslow, 1973, p.87).

Maslow (1973) afirma que existe la posibilidad real de fomentar el desarrollo de las personas, depende de factores externos a ellas mismas, como la cultura, y define el desarrollo como el conjunto de los varios procesos que llevan al individuo a la autorrealización definitiva, que va pasando por todo el período de la vida de la persona, no es sólo una satisfacción progresiva de las necesidades básicas, también son las motivaciones particulares del desarrollo que van por encima de las necesidades básicas, como pueden ser destrezas, cualidades, habilidades.

No es sino el impulso que se manifiesta en toda vida orgánica y humana de expansión, extensión, autonomía, desarrollo, maduración, la tendencia a expresar y actualizar todas las capacidades del organismo, en la medida en que tal actualización aumenta el valor del organismo o del sí mismo. (Rogers, 1982, p.20).

Es un impulso que puede tener toda la vida orgánica y entre más aumente, aumenta también el valor del sí mismo. La autorrealización está presente en todos los seres humanos, siempre y cuando haya condiciones que propicien que se libere y se exprese. Fromm (1971) menciona que una persona a través de su realización la voluntad se realiza, así como su yo individual, y esa autorrealización establece una satisfacción determinante en el individuo.

El desarrollo sucede, dice Rogers (1982) cuando se pueden comprender y expresar y aceptar empáticamente los sentimientos y descubrir que pueden moverse en diferentes direcciones. Al crearse un tipo de relación, la persona puede descubrir en sí misma su aptitud para madurar, producir cambios y desarrollarse. Es importante no considerar a la otra persona como a alguien estático, que ya está diagnosticado y etiquetado, ya marcado por su pasado, sino aceptarlo como un individuo en un proceso de transformación, y ayudarlo a confirmar y realizar sus potencialidades.

Rogers (1980) sugiere que la tendencia actualizante es una motivación constructiva para el ser humano, aún cuando aparentemente no parezca así. "Considero que la tendencia actualizante en el organismo humano es la motivación básica" (Rogers, 1980, p. 164). El autor plantea que hay individuos en los que no concuerdan el aspecto organísmico con el sí mismo consciente. Si a una persona se le motiva en forma constructiva no habría nada que detuviera su tendencia actualizante.

Cuando la persona puede identificar sus sentimientos y hacerse consciente de ellos entonces tiene el poder de elegir como quiere vivirlos.

“En la persona que está funcionando bien, la conciencia tiende a ser algo reflexivo... la conciencia es simplemente un reflejo de un aspecto de la corriente del organismo en ese momento. Es sólo cuando el funcionamiento se interrumpe, que surge una conciencia muy clara de su ser consciente.” (Rogers, 1980, p.169).

Rogers (2007) menciona que los adolescentes pueden dejar de tener esa consciencia de sus sentimientos, lo que puede provocar que el funcionamiento orgánico de ellos se separe y se desintegre debido a creencias e ideas que se siembran desde niños y se deja de dar importancia al propio proceso experimental. El crecimiento personal tiene que ver con la tendencia actualizante y el desarrollo personal, ya que es la actualización de las potencialidades que tiene un ser humano de manera que la persona pueda caminar e ir más allá de su desarrollo físico para aumentar las posibilidades de ser una persona que piensa, siente y actúa de una manera plena.

Papalia (2009) dice que la adolescencia es una etapa de la vida en la que los cambios físicos, emocionales y psicosociales dependerán del lugar de nacimiento, la cultura, las costumbres y algunos otros factores externos, como el nivel económico, la religión y las normas de la sociedad en la que se desenvuelve.

Definir exactamente la etapa en que empieza la adolescencia no es tan sencillo como parece. Para la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2016), esta etapa se extiende de los 10 a los 19 años, mientras Erikson (1968) mencionó que va de los 12 a los 20 años. Lo cierto es que es difícil delimitar exactamente la etapa de la adolescencia porque se trata de un periodo en el que se aprecia claramente un proceso de transformación en la persona. Una de las características principales de esta etapa es la búsqueda de la identidad, ya que según Erikson (1968) una persona no puede sentirse viva si no tiene un sentimiento de identidad.

Erikson (1968) menciona que la adolescencia es un periodo delimitado en el que la persona define un estilo de vida que está entre la niñez y la adultez, en el que el joven tiene inseguridades e inquietudes sobre el papel que deberá jugar como adulto, por tal motivo se pueden mostrar indecisos, volubles y hasta arbitrarios y esto es porque

se preocupan de la disparidad entre cómo los perciben los adultos y cómo se ven a ellos mismos. Hay una crisis de identidad, en la que existe un factor elemental que es el que ellos puedan confiar en sí mismos y en los demás, por lo que tratará de encontrar personas e ideas en las que pueda creer.

El adolescente en la búsqueda de su formación final de la identidad dice Erikson (1968) le preocupa adquirir obligaciones que impliquen muchas expectativas porque desea tener la aprobación de los demás y siente miedo de llevar a cabo acciones en las que si no salen las cosas como él espera se sienta ridiculizado y dudando de sus propias capacidades, lo cual altera a los jóvenes que desean estar en una identidad ocupacional.

Por otra parte "...el amor del adolescente es un intento de lograr una definición de la propia identidad, proyectando sobre otro la imagen difusa de su yo, que así ve reflejada y establecida gradualmente" (Erikson, 1968, p. 108). Solo cuando la construcción de la identidad está bien guiada, se puede facilitar la verdadera intimidad, por tal motivo muchas veces el amor en ellos es hablar y comunicarse. Los jóvenes pueden ser intolerantes y hasta pueden discriminar a personas que ellos consideran que son diferentes y esto se debe a que sienten una pérdida de identidad, misma que sienten día a día con los cambios que tienen en su cuerpo y en sus pensamientos.

La adolescencia es la etapa de crecer, de convertirse en adultos. Al adolescente le cuesta trabajo definir su identidad, le cuesta trabajo procesar, en ocasiones no está satisfecho con los nuevos sentimientos y conductas que experimenta, aunado a esto, el adolescente se mira físicamente diferente día a día, con cambios corporales evidentes, sintiéndose una persona nueva y diferente a la que desconoce. El adolescente necesita encontrar su identidad, desarrollarse, aceptar y canalizar de forma positiva los nuevos pensamientos, conductas y actitudes, esta búsqueda lo puede poner en un estado de vulnerabilidad y al estar vulnerable puede establecerse según Rogers (1961) una relación de ayuda que para llevarla a cabo propone siete etapas en el proceso. Regularmente al inicio de dicho proceso se empieza en la etapa uno en donde fluye poco la comunicación interna y se refiere mucho a hechos externos, también hay bloqueo entre la comunicación interna entre ella y la experiencia. "La persona no comunica su sí mismo, solamente se refiere a acontecimientos externos; [...] exenta de problemas [...] hay un intenso bloqueo de la comunicación e sí mismo y la experiencia"

(Rogers, 2002, p. 123-124). La segunda etapa del proceso de Rogers es cuando el individuo puede empezar a describir sus sentimientos como alegría y felicidad, aunque como externos a él. Los problemas los percibe como externos a él mismo y también empieza a fluir su expresión. “La segunda etapa se inicia sólo cuando el sujeto puede vivir la experiencia de ser plenamente recibido. [...] se produce un ligero aflojamiento y fluidez de la expresión simbólica” (Rogers, 2014, p.124)

La tercera etapa sucede cuando la persona acepta sentimientos, “El cliente vivencia plenamente la actitud de implorar y reconoce con absoluta claridad la discrepancia que existe entre esa vivencia y su concepto de sí mismo. [...] se siente independiente de su viejo mundo.” (Rogers, 2014, p.138). En la cuarta etapa describe sentimientos más intensos y se describen como objetos del presente, también pueden expresar sentimientos en tiempo presente. La construcción de la experiencia adquiere mayor flexibilidad y se descubren algunos constructos personales. La persona se arriesga y empieza a relacionarse poco a poco a partir de sus sentimientos. “Cuando el cliente se siente comprendido, aceptado con agrado y recibido [...] los sentimientos comienzan a fluir con mayor libertad; [...] podemos intentar detectar algunos rasgos de esta relajación y agruparlos en una cuarta fase del proceso” (Rogers, 2014, p.127). En la quinta etapa La persona se siente recibida y por ello aumenta su flexibilidad y su libertad, expresa sus sentimientos de forma más libre, aunque cuando se da cuenta de ellos pueden provocarles temor. Cada vez reconoce más los sentimientos del sí mismo como propios y la experiencia se construye mucho menos rígida por lo que es factible que se descubran nuevos constructos personales. Empieza notablemente a diferenciar sentimientos de significados y aumenta la responsabilidad en los problemas que enfrenta el individuo. La comunicación interna mejora. “... a diferencia de la primera etapa, muchos aspectos el cliente están en estado fluido. El cliente se halla mucho más próximo a su ser orgánico, [...] mejores condiciones para integrar el flujo de sus sentimientos.” (Rogers, 2014, p.132)

En la sexta etapa la persona se siente totalmente recibida en la relación de ayuda y experimenta sus sentimientos que fluyen, aunque con ello tenga consecuencias no agradables, ya no hay temor, no lucha contra sus sentimientos ni los niega. El sí mismo como objeto casi desaparece. La comunicación interna es mucho más libre y casi sin bloqueos. La incongruencia entre la experiencia y la percepción se detecta

rápidamente. “El cliente vivencia plenamente la actitud de implorar y reconoce con absoluta claridad la discrepancia que existe entre esa vivencia y su concepto de sí mismo [...] se siente independiente de su viejo mundo.” (Rogers, 2014, p.138). Por último, en la séptima etapa se experimentan los sentimientos nuevos de forma inmediata dentro y fuera de la relación de ayuda. Hay vivencia de los sentimientos. Deja los aspectos limitados por creencias y estructuras pasadas, experimenta situaciones como nuevas y no como pasadas. El sí mismo ya no se vive como objeto casi nunca.

Quando el individuo ha alcanzado la séptima etapa [...] ha incorporado la cualidad de movimiento, fluidez y cambio en cada aspecto de su vida [...] vive conscientemente sus sentimientos, los acepta y confía en ellos. [...] Su vivencia tiene carácter de proceso. [...] sabe que está experimentando; [...] se comunica libremente en las relaciones con los demás, [...] consciente de sí mismo, pero no como objeto; [...] se relaciona con sus problemas de manera responsable (Rogers, 2014, Pp.142-143).

Los constructos personales se replantean y luego se validan y la comunicación que tiene el individuo es más clara, hay más congruencia, llama de nueva manera a sus sentimientos y tiene la libertad de elegir su nueva forma de ser. Esta es la última etapa del proceso y son pocas las personas que alcanzan a estar totalmente en ésta.

Olivares, (1998) menciona que el proceso de convertirse en persona puede verse afectado en la etapa de la adolescencia porque una persona que se encuentra en esa etapa está en estado de vulnerabilidad, casi igual que una persona disfuncional. La persona cambia continuamente físicamente, mentalmente y psicosocialmente.

La forma en que las personas se relacionan entre sí es más o menos constante a lo largo de la vida, lo que significa que los niños que eran amistosos serán adolescentes amistosos y aquellos que fueron retraídos lo seguirán siendo (Oliva, 1999). A pesar de esto, los cambios físicos y psicológicos experimentados repercuten en las formas de relacionarse y en las personas con las que los individuos se relacionan. Sin embargo, en este proceso los adolescentes son más independientes y su contexto social no involucra solamente a la familia, lo que lleva a un proceso de adaptación social que ayuda a que los patrones de comportamiento social aprendidos en la infancia, que han dejado de ser útiles, se sustituyan por nuevas formas de relacionarse (Hurlock, 1980). Esto significa que un niño que fue tímido puede llegar a ser un adolescente extrovertido.

Es importante para el adolescente tener un parámetro para relacionarse en la familia o la escuela, este parámetro se va formando de acuerdo con su propia experiencia en la que ve y aprende desde su familia y busca oportunidades para practicar lo aprendido. En la medida en que comprenda qué comportamientos son apropiados en diferentes circunstancias sociales, y pueda ejecutarlos, se sentirá más confiado y podrá desenvolverse con facilidad, lo que a su vez le obtendrá la aprobación de los demás (Hurlock, 1980).

En la sociedad mexicana los adolescentes de clase media y clase alta normalmente estudian, ya sea en el sistema educativo o en algún contexto de aprendizaje profesional, viven en casa de sus padres y dependen de ellos, algunos trabajan, valoran a la familia. Para lograr la autorrealización en los adolescentes pueden participar según (Rogers, 1982) un asesor, un médico o el administrador o cualquier persona que se comporte de manera expresiva, afectuosa, respetuosa de su individualidad, esas personas facilitan la autorrealización de la misma forma que los padres. Una persona que empieza un proceso de autorrealización avanzará a experiencias más alentadoras, atractivas, creativas y enriquecedoras.

Minuchin y Fisman (1981), maestros en terapia familiar exponen la labor del terapeuta desde la primera sesión, las metas de la terapia y su culminación para alcanzar un mejor funcionamiento familiar. Los autores plantean una terapia espontánea integrándose el terapeuta al sistema de personas que dependen mutuamente en la familia y usando un lenguaje usual, que parezca que no ha sido previamente planeado. También se refieren a buscar cierto grado de compenetración entre el terapeuta y el paciente, para con una visión empática logre entender los problemas que lo agobian. Señalan respecto de la formación del terapeuta, consta de dos fases:

I Observación. - los maestros enseñan su estilo terapéutico en sesiones en vivo, que los discípulos observan mientras el maestro hace terapia de familia ante un falso espejo. Los aspirantes interpretan los movimientos del terapeuta.

II Práctica. - Consiste en la supervisión de los estudiantes en las sesiones de terapia conducidas por ellos mismos. Mientras realiza su entrevista el estudiante sabe que el profesor le llamará por teléfono si es necesario. (p. 12 y 19)

## **Psicología de desarrollo en el adolescente**

La psicología del desarrollo humano es una disciplina que estudia los cambios del sujeto, desde su conducta a partir de su nacimiento, hasta el envejecimiento. Los cambios que se estudian son internos y externos, es decir, cambios visibles y no directamente visibles. Hay dos tipos de cambios en el desarrollo de la persona, los cualitativos y los cuantitativos. Los cambios cualitativos son los que no pueden determinarse con facilidad en base a experiencias previas, mientras los cambios cuantitativos son los que se expresan en número y cantidad, son medibles como el peso o la estatura. (Papalia, 2004).

Una de las etapas de desarrollo más importantes del ser humano es durante la adolescencia. Anaya (2009) define a un adolescente como una persona que está pasando por un periodo en el que hay cambios psicológicos y biológicos, hay una transición en el desarrollo, en la cual la persona pasa de la niñez a la adultez, que se llama adolescencia.

Pérez y Navarro Soria (2011) mencionan que la psicología del desarrollo humano son todos los cambios psicológicos sistemáticos que tiene una persona desde que nace hasta que muere, y estos cambios son influenciados por varios factores que pueden ser continuidad, herencia, ambiente, ideografía y el contexto en el que se desarrolla el individuo, "...el desarrollo debe ser entendido como un proceso continuo, global y dotado de una gran flexibilidad" (Pérez & Navarro Soria, 2011, p.13). Un cambio sistemático es aquel que depende de otros factores. Las áreas del desarrollo funcionan sistemáticamente, ya que están interrelacionadas, es decir, lo que pasa con la conducta de cada elemento tiene un efecto sobre la conducta del todo. Los elementos no son independientes.

La psicología del desarrollo estudia los cambios conductuales y psicológicos de las personas desde la infancia, y cubre todo el periodo de vida, desde la concepción hasta la muerte. El desarrollo humano a través de la libertad y las capacidades que la persona va desarrollando aumenta la gama de posibilidades de las personas. El desarrollo humano en la persona durante el transcurso de la vida es multifacético, es decir, depende de varios factores que van desde su contexto histórico, social y personal, como su cultura, clase social, época, influencias ideológicas, historia familiar y

experiencia de cada individuo, por eso cada persona desde que nace es diferente a las demás.

El modelo cronológico da una clara idea de lo que sucede en el individuo en estos periodos. Papalia (2004) menciona que el desarrollo humano de la persona abarca un amplio rango de disciplinas, como son la psicología, psiquiatría, sociología, antropología, biología, genética, ciencias de la familia, educación, historia, filosofía y medicina, desde factores físicos que se aprecian visualmente por cambios en el cuerpo, cognitivos, que son los cambios en los que la persona aprende y procesa el conocimiento, y psicosociales, que tienen que ver con la forma en la que un adolescente interactúa con la sociedad.

### **Desarrollo del adolescente**

Papalia (2009) menciona que en el siglo XX se reconoció la adolescencia como un periodo diferenciado de la vida en occidente y que los niños y niñas que nacen en países desarrollados en occidente alcanzan más rápido la madurez sexual, comparándolos con los países en desarrollo del mundo occidental. El desarrollo de la persona comprende tres ámbitos que están interrelacionados entre sí. Estos ámbitos son el desarrollo físico, cognitivo y psicosocial. El desarrollo físico es el que comprende el cuerpo de la persona, la salud física del cuerpo incluye el cerebro desde su parte funcional y sus habilidades motoras. El desarrollo cognitivo involucra los cambios y la estabilidad en la capacidad mental de la persona. El desarrollo psicosocial comprende la vida emocional, las relaciones con otras personas, los cambios que suceden con el individuo y la estabilidad en su personalidad. Todos ellos se interrelacionan entre sí, por ejemplo: si hay un problema físico en la boca, como labio leporino, la persona no podrá hablar adecuadamente y tendrá repercusiones sociales.

### **Los cambios físicos**

Los cambios físicos en los adolescentes tienen que ver con la estatura, la cual cambia continuamente durante el periodo de crecimiento. El organismo no crece de manera uniforme, y los jóvenes pueden ver que en ocasiones pueden crecer más los brazos en

proporción del dorso, y lo mismo sucede con la cara, las piernas y pies. Como consecuencia, estos cambios pueden propiciar que las personas a esta edad se sientan torpes e incómodas, a veces tienden a caerse con más frecuencia y por esas razones tienden a evitar el contacto con otros individuos.

La adolescencia es el fin de la niñez, se observa rápido crecimiento y cambio de proporción y formas corporales, es en esta etapa en la que se desarrolla la madurez sexual. Papalia (2009) alude que en la adolescencia hay una gran producción de hormonas que se relacionan con el sexo y que sucede en dos etapas de nombre adrenarquia y gonadarquia. En la adrenarquia se maduran las glándulas suprarrenales y dos años después se maduran los órganos sexuales en la gonadarquia. Papalia (2009) dice que las niñas pueden mostrar un desarrollo sexual más temprano cuando la cantidad de grasa corporal alcanza un nivel crítico que permitiría una reproducción exitosa, ya que de eso depende la actividad hormonal.

En la adolescencia maduran y se agrandan los órganos sexuales y se les llama características sexuales primarias, en las niñas son los ovarios, las trompas de falopio, útero, clítoris y vagina, en los niños maduran y crecen los testículos, pene, escroto, vesículas seminales y la próstata. También hay otros cambios físicos que se denominan características secundarias, que son las que no involucran directamente a los órganos sexuales, por ejemplo, en las niñas son los senos y en los niños los hombros anchos, en ambos, la voz, la piel, el vello y el tono muscular.

Un niño que entra a la adolescencia generalmente dará el estirón según Papalia (2009) entre los 10 y los 16 años, mientras que en las niñas sucede entre los 9 y los 14 años de edad. Generalmente las niñas crecen a una edad más temprana que los niños, pero el crecimiento de los niños y niñas es diferente. Al niño le empiezan a crecer todas las partes del cuerpo; los hombros se vuelven más anchos y las piernas se vuelven más largas en proporción a su tronco, también los brazos son más largos en proporción a su estatura. A las niñas se les hace más ancha la cadera y a ellas se les acumula más rápido que a los niños. A las niñas les llega la menstruación y a los niños la producción de esperma como signos de madurez sexual alrededor de los 13 años. La atracción sexual suele empezar a los 10 años, cuando las glándulas suprarrenales incrementan su producción hormonal.

El cerebro del adolescente está todavía en proceso de desarrollo. Papalia (2009) agrega que los adolescentes tempranos tienden a usar la amígdala en reacciones emocionales e instintivas, mientras los adolescentes mayores de 14 a 17 años generalmente ya usan los lóbulos frontales de manera similar que un adulto. Cuando el cerebro está en pleno desarrollo puede haber problemas de sentimientos que anulan la razón y por ello no hacen caso a las advertencias de los adultos, por consiguiente, los adolescentes suelen hacer juicios menos exactos y menos razonados.

El cuerpo de la persona cambia, ya no es niño, ni adulto, por ejemplo, el rostro cambia, la frente suele hacerse más alta y más ancha, la nariz y la mandíbula se hacen prominentes y los labios engrosan (Shaffer, 2000). Además, la activación de las glándulas sebáceas puede implicar la aparición de acné (Hurlock, 1980).

Estos cambios pueden generar incomodidad en el adolescente y éste se llega a preguntar si lo que le pasa es normal. Las alteraciones del organismo pueden llegar a hiperactividad, trastornos digestivos, cefaleas, fatiga y sensación de desánimo (Hurlock, 1980) menciona que hay adolescentes que presentan estos cambios antes que otros; las repercusiones son positivas y negativas. Para un chico puede ser agradable estar más musculoso que otro, pero también puede sentirse mal si tiene más acné que otro.

Entre los adolescentes hay parámetros difíciles de alcanzar entre ellos, los cuales son ideales según sus propios estándares, como puede ser la estatura, el peso, el color de cabello. En esta etapa la persona tiene la capacidad de crecer, desarrollarse, ir hacia la búsqueda de una identidad y a la autorrealización que como individuo que es tiene toda la capacidad de hacerlo para lograr tener una vida plena.

### **Los cambios cognitivos.**

Papalia (2009) dice que los cambios cognitivos en esta etapa incluyen la capacidad de pensamiento abstracto, manejan información nueva y flexible, entienden el tiempo histórico y el espacio extraterrestre, tienen la posibilidad de aprender álgebra y cálculo, aprecian las metáforas y alegorías, pueden encontrar el gusto por la literatura, pueden pensar no sólo en el presente, sino proyectar ideas para el futuro. Imaginan posibilidades. En cambio (Carretero y León, 1999) dicen que los adolescentes alcanzan

un pensamiento más complejo que los niños, se comportan más autónomos y se cuestionan más sus pensamientos.

La estimulación ambiental dice Papalia (2009) es un factor importante en el desarrollo cognitivo, no todas las personas pueden efectuar operaciones formales y las que son capaces no siempre lo hacen. Hay cambios estructurales y funcionales en el proceso de información; los estructurales incluyen incremento del conocimiento y ampliación de la memoria, los funcionales incluyen el progreso del razonamiento deductivo.

Los adolescentes no sólo lucen diferentes con respecto a los niños más pequeños, también piensan y hablan de manera distinta. Su pensamiento aún es inmaduro, pero ya son notorias sus nuevas capacidades de razonamiento abstracto, también comienzan a hacer planes más realistas para el futuro.

Las personas adolescentes se preparan para una nueva forma de pensamiento (Carretero y León, 1999) mencionan que a este nuevo pensamiento se le conoce como “pensamiento formal”, éste es otra manera de raciocinio; se presupone que todas las personas van a tener un pensamiento formal, pero se ha observado que esto no es así, y que realmente no se adquiere fácilmente ni de manera homogénea. Las características del pensamiento formal son varias capacidades que adquiere el ser humano, como la de formular hipótesis y confirmarlas conjuntamente o sucesivamente, pensar en base a propuestas que delimitan lo que es posible y lo que no lo es, concebir varias posibilidades. La realidad es una de ellas. Los adolescentes pueden pensar más claramente sobre temas que ya les son conocidos o que les resultan atractivos o agradables y las explicaciones que se hacen sobre la vida regularmente están guiadas más por el sentido común y la experiencia que por un razonamiento estrictamente científico. También en la adolescencia la persona puede plantearse varios cuestionamientos sobre sí mismo y sobre su camino por la vida, que como todo ser vivo puede ir a encontrar su propia autorrealización cuando la persona se encuentra con las condiciones necesarias para crecer, liberarse y expresarse, ir hacia su propia maduración para ser una persona satisfecha y plena.

## **Los cambios psicosociales**

Los adolescentes se encuentran en una búsqueda constante de identidad, Erikson (1968) señala que el esfuerzo por dar sentido al “yo” no sólo es una especie de malestar madurativo, sino una parte de un proceso saludable y vital para afrontar los desafíos de la adultez y se basa en la confianza, la autonomía, la iniciativa y la laboriosidad. El adolescente trata de dar un sentido coherente de su “yo” que incluya el papel que debe desempeñar en la sociedad. La búsqueda de la identidad puede demorar hasta los 25 años, en donde cierto grado de confusión de la identidad es normal.

Papalia (2009) dice que cuando un adolescente reconoce su identidad satisfactoriamente, entonces desarrolla la virtud de la lealtad o fe, o un sentido de pertenencia a un ser querido, o a los amigos o compañeros. La fidelidad es una extensión de la confianza. Al compartir sentimientos y pensamientos, el adolescente percibe una identidad cuando la ve reflejada en los ojos de un ser querido. El autor comenta que, en la etapa de la adolescencia, la persona busca su identidad para convertirse en un adulto único con un coherente sentido del yo y un rol valorado en la sociedad. Por su parte, Erikson (1968) describe que la tarea principal de un adolescente es confrontar la crisis de identidad que se construye cuando los adolescentes resuelven tres problemas importantes: elegir una ocupación, adoptar valores con los cuales quiere vivir y desarrollar una identidad sexual satisfactoria.

Papalia (2009) indica que los adolescentes pasan por cuatro estados de identidad, el primero es el logro de la identidad en el cual hay un compromiso con las elecciones hechas después de una crisis, es un periodo que se dedica a la exploración de alternativas, tomando en cuenta que una crisis es un periodo en el que se toma una decisión consciente relacionada con la formación de la identidad. El segundo estado es la exclusión, aquí la persona no ha dedicado tiempo a explorar alternativas, no ha pasado por una crisis, se compromete con los planes que otra persona ha establecido para su vida. El tercer estado es la moratoria; es cuando una persona en crisis considera alternativas al parecer dirigidas por un sentido de compromiso. El cuarto estado es la difusión de la identidad que se caracteriza por la ausencia de compromiso y la falta grave de las alternativas.

La identidad sexual es cuando el adolescente se ve a sí mismo como un ser sexuado que reconoce su propia orientación sexual, acepta cambios sexuales y establece apegos románticos o sexuales. La conciencia de la sexualidad es muy importante, ya que afecta las relaciones y la imagen de sí mismo, aunque está definida por factores biológicos, su expresión es definida por la cultura. Otro factor importante en el desarrollo psicosocial del adolescente es que la persona cambia de ambiente social, los lugares a donde asiste para entretenerse cambian de manera significativa, se empieza a relacionar más en función de la atracción por otra persona, en ocasiones trata de imitar comportamientos de otros adolescentes y adultos, por lo que puede empezar con algún vicio como el cigarro, el alcohol o alguna otra droga. También se empieza a desarrollar su independencia, tiene más responsabilidades y quiere cumplir con sus expectativas personales y de la sociedad en la que se desenvuelve, quiere ser reconocido y respetado por los demás.

Basado en la experiencia humana y en los estudios antropológicos, (Bordignon, 2005) hace alusión a una tabla de Erikson que representa que la existencia de un ser humano depende, en todos los momentos, de tres procesos de organización complementarios.



Tabla 3.

*Los estadios relacionados con las edades.*

<b>ESTADÍO</b>	<b>Estadios y Modos Psicosexuales</b>	<b>Crisis Psicosociales Sintónica y Distónica</b>	<b>Relaciones Sociales significativas</b>	<b>Fuerzas Básicas Virtudes y Fuerzas Sincrónicas</b>	<b>Patologías Básicas Antipatía y fuerza Distónica</b>	<b>Principios Relacionados de orden Social</b>	<b>Ritualizaciones vinculantes- Integrantes (institución)</b>	<b>Ritualizaciones Desvinculantes- Desintegrantes (Sistemas Sociales)</b>
I- INFANTE (1 año)	SENSORIO MOTOR-ORAL	CONFIANZA VS. DESCONFIANZA	PERSONA MATERNA	ESPERANZA "Yo soy la esperanza de tener y dar"	DESCONFIANZA Retraimiento	ORDEN CÓSMICO Universo (Religión)	TRASCENDENTE (Religión- Iglesia)	IDOLATRIA
II- INFANCIA (2 a 3 años)	RESPIRATORIO MUSCULAR-ANAL ENTRENAMIENTO HIGIENICO	BÁSICA AUTONOMÍA VS. VERGÜENZA Y DUDA	Diada PADRES	VOLUNTAD "Yo soy lo que puedo querer libremente"	VERGÜENZA Y DUDA	LEY Y ORDEN (Legal)	JUDICIALES Ley y conciencia (Judiciario)	LEGALISMO
III- PRE-ESCOLAR EDAD (3 A 5 años)	INFANTIL Genital- locomotor. Aprendizaje Sexual	INICIATIVA VS. CULPA Y MIEDOS	FAMILIA BASICA Triada	PROPÓSITO "Yo soy lo que puedo imaginar que seré"	SENTIMIENTO DE CULPA Y MIEDOS Inhibición	PROTOTIPOS IDEALES (Arte)	DRAMÁTICAS Arte, teatro, cine, mitología (Artes dramáticas)	MORALISMO
IV- EDAD ESCOLAR (6 a 12 años)	LATENCIA	LABORIOSIDAD VS. INFERIORIDAD	VECINDARIO Y ESCUELA	COMPETENCIA "Yo soy lo que puedo aprender para realizar en el trabajo"	INFERIORIDAD Inercia	ORDEN TECNOLÓGICO (Tecnología)	FORMALES Técnicas (Tecnología)	FORMALISMO
V- ADOLESCENCIA (12 A 20 años)	PUBERTAD	IDENTIDAD VS. CONFUSIÓN DE IDENTIDAD	GRUPO DE IGUALES Y otros grupos modelo de	FIDELIDAD-FE "Yo soy lo que puedo creer fielmente"	CONFUSIÓN DE IDENTIDAD Postergar valores. Mora-	VISIÓN DEL MUNDO IDEOLOGÍA (Cosmovisión)	IDEOLÓGICAS (Orden ideológico)	TOTALITARISMO (Fanatismo)

VI- ADULTO JOVEN (20 a 30 años)	GENITALIDAD	INTIMIDAD	Liderazgo		toria psicosocial			
		VS.	COMPañEROS de amor y	AMOR "Nosotros	AISLAMIENTO Exclusividad	PATRONES DE	ASOCIATIVAS Solidaridad	ELITISMO Clase
		AISLAMIENTO	trabajo. Competencia Cooperación	somos lo que amamos"	Narcisismo	COOPERACIÓN Sentido ético (Asociaciones)	(Asociaciones abiertas)	
VII- ADULTO (30 a 50 años)	PRODUCTIVIDAD	GENERATIVIDAD	TRABAJO	CUIDADO-	ESTANCA-	CORRIENTES	GENERACIONALES	AUTORITARISMO
		DAD VS. ESTANCA-MIENTO	DIVIDIDO Familia y Hogar compartidos	CELO: Caridad "Yo soy lo que cuido y celo"	MIENTO Rechazo	DE EDUCACIÓN Y TRADICCIÓN (Asociaciones)	Productividad y Creatividad (Familia)	(Poder degenerado)
VIII- VIEJO (Después de los 50 años)	GENERALIZACIÓN de los Modos Sensuales	INTEGRIDAD VS. DESESPERANZA	GENERO HUMANO "Mi género"	SABIDURÍA "Yo soy lo que Sobrevive en mi"	DESESPERANZA Desdén	SABIDURÍA (Síntesis existencial)	FILOSÓFICAS (Teorías Filosóficas)	DOGMATISMO (Ritualismo)

Fuente: Bordignon (2005)

En la tabla anterior se evidencia la propuesta del desarrollo psicosocial de Erikson donde se rescata que el adolescente se encuentra en una etapa en donde busca su identidad. Erikson hace referencia principalmente en lo psicosocial. En cuanto al desarrollo psicosexual (Freud, 1973 en Castellanos, 2013) propone ver el desarrollo del individuo en forma sistémica en donde varios factores interactúan en el sistema completo de un individuo en el que cuando es infante hay autoerotismo para tener placer y todavía no está conectado con el fin reproductivo, tiene instintos sexuales parciales y desconectados entre sí y conforme va madurando se van acotando hasta tener un instinto sexual total que conecta a los instintos parciales y los organiza. Esto sucede al llegar a la vida adulta, ya que en la infancia no es posible ni psíquica ni fisiológicamente. La inmadurez del impulso sexual genital de un infante intenta tener satisfacción, pero lo que produce es displacer, mientras que en la edad adulta el instinto sexual será satisfactorio siempre y cuando las condiciones psíquicas lo permitan.

(Freud, 1973 en Castellanos, 2013) menciona que hay tres estadios en el aparato psíquico humano, el primero es el oral en donde la boca juega un papel importante, en el segundo el ano es el que destaca y el tercero es la conjugación de las pulsiones parciales.

El adolescente tiene un gran número de cambios a nivel físico, cognitivo y psicosocial, es un individuo que ve cambios todos los días y que en muchas ocasiones este proceso de cambio no es agradable físicamente porque no está creciendo en las mismas proporciones su cuerpo, su manera de pensar cambia radicalmente y además está buscando su identidad, todas estas características hacen que el adolescente se encuentre en una situación vulnerable, de la que puede salir satisfecho dependiendo de su experiencia. Los adolescentes, como todas las personas, tienden a desarrollar sus potencialidades, necesitan desarrollar su propia identidad (Rogers, 1982) dice que el individuo debe entender que no debe tener miedo a la experiencia vivida, más bien reconocerla como parte de su sí mismo cambiante y en desarrollo.

### 2.3. Conductas de riesgo

La Organización Mundial de la Salud (OMS), organismo dependiente de la Organización de las Naciones Unidas (ONU), identifica que durante la adolescencia existen ciertas conductas que ponen en riesgo la salud de los jóvenes.

Señala la OMS (2016) que en 2015 murieron 1,3 millones de adolescentes, por causas prevenibles. Este organismo determina que entre las conductas de riesgo se encuentran:

- fumar,
- usar drogas y alcohol,
- llevar dietas nocivas para la salud
- relaciones sexuales sin protección,
- violencia interpersonal, entre otras. (Banco Mundial: 2013)

Dentro de estas causas de mortalidad, en adolescentes se encuentran:

- las enfermedades de transmisión sexual,
- los embarazos y
- partos precoces.

La OMS determina que van en aumento las conductas sexuales precoces en los adolescentes, quienes desarrollan una vida sexual activa a edades tempranas, en virtud de que, según sus estadísticas, por cada 1000 mujeres de entre las edades de 15 a 19 años, se registran 49 nacimientos. Estima que 222 millones de niñas que no desean quedar embarazadas no utilizan ningún método de anticoncepción, lo que es preocupante.

Las complicaciones en el embarazo son la segunda causa en el mundo de mortalidad entre las adolescentes, entre 15 a 19 años, ya que 11 % de los nacimientos corresponden a mujeres de estas edades. En 2014 la tasa de natalidad de esas jóvenes ascendió a 49 por cada 1000.

La OMS (2016) se ha puesto como meta que en 2030 disminuyan estos índices, garantizando un acceso universal a la salud sexual y reproductiva, basando esta disminución en:

- Programas de planificación familiar.
- Información oportuna para los jóvenes.
- Educación sexual.
- Integración de la salud reproductiva en los programas nacionales.

Es preocupante que en nuestro país existan voces ultraconservadoras, apoyadas por la iglesia católica que pugnen por eliminar los temas de educación sexual de los programas educativos, esto basado en argumentos morales que no van de la mano con los últimos descubrimientos de la ciencia y que ponen en peligro a los jóvenes, al desconocer las implicaciones que conllevan las enfermedades de transmisión sexual y los embarazos no deseados, que pueden llegar a poner en riesgo sus vidas y las de sus parejas sexuales.

La OMS recomienda lo siguiente para disminuir los índices de embarazos entre adolescentes:

- Brindar información y servicios de anticoncepción.
- Aplicar leyes que prohíban contraer matrimonio antes de los 18 años.
- Cuando la ley lo permita, que las embarazadas puedan poner término a su embarazo, teniendo acceso a un aborto seguro. (OMS: 2016)

Otra conducta de riesgo se encuentra desde el noviazgo, ya que las jóvenes pueden llegar a sufrir violencia física, mental y sexual de su pareja. Al respecto Rivera et al (2006), recomienda que los profesionales en materia de salud y educación deben atender y prevenir este problema tomando en cuenta la salud y estabilidad de la mujer, así como las posibles repercusiones que pueden provocar, tales como depresión, baja autoestima o el consumo de alcohol. Respecto de esta misma problemática Yago y Tomás (2015), se percataron que cuando las jóvenes acudían a consulta de anticoncepción, aceptaron haber sufrido violencia por parte de la pareja y como

resultado problemas psíquicos, embarazos no planificados, infecciones genitales. A su vez manifestaron algunas mujeres que su pareja no utilizó el preservativo.

De acuerdo con el estado del arte y a los aportes de Quintana, Barrera y Pick (2006) resulta pertinente que se realicen talleres o intervenciones donde se resalte o donde se abone la información de temas sexuales con el objetivo de que los adolescentes tengan información objetiva sobre la sexualidad con a evitar conductas de riesgo.

Como conclusión los alumnos tienen pocas opciones para llevar esa información a la práctica personal y no pueden llevarla a sus propios contextos. Por esas razones, dar un taller de sexualidad dentro de una institución educativa para adolescentes es una gran responsabilidad, es un compromiso de preparación para impartirlo de tal manera que la información la puedan llevar a sus prácticas. En el taller tienen mayor oportunidad de abordar el tema y expresar sus inquietudes, que en el entorno familiar o de amigos. Un adolescente con información completa sobre sexualidad puede tener la oportunidad de elegir responsablemente lo que quiere hacer, entre una gama de opciones.

Rosabal, Romero, Gaquín y Hernández. (2015), citando a Pineda, Aliño, Martínez, Córdova (2002), consideran que en la adolescencia se produce una crisis que se relaciona con el ciclo vital, en la cual se da una agudización en las contradicciones sobre la dinámica de las relaciones internas por los marcados cambios psicológicos, biológicos y sociales; ya que son bruscos, rápidos, repentinos o demorados; con un ritmo acelerado crean ansiedad y con ritmo demorado crean zozobra e inquietud.

Quienes ya han pasado por la adolescencia, saben que en esta etapa se experimenta una sensación de audacia, porque se piensa que nada nos puede pasar, y que se necesita mostrarse desafiante para ser aceptados por el grupo de amigos, también adolescentes, de ahí surgen las discusiones con los padres por la rebeldía incontrolable de los adolescentes, quienes, en el proceso de autonomía y reafirmación de la identidad, y con la influencia de las hormonas, retan a todo lo establecido, subestimando los riesgos que corren, e incurriendo en peligros tales como las enfermedades de origen sexual por la práctica de la sexualidad sin protección, o los embarazos no deseados cuando están en pleno desarrollo y no tienen la madurez ni la autonomía económica para enfrentar la situación de criar, educar y mantener a un hijo.

## **CAPITULO III. NARRACIÓN DE LA INTERVENCIÓN**

A continuación, se presenta la narración de la intervención, se describen las actividades, acciones, interacciones. Se reportan logros y dificultades, actividades en las que hubo cambios, así como los aprendizajes, las necesidades y las decisiones tomadas durante la realización del taller.

### **3.1. Tú sexualidad**

Comenzamos la sesión con mi presentación, les platiqué un poco sobre mi vida académica y mis gustos, después les dije que si alguien del grupo quería compartir sus gustos y también si querían decir como querían ser llamados. Me gustó mucho escuchar a cada uno, sus gustos y me llamó la atención que a casi todos les gusta que les digan su nombre terminado con “y” por ejemplo, Dany, Faty, Angie, Jenny, Naty, etc.

La primera dinámica fue la de las piedras grandes, en la cual los adolescentes identificaron cuáles son sus piedras grandes en la vida, reflexionaron sobre qué piedras son más grandes que otras y compartieron. En esta primera dinámica me sentí satisfecha cuando empezaron a compartir.

En esa dinámica empecé diciéndoles que traía una pecera de cristal, se las mostré y les pregunté que cómo la veían, -me dijeron que vacía-, entonces les dije que la quería llenar, y puse una piedra y les pregunté que, si ya estaba llena, -contestaron que no-. Fui poniendo dentro de la pecera otra piedra grande y luego otra y así hasta que no cabía una piedra grande más. Les pregunté que si ya estaba llena mi pecera y DV y DO contestaron que sí. Yo les dije que no, porque tenía una bolsa con otras piedras pequeñas, la vacié completa y pregunté si ahora estaba llena la pecera, y el grupo no contestó, pero asintieron con la cabeza, les dije que no, que todavía no estaba llena. Saqué una bolsa de arena y la vacié en la pecera, les volví a preguntar si ya estaba llena y me contestó FC y MO que sí, que ahora sí, sin duda, estaba llena. Les dije que no, porque traía un envase lleno de agua y se lo vacié a la pecera y pregunté si ahora sí la pecera estaba llena, hubo risas en el grupo y no contestaban, volví a

preguntar: ¿está llena la pecera? Y NA contestó que sí, y les dije que ahora sí estaba llena la pecera.

Después de llenar la pecera les di tiempo para reflexionar sobre la relación que tiene esa pecera con ellos, si es que la tiene, y les pedí que escribieran en una hoja la relación que existía, si la encontraban.

Posteriormente hubo un tiempo para compartir, en dónde les dije que si alguien quería compartir su experiencia, que lo hiciera. Empezaron a compartir lo que pensaban de la pecera. NA comenzó a abrirse y a expresar que para ella la pecera era su vida y que las piedras grandes eran sus valores, después VO dijo que las piedras grandes eran sus metas y sus cosas importantes, JC mencionó que para él son las personas importantes en su vida, mientras las piedras más chicas eran las menos importantes. El resto del grupo estuvo atento a los que decían sus compañeros. Cuando terminaron de compartir el significado, les pregunté si pasaría algo diferente si primero hubiera vaciado el agua en la pecera y luego quisiera poner las piedras grandes. JM dijo que si pusiera primero el agua no podrían estar las piedras grandes, no habría lugar, de tal manera dijo que, si no colocamos las cosas importantes primero, después no las podremos meter a nuestra vida. El resto del grupo compartió cosas similares sobre dar prioridad a las metas, valores y personas importantes.

Después del receso, los alumnos estaban sentados en sus lugares dispuestos a seguir con la sesión, les puse un video sobre lo que es una persona, al terminar el video les di hojas de colores y plumones para que cada uno hiciera un lema que tuviera que ver con ellos y con su personalidad, les pregunté quiénes son.

Hicieron unos carteles muy bonitos, muy creativos, me quedé muy contenta viendo tanta creatividad y habilidades para el dibujo.

Una vez que terminaron de hacer sus carteles, les pregunté si alguien quería compartir con el grupo su cartel y su significado. Todos participaron y platicaron al grupo quienes son por medio de los carteles.

Les puse un video sobre conceptos de sexualidad, sexo, género, identidad de género, preferencia sexual, el video duró tres minutos y después les pregunté si tenían algún comentario del video o de los conceptos, y sí, empezaron a compartir que no sabían

bien la diferencia entre sexo y sexualidad, ni entre preferencia sexual e identidad de género, compartieron cómo se sentían con esos conceptos y algunos comenzaron a contar historias de terceros, como del primo, del vecino y del amigo, entonces les dije que prefería que me hablaran sobre ellos, sobre su opinión o sobre qué les parecen los conceptos, pero les costaba trabajo hablar desde ellos y se limitaban a decir que les gustaba respetar a los demás y volvían a meter a terceros.

Les dije que la sesión se había terminado y que me gustaría saber cómo se iban, sólo participaron 3 personas que dijeron que les había gustado la sesión y que se iban más informados con los últimos conceptos.

Recogí todo el material, los alumnos ayudaron a limpiar el salón y a dejar las sillas sobre los escritorios. Salí motivada para la próxima sesión.

Antes de cada dinámica me sentí un poco estresada, ya que tenía el deseo de que les gustaran las dinámicas y que pudieran compartir sus experiencias en el grupo, pero me fui relajando poco a poco, a lo largo de la sesión estuve atenta al grupo, disfruté mucho lo que compartieron, me sentí contenta con lo que compartieron después de cada dinámica.

En el primer receso de 25 minutos revisé mi celular y vi varias llamadas de casa, llamé para saber qué pasaba y mi hijo me dijo que su hermana tenía mucha fiebre y que se sentía muy mal, al parecer de la garganta, le día indicaciones de qué medicina debía darle. Esta situación me estresó por no poderme ir a casa, pero al mismo tiempo pensé que con la medicina se iba a sentir mejor mientras yo llegaba. Me costó un poco de trabajo volverme a concentrar en lo que estaba, pero al cabo de unos 25 minutos me olvidé de lo que pasaba afuera y me concentre en el taller, así pasó, pero ahora que lo pienso, me siento un poco mal al saber qué tal fácil me puedo desconectar del mundo exterior y siento culpa por no sentirme asustada o angustiada durante el resto del taller.

El tiempo se me fue muy rápido y cuando menos pensé ya era hora de cerrar, el tiempo de cierre me pareció poco y me quedé insatisfecha porque prácticamente tuve que decir “bueno, hasta la próxima” y percibí que había personas que querían compartir y que por falta de tiempo ya no lo hicieron.

Me gustó esta primera sesión con el grupo, me sentí con capacidad para facilitar el taller con el enfoque centrado en la persona. Tengo mucho entusiasmo para seguir con la segunda sesión y las que siguen.

Se logró realizar la evaluación inicial, también se generó un ambiente apropiado en el grupo, ya se conocían porque estudian juntos, se fijaron reglas y se hizo el encuadre. Hablamos sobre la seguridad integral en el grupo y fuera de él, la confidencialidad.

Se determinaron las fuentes confiables y no confiables de información. También reflexionaron sobre la adolescencia, la sexualidad y los diferentes tipos de parejas. Se divirtieron con las dinámicas.

No se logró analizar y comentar sobre la violencia en la relación de pareja. Este tema lo abordé en la siguiente sesión. Considero que generé empatía con el grupo. También logré generar un ambiente de confianza en el que los adolescentes pudieran o no compartir sus experiencias. Casi todos participaron activamente, pude reflejar a varios participantes sin dejar de atender al grupo. Hubo varios silencios y me sentí cómoda con ello y tengo habilidad para trabajar con adolescentes, escucharlos y generar confianza.

Para mejorar llevé dinámicas alternas como plan emergente para cuando alguna de las facilidades del lugar no funcionara. En la primera sesión no me observé ni me atendí emocionalmente, sólo me percibí preocupada al principio y al final por el tiempo y porque salieran bien las dinámicas, pero no volteé a pensar cómo estaba durante la sesión. Moverlos más y hacer dinámicas que incluyan más movimiento físico.

### **Obstáculos, límites enfrentados**

No pude utilizar el proyector, traté de pasar internet de mi celular a la laptop pero no funcionó. Quería empezar el taller a las 9:00 am en punto, pero no pude porque a esa hora nos abrieron la puerta y tardaron en llegar al salón, bajar las sillas y yo en preparar la mesa en donde iba a tener las galletas, refrescos y frituras.

### **Modificaciones en las sesiones del taller**

- Llevar equipo de videograbación.

- Llevar una laptop extra por si se termina la memoria.
- Hacer dinámicas con más movimiento físico.
- Planear mejor el tiempo de cierre.

Los adolescentes mencionaron qué les quedó más claro y se identificaron con el concepto de adolescencia y sexualidad.

El grupo generó un clima de respeto y confianza. Hubo una buena participación del grupo, sin embargo, pensé que se podía mejorar mediante dinámicas en las que se incluyera movimiento físico.

Los integrantes mencionaron que se iban contentos del taller, que habían comprendido conceptos que habían manejado siempre, pero que no sabían su significado completo.

### **3.2. Tu sexualidad protegida**

Llegaron a abrir las puertas de la institución y nos pasamos al mismo salón que la sesión pasada. Empecé a acomodar todo el material y la laptop para grabar la sesión. Nos acomodamos en media herradura y lo primero que hice fue pedirles que se pararan para hacer un ejercicio inicial de movimiento y relajación. Después del ejercicio les pedí que se sentaran.

Para empezar el día les pedí que se pusieran de pie, les puse una canción y les pedí que hiciéramos un círculo, les pedí que se movieran según desearan moverse al escuchar la música, que trataran de sacudir sus cuerpos. Una vez terminada la canción les pedí que se sentaran y que respiraran, que inhalaran profundo y que exhalaran lento, eso hicimos cuatro veces.

Cuando los alumnos ya estaban sentados, me senté también yo y comencé a preguntarles cómo llegaban a la sesión y cómo les había ido después de la primera sesión. Me comentaron que llegaban a la sesión contentos de asistir porque les interesaba saber más del tema de sexualidad. Les pedí que me entregaran el consentimiento con la firma de sus padres y sólo me entregaron dos, los demás me

mencionaron que lo olvidaron en casa. Les pedí de favor que lo llevaran para la siguiente sesión.

Empecé a preguntarles si sabían lo que es la violencia en una relación de pareja, y compartieron sus puntos de vista, los cuales estaban más enfocados en la violencia física, en la que cuando ocurre, una de las personas agrede y el agredido, o se trata de defender o llora. Les puse un video sobre la violencia en el noviazgo y luego tuvieron tiempo para compartir.

Cuando estaban hablando sobre la violencia, de repente MH comenzó a compartir que se dio cuenta que ella ejerce violencia hacia su novio. Compartió que su novio está muy flaquito y que cuando lo abraza, siente una especie de ansiedad porque piensa que sus brazos no son suficientes para apretarlo y entonces se empieza a desesperar y lo empieza a morder en los hombros o en los brazos hasta dañarlo, yo le pregunté que cómo se sentía cuando lo hacía y me respondió que mal, cuando veía la mordida muy fuerte, pero dijo que no se da cuenta, no planea morderlo, simplemente es una sensación de desesperación en la que no puede pensar si lo muerde o no.

Me quedé pensando y escuchando lo que le pasa a MH y le pregunté si identificaba la sensación que tiene en su cuerpo justo antes de la mordida, y dijo que nunca había pensado en eso, pero que si lo pensaba era como un calor que le sube por todo el cuerpo, entonces la invité a que la próxima vez que esté con su novio se detenga un poco a ver qué le va pasando corporalmente para que pueda empezar a identificar qué es lo que hace que llegue a una mordida.

MH mencionó que, aunque sabe que a su novio no le gusta que lo muerda, ella está esperando que él se lo diga verbalmente para poder dejar de hacerlo. Ella asegura que, si su novio le pide que no lo haga, lo deja de hacer.

En la sesión de taller estaba también AH, quien es amiga de MH, y mencionó que MH la ha mordido a ella también y que no le gusta que lo haga, MH respondió y dijo que sólo han sido dos veces, a lo que AH respondió que ya no quiere que lo vuelva a hacer. MH dijo que como ya escuchó que AH le dijo que no quiere volver a ser mordida, respetará eso y ya no lo hará, aunque concluyó que si la mordió fue de gusto, porque le cae muy bien.

DV también participó en la conversación, diciendo que hace tiempo también ella mordía a su novio, aunque mencionó que nunca le sacó la sangre, pero que dejó de hacerlo cuando él le dijo que no quería volver a ser mordido.

Le pregunté a MH qué sensaciones a nivel corporal siente cuando va a morder y me contestó que no ha identificado la sensación corporal que siente antes de morder, que lo que ella identifica es que su novio es muy delgado y que cuando lo abraza o lo toma de las manos ella siente ansiedad y desesperación y que no alcanza a pensar cuando muerde a su novio. Una vez que MH mordió a su novio ella dice que siente remordimiento, pero insiste en que mientras su novio no le diga que no quiere que lo vuelva a hacer, ella seguirá haciéndolo.

Les hablé acerca de las emociones y las sensaciones, les pedí que pensarán un poco en lo que sienten cuando están muy alegres, tristes, enojados o con miedo. Les dije que yo, por ejemplo, cuando me enojo siento un calor que sube por mi cuerpo y siento como si la nariz se me hiciera más grande y aprieto los labios. Con el ejemplo que les puse empezaron a identificar algunas sensaciones que tienen cuando se presenta una emoción, sin embargo, MH no identificó la sensación cuando va a morder, pero dijo que en la semana iba a tratar de darse cuenta de lo que sentía.

Después de hablar sobre la violencia en el noviazgo, le di seis tubos de crema con diferentes aromas para manos, les pedí que se pusieran en parejas y que escogieran un tubo de crema y que una persona de la pareja iba a dar el masaje a la otra durante un tiempo y cuando yo se los indicara iban a cambiar y la persona que había recibido el masaje ahora lo iba a dar.

Después les pregunté si les gustó el masaje y si les hubiera gustado que fuese diferente a como fue. A la mayoría les gustó, pero si hubo personas que dieron sus comentarios y dijeron que les hubiera gustado menos fuerte, más lento y con más crema. Les pedí que reflexionaran sobre qué tan frecuentemente le dicen a su pareja qué les gusta y qué no les gusta, cómo les gusta el masaje y qué prefieren evitar.

Reflexionaron y dijeron que, en efecto, muchas veces se quedan callados cuando sus parejas hacen cosas que no les agradan tanto, que cuando es algo que definitivamente les molesta, si lo dicen, pero cuando es algo que medio molesta o no es tan grave, callan. Les pregunté qué es algo grave y qué es algo no tan grave. Me respondieron

que algo grave es un grito fuerte, una infidelidad o un golpe, y que algo leve puede ser una opinión diferente. Luego les pedí que reflexionaran si en los momentos de pareja más privados hay cosas que no les gusta y no lo comentan con sus parejas, y dijeron que sí, que a veces hay cosas que no les agradan y por quedar bien no dicen que no. Siguieron reflexionando en lo bueno que sería decir las cosas que les agradan y las que no.

Después del masaje de manos que se dieron en parejas, les pedí que tomaran el tubo de crema y se dieran un masaje en los pies, pero no quisieron hacerlo, el grupo dijo que no y que mejor se lo daban sólo, pero en las manos, y así fue.

Posterior al masaje de manos individual, hubo una reflexión sobre la masturbación, ellos reflexionaron y mencionaron que cada quien lo hace a su ritmo, que no es mala ni es pecado, pero que, si lo hicieran todo el tiempo, todo el día, les quitaría libertad, y la libertad, dijeron, es lo máspreciado que tienen.

Después del receso hicimos una dinámica para a continuación compartir la experiencia y tocar el tema de coito seguro. Les pedí que se pusieran un guante de látex en una mano y la otra mano sin nada, les pedí que cerraran los ojos y sintieran el guante. Con los ojos cerrados tomé talco y lo empecé a poner en las manos de los adolescentes, con los ojos cerrados les pedí que sintieran sus manos, su textura, su olor, las sensaciones en cada una de las manos. Muchos expresaban disgusto por el olor a látex, otros expresaban la sensación de tener algo en la otra mano y no saber qué es.

Una vez que estuvieron un rato sintiendo sus manos, les pedí que abrieran los ojos y que me compartieran su experiencia, qué sintieron, qué reflexionaron acerca de las dos manos.

Algunos adolescentes dijeron que les impactó ver una mano llena de talco y la otra limpia, les dije que cómo relacionaban eso con la vida sexual y me compartieron que con guante no se ensucian de talco y que con preservativo no adquirirían una enfermedad de transmisión sexual.

Comencé el cierre de la sesión, no alcancé a hablar de género y diversidad sexual, pero lo dejé para abordarlo en la siguiente sesión. En el cierre participaron los

once adolescentes, mencionaron que se iban contentos de haber reflexionado sobre temas tan importantes como la violencia en una relación de pareja, poder decir lo que les gusta o no de la relación y cuidarse de contraer enfermedades de transmisión sexual y embarazos por medio de un preservativo, ya que cuidarse les ayudará a llegar a cumplir sus sueños.

Recogí todo el material, los alumnos ayudaron a limpiar el salón, les ofrecí llevarse lo que quedó de la cortesía y se llevaron cosas que sobraron, como galletas, tacos y refrescos.

Cuando comencé la sesión y pregunté cómo llegaban y como se sentían me sentí satisfecha de saber que me compartieron que llegaron entusiasmados y con ganas de asistir al taller. Me gustó que estuvieran atentos al ver el video de la violencia en el noviazgo y me gustó que todos quisieron participar en compartir su experiencia y lo que pensaron del video de la violencia. Me causó asombro saber que tres participantes han hecho violencia y la han recibido por mordidas, les gusta morder y han sido mordidos. La verdad, me impactó saber que se muerden hasta lastimar.

Al hacer la dinámica del masaje en las manos me sentí contenta de ver que lo estaban disfrutando, sin embargo, cuando indiqué que ahora iban a hacerse un auto masaje en los pies, me causó sorpresa que la reacción de todo el grupo fue negativa a esa dinámica, no la quisieron hacer, entonces pasé a hacer otra dinámica.

Se logró realizar el intercambio de opiniones sobre la violencia en el noviazgo, también se siguió generando un ambiente de confianza entre los integrantes del grupo. Igualmente se logró hacer la dinámica del masaje en las manos, con el que se logró identificar qué les gusta a las personas y qué no les gusta, y si son o no capaces de decirlo.

La dinámica del masaje en los pies no la quisieron hacer y con ella se pretendía explicar la masturbación como un acto personal que cada persona decide como lo hace. No se logró el masaje de pies, pero se repitió el de manos individual, y se cumplió con el objetivo.

Con la dinámica de los guantes también se logró que entendieran mejor lo que es una protección.

No se logró hacer la dinámica, analizar y comentar sobre la diversidad de género, por causa del tiempo. Este tema lo dejé para la siguiente sesión.

Considero que generé empatía con el grupo, logré generar un ambiente de confianza en el que los adolescentes pudieran o no compartir sus experiencias. Casi todos participaron activamente. Refleje a varios participantes sin dejar de atender al grupo. Cuando me sentí triste, lo pude expresar.

### **Obstáculos, límites enfrentados**

No pude realizar dos dinámicas, una porque el grupo no quiso y otra por el tiempo. Las instalaciones las abren hasta las 9:00 am, entonces no puedo comenzar puntual porque en lo que metemos los materiales al salón y nos acomodamos, pasan de 15 a 20 minutos.

### **Modificaciones en las sesiones del taller**

- Hacer dinámicas con más movimiento físico.
- Planear mejor el tiempo de la sesión.

Los adolescentes mencionaron que les quedó claro con la dinámica de los guantes lo que es protegerse. También dijeron que la violencia en las relaciones muchas veces sucede y no la ven como tal, sino como un acto normal de vida y que con la sesión se daban cuenta que no es un acto normal en la relación.

Los integrantes mencionaron que se iban contentos de la sesión, reflexionando sobre si sus acciones de vida les satisfacen y sobre qué les pasa cuando ellos u otros generan violencia.

### **3.3. Tú sexualidad informada**

En esta sesión estaban haciendo reparaciones en la parte de arriba del instituto y se escuchaba mucho ruido, de hecho, los adolescentes se sentaron en herradura como siempre, pero al cabo de unos minutos se acercaron más unos a otros, porque no se escuchaba lo que estaban compartiendo, y entonces formamos un círculo mucho más pequeño, estábamos muy cerca unos de otros y pienso que eso le vino muy bien al grupo, porque se generó un ambiente de confianza y empatía que no se había dado.

Les pregunté cómo llegaban a la tercera sesión y me contestaron que bien, un poco cansados porque tuvieron una semana pesada en cuestión de estudios, pero contentos y esperando que fuera la sesión, aunque tristes porque sabes que sólo queda una sesión más. Una vez que todos compartieron como llegaban, también yo les compartí como llegaba. Mencioné que llegaba entusiasmada por verlos y compartir la sesión y que también llegaba muy cansada porque había estado en el hospital cuidando a mi mamá, porque la acababan de operar de la rodilla.

Abrí la sesión preguntando si sabían lo que es la diversidad sexual, empezaron más que a definir un concepto, a contar historias de conocidos. DO dijo que ella acepta a las personas cuya preferencia sexual es diferente a la de ella, pero que una vez una amiga de ella dijo que habían tenido relaciones sexuales ella y su amiga y eso no le gustó y que terminaron la amistad. JA compartió que en una ocasión un amigo le confesó que estaba enamorado de él, pero que él siempre fue claro con su amigo acerca de las preferencias sexuales y, aun así, ese amigo una vez le robó un beso, pero lo hablaron y siguen siendo amigos.

Varios adolescentes compartieron que tienen amigos o familiares que han dicho que son homosexuales y, según dicen, los aceptan, sin embargo, cuando les cuestioné si los aceptarían, aunque fueran familiares muy cercanos, o una pareja, hubo controversia y mencionaron que sería más difícil, a lo que volví a preguntar qué les pasa con las personas que tienen otras preferencias. Estábamos en el tema cuando llegó el desayuno e hicimos el receso.

Al regresar del receso les puse varios objetos sobre una mesa de trabajo y les pedí que los clasificaran como masculino y femenino. Uno de esos objetos era un tampón para la menstruación y fue curioso que, aunque no era el objeto explicar su funcionamiento, lo hice, porque no los conocían, lo destapé para que lo vieran y les mencioné para qué sirve.

Empecé a preguntarles por qué habían clasificado los objetos de esa manera y comentaron que porque socialmente así los veían. Empezamos a tocar el tema de la diversidad y comentaron experiencias que han tenido con amistades o familiares que tienen diferentes preferencias sexuales. Todos los adolescentes comentaron que aceptan y apoyan la diversidad sexual, en específico a las personas homosexuales y bisexuales, sin embargo, cuando les pregunté si también aceptarían esa diversidad de alguien más cercano, como un novio o una novia, o bien un padre o una madre, entonces la expresión corporal cambió y mencionaron que en ese caso no sabrían si podían aceptar o no, entonces les pregunté otra vez si aceptan o no la diversidad sexual, y fue entonces cuando reflexionaron y dijeron que depende de que tan cercana es la persona.

Les empecé a hablar de la diversidad sexual desde el punto de vista que todos somos diversos desde que nacemos, que Dios nos hizo diversos y que yo como heterosexual soy también diferente de otra persona heterosexual, que no todos tenemos los mismos gustos y que eso ya nos hace diversos.

Al hablar de esa diversidad, MH dijo que en efecto, que también en su casa se nota la diversidad, que no todos demuestran el afecto de la misma manera, dijo que le duele mucho que su mamá no le demuestra su cariño de la manera que a ella le gustaría, con besos, abrazos y demostraciones físicas, dijo que eso le dolía, y le pregunté si su mamá hacía algo por ella, y me dijo que sí, que se levanta todos los días temprano a prepararle el desayuno, que la espera a comer con la comida lista, que está pendiente de ella, entonces le dije que si eso significaba algo para ella, me dijo que sí, que significa que la quiere, por lo que le comenté que en ocasiones las personas no nos dan afecto de la manera en que nosotros lo necesitamos, sino como cada persona es capaz de darlo, le compartí que mi marido, por ejemplo, no me besa ni me abraza a diario, pero que me demuestra su amor de otras maneras, y que aunque a veces me

duele no recibirlo como a mí me gustaría, entiendo que él me da su amor de la manera que lo puede dar, le mencioné en forma de metáfora que si tengo un limón en casa no puedo exigir jugo de manzana, aunque se me antoje lo dulce, pero que ese limón puede ser delicioso también cuando tengo un plato de jícama y pepino.

Terminamos el tema de la diversidad con la reflexión de que todos somos diferentes, en sentimientos, preferencias y en la vida en general.

La siguiente dinámica fue la de las plumas, repartí una hoja en blanco y una pluma de diferente color a cada adolescente, les pedí que se dispersaran por el salón y que tenían 40 segundos para conseguir el mayor número de firmas, se emocionaron y lucharon por conseguir las firmas. Después de los 40 segundos cada adolescente tenía firmas de varios colores, algunos tuvieron cuatro firmas, algunos cinco, algunos seis. Les pedí que pensaran sobre el significado de las firmas en la hoja en blanco, les dije que sucedía algo similar en la adolescencia, en donde entre más relaciones sexuales tienen, se vuelven más populares y esas se representaban con las firmas, pero que en ocasiones sólo piden la "firma" sin fijarse en el color de ésta. Les comenté que imaginaran que los que tuvieran una firma en rojo significaba una relación sexual sin protección, que una firma en negro significaba una enfermedad de transmisión sexual, que una firma en rosa significaba un embarazo no planeado y que, entonces, de qué color querían sus firmas. Los adolescentes reflexionaron sobre las firmas y dijeron que querían relaciones sexuales protegidas para no truncar sus proyectos de vida.

Posteriormente les hablé sobre las enfermedades sexuales más comunes, les hablé sobre sus síntomas y les dije que las enfermedades de transmisión sexual son por virus o por bacterias, que las de bacterias tienen cura, pero las de virus sólo se controlan. Me preguntaron si por el sexo oral se pueden contagiar de enfermedades de transmisión sexual y les expliqué que sí. Hablamos de los métodos de protección, como los dispositivos, el calendario, las píldoras, las espumas y los preservativos. Les aclaré que sólo los preservativos previenen las enfermedades de transmisión sexual y los embarazos, que el calendario y las espumas no son un método seguro para la prevención del embarazo.

Empezamos a cerrar la sesión, les pregunté cómo se iban después de la sesión y mencionaron que con mucha información y muchos datos que no sabían, que también

se iban con miedos por las enfermedades de transmisión sexual, les dije que el objetivo no era sembrarles el miedo, sino que tuvieran la información para con ella decidir qué hacer, que ellos siempre iban a contar con lo más importante que tienen en sus vidas, que es la libertad, que la libertad es lo más preciado que tenemos como seres humanos y que con la información que habían adquirido iban a poder tomar decisiones y que con esas decisiones podían conservar su libertad o también truncarla.

Esta fue una sesión con muchos matices.

Cuando les pregunté cómo llegan a la sesión y me compartieron que llegaban contentos porque ya la esperaban, que llegaban tranquilos a pesar de haber tenido una semana llena de actividades, yo también les compartí como llegaba a la sesión, les dije que llegaba entusiasmada de verlos y que llegaba contenta, pero también llegaba cansada. Les compartí que hacía cinco días mi mamá había sido hospitalizada, que llegamos a urgencias en ambulancia por un dolor muy intenso en una pierna a la altura de la rodilla y pantorrilla, y que temíamos que fuera una trombosis, les comenté que no fue trombosis, pero fue un problema muy severo en la rodilla y que la operaron hacía tres días y que la cirugía había sido una intervención completa de rodilla con prótesis. Les dije que venía de estar varias noches en el hospital y que tenía agotamiento por las desveladas y el estrés.

Cuando compartí cómo me encontraba al llegar al grupo, me sentí mucho más relajada, me sentí escuchada y comprendida por el grupo y puedo decir que durante la sesión estuve muy enfocada y compenetrada con ellos, la verdad hasta de mi mamá me olvidé.

Al hacer las dinámicas sentía como todo fluía, tenía una sensación de ritmo perfecto, no hubo prisas, los tiempos los marcaron ellos como grupo y me sentí muy cómoda.

El receso se adelantó porque llegó el desayuno y estaba calientito. El policía del instituto me mandó llamar a las 10:30 porque había llegado el desayuno, que realmente esperaba que llegara a las 11:00 am, pero como llegó a interrumpir la sesión, les dije a los adolescentes, “saben qué, vamos haciendo de una vez el receso, desayunan y nos ponemos a trabajar”, estuvieron de acuerdo y así lo hicimos. Veinte minutos después ya estábamos trabajando.

Trabajamos más de tres horas continuas y se me pasó el tiempo muy rápido. Es la sesión es la que he sentido más empatía con el grupo y también percibí al grupo muy unido, de hecho, me expresaron que les gustaba tener ese taller en el grupo.

Planeé mi cierre con tiempo como para que todos participaran, y así fue, me dijeron que se iban muy contentos y muy tristes de saber que la próxima sesión iba a ser la última, y aunque yo también me sentí melancólica por eso, me dio mucho gusto saber que les gustó asistir al taller. Cuando cerramos les di las gracias por participar.

Se logró realizar la reflexión sobre el concepto de género y diversidad sexual vista desde el ángulo en el que todos somos diversos, nacemos diversos. Con la dinámica de la clasificación de varios objetos en masculino y femenino llegaron a la conclusión de que hay muchos estereotipos que pone la sociedad, como que los carritos son de niños y las muñecas de niñas, pero que a las mujeres también nos gustan los carros y que a los hombres también les gusta jugar con un bebé.

Con la dinámica de las plumas se dieron cuenta de que no es importante tener muchas firmas en una hoja, sino más bien que la firma sea de la tinta del color que se quiere tener.

Se hizo un diálogo muy ameno de enfermedades sexuales y los métodos de protección con el que se logró que conocieran más enfermedades de transmisión sexual, sus síntomas y cómo cuidarse de ellas. Esta parte del taller fue más informativa de mi parte, pero por el tema tenía que ser así.

Considero que generé empatía con el grupo y un ambiente de confianza en el que los adolescentes pudieran compartir sus experiencias. Todos participaron activamente. Refleje principalmente a dos participantes sin dejar de atender al grupo. Cuando me sentí cansada al llegar, lo pude expresar. Pude manejar mejor los tiempos.

### **Obstáculos, límites enfrentados**

Adelanté el receso porque llegó el desayuno. Las instalaciones las abren hasta las 9:00 am, entonces no puedo comenzar puntual porque en lo que metemos los materiales al salón y nos acomodamos, pasan de 15 a 20 minutos.

Los adolescentes mencionaron que les quedó claro con la dinámica de las plumas el saber elegir lo que quieren hacer y cómo lo quieren hacer. También dijeron que se llevaban mucha información sobre las enfermedades de transmisión sexual, sus síntomas y las maneras de protegerse.

Los integrantes mencionaron que se iban contentos de la sesión, reflexionando no sólo sobre sexualidad sino sobre emociones y la manera de aceptar a los demás.

### **3.4. Tu sexualidad planeada**

Llegué al bachillerato con tiempo para respirar, relajarme y situarme en el aquí y ahora. Me bajé de la camioneta a las 8:50 am, hora en que abrieron el instituto y comencé a bajar las cosas y a acomodarlas en el salón.

Estaba muy inquieta porque sólo habían llegado dos adolescentes y ya eran las 9:10 am y pensaba que en la última sesión me hubiera gustado que estuviera completo el grupo.

A las 9:20 am ya estaban ocho participantes, nos sentamos en círculo al centro del salón y se generó un ambiente de confianza y empatía en el grupo.

Les pregunté cómo llegaban a la cuarta sesión y me contestaron que muy contentos porque les gusta mucho asistir a las sesiones de taller, pero que también tristes porque mencionaron que les gustaba darse esas horas del taller dedicadas a ellos, que se sentían escuchados y que les gustaba aprender cosas que les iban a ayudar a planear su futuro. También mencionaron que varios compañeros habrían querido asistir pero que no pudieron por el cupo y que entonces se sentían afortunados de haber podido asistir al taller.

Después de que compartieron los adolescentes cómo llegaban, empezamos una dinámica para que identificaran las prioridades que tenían en sus vidas y también algunas que tenían en el futuro.

En ese momento llegó el desayuno, pero no quisieron porque estaban entusiasmados con la dinámica, entonces desayunaron y trabajaron con la dinámica al

mismo tiempo. Eso estuvo muy bien, porque si no hubiera sido así, no habiéramos alcanzado, ya que se tardaron un poco más en hacer el collage.

Les di una cartulina por persona y puse muchas revistas en el centro del salón, para que cada uno de los adolescentes tomara una o varias y recortara las imágenes que les gustaran o les llamara la atención, para después pegarlas en forma de collage. Les gustó mucho la actividad y le pusieron mucho esmero, se divertieron buscando y pegando las imágenes, hubo personas que se tardaron más que otras, porque fueron muy cuidadosos en buscar y en recortar cada una de las imágenes. Una vez que las recortaron y las pegaron, les pedí que dividieran la cartulina en 9 partes con un marcador. Vi en sus caras que les pesaba rayar sus cartulinas porque les había gustado mucho como quedaron, pero dividieron la cartulina en las nueve partes, las cuales significaban:

Mundo interno	Ideal que quieren alcanzar	Energía dirigida hacia afuera
Parte privada	Yo actual	Intelectual social
Sensual sexual creativa	Problemas difíciles actuales	Área que recibe mayor energía

Cuando ellos dividieron su cartulina no sabían lo que significaba cada sección, pero cuando terminaron, les pedí que quien quisiera, pasara al frente a hablar de su collage. Todos pasaron a hablar de lo que habían plasmado en el collage.

Después de que cada uno habló de su collage, les dije que si alguien quería pasar al frente para que descubriéramos algunas cosas de las que también hablaba el collage. Todos pasaron, de uno en uno, y hablamos de las nueve partes de la cartulina, el mundo interno, los ideales, las áreas de energía, partes sensuales y sexuales, problemas difíciles actuales, etc. Se quedaron muy sorprendidos de lo que también decía su collage de ellos, decían que les parecía increíble que coincidiera con tantas cosas personales.

Después de esa dinámica les hice un cuestionario de preguntas para tener información de salida, las preguntas fueron:

1. ¿Cuáles son las prácticas aceptables y no aceptables en una relación?
2. ¿Cómo puedes llegar a tener una salud sexual reproductiva?
3. ¿De qué sirve identificar las sensaciones, sentimientos y reacciones corporales de contenido sexual?
4. Menciona una práctica de riesgo
5. ¿Cuáles métodos de prevención piensas que son efectivos?
6. ¿Para qué sirven los métodos de prevención?
7. ¿Crees que la información aprendida te puede ayudar a planear tu futuro? ¿Por qué?
8. ¿Encuentras alguna diferencia entre la primera sesión de taller y la última? ¿Por qué?

Todos los adolescentes lo contestaron y me lo entregaron, posteriormente les di un jabón de tocador y un cúter, les pedí que reflexionaran si veían alguna similitud entre el jabón y ellos, y me contestaron que sí, que estaba nuevo y que ellos también eran nuevos en esa etapa, que también era limpio como ellos que aún no tienen mucha historia, también dijeron que, igual que el jabón, hay cosas que los pueden desgastar o acabar, y que su forma y destino del jabón, al igual que la de ellos, dependerá del trato que le den.

Después de esa reflexión les pedí que hicieran lo que quisieran con el jabón y el cúter, que podían hacer algo o bien no hacer nada.

Todos comenzaron a tomar el cúter y a moldear el jabón con él. Hicieron varias cosas con los jabones, letras, instrumentos musicales como guitarras y símbolos.

Durante la dinámica JM y MF se cortaron un poco los dedos con el cúter y eso sirvió para reflexionar sobre que, en la planeación o la modelación de sus vidas, pueden haber cosas que hieran y duelan, también puede ser que en esos momentos se detengan y no quieran seguir moldeando, porque necesitan tiempo para sentirse mejor, que la planeación de la vida de una persona será totalmente diferente a la de otras personas y que no tiene que gustarle la planeación de sus vidas a los demás, sino a ellos mismos. La reflexión después de esa dinámica fue muy emotiva.

Empezamos a cerrar la sesión después de la reflexión, les pregunté cómo se iban y me mencionaron que diferentes a cómo llegaron, que habían aprendido cosas que no conocían, que cuando iniciaron llegaban con poca información de la sexualidad y con poca confianza para hablar del tema y que ahora se sentían más libres porque entre más información, hay más libertad y más sentido de la responsabilidad.

Cerramos la sesión sintiéndonos unidos como grupo, mencionaron los adolescentes que ese grupo formado en el taller era un grupo especial, que se veían dentro del bachillerato y que sentían una unión especial entre ellos. Fue un cierre de sesión muy bonito, recibí muy buenos comentarios de los adolescentes y me gustó mucho saber que a ellos les gustaba ir los sábados al taller, que, aunque se tenían que levantar temprano los sábados y trasladarse al bachillerato, lo hacían con mucho gusto.

Después, al iniciar les pregunté cómo llegaban y no pude evitar sentir melancolía por saber que era la última sesión, pero también me sentí muy contenta de ver sus rostros, que estaban contentos de estar ahí, sentí un nudo en la garganta y mucha emoción porque, el taller fue un tiempo en el que los jóvenes tuvieron su espacio para expresarse, preguntar dudas y escuchar. Tuve mucho miedo de que al terminar el taller me diera cuenta de que no había servido de nada, pero no fue así, desde la tercera sesión ya los adolescentes me comentaban que no querían que se terminaran las sesiones, fue la primera vez que lo expresaron y lo reafirmaron en esta última sesión y cuando escuché que les gustaba mucho tener ese espacio, que era un tiempo que dedicaban para ellos, me dio mucho gusto. También me dio alegría escuchar de los adolescentes que hubo varios alumnos del bachillerato que se quedaron con ganas de asistir al taller y que no pudieron porque el cupo estaba lleno.

Durante la sesión me sentí muy empática con los adolescentes, me di cuenta de que en la tercera y cuarta sesión fue mucho más fácil desconectarme de los pendientes de casa, de los problemas y preocupaciones, fue más fácil mantenerme en el aquí y ahora. Estuve más pendiente del grupo y más atenta al lenguaje no verbal.

Cuando hice las dinámicas de la cuarta sesión me sentí feliz al ver el entusiasmo de los adolescentes al llevarlas a cabo, aunque también me sentí presionada por el tiempo, ya que en la primera y segunda dinámica se tardaron más de lo planeado.

En esta sesión no tuvimos receso como tal, llegó el desayuno que fueron unos lonches y cuando llegaron como estaban calientitos, les dije que si querían podían tomar su lonche y comerlo mientras trabajaban en la primera dinámica. Eso nos ahorró tiempo porque, como mencioné, se tardaron más de lo planeado en la dinámica y si además de eso les hubiera dado un receso, entonces el tiempo no me hubiera alcanzado. Fue una sesión dinámica, a pesar de que no tuvimos receso, no los noté adormilados ni aburridos.

La última dinámica, la del jabón, me quedó corta de tiempo, pero preferí recortarla un poco para tener tiempo para el cierre, era el último cierre y quería que todos tuvieran oportunidad de hablar y decir cómo se iban de esta última sesión.

Me sentí contenta de haber tenido un buen cierre en el que todos hablaron y expresaron que les gustó mucho el taller.

Recogí todo y cuando me subí a mi camioneta con una sonrisa en mi rostro, sintiendo una gran satisfacción por haber hecho el taller en ese bachillerato, con esos adolescentes que me motivaron a asistir a cada sesión y que a pesar de que en la sesión tres y cuatro estaba cansada por tener mucho trabajo y la operación de mi mamá, aun así, llegué a cada sesión con mucho gusto de estar con ellos y compartir esas horas de taller.

Se logró realizar la reflexión sobre cuáles son las prioridades actuales y algunas futuras de cada persona mediante una dinámica realizada con cartulinas y revistas, hablamos del milagro de la vida, de lo hermoso que es ser padres, a su tiempo. Hablamos de que un hijo es el verdadero amor incondicional y que puede ser una experiencia que disfruten cuando lo hagan planeándolo en sus vidas, en una edad adulta.

Hice un cuestionario con algunas preguntas que me dan una valiosa información de salida y con la segunda dinámica se logró hacer una reflexión sobre el plan de vida de cada persona como único e irrepetible.

Considero que generé empatía con el grupo, también pude estar más atenta al grupo, observar y atender su lenguaje no verbal. Logré generar un ambiente de confianza en el que los adolescentes pudieron compartir sus experiencias y reflexiones.

Todos participaron activamente, pude manejar mejor los tiempos, aunque todavía no de manera óptima y generé evidencias para el cierre.

### **Obstáculos, límites enfrentados**

No empecé puntual, porque no llegaron puntuales los adolescentes. Las instalaciones las abren hasta las 9:00 am, entonces no pude comenzar puntual porque en lo que metemos los materiales al salón y nos acomodamos pasan de 15 a 20 minutos. No tuvimos receso para aprovechar el tiempo.

### **Modificaciones en las sesiones del taller**

- Hice dinámicas que los mantuvieron atentos e interesados.

Los adolescentes mencionaron que les quedó claro con la dinámica de las plumas el saber elegir lo que quieren hacer y cómo lo quieren hacer. También dijeron que se llevaban mucha información sobre las enfermedades de transmisión sexual, sus síntomas y las maneras de protegerse.

Los integrantes mencionaron que se iban contentos de la sesión, reflexionando no sólo sobre sexualidad, sino sobre emociones y la manera de aceptar a los demás.

## **CAPITULO IV. ESTRUCTURA METODOLÓGICA**

En éste, capítulo se describe cómo fue el proceso para compilación de los datos cualitativos de los cuestionarios hechos en las sesiones que construyeron el taller, el método que se utilizó para interpretar los datos obtenidos fue el análisis de contenidos.

### **4.1. Organización de la información**

La metodología cualitativa es usada por investigadores enfocados en la sociología y en ámbitos como la antropología y la psicología, la cual, faculta al investigador para describir las cualidades de un fenómeno. Esto es "...implica un estilo de investigación social en el que se da una insistencia especial en la recogida esmerada de datos y observaciones lentas, prolongadas y sistémicas a base de notas, baremos, records, ejemplos, grabaciones" (Ruíz, 2012, p. 24). Según menciona Ruíz (2012) el mundo social está formado con significados y símbolos, por lo que la metodología cualitativa parte de esta base y hace que se busque esa formación y se analice lo que representa, en otras palabras, analizar objetivamente un significado subjetivo.

La búsqueda de una investigación cualitativa es hacer un análisis objetivo a partir de significados subjetivos, es decir, "este significado subjetivo es el que preside el comportamiento de los individuos cuando éstos actúan <<en función de otros>>". (Ruíz, 2012, p.32).

El análisis de contenido pertenece a la metodología cualitativa, tiene su particular forma de estudiar los datos a partir de inferencias apropiadas que pueden adaptarse a un escenario. Es un instrumento para facilitar conocimiento, compilar e interpretar hechos. Es usado en varias ciencias sociales, por ejemplo, en la psicología para analizar registros verbales, datos cualitativos y procesos de comunicación "...el análisis de contenido comprende procedimientos especiales para el procesamiento de datos científicos" (Krippendorff, 1997, p.28).

El análisis de contenido busca el significado simbólico de los mensajes, éstos al ser interpretados arrojarán palabras que pueden categorizarse para estudiarlas y así poder observar que pueden tener un gran número de contenidos incluso para un sólo investigador.

El rasgo más característico de los mensajes es que informan a una persona de manera vicaria, proporcionando al receptor un conocimiento acerca de hechos o sucesos que se producen en un lugar lejano, acerca de los objetos que quizás existieron en el pasado o acerca de las ideas de otras personas. (Krippendorff, 1997, p.31).

El investigador que utiliza la metodología de análisis de contenido se dedica a compilar datos para después hacer inferencias específicas "...es la clave que distingue entre el procesamiento de datos simbólicos y de datos no simbólicos, delineando así el ámbito del análisis del contenido". (Krippendorff, 1997, p.31).

El análisis de contenido tiene como principal objetivo reconocer la importancia de la codificación a la hora de hacer inferencias en cada una de las categorías, por lo que las inferencias son el punto clave en esta metodología para posteriormente relacionar las categorías clasificadas.

#### **4.2. Establecimiento de preguntas de análisis**

A continuación, para dar cuenta y recuperar la experiencia de los adolescentes desde el análisis de contenido, se diseñaron las siguientes preguntas:

1. ¿Cómo identificaron y diferenciaron las prácticas de riesgo, las prácticas aceptables de las no aceptables en una relación para ejercer una sexualidad responsable en función de su proyecto de vida?
2. ¿Cuáles fueron los criterios identificados relacionales deseables en una relación de pareja?

3. ¿Cómo expresaron la utilidad de identificar sus sensaciones, sentimientos y reacciones corporales de contenido sexual?

4. ¿De qué manera la facilitadora fue viviendo el proceso con los adolescentes?

### 4.3. Inmersión en los datos y proceso de estructuración de los datos

Para hacer el análisis comparativo primero se hizo la revisión de las evidencias que se tenían para elaborar las categorías con sus códigos correspondientes y posteriormente trabajar en el análisis de contenido.

En la siguiente tabla se presentan las evidencias recolectadas y las claves que les corresponden.

Tabla 6.

*Fuentes de información y sus claves*

Fuente	Descripción	Clave
Cuestionarios	Tres cuestionarios completos de inicio, intermedio y final de taller.	C1, C2, C3
Bitácoras con versión sentido	Bitácoras de las cuatro sesiones de las cuales se obtuvo la versión de sentido de cada una.	VS1, VS2, VS3, VS4

\*Elaboración propia

De conformidad a la tabla seis con los códigos que la acompañan, el procedimiento que se utilizó para citar fue de la siguiente manera: primero son las dos primeras letras del nombre del participante con su clave de confidencialidad. El texto escrito por los adolescentes va entre comillas y entre paréntesis el número de Cuestionario (C1) o de la versión de sentido (V1). Para tener mayor claridad en cómo se van a utilizar los códigos y las categorías, a continuación, se muestra un ejemplo: “Al no estar informado puedo exponer mi salud, sentimientos, etc. Puedo llegar a

defraudarme en la sexualidad y a cargar con una enfermedad toda la vida.” (C3, 22oct2016, renglón 13).

Ahora bien, para hacer el análisis de contenido se hizo la formulación de los datos y la determinación de las unidades por lo que se tomaron en cuenta los cuestionarios hechos a ocho adolescentes que asistieron al taller. Después fue necesario llevar a cabo el muestreo para lo que los cuestionarios fueron entregados a los participantes al inicio del taller, intermedio y al final del mismo. Los cuestionarios son un elemento esencial del análisis porque es el registro con el que los adolescentes se expresaron de manera clara, ya que se intentó recuperar las audio grabaciones, pero los participantes en varias ocasiones mostraban con vergüenza o timidez al hablar del tema, por ello se decidió utilizar los cuestionarios en los que ellos expresaran de forma libre su pensar a través de la escritura.

Posteriormente se les dio estructura y categorización a los contenidos. Se transcribieron los cuestionarios de inicio, intermedio y final de taller por sesión, luego se realizó una comparativa de lo que cada uno de los estudiantes había respondido en cada pregunta de los cuestionarios. A cada una de ellas se le asignó un lenguaje formal y teórico para comparar las tres respuestas por cuestionario de cada una de las preguntas aplicadas a los ocho adolescentes.

Además, se relacionó cada pregunta del cuestionario con las preguntas de análisis asignando un código con respecto a su forma de expresarse, es decir, el discurso que emitían. Como categoría secundaria se analizó si los estudiantes hablaron en primera persona o en tercera persona para también relacionarlas con el lenguaje teórico de las etapas del proceso de Carl Rogers e inferir si estaban en alguna de ellas.

Al revisar la lista de asistencia se hizo la reducción de los datos y se pudo constatar quiénes asistieron el 100 por ciento de las sesiones, es decir a las cuatro sesiones del taller, por lo que se decidió tomar en consideración a ocho adolescentes para el análisis de contenido con sus cuestionarios inicial, intermedio y final. Por lo tanto, se eligieron los cuestionarios de AH, DS, DV, JA, JEN, MIR, MO, NAT y se descartaron los cuestionarios de FC, DB y MD que se señalan en la siguiente tabla con negritas.

Se buscó cuidar a los participantes garantizando la confidencialidad de sus palabras expresadas en los cuestionarios, por lo que se les asignó una clave por nombre, las cuales fueron: AH, DS, DV, JA, JEN, MIR, MO, NAT.

Tabla 7.

*Lista de asistencia*

<b>Nombre Clave</b>	<b>Sesión 1</b>	<b>Sesión 2</b>	<b>Sesión 3</b>	<b>Sesión 4</b>
<b>AH</b>	*	*	*	*
<b>DS</b>	*	*	*	*
<b>FC</b>	*		*	
<b>DB</b>		*	*	*
<b>MD</b>	*		*	*
<b>DV</b>	*	*	*	*
<b>JA</b>	*	*	*	*
<b>JEN</b>	*	*	*	*
<b>MIR</b>	*	*	*	*
<b>MO</b>	*	*	*	*
<b>NAT</b>	*	*	*	*
<b>YO</b>	*	*	*	*

\*Elaboración propia

Con estas claves de los jóvenes, las hojas con la información recolectada y las categorías se hizo el trabajo de análisis de contenido con respecto a los ocho participantes.

Para la recuperación de la experiencia de la facilitadora fue a través las versiones de sentido de cada una de las cuatro sesiones, esto desde el del método fenomenológico que propone Martínez (2006), donde se rescata y estructura la experiencia de la facilitadora.

Con este método, se debe tomar en cuenta que la realidad a estudiar será percibida desde el marco de referencia interno de la persona que vive cierta realidad. Esta experiencia dependerá de la manera en que el sujeto la describa por lo que será irrepetible. "... no se puede introducir por la fuerza en el esquema conceptual y método

preestablecidos por el investigador, ya que, posiblemente, se destruiría su naturaleza y esencia peculiar” (Martínez, 2006, p. 167).

Este es utilizado principalmente en investigaciones que tienen que ver con psicología y con educación. “...se pone el énfasis en partir de una descripción de la conducta humana lo más desjerudicada y completa posible, y se siguen después los pasos normales.” (Martínez, 2006, p. 170). Las etapas que menciona el método fenomenológico son la descriptiva y la estructural. En la primera de ellas está elección de la técnica y la recolección de los datos que en este caso se elaboró un cuestionario estructurado y abierto para que cada adolescente se pudiera aptar de manera particular. Posteriormente una vez diseñados los cuestionarios fueron entregados a cada estudiante para que plasmaran ahí sus experiencias, después se hizo una descripción fenomenológica reflejando la experiencia tal como sucedió.

En la segunda etapa, la estructural se busca estudiar las descripciones y entonces el primer paso fue leer la descripción y así tener una idea general para pasar al segundo paso a delimitar las unidades y analizar los significados que puede tener cada parte, tomando en cuenta que el análisis es de forma sistémico, es decir el todo está formado por varias partes y cada parte influye en el todo. El tercer paso fue determinar el tema central que domina y en este caso fue una de las condiciones básicas para la relación de ayuda que es la empatía. El cuarto paso fue la expresión del tema central en lenguaje teórico, en donde se relacionaron los fragmentos de la versión de sentido de cada sesión con citas de Carl Rogers.

Se analizaron las versiones de sentido de cada una de las cuatro sesiones para detectar algunos elementos presentes en la relación de ayuda que mostró la facilitadora “...podríamos definir la relación de ayuda diciendo que es aquella en la que uno de los participantes intenta hacer surgir, de una o ambas partes, una mejor apreciación y expresión de los recursos latentes del individuo, y un uso más funcional de éstos.” (Rogers, 1982, p. 46).

Rogers (1982) explica de los elementos que están presentes en una relación de ayuda, afirma que una relación de ayuda se puede dar no solo cliente y asesor, en palabras de Rogers “...incluye la relación entre padres e hijos, o la que existe entre el médico y su paciente. La relación docente-alumno cabe también en esta definición”.

(Rogers, 1982, p.46). Destaca a la persona, y menciona varias características que debe tener una relación de ayuda, como son: respeto, interés, empatía, confianza, comprensión, sinceridad, entendimiento, entre otras "...la mayor utilidad se logra cuando puedo ver y plantear con claridad los significados de su experiencia que han permanecido oscuros y encubiertos para él." (Rogers, 1982, p. 54).

Rogers (1982) menciona que el terapeuta debe ser sincero y auténtico, esto es coherente, para inspirar confianza en la persona, ya que si el terapeuta no está siendo empático con el cliente, éste lo va a percibir por el lenguaje no verbal, estará mandando mensajes contradictorios entre lo que dice verbalmente y lo que sus expresiones, gestos y cuerpo dice "...si el asesor es coherente, de manera tal que sus palabras concuerden con sus sentimientos; si manifiesta una aceptación incondicional por el cliente y comprende los sentimientos esenciales de este último tal como él los ve, entonces existe una gran probabilidad de lograr una relación de ayuda efectiva." (Rogers, 1982, p.54).

Es importante que el terapeuta no influya en el cliente de manera que éste lo vea como modelo a seguir, debe de haber libertad de desarrollo del cliente, hijo, alumno, trabajador, etc. Debemos aceptar que la persona tiene potencialidades y ayudarla a desarrollarlas. "...si puedo percibir mis propios sentimientos y aceptarlos, probablemente lograré establecer una relación de ayuda con otra persona." (Rogers, 1982, p. 56).

Los adolescentes, en la primera sesión era más corta y con poca información acerca de las conductas de riesgo y conforme fueron avanzando las sesiones se puede observar que los estudiantes entendieron, expresaron lo que pensaban y lo que aprendieron sobre las conductas de riesgo. También en la primera sesión hablaron más en tercera persona y en la última sesión varios adolescentes lograron expresarse en primera persona.

Con respecto a la facilitadora, en la cuarta sesión mostró más empatía que en la primera sesión, así como también en la segunda, tercera y cuarta sesión pudo darse cuenta de sentimientos que se presentaron durante las sesiones mencionadas.

## **CAPITULO V. ALCANCES DE LA INTERVENCIÓN**

En el presente capítulo se pretende dar respuestas a las preguntas de análisis mencionadas en el capítulo IV, relacionadas con las conductas de riesgo en las relaciones de pareja que mantienen los adolescentes. Se hablará de las experiencias vívidas por la facilitadora durante las cuatro sesiones que duró el taller, así como de las inquietudes, comentarios, preguntas que fueron formuladas por los jóvenes y las respuestas que se ofrecieron.

### **5.1. Identificación de las conductas de riesgo**

Conforme a lo que establece el Banco Mundial (2013), en el capítulo II, se habló a los jóvenes sobre las conductas de riesgo a las que están expuestos.

Tomando en consideración las estadísticas del INEGI (2014), que determinan que una de las principales causas del embarazo de los adolescentes es la falta de orientación y lo referido por García (2006), de que la mayoría de los jóvenes tiene una educación sexual escasa, se decidió exponer en la tercera sesión el tema de las enfermedades de transmisión sexual, planteando situaciones reales a los adolescentes para proporcionarles información sobre lo que sería una vida sexual responsable, tal como lo recomienda El Colegio de México (2009), lo que permitió que los alumnos expresaran libremente su opinión y los conocimientos previos que tenían sobre los métodos la ETS, logrando que participaran, como se puede apreciar en las siguientes viñetas clínicas:

Facilitadora: ¿Saben qué es una enfermedad de transmisión sexual?, mismas que en textos, la van a encontrar como ETS (T2, 17-09-2016).

En esta primera intervención la facilitadora lanza una pregunta ante los participantes con la finalidad de invitar a compartir los conocimientos previos que tengan sobre la temática de las enfermedades de transmisión sexual, a lo que Nat respondió: "Pues es un virus que se adquiere mediante el coito, pero no muchas veces" (T2, 17-09-2016).

En la anterior viñeta se percibe que el alumno relaciona las ETS, con los virus y piensa exclusivamente se transmiten mediante con el coito, por lo que su información si bien no está equivocada, si es incompleta. Ante lo anterior la facilitadora, realizo una intervención para completar la información, haciendo uso del conocimiento del resto del grupo informándoles que no sólo por medio del coito se transmite una enfermedad sexual. Los adolescentes reflexionaron sobre otras maneras de contraer una ETS lo cual es de suma importancia. La OMS (2016) señala que en 2015 murieron 1,3 millones de adolescentes, por causas prevenibles. Posteriormente participó Jen diciendo: "Bueno por ejemplo el VIH sida, o sea, tan solo con que te pasen sangre de otra persona que está infectada ya tienes VIH, aunque no tengas coito" (T2, 17-09-2016).

En el comentario de Jen se observa que identifica otra forma de transmisión de las ETS. DV participa y dice: "Por ejemplo el herpes lo puedes adquirir con el sexo oral. ¿Qué más, qué es una enfermedad de transmisión sexual?" (T2, 17-09-2016). La alumna muestra inquietud por obtener más información e identifica el sexo oral como otro medio de contagio, además del coito y la trasfusión sanguínea.

En referencia a lo anterior Nat liga a las ETS con la sensación de dolor y comparte que: "Puede haber como una deficiencia en tus órganos sexuales, siempre una enfermedad de transmisión sexual. A veces dolor" (T2, 17-09-2016). Aunque hay casos de enfermedades que presentan la particularidad de ser asintomáticas, por lo que no se siente ningún dolor. Se toma nota de esto último en los apuntes, para aclararlo posteriormente durante la retroalimentación final.

Aquí se va evidenciando como en el discurso de los participantes del taller van reflexionando e identificando conductas de riesgo. Por lo que se percibe una conexión entre las viñetas clínicas con el discurso de las conductas de riesgo, donde los adolescentes empiezan a prever el uso de métodos anticonceptivos durante la relación sexual, para evitar ETS, y logran volverse más conscientes de la necesidad de usar protección.

A raíz de que se identificaron las conductas de riesgo fue necesario realizar una exposición sobre el tema para que los adolescentes pudieran ampliar la información.

Se les dijo que las hormonas provocan que los jóvenes sean proclives a tener relaciones sexuales sin protección, con todo el peligro que esto implica por las enfermedades de transmisión sexual y los embarazos no deseados, por lo que es

necesario identificar las sensaciones y sentimientos de contenido sexual para pensar en la protección en el momento oportuno siendo responsables para con si mismos y con la pareja. El adolescente no cuenta con la madurez y muchas veces tampoco con la capacidad económica para el cuidado de un bebé, con todo lo que implica en gastos en alimentación, educación y cuidado de su salud. Es por eso que se debe aprender que todos sus actos tienen consecuencias y que pueden tener una vida sexual responsable.

Sobre las relaciones sexuales la adolescente DV señaló en primera persona que antes de tener relaciones sexuales es importante identificar lo que se siente para poder tener tiempo de reaccionar, por lo que se identifica que la alumna se deja llevar por lo que siente. Para evidenciar, a continuación, se pone la siguiente cita textual: "Para tener relaciones sexuales antes tienes que estar segura de lo que sientes por esa persona. Si la quieres y la amas, puedes dar ese paso, antes no".

Esto según Ramírez y Escamilla (2003), dice que durante la primera relación sexual los adolescentes casi nunca utilizan condón, por lo que se le hizo la observación a DV de que es aconsejable planear cómo se va a desarrollar su vida sexual, para que, en el momento oportuno, pueda decidir cuántos hijos quiere tener y con quién tenerlos. A raíz de esto surgió la necesidad de planear el uso de anticonceptivos.

NAT se refirió al uso del condón y a realizarse exámenes médicos con frecuencia, se observó que expresa con detalle situaciones aceptables y no aceptables. A su vez afirmó que no le gustaría quedar embarazada en esta etapa de su vida. La OMS (2016) Estima que millones de niñas que no desean quedar embarazadas no utilizan ningún método de anticoncepción.

Esta percepción de NAT se encuadra dentro de las concepciones puramente psicológicas, en virtud de que su validez existe únicamente en el pensamiento del adolescente (Rogers, 2007).

La facilitadora le explicó a NAT que se deben adquirir conocimientos más completos, porque además de los virus que se adquieren con el coito, también existen bacterias. Las enfermedades que son transmitidas por bacterias tienen cura, mediante el uso de antibióticos, por otro lado, las que son transmitidas por virus solo se controlan mediante el uso de antivirales. A su vez se le mencionó que se pueden adquirir

enfermedades practicando sexo oral, vaginal y anal sin protección, o por la sangre mediante el uso de inyecciones no esterilizadas.

A raíz de esto, JEN señaló que: "Se deben utilizar métodos anticonceptivos y preguntar a la pareja para estar segura de que no tenga una enfermedad de transmisión sexual"(T2, 17-09-2016).

Sobre esto último se le oriento a la alumna que no se debe dejar llevar por lo que le diga su pareja, ya que esta puede estar contagiado de una enfermedad venérea sin saberlo y transmitírsela por desconocimiento, se le recomendó que la mejor forma de prevenirlo es utilizar condón, aunque no existe un método anticonceptivo que sea 100 % seguro. La adolescente pidió más información sobre el uso del preservativo, identificándolo como una manera de prevenir un embarazo no deseado y una ETS.

Se considera que con la ayuda de la intervención de la facilitadora se logró sensibilizar a los alumnos en sus derechos sexuales y reproductivos, promocionando la salud sexual y reproductivas como lo señala Quintana (2012).

El tema de la diversidad sexual se tocó relacionándolo con la autorrealización de la que habla Maslow (1973), en virtud de que para que una persona sea feliz es necesario que se acepte tal como es y sus semejantes deben respetar sus preferencias y abstenerse de hostigarlo o juzgarlo.

Los alumnos tocaron el tema contando historias de sus conocidos, DO dijo:

"Yo acepto a las personas que tienen una preferencia sexual diferente a la mía. Una vez una amiga me dijo que habían tenido relaciones sexuales con otra amiga y que no le gustó y que después de eso terminaron su amistad" (T2, 17-09-2016).

JA al escuchar a su compañera compartió que:

"En una ocasión un amigo me confesó que estaba enamorado de mi. Yo siempre fui claro con él acerca de mis preferencias sexuales y aun así mi amigo me robó un beso, por lo que me molesté con él. Después lo hablamos y seguimos siendo amigos hasta la fecha" (T2, 17-09-2016).

En esta situación en particular se deben respetar preferencias sexuales de los demás, y a su vez ellos deben respetar nuestras preferencias, que beso robado puede ser considerado como un acto de violencia, cuando no existe consentimiento. Es por lo

que Rogers (1982) habla de la importancia de la comprensión y la necesidad de aceptar empáticamente los sentimientos propios y de los demás.

Todos los adolescentes compartieron que tienen amigos o familiares que han dicho que son homosexuales y según dicen los aceptan, sin embargo, cuando la facilitadora les cuestionó si los aceptarían, aunque fueran familiares muy cercanos o una pareja, hubo controversia y mencionaron que sería más difícil. Por lo que se percibe que existe cierto grado de intolerancia ya que no se acepta que un familiar tenga preferencias distintas a la nuestra.

MH compartió:

"En mi casa se nota la diversidad, no todos demuestran el afecto de la misma manera. Me duele mucho que mi mamá no me demuestra su cariño, como a mí me gustaría. No me da besos, abrazos, eso me duele". (T2, 17-09-2016)

Como establece Erikson (1968), la adolescencia es una etapa confusa en la que los jóvenes pasan por una etapa intermedia entre la niñez y la madurez. Por lo que necesitan satisfacer el aspecto afectivo en sus vidas para poder desarrollarse. Muchos de los padres tienen la necesidad de trabajar todo el día para poder subsistir y mantener a sus hijos, siendo común esto en las madres solteras, por lo que la facilitadora trató de plantearle a MH que tratara de ponerse en el lado de su mamá, la cual se levanta todos los días temprano a prepararle el desayuno, que la espera a comer con la comida lista, que está al pendiente de ella. Se le dijo puede observar el esfuerzo que hace su madre y que en ocasiones las personas no dan afecto de la manera en que nosotros lo necesitamos, sino como cada persona es capaz de darlo. La facilitadora compartió con los alumnos los siguientes aspectos de su vida personal:

"Mi marido por ejemplo no me besa ni me abraza a diario, pero me demuestra su amor de otras maneras y aunque a veces me duele no recibirlo como a mí me gustaría, entiendo que él me da su amor de la manera que él lo puede dar. Si tengo un limón en casa no puedo exigir jugo de manzana, aunque se me antoje lo dulce, pero que ese limón puede ser delicioso también cuando tengo un plato de jícama y pepino". (T2, 15-10-2016)

En esta exposición se trató de responder todas las dudas de los adolescentes desde diferentes ángulos y el contexto de cada uno, tal como lo señala Fonseca (2006). Por lo que al término de la exposición se les preguntó en varias ocasiones si se habían quedado con alguna duda, planteando nuevamente un par de alumnos preguntas

reformuladas. También se les cuestionó respecto a cómo se habían sentido durante la plática, manifestando ellos que se habían sentido cómodos, por lo que se cumplió con lo que establecen Méndez, Iglesias y González (2003), de que los adolescentes se comunican mejor respecto de su sexualidad estando entre amigos.

## **5.2. Características deseables que debe poseer la pareja**

Esta pregunta de investigación estuvo orientada en promover valores en los alumnos como la tolerancia y el respeto por la sexualidad ejercida libremente, como lo señala Lafarga (2005b).

Se trató el tema de las relaciones de pareja libre de violencia, tal como lo recomienda Rivera (2006), explicando la prioridad a los jóvenes de lograr salvaguardar la salud física y la estabilidad emocional de la pareja, y las repercusiones que pueden provocar las conductas violentas. Está recomendación del autor se tocó durante la segunda sesión con la participación de la alumna MH, misma que expresó lo siguiente: "A mí me gusta abrazar a mi novio, él es muy delgado por lo que lo atravieso con ambos brazos y me dan ganas de morderlo muy fuerte" (T3, 15-10-2016). Posteriormente AH señaló: "A mí también me ha mordido y la verdad no me gustaba, por lo que te pido que ya no lo hagas" (T3, 15-10-2016).

A través de lo compartido por las adolescentes se identificaron ciertas conductas violentas de pareja como el hecho de las mordidas que propinaba a su novio y a su compañera AH. Nat complementó diciendo:

"Son aceptables aquellas cosas que permiten a ambos individuos se desenvuelvan libremente sin dañar su integridad. Las situaciones que no valen son aquellas que no permiten a la pareja para desarrollarse libremente, como el hecho de no respetar al otro, por lo que la comunicación es muy importante" (T3, 15-10-2016).

AH quiso participar y refirió:

"Para mí lo aceptable no está definido, más bien se necesita conocer el límite de lo que la pareja está dispuesta a hacer y llegar a un acuerdo y si uno no se llega, pues respetar la decisión de la otra persona"(T3, 15-10-2016).

Los alumnos fueron capaces de identificar lo que son las conductas violentas hacia la pareja a través del ejemplo de las mordidas de MH. Esto se relaciona con lo que

expresa Moreno (1999), de que la violencia tiene repercusiones directas en el reforzamiento de actitudes justificadoras de la agresión, por lo que incrementan la posibilidad de que surjan conflictos y dificultan la interacción humana.

A manera de conclusión podemos inferir que se comprendió que en la relación se deben tomar decisiones de forma consensuada, siempre y cuando se decida por ambas partes, nunca de forma unilateral, ya que se debe tener en consideración lo que piensa cada uno y como se siente. Sabiendo que una práctica no se hace necesariamente inamovible para tener una relación, pero mediante el dialogo de pareja se pueden poner de acuerdo.

### **5.3. Sensaciones, sentimientos y reacciones expresadas**

Rogers (1982), establece que el comportamiento del adolescente cambia radicalmente, derivado de la búsqueda de su identidad. Por lo que la facilitadora tiene la tarea de propiciar que los alumnos enfrenten sus propios miedos, para reconocerse a ellos mismos y crecer.

Los alumnos expresaron que en ocasiones se sienten poco comprendidos por los adultos y discuten mucho con ellos, porque quieren hacer cosas que no les permiten, ya no quieren ser tratados como niños, esto tiene relación con lo dicho por Rosabal, Romero, Gaquín y Hernández (2015), consideran que en la adolescencia se produce una crisis que se relaciona con el ciclo vital, en la cual se da una agudización en las contradicciones sobre la dinámica de las relaciones internas por los marcados cambios psicológicos, biológicos y sociales; ya que son bruscos, rápidos, repentinos o demorados; con un ritmo acelerado crean ansiedad y con ritmo demorado crean zozobra e inquietud, al identificar lo anterior, los participantes expresaron el beneficio que tendrían al identificar sus emociones y sensaciones, al respeto Mo, compartió lo siguiente: "En la medida que me conozca, me sabré controlar y con esto tener más responsabilidad, saber qué hacer y que no me gusta, como me siento y controlarme" (T2, 17-09-2016).

El comentario de Mo, aparte de tocar el tema de los sentimientos, impactó en el autoconocimiento. Por lo que se evidencia otro elemento, mismo que según Navarro (2009), es "un proceso reflexivo mediante el cual el alumno/a adquiere la noción de su

persona, de sus cualidades y características". Señala el autor que el autoconocimiento es base de la autoestima, e implica conocernos a nosotros mismos y es fundamental para el desarrollo personal" esto lo podemos inferir del comentario de Mir "Hay que saber expresarnos y entender lo que sienten las otras personas y con ello saber si uno está bien o en mal" (T2, 17-09-2016).

Por otra parte, otro de los temas que los participantes lograron identificar es el cuidado y respeto a la pareja, por ejemplo, Ja mencionó: "Son aceptables los celos, siempre y cuando se respete y cuide a la pareja, el sexo no aceptable, es una forma de violencia" (T2, 17-09-2016).

Ja está hablando de otro elemento que es la aceptación, mismo que según Ortega (2012), se refiere aceptar a la pareja tal cual es y se aplica en cualquier tipo de relación o vínculo, es importante porque las personas desean a que los demás actúen conforme a un esquema. Por lo que es menester discriminar entre lo que es necesario e indispensable para mantener el vínculo de la pareja de aquello que daña la integridad de una o de las dos personas. En caso de ser perjudicial y atentar contra la personalidad, no se debe permitir.

Dj intervino diciendo que a ella le gustaría llevarse bien con la familia de la pareja, pasear, jugar y ser fiel y que no aceptaría un maltrato ni tener otras parejas". En este comentario se refiere a la aceptación y comunicación con la familia de la pareja, al respecto Ortega (2012), señala la necesidad de crear y consolidar vínculos con la familia de la pareja, para que la persona se sienta cómoda de integrarse dentro del grupo familiar.

La facilitadora les compartió que ella se identificaba con ellos cuando tenía su edad y que para ella fue una etapa difícil en la que se sintió incomprendida por sus padres y los adultos, por lo que es común que los desafíemos y tengamos una actitud rebelde. En la adolescencia yo me sentí que todo lo podía y que podía ser audaz ante la vida. Los adolescentes mencionaron que se identificaban con esas características y que les gusta tomar riesgos porque piensan frecuentemente que a ellos no les va a pasar. Dijeron también que tienen la necesidad de sentirse comprendidos y aceptados por la familia, la pareja y círculo de amigos. Añadieron que son conscientes de que como ser humanos se merecen ser tratados con respeto, y que no deben permitir que les hagan cosas que no les agraden, ni que los pongan en peligro. Rosabal, Romero,

Gaquín y Hernández. (2015), citando a Pineda, Aliño, Martínez, Córdova (2002), consideran que en la adolescencia se produce una crisis que se relaciona con el ciclo vital, en la cual se da una agudización en las contradicciones sobre la dinámica de las relaciones internas por los marcados cambios psicológicos, biológicos y sociales; ya que son bruscos, rápidos, repentinos o demorados; con un ritmo acelerado crean ansiedad y con ritmo demorado crean zozobra e inquietud.

Los adolescentes hablaron sobre los límites entre lo que debe ser permitido y lo que no, tomando como base la dignidad inherente de todo ser humano, que debe ser respetada y no vulnerada por la pareja.

#### **5.4. Experiencias de la facilitadora**

Antes de iniciar la primera sesión se sentía un grado alto de ansiedad, no se sabía si el taller despertaría la suficiente curiosidad e inquietud en los adolescentes. Se temía que acudieran pocas personas, y que el número fuera insuficiente para poder realizar las temáticas y actividades que se tenían contempladas.

A través de la presentación se compartieron aspectos importantes de la vida académica de la expositora, así como sus gustos y preferencias, se invitó a los jóvenes a expresar los propios, esto ayudo a generar un ambiente de confianza en los adolescentes y se percibió que se logró despertar el interés sobre la importancia de tener un plan de vida, satisfaciendo de su sexualidad de forma responsable.

Cuando la facilitadora les compartió gustos, intereses o preocupaciones, los adolescentes se expresaron de manera más fluida identificándose con ella en algunos sentimientos, lo cual ayudó a que se dirigieran en la sesión con más confianza. Por ejemplo, en una de las sesiones la facilitadora dijo: “yo les compartí como llegaba. Mencioné que llegaba entusiasmada por verlos y compartir la sesión y que también llegaba muy cansada porque había estado en el hospital cuidando a mi mamá porque la acababan de operar de la rodilla” (T3, 15-10-2016). Este compartir sirvió para que los adolescentes también se expresaran, mencionaron que venían contentos, pero que también cansados por trabajos y tareas.

Se habló de los valores de la dignidad humana, el respeto, la inteligencia, la libertad, que nos definen y caracterizan como especie. Me sentí cómoda compartiendo

mis gustos y preferencias, porque logré apreciar de que algunos adolescentes los compartían, logrando identificar temas comunes de nuestro interés.

Se hizo hincapié en que las decisiones que se toman repercuten en nuestra vida, ya que los seres humanos son libres de elegir si ven el mundo desde el punto de vista positivo o si lo hacen desde el negativo, con sus respectivas consecuencias para cada uno. Se enseñó que el ser humano tiene que ser sociable para cumplir con los fines de convivencia, por lo que hay que respetar la vida en todas sus etapas, por lo que para poder solucionar los problemas personales primero se tienen que aceptar, conociéndose a sí mismos.

En la charla sobre violencia en el noviazgo, participaron activamente los jóvenes y se pudo compartir sus experiencias personales. Con cada exposición en su conjunto se generó un ambiente apropiado de empatía y confianza con el grupo. Si bien los alumnos se conocían ya que estudian juntos, no estaban consientes de aspectos íntimos en la vida de sus compañeros. Con el taller se logró que casi todos los adolescentes participaran activamente.

La facilitadora buscó garantizar la confidencialidad de todo lo compartido por cada uno de ellos, diferenciar entre fuentes confiables y no confiables de información, reflexionar sobre aspectos importantes de la adolescencia, la sexualidad y los diferentes tipos de parejas.

## CAPITULO VI. DIALOGO CON AUTORES

En este capítulo se contrastará la teoría con los resultados de las experiencias más importante que se dieron en el taller, con relación a los adolescentes, mismos que construyeron saberes que disminuyen las conductas de riesgo, esto de acuerdo a los autores Méndez, Iglesias y González (2003), los cuales realizaron investigaciones experimentales, que concluyeron que si los alumnos recibían la información disminuían los riesgos de embarazos en adolescentes y de contraer enfermedades de transmisión sexual, cumpliéndose lo que dice Rogers (1973), en la medida de que se logró obtener un ambiente de cordialidad, empatía, seguridad y confianza, lo cual favoreció a que los adolescentes construyeran esos saberes.

Erikson (1968) señaló que los adolescentes sienten vergüenza cuando se habla de sexualidad y viven bajo una dependencia, por lo que para enseñar estos temas se recomienda experimentar y conocer las vivencias de los jóvenes, tal como se hizo en el taller, por otra parte, la tendencia actualizante de la que habla Rogers (1973), dice que cuando el adolescente está en un ambiente de confianza se pueden comprender mejor estos temas.

Papalia (2009) menciona que el mundo natural está envuelto de sexualidad, misma que es descubierta a través de los cambios que se desencadenan con la transición entre la niñez y la adolescencia. En esta etapa se desarrolla a su vez la inteligencia psicosocial y en el cuerpo del niño se producen cambios que despiertan su curiosidad por todos aquellos cambios en su cuerpo, por lo que se vuelven más perceptivos para captar lo que existe a su alrededor, viendo al mundo desde un plano distinto. Los alumnos oirán hablar de sexo en la escuela, en los medios de comunicación como el internet, la televisión, radio, el cine, etcétera.

El objetivo principal de este taller fue dar a conocer a los jóvenes las conductas de riesgo a las que están expuestos, cuando ejercen su sexualidad. Quintana (2012) dice que el dialogo con los jóvenes es necesario para que puedan descubrir de forma segura los aspectos más importantes sobre su sexualidad. Los jóvenes necesitan conocer el sentido de su cuerpo para poder reafirmar su identidad, las etapas de la

procreación, su género, la sana convivencia en pareja y hasta el amor como una forma de vida.

Se pudo observar durante el desarrollo de las diversas temáticas tratadas que los alumnos sienten curiosidad por todas las cuestiones relacionadas con su sexualidad, pero que para muchos sigue siendo un tema tabú, al que no están habituados a hablar con soltura y confianza, debido a lo anterior fue necesario facilitar un ambiente propicio para poder tener un dialogo fluido con los jóvenes (Rogers, 1961).

El tema de la sexualidad pocas veces se aborda en su escuela, mucho menos en sus casas, ya que rara vez el adolescente realiza preguntas sobre sexo a sus padres, por vergüenza o por qué no tienen la confianza, esto se relaciona con lo que dicen Ramírez y Escamilla (2003), de que a su vez los adultos se sienten ansiosos porque temen que sus hijos tengan un embarazo a esa edad y piensan erróneamente que no tocando nunca el tema con sus hijos disminuye la posibilidad de que tengan relaciones sexuales con las que corran el riesgo de salir embarazadas. El despertar sexual de los jóvenes suele ser algo incontrolable, el aparato psíquico humano es complejo y los instintos sexuales en un inicio tienen como finalidad el placer, a partir de la pubertad estarán asociados el fin de la reproducción (Freud, 1973 en Castellanos, 2013) y no es a través de la ignorancia como se lograrán disminuir las posibilidades de embarazos no deseados o el contagio de enfermedades de transmisión sexual. Los jóvenes necesitan estar bien informados para poder desarrollar relaciones sanas, es más común que aprendan experimentando, con todo el riesgo que esto conlleva para su salud física y emocional. Por lo que hubo que ayudarlos a que desecharan todas aquellas ideas preconcebidas o que han aprendido conforme a su experiencia de vida, pero que no tienen un sustento real.

Para lograr que se abrieran y contaran sus experiencias se realizaron dinámicas con las cuales los alumnos poco a poco fueron dejando su vergüenza y apatía.

Con las sesiones se pudo confirmar la necesidad de abrir más espacios como el que se brindó con el taller y generar grupos de encuentro, como lo señala Rogers (1973). A través de sus compañeros los alumnos se sintieron más cómodos compartiendo lo que saben de los temas sexuales, hablando de sus historias y preguntando todas aquellas cosas que nos les quedaban claras.

Al ser un dialogo grupal los alumnos aprendieron a dialogar en un ambiente plural y tolerante, respetando las ideas que cada uno tenía, pero siendo humildes para aceptar que sus conocimientos no siempre son correctos; y es donde entra a escena la facilitadora, para enriquecer los conocimientos y despejar las dudas.

La tarea de la facilitadora consistió en consolidar conocimientos y facilitar que los jóvenes canalizaran sus emociones, buscando un afianzamiento de su personalidad, mejorando sus actitudes hacia los demás y refrendando su libertad, independencia y dignidad. Se buscó que los alumnos conocieran los fines de la sexualidad, para que comprendan y traten de dominar sus impulsos sexuales, actuando en todo momento con responsabilidad y sabiendo las posibles consecuencias de los descuidos. No implicando el ver las conductas sexuales desde un punto de vista cerrado o prohibitivo, sino todo lo contrario, como una posibilidad de goce y disfrute pleno de su sexualidad.

El aspecto de la empatía se buscó afianzar platicando a los alumnos una experiencia personal, para tratar de explicar como demuestra amor a la familia, esto derivado de la intervención de una alumna la cual dijo sentirse triste por la falta de muestras de cariño por parte de su madre. Cómo se ve en el siguiente dialogo:

AH: "Pues mi papá en lo personal con nosotros nunca fue así, o sea siempre cuando estaba en mi casa él era el que nos demostraba más cariño que mi mamá, mi mamá siempre ha sido muy fría y así, mi papá jugaba con nosotros" (T2, 17-09-2016).

Esta experiencia provocó que la facilitadora compartiera la siguiente experiencia personal: "...Me siento conmovida, porque a mí alrededor también hay personas que no me demuestran el cariño como yo quisiera... y ha sido también difícil para mí, el que no me demuestren el cariño como yo necesito" (T2, 17-09-2016).

La necesidad expresada por el adolescente, sumada a la experiencia personal de la facilitadora, tuvo el efecto de que el grupo generara más confianza y que se expresaran más libremente, por sentirse escuchados y entendidos.

Los alumnos comprendieron que existen diferentes formas de demostrar afecto, que cada persona responde de distinta manera ante el amor. Esto último se sustenta

con necesidad de valoración positiva incondicional de la que habla Rogers (1968), misma que evoca la necesidad de usar la empatía y la congruencia para lograr una atención calurosa, positiva y receptiva, aceptando los sentimientos positivos de las personas, pero también sus sentimientos negativos, considerados como malos o anormales, como el dolor y la ansiedad, para poder lograr una mejor relación terapéutica con los pacientes; a su vez guarda relación con lo expuesto por Lafarga y Gómez del Campo (1990), quienes piensan que las personas necesitan ser conscientes de sus propios sentimientos y actitudes para comprender su realidad externa, logrando así actuar con mayor creatividad en los diferentes ámbitos de su vida.

Por lo que de acuerdo con Rogers (1986), Lafarga y Gómez del Campo (1990), quienes hablan de la empatía que deben sentir las personas por sus semejantes y sobre todo por su familia, se le explicó a la alumna la necesidad de aceptar a su mamá.

Los adolescentes identificaron la necesidad de oír palabras y tener contacto, de un comportamiento afectuoso, como un beso o un abrazo. Se resalto que el compartir afecto en familia es un aspecto muy importante para desarrollar confianza en los hijos, para que se sientan seguros y que sepan que existe alguien que se interesa por ellos y les provee de todo lo que necesitan. El amor es algo que se transmite y si se les brinda a las personas, tarde o temprano también se regresa y esto ayuda mucho a la autoestima y poder contralar mejor las emociones, tal como lo que dice Rogers (1986) de la aceptación, la cual considera la esencia de las personas, más allá de sus máscaras y de la imagen que proyectan.

En la intervención surgió el caso de una alumna a la que le gustaba morder a su pareja y amistades, esta conducta llama particularmente la atención al grupo de adolescentes. Esta situación fue significativa porque permitió a los integrantes conocer un aspecto diferente con respecto de la sexualidad, que son las parafilias, en las que la persona suele excitarse sexualmente mordiendo a la pareja o resultando mordidas a su vez por ella, y puede llegar a considerarse como una forma de sadismo, en la que se obtiene placer observando el dolor de otra persona, según Montejo (2005), a esta parafilia se le llama odaxelagnia y tiene su origen en un antiguo comportamiento de los mamíferos depredadores, los cuales sostienen a las hembras con las que se aparean,

incluso con los dientes, apretando los colmillos y las garras en caso de que la hembra pretenda zafarse para impedir la cópula.

Conforme a lo que dice Fonseca (2006), en ocasiones los adolescentes se quedan con dudas por la falta de preparación del exponente. En este caso se admite que se tenía cierto desconocimiento de la existencia de esta parafilia, por lo que fue menester investigar al respecto, retomándose nuevamente en la sesión posterior el tema y se les dio un mejor panorama, y logrando una retroalimentación entre la facilitadora y los alumnos.

En general se buscó proporcionar la información necesaria para que los adolescentes adquirieran nuevos conocimientos de sexualidad, como lo señala León (2014), sobre todo sobre las conductas de riesgo representadas por las enfermedades de transmisión sexual. Los alumnos entendieron que tener una relación sexual sin protección es una ruleta rusa, en la que les puede tocar contagiarse de una enfermedad sexual y que existen enfermedades por virus que no se curan, solo se controlan, por ejemplo, el VIH Sida, que puede llegar a ser mortal, si no se atiende adecuadamente. Se les habló del VPH, el cual muchas veces se controla, pero en ocasiones puede terminar en cáncer, explicando que es muy doloroso, y puede dejar estériles a las mujeres o contagiar al producto, igual que el Sida, por lo que es preferible contenerse y protegerse durante las relaciones sexuales usando condón. Los alumnos conocieron que algunos síntomas generales, en las mujeres puede ser un flujo anormal con o sin olor desagradable, en los hombres puede ser secreción por la uretra, puede haber ronchas, llagas o ampollas, cerca de los órganos sexuales, en la boca o en el ano, inflamación de los ganglios cercanos a la llaga, a veces los ganglios también en las ingles, se pueden sentir como bolitas, una especie de salpullido o picazón alrededor de los órganos sexuales, ardor o picazón al orinar o al defecar, sangrados por los órganos sexuales, dolor durante la relación sexual.

Los jóvenes escucharon que existen más de 30 enfermedades de transmisión sexual producidas por virus y bacterias; estos últimos producidos por hongos y protozoos.

Al final del taller los adolescentes expresaron saber más sobre las consecuencias del sexo sin protección, no para infundirles miedo, sino para tratar de hacer de ellos personas responsables y cuidadosas en su vida sexual, que puedan estar a salvo del contagio de enfermedades prevenibles teniendo los conocimientos y el cuidado para hacerlo.

## **CONCLUSIONES Y PROPUESTAS**

México es un país con fuertes dogmas religiosos que promueven la abstinencia, como método para evitar embarazos y el contagio de enfermedades de transmisión sexual. Trejo y Díaz (2013), señalan que la sociedad mexicana por cuestiones socioculturales tiende a ligar su sexualidad con lo que dictan los dogmas religiosos, que se aprenden en la iglesia. Aún en pleno siglo XXI continúa un debate entre la iglesia y el estado, por la impartición de educación sexual en las escuelas. La postura religiosa pregona que la educación sexual aumenta las posibilidades de que los jóvenes experimenten a temprana edad con sus cuerpos.

Desde el punto de vista académico estudios como los de Ramírez y Escamilla (2003), demuestran que los jóvenes no cuentan con una adecuada educación sexual, porque no adquieren en casa, ni la escuela, los conocimientos necesarios para evitar la incidencia de embarazos a temprana edad. La falta de información provoca que los adolescentes recurran a otros medios de información, como la televisión y el internet, pudiendo obtener conocimientos erróneos, carentes de sentido o basados en mitos, por lo que se corre el riesgo de que crezcan con actitudes negativas hacia el sexo.

Motivo por el cual la enseñanza de la sexualidad en nuestro país sigue siendo un reto importante para el estado y las escuelas, como lo precisa Sánchez (s/a), quien dice que forma parte del desarrollo humano, rebasando concepciones fisiológicas y anatómicas, ya que también influyen componentes éticos, afectivos, familiares e intelectuales. La educación sexual describe los procesos mediante el cual se logra la concepción de un nuevo ser humano, pasando por las etapas de coito, fecundación, desarrollo y nacimiento. También describe las conductas sexuales, las enfermedades

de transmisión sexual y su prevención, mediante el uso de los métodos de anticoncepción.

La intervención me permitió comprobar que las creencias sexuales de los alumnos se definen mayormente por experiencias propias, o de su círculo de amistad. Por lo que para poder tocar estos temas fue necesario tener una actitud abierta, comprensiva, sensible y sin prejuicios.

Se definieron aspectos importantes sobre la sexualidad humana, desde una perspectiva física, psicológica, emocional y social Papalia (2009). Se adquirieron conocimientos sobre la anatomía masculina y femenina y la función que cumplen las hormonas en el surgimiento del apetito sexual o libido de los jóvenes, a través de los cuales se busca la obtención de placer. Las pláticas se realizaron desde una perspectiva abierta, por lo que se evitó juzgar a los participantes, para permitirle adquirir actitudes y valores que les ayuden a tener una vida sexual sana.

Los alumnos del taller comprendieron que tienen derecho a una vida sexual libre de complejos, siendo conscientes de la importancia de protegerse ellos mismos, mediante la toma de decisiones responsables, tanto individuales, como en pareja, que favorezcan su integridad física, mental y su dignidad humana. La equidad es otro aspecto que entendieron, se les enseñó que es deseable eliminar cualquier rastro de discriminación sea por sexo, género, orientación sexual, raza y religión.

Fallas y Valverde (2000), definen que la sexualidad comprende aspectos biológicos y anatómicos, e incorpora dimensiones tanto genitales como afectivas, psicológicas y sociales, como son las relaciones humanas, en relación con uno mismo. Erikson (1968) recobra en su propuesta del desarrollo psicosocial que el adolescente se encuentra en una etapa en donde la búsqueda de su identidad juega un papel primordial. El sexo permite desarrollar todo el potencial de la persona. Considero que es una fuente de bienestar, forma parte de nuestras vidas permitiendo el contacto humano en la intimidad, por lo que es la forma en cómo dos seres expresan sus sentimientos y se brindan placer, ternura, entendimiento y amor.

La experiencia fue enriquecedora y quisiera seguir aportando mis conocimientos y mi esfuerzo para llegar a más jóvenes y seguir aprendiendo de sus experiencias y vicisitudes.

Es evidente que como sociedad necesitamos realizar un esfuerzo monumental para crear más oportunidades de acercamiento al conocimiento sexual, creando nuevos talleres, conferencias y exposiciones, en las que los jóvenes puedan despejar todas sus dudas y erradicar su ignorancia, para que sean libres de elegir una vida sexual saludable y satisfactoria. En la edad adulta el instinto sexual si las circunstancias lo hacen posible se podrá satisfacer, tendrá las capacidades físicas y psíquicas para trabajar con las experiencias que no fueron placenteras en la etapa de la infancia (Freud, 1973 en Castellanos, 2013).

Las propuestas de este trabajo se pueden remarcar una vez identificados y enumerados los tres puntos fundamentales relacionados con las conductas de riesgo, mismos que son:

1. Concientización de los adolescentes a través de la información para evitar el contagio de ETS.
2. Facilitar el reconocimiento de emociones, sensaciones y creencias en las relaciones de noviazgo en la adolescencia, para identificar y prevenir conductas de riesgo.
3. Propiciar un ambiente en el que se pueda generar un aprendizaje significativo referente a la sexualidad y relación de pareja en la adolescencia.

Finalmente se finiquita esta investigación mencionando que la propuesta principal es que en las escuelas se implementen talleres como este, para que los adolescentes identifiquen conductas de riesgo y desarrollen conductas de protección que les permitan conservar su salud física, mental, espiritual y psicológica.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Banco Mundial. (2013). Las conductas de riesgo que constituyen una amenaza creciente para la salud mundial. Recuperado el 27 de febrero del 2017. Disponible en: <http://www.bancomundial.org/es/news/press-release/2013/11/20/risky-behaviors-growing-threats-global-health> Minuchin, S. y Fishman, H.C. (1981). *Técnicas de terapia familiar*. Barcelona, España. Ediciones Paidós Ibérica S.A.
- Bordignon, N. A. (2005). El desarrollo psicosocial de Eric Erikson. El diagrama epigenético del adulto. *Revista Lasallista De Investigación*, 2(2), 50-63.
- Carretero, M. & León, J.A. (1999). Del pensamiento formal al cambio conceptual en la adolescencia. En Palacios, J., Marchesi, A. y Coll, C. (comps.) *Desarrollo Psicológico y Educación. Vol. 1 Psicología evolutiva*. (2da edición) (p.p. 453 – 469). España: Alianza Editorial.
- Castellanos, S.G., (2013) Una aproximación al desarrollo psicosexual desde la perspectiva de la metapsicología feudiana. *Pensamiento Psicológico*, vol. 11, núm. 2, julio-diciembre, 2013, pp. 157-175. Cali, Colombia: Pontificia Universidad Javeriana.
- Consuegra, A. N. (2009). *Diccionario de psicología* (2a. ed.). Bogotá, CO: Ecoe Ediciones. Retrieved from <http://www.ebrary.com.ezproxy.iteso.mx>
- Cortés, J. C (2016) La importancia de la educación sexual en secundaria: fundamentos pedagógicos y filosóficos para desarrollar el trabajo educativo en materia de sexualidad con adolescentes en México. *Universidad Nacional Autónoma de México*.
- Delgado, G. (2000) El desarrollo de sí mismo en los adolescentes. Prometeo: fuego para el propio conocimiento. (n.d). *México: Universidad Iberoamericana*, Plantel Santa Fe, 2000-v.
- Erikson, E. H. (1968) *Identty: Youth and crisis*, New York: Norton

- Fallas, H. & Valverde, O. (2000). Sexualidad y Salud Sexual Reproductiva en la Adolescencia. Módulo de capacitación para personal de salud. Guía metodológica. Programa de atención integral a la adolescencia. *Departamento de Medicina Preventiva. San José: Costa Rica.*
- Fonseca, B (2006). Alternativa metodológica para el diseño de talleres de sexualidad en el nivel medio superior. *Instituto Politécnico Nacional.*
- Friedman, L.J. (1999). *Identity architect*. New York: Scribner
- Fromm, E. (1971). *El miedo a la libertad*. Buenos Aires. Ed. Paidós
- Hiriart, V. (1999). *Educación sexual en la escuela: guía para el orientador de*
- Hurlock, E. (1980). *Psicología de la adolescencia* (4ª ed). España: Paidós.
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI) (2015). *Encuesta Nacional de la Dinámica Demográfica 2014* “Panorama Sociodemográfico de México: Principales resultados”. México
- Instituto Nacional de Estadística, Geografía e Informática (2015). *Jóvenes inician su vida sexual a los 15 años: INEGI*. Recuperado de <http://planoinformativo.com/nota/id/396476/noticia/-jovenes-inician-su-vida-sexual-a-los-15-anos:-inegi.html>
- Lafarga, J (2005b). Mi comprensión del desarrollo humano. *Prometeo. Revista Mexicana Trimestral de psicología Humanista y desarrollo Humano*. No. 45. Pp. 7-12. México.
- Lázaro, A. (2013). *Conocimiento sobre sexualidad en alumnos adolescentes de la escuela preparatoria n.32 del ejido Huapacal primera sección Huimanguillo Tabasco 2008*. Universidad Nacional Autónoma De México
- León, R. (2014). *Conociendo y reconociendo mi sexualidad” una experiencia con adolescentes*. Universidad Nacional Autónoma De México
- Maslow, A. (1973). *El hombre autorrealizado*. Barcelona España: Editorial Kairos.
- Méndez, Iglesias & González, (2003). Sexualidad y Prácticas sexuales en Adolescentes Puertorriqueños de Escuela Intermedia- *Psicología Iberoamericana, México: Universidad Iberoamericana, Plantel Santa Fe, Departamento de Psicología.*
- Montejo, A.L. (2005). *Sexualidad, psiquiatría y cultura*. Editorial Glosa.

- Moreira, V. (2001). De la teoría no-directiva al Enfoque Centrado en la Persona. pp: 41-55. En Moreira, V. (2001). Más allá de la persona. Hacia una psicoterapia fenomenológica mundana. Santiago de Chile: Universidad de Santiago.
- Moreno, F. (1999). *La violencia en la pareja*. Recuperado el 22 de mayo del 2017. Disponible en: [www.scielosp.org/pdf/rpsp/v5n4/v5n4a4.pdf](http://www.scielosp.org/pdf/rpsp/v5n4/v5n4a4.pdf)
- Navarro, M. (2009). Autoconocimiento y Autoestima. Temas de Educación. *Revista digital para profesionales de la enseñanza*. Andalucía, España: Federación de enseñanza de CC. OO. Recuperado el 27 de abril del 2016. Disponible en: <https://www.feandalucia.ccoo.es/docu/p5sd6409.pdf>.
- Oliva, A. (1999). Desarrollo social durante la adolescencia. En Palacios, J., Marchesi, A. y Coll, C. (comps.) *Desarrollo Psicológico y Educación*. Vol. Psicología evolutiva. (2da edición). España: Alianza Editorial.
- Olivares, R (1998). La adolescencia en el proceso de convertirse en persona. Prometeo: fuego para el propio conocimiento. (n.d). *México: Universidad Iberoamericana*, Plantel Santa Fe, 1992-v.
- Olivares, R. (1998) La adolescencia en el proceso de convertirse en persona. Prometeo: fuego para el propio conocimiento. (n.d). *México: Universidad Iberoamericana*, Plantel Santa Fe, 1992.
- OMS. (2014). *La OMS publica una nueva orientación sobre cómo proporcionar información y servicios de anticoncepción*. Recuperado el 27 de febrero del 2017. Disponible en: <http://www.who.int/mediacentre/news/releases/2014/guidance-contraceptive/es/>
- OMS. (2016). *Adolescentes: riesgos para la salud y soluciones*. Recuperado el 28 de febrero del 2017. Disponible en: <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs345/es/>
- Organización Mundial de la Salud (2015). *Estrategia Mundial para la Salud de la Mujer, el Niño y el Adolescente (2016-2030)*. Recuperado el 21 de noviembre de 2015 de [http://www.who.int/maternal\\_child\\_adolescent/topics/child/development/es/](http://www.who.int/maternal_child_adolescent/topics/child/development/es/)
- Ortega Rojas, J. (2012). El vínculo de pareja: Una posibilidad afectiva para crecer. *Revista Electrónica Educare*. Vol. 16, Especial, [23-30], ISSN: 1409-42-58,

- noviembre, 2012. Recuperado el 7 de abril del 2016. Disponible en:  
<https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/4780994.pdf>
- Papalia, D. E., Olds, S. W., & Feldman, R. D. (n.d). (2004). *Psicología del desarrollo: de la infancia a la adolescencia*. México: McGraw-Hill.
- Papalia, D. E., Olds, S. W., & Feldman, R. D. (n.d). (2009). *Psicología del desarrollo: de la infancia a la adolescencia*. México: McGraw-Hill.
- Pérez de la Barrera, C. y Pick, S. (2006). Conducta sexual protegida en adolescentes mexicanos. UNAM, México. *Revista interamericana de psicología/Interamerican journal of psychology*. 2006. Vol. 40, Núm. 3.
- Pérez, N., & Navarro, I. (n.d). (2011). *Psicología del desarrollo humano: del nacimiento a la vejez*. Alicante, España: Club Universitario.
- Pick, S. & Vargas-Trujillo, E. (1995). *Yo adolescente*. México, Ed. Grupo Editorial Planeta.
- Pick, S. (2004). Educación Sexual: Parte integral de las habilidades para vivir. Prometeo: fuego para el propio conocimiento. (n.d). *México: Universidad Iberoamericana*, Plantel Santa Fe, 2004-v.
- Pontificia Universidad Católica Madre y Maestra. (2006). *Textos PUCMM*. Santiago de los Caballeros, República Dominicana.
- Pulido, C. (2005). Sexualidad y Transcendencia. Prometeo: fuego para el propio conocimiento. (n.d). *México: Universidad Iberoamericana*, Plantel Santa Fe, 2005-v.
- Quintana, M. (2012). Propuesta de cambio actitudinal respecto a su sexualidad. Derechos sexuales y reproductivos. *Universidad Nacional Autónoma De México*.
- Ramírez, C. & Escamilla, I (1996) Las relaciones sexuales en l@s adolescentes deseo, amor curiosidad y placer. *Archivos hispanoamericanos de sexología*. (n.d). México: Instituto Mexicano de Sexología: Sociedad Mexicana de Psicología: Universidad Nacional Autónoma de México.
- Rivera, L., Allen, B., Rodríguez, G., Chávez, R., & Lazcano, E. (2006). Violencia durante el noviazgo, depresión y conductas de riesgo en estudiantes femeninas (12-24 años). *Salud Pública de México*, 48, s288–s296. Retrieved from [http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0036-36342006000800009&lng=es&nrm=iso&tlng=es](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0036-36342006000800009&lng=es&nrm=iso&tlng=es)

- Rodríguez, J. (2009). *Estudios demográficos y urbanos/México*: El Colegio de México, 2009
- Rogers, C. (1961). *El Proceso de convertirse en persona*. (1ra edición, 1964) Paidós, México.
- Rogers, C. (1980). *Una base política: La tendencia actualizante* pp. 164-174. México: El Manual Moderno.
- Rogers, C. R. (1985). *Terapia, personalidad y relaciones interpersonales*. Buenos Aires, Argentina: Nueva Visión.
- Rosabal, E., Romero, N., Gaquín, K. & Hernández, R.A. (2017). Conductas de riesgo en los adolescentes. *Revista Cubana Medica Militar*. 2015. Recuperado el 28 de febrero de 2017. Disponible en [http://bvs.sld.cu/revistas/mil/vol44\\_2\\_15/mil10215.htm](http://bvs.sld.cu/revistas/mil/vol44_2_15/mil10215.htm)
- Rosal, C. (2013). *El movimiento de la psicología humanista y su relación con la psicología científica*. p 41-72. En Rosal, C. (2013). *Cuestiones de psicología y psicoterapias contemporáneas*. Milenio. España
- Sánchez, A. (2017). El estudio de la sexualidad en la educación básica. *Biblioteca Jurídica Virtual del Instituto de Investigaciones Jurídicas de la UNAM*. Recuperado el 28 de abril del 2017. Disponible en: <https://archivos.juridicas.unam.mx/www/bjv/libros/7/3483/6.pdf>
- Santos, L. (2004). La sexualidad en un mundo joven. Prometeo: fuego para el propio conocimiento. (n.d). *México: Universidad Iberoamericana*, Plantel Santa Fe, 2004-v.
- Schmid (2002). *Person-Centred Psychotherapy*. En <http://www.pfs-online.at/papers/paper-pct.htm>.
- Shaffer, D. (2000). *Psicología del desarrollo: infancia y adolescencia*. México: Thomson.
- Trejo, F. & Díaz-Loving, R. (2013). En torno a la sexualidad: actitudes y orientación sociosexual en una muestra mexicana. *Psicología Iberoamericana*, vol. 21, núm. 1, enero-junio, 2013, pp. 7-15. Ciudad de México, Distrito Federal: Universidad Iberoamericana.
- Yago, T., & Tomás, C. (2015). Violencia de pareja hacia las adolescentes y jóvenes atendidas en una consulta de anticoncepción e indicadores de riesgo. *Revista*

*Española de Medicina Legal*, 41(3), 103–110.  
<http://doi.org/10.1016/j.reml.2015.02.003>

## APENDICES

A continuación, se presentan los siguientes materiales.

### Apéndice 1. Ejemplo plan de sesión

**Título de la intervención:** “Aprendiendo de mi Sexualidad”.

**Nombre del estudiante:** Marisela Ayala Avalos

**Horario de las sesiones:** 9:00 AM – 2:00 PM.

Lugar de la intervención: Instalaciones del bachillerato ubicado en Guadalajara, Jalisco.

**Población:** Adolescentes entre 15 y 17 años

**Recursos humanos, materiales y financieros.**

No. de Sesión	Fecha horario	Propósito y tema de la sesión	Actividades, tiempos, recursos y productos
1	10- sep-16	De 9:00am a 2:00pm. Establecimiento del encuadre y del aclima de trabajo, sexualidad integral, vinculaciones afectivas y la sexualidad en nuestra época. Conocer al grupo, plantear los objetivos del taller, establecer confianza, reglas y compromisos de los integrantes del grupo con el grupo, hablar de expectativas. Realizar la evaluación inicial de los participantes para conocer que esperan del taller y cuánto saben de los temas. Determinar fuentes confiables y no confiables de información, conocer las distintas relaciones afectivas en las parejas, reflexionar sobre lo que somos lo	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Bienvenida</li><li>2. Presentación, encuadre, reglas</li><li>3. Entrega del consentimiento informado</li><li>4. Evaluación Inicial del Taller</li><li>5. Dinámica de las piedras</li><li>6. Receso</li><li>7. Dinámica de haz tu lema</li><li>8. Video de lo que es una persona</li><li>9. Inicio de cierre y recuperación de la experiencia</li></ol>

seres humanos y qué queremos en nuestras vidas.

- |          |                                      |   |  |
|----------|--------------------------------------|---|--|
| <b>2</b> | 24- De<br>sep-16 9:00am a<br>2:00pm. | Recordatorio de los objetivos del Taller y de los acuerdos del grupo. Seguir aumentando la confianza y empatía entre los participantes, preguntar cómo llegan. Compartir lo que es una relación de pareja libre de violencia, las diferencias de género, la masturbación, la diversidad sexual y el coito seguro. | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Bienvenida</li> <li>2. Video de la violencia en el noviazgo</li> <li>3. Compartir la experiencia</li> <li>4. Dinámica masaje en las manos</li> <li>5. Compartir la experiencia</li> <li>6. Receso</li> <li>7. Dinámica de los guantes</li> <li>8. Compartir la experiencia</li> <li>9. Inicio de cierre</li> <li>10. Cierre</li> </ol>   |
| <b>3</b> | 15- De<br>oct-16 9:00am a<br>2:00pm. | La salud sexual reproductiva. El embarazo, paternidad, anticoncepción, ciclo menstrual, VIH y otras enfermedades. Métodos de protección. Hablar y reflexionar sobre diversidad sexual, género.  | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Bienvenida, cómo llegan hoy</li> <li>2. Pregunta al aire: ¿Qué es la diversidad sexual?</li> <li>3. Receso</li> <li>4. Dinámica: Clasifica los diferentes objetos como femenino y masculino</li> <li>5. Compartir la experiencia</li> <li>6. Dinámica de las plumas: Consigue más firmas</li> <li>7. Explicación de los tipos de enfermedades de transmisión sexual y métodos de protección, diálogo con el grupo para compartir experiencia y dudas.</li> <li>8. Inicio de cierre</li> <li>9. Cierre</li> </ol> |
| <b>4</b> | 22- De<br>oct-16 9:00am a<br>2:00pm. | Hablar y reflexionar sobre las prioridades actuales y algunas futuras de cada persona, el milagro de la vida y el plan de vida. Recuperar la información de salida.   | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Bienvenida, cómo llegan hoy</li> <li>2. Dinámica: ¿Cuáles son tus prioridades? Y desayuno</li> <li>3. Dinámica: ¿Qué haces con tú jabón?</li> <li>4. Cuestionario para la recuperación de información de salida</li> </ol>   |

## Apéndice 2. Encuesta piloto

Encuesta Piloto a los 41 alumnos

### 1. Características socioeconómicas y familiares

**Edad**

**Sexo**

**¿Cuántas personas viven en tu casa?**

**Con un número, indica quienes viven en tu casa de la siguiente lista**

Papá \_\_\_\_\_ Mamá \_\_\_\_\_ Hermanos \_\_\_\_\_ Hermanas \_\_\_\_\_

Otros Familiares o amigos (Especificar) \_\_\_\_\_

**¿Qué número de hijo (a) eres?**

**¿Cuántos dormitorios hay en tu casa?**

**¿Dónde duermes tú?**

**¿Compartes tu dormitorio con alguien más?**

**¿Compartes la cama con alguien más?**

**¿Qué religión tienes?**

**¿Con qué frecuencia vas a servicios religiosos, misa u otros ritos?**

**¿Qué tan importante es la religión en tu casa?**

a) Muy importante   b) Importante   c) No tan importante   d) No me importa

### 2. Vinculaciones afectivas en la Familia

¿Vive tu papá?

¿Vive en casa con ustedes?

¿Cómo es la relación con tu Papá?

Muy buena    Buena    Regular    Mala    Muy mala

¿Qué tan difícil o fácil platicar con tu papá acerca de temas que son importantes para ti?

a) Imposible b) Difícil c) Regular d) Fácil

¿Has platicado de sexo con tu papá?

a) Seguido b) Pocas veces c) Nunca

¿Vive tu Mamá?

¿Vive en casa con ustedes?

¿Cómo es la relación con tu Mamá?

Muy buena  Buena  Regular  Mala  Muy mala

¿Qué tan difícil o fácil platicar con tu Mamá acerca de temas que son importantes para ti?

a) Imposible b) Difícil c) Regular d) Fácil

¿Has platicado de sexo con tu Mamá?

a) Seguido b) Pocas veces c) Nunca

¿Qué estilo de educación piensas que recibes por parte de tus padres?

Liberal  Estricto  Equilibrado

Sueles tener discusiones o diferencias con tus padres con tus padres

Muy Frecuente Frecuente Rara vez Nunca

¿Cuáles crees que son los principales motivos de las discusiones con tu Papá. tu Mamá o tutor?

Desarrollo escolar  Quehaceres doméstico  Amigos  Sexualidad

Apariencia personal  Hora de llegada  Consumo de drogas (Alcohol, cigarros, etc.)

Otro (especificar)

¿Cómo reacciona tu papá ante una diferencia de opinión contigo?

Te grita  Te pega  Te castiga  Te insulta

Te habla y trata de solucionar el conflicto  Rompen cosas y se altera

Otros (especificar)

- ¿Cómo reacciona tu mamá ante una diferencia de opinión contigo?
- Te grita     Te pega     Te castiga     Te insulta
- Te habla y trata de solucionar el conflicto     Rompe cosas y se altera
- Otros (especificar)

Cuando discuto con mi papá, yo \_\_\_\_\_

Cuando discuto con mi mamá, yo \_\_\_\_\_

Después de tener una pelea con Papá, yo \_\_\_\_\_

Después de tener una pelea con Mamá, yo \_\_\_\_\_

### 3. Vinculaciones afectivas

- ¿Qué es lo que pasa ahorita? Hábito
- ¿Qué es lo que ha pasado? Experiencia

**H** ¿Con quién pasas tu tiempo libre?

**E** ¿Has tenido novio (a)?

**E** ¿Cuántos (as) novios (as) has tenido en tu vida?

**E** ¿Cuánto duro tu primer noviazgo (años, meses, semanas, días)?

**E** ¿Por qué terminaron? (Si es que aplica)

**E** ¿Te has sentido alguna vez enamorado (a)?

**E** ¿Te has sentido decepcionado (a) amorosamente alguna vez?

**E** ¿Has puesto el cuerno?

**E** ¿Te han puesto el cuerno?

**E** ¿Te han *friendzoneado*?

**E** ¿Yo he *friendzoneado*?

**H** Actualmente hay alguna persona que me gusta y me interesa

**E** ¿Has tenido algún free?

Continua las siguientes frases

**H** Cuando veo una pareja que se está besando \_\_\_\_\_

**H** Cuando mi amigo (a) me platica que tuvo relaciones sexuales

**H** Las preguntas que tengo acerca de la sexualidad y no me atrevo a preguntarle a nadie

**H** Las preguntas que tengo sobre sexualidad se las hago a:

**H** La reacción de los estudiantes de tu salón al tratar estos temas en tu escuela es:

Señala con una marca la opción más cercana a tu opinión

**H** ¿Qué edad consideras adecuada para tratar estos temas por primera vez?  
de 9 a 11 \_\_\_\_ de 12 a 14 \_\_\_\_ de 15 a 17 \_\_\_\_ Nunca \_\_\_\_

**H** ¿Con qué frecuencia hablas sobre “sexo”?  
Siempre \_\_\_\_ Mucho \_\_\_\_ A veces \_\_\_\_ Muy poco \_\_\_\_ Nunca \_\_\_\_

**E** ¿Has hablado con alguien sobre tu sexualidad?  
Sí \_\_\_\_ No \_\_\_\_

**E** ¿Con quién?

Familiares \_\_\_\_ Amigos \_\_\_\_ Otros \_\_\_\_

**E** Indica con una cruz lo que has hecho

- a) Citas a solas \_\_\_\_\_
- b) Agarrarse de las manos \_\_\_\_\_
- c) Beso en la boca \_\_\_\_\_
- d) Beso de lengua o francés \_\_\_\_\_
- e) Caricias por encima de la ropa \_\_\_\_\_
- f) Caricias por debajo de la ropa \_\_\_\_\_
- g) Sexo oral (recibido) \_\_\_\_\_
- h) Sexo oral (dado) \_\_\_\_\_
- i) Sexo sin protección \_\_\_\_\_
- j) Sexo bajo la influencia de alcohol o drogas \_\_\_\_\_

E Contesta sí o no

- La masturbación lastima \_\_\_\_\_
- Hacer cosas sexuales a mi edad, está bien a ojos de los demás \_\_\_\_\_
- El sexo es sucio \_\_\_\_\_
- Está bien tener sexo a mi edad \_\_\_\_\_
- Sientes presión social para “hacerlo” en lugar de realmente querer \_\_\_\_\_
- Me gustaría que no existiera dicha presión para el sexo \_\_\_\_\_
- Pienso en sexo aun cuando realmente no quiero \_\_\_\_\_
- Me asusta pensar en sexo \_\_\_\_\_
- Experimento sensaciones sexuales cuando veo besos en TV o películas \_\_\_\_\_
- Pensar en sexo me molesta \_\_\_\_\_
- Espero no tener que pensar en sexo nunca más \_\_\_\_\_
- Planeo tener sexo, solamente con gente que realmente ame \_\_\_\_\_
- Está bien para gente de mi edad tener + de 1 pareja sexual en el presente \_\_\_\_\_
- Es importante que me importe la persona, para sentirme bien en pensar \_\_\_\_\_
- Sexo con esa persona \_\_\_\_\_

Si tuvieras relaciones sexuales próximamente con alguien que conoces bien, cuál de las siguientes cosas crees que te pasarían a ti. Contesta sí o no.

- Me daría mucha pena mientras tuviera sexo \_\_\_\_\_
- Perdería el respeto de mis amigos (as) \_\_\_\_\_
- Me sentiría más amado (a) por esta persona \_\_\_\_\_
- Le gustaría más a esta persona \_\_\_\_\_
- Perdería respeto de mí mismo (a) \_\_\_\_\_
- Me preocuparía que quedáramos embarazados \_\_\_\_\_
- Le demostraría a la persona que me gustó \_\_\_\_\_
- Afectaría mi salud \_\_\_\_\_
- Tendría más respeto de mis amigos \_\_\_\_\_
- Me sentiría más maduro (a) \_\_\_\_\_

**E** De quién has aprendido acerca de métodos de control natal y protección contra Enfermedades de transmisión sexual

---

**Dinámica de aplicación**

Se hizo una cita en el bachillerado Pedro Arrupe para aplicar las encuestas a una muestra de 6 alumnos por salón. El tiempo aproximado para responder es de 40 minutos.

**Apéndice 3. Relación del cuestionario de sexualidad adolescente con los ¿para qué?**

Área	Pregunta	¿Para qué?
Características socioeconómicas y familiares	1. Edad	Saber el rango de edades
	2. Sexo	Identificar el sexo y discriminar conforme a ello
	3. ¿Qué tan importante es la religión en tu casa? Reformula para el sujeto  a) Muy importante      b) Importante c) No tan importante      d) No me importa	Identificar y describir la percepción de la religión en su casa
Vinculaciones afectivas en la Familia	4. ¿Qué tan difícil o fácil platicar con tu papá acerca de temas que son importantes para ti?  a) Imposible   b) Difícil      c) Regular d) Fácil	Identificar el tipo de acercamiento que el joven tiene con su padre
	5. ¿Qué tan difícil o fácil platicar con tu Mamá acerca de temas que son importantes para ti?	Identificar el tipo de acercamiento que el o la joven tiene con su madre
	6. ¿Cuáles crees que son los principales motivos de las discusiones con tu Papá? ¿tu Mamá o tutor?	Identificar los motivos de conflictos familiares y poder discriminar, por sexo, edad

		o importancia religiosa si esta fuera el caso
<b>Vinculaciones afectivas</b>	<b>7. ¿Con quién pasas tu tiempo libre?</b>	Identificar y describir con quien emplean el tiempo libre los adolescentes
	<b>8. ¿Te has sentido alguna vez enamorado (a)?</b>	Mostrar la auto identificación y relación con la afectividad amorosa
	<b>9. ¿Te has sentido decepcionado (a) amorosamente alguna vez?</b>	Mostrar si se el adolescente ha experimentado sufrimiento a causa de vinculaciones afectivas
	<b>10. ¿Has puesto el cuerno?</b>	Mostrar si el adolescente ha sido parte activa en el sufrimiento de otros en vinculaciones afectivas, experiencia vivencial
	<b>11. ¿Te han puesto el cuerno?</b>	Mostrar si el adolescente ha experimentado sufrimiento a causa de vinculaciones afectivas
	<b>12. ¿Has tenido algún free</b>	Mostrar la experiencia vivencial, más allá de los nombramientos en las

		<b>relaciones</b>
<b>Ejercicio de la sexualidad</b>	<b>Continúa las siguientes frases</b>	<b>Descubrir si el adolescente proyecta...</b>
	<b>13. Las preguntas que tengo acerca de la sexualidad y no me atrevo a preguntarle a nadie</b>	<b>Mostrar si el adolescente tiene vergüenza, tabús o pudor por algunas preguntas que tiene acerca de la sexualidad y cuáles son</b>
	<b>14. Las preguntas que tengo sobre sexualidad se las hago a:</b>	<b>Descubrir las fuentes de información del adolescente en temas de sexualidad</b>
	<b>15. La reacción de los estudiantes de tu salón al tratar estos temas en tu escuela es:</b>	<b>Mostrar la percepción de el tipo de actitud que se tiene ante el tema de la sexualidad</b>
	<b><i>Señala con una marca la opción más cercana a tu opinión</i></b>	
	<b>16. ¿Has hablado con alguien sobre tu sexualidad?</b>	<b>Descubrir si se cuenta con fuentes de información en temas de sexualidad</b>

	<p><b>17. ¿Con quién?</b></p>	<p>Descubrir las fuentes de información del adolescente en temas de sexualidad</p>
	<p> <b>18. Experiencia sexual</b>  <b>19. Beso de lengua o francés _____</b>  <b>20. Caricias por encima de la ropa _____</b>  <b>21. Caricias por debajo de la ropa _____</b>  <b>22. Sexo oral _____</b>  <b>23. Sexo con protección _____</b>  <b>24. Sexo sin protección _____</b> </p>	<p>Identificar el nivel de experiencia que tiene la población en temas de actos afectivos, relaciones genitales y de riesgo de ETS.</p>
	<p> <b>25. Creencias y moralidad sexual</b>  <b>26. La masturbación es mala _____</b>  <b>27. Hacer cosas sexuales a mi edad, está bien a ojos de los demás _____</b>  <b>28. El sexo es sucio _____</b>  <b>29. Está bien tener sexo a mi edad _____</b>  <b>30. Sientes presión social para “hacerlo” en lugar de realmente querer _____</b>  <b>31. Me gustaría que no existiera dicha presión para el sexo _____</b>  <b>32. Planeo tener sexo, solamente con gente que realmente ame _____</b>  <b>33. Es importante que me importe la persona, para sentirme bien en pensar sexo con esa persona _____</b> </p>	<p>Identificar las creencias, permisibilidades y tabúes que se tienen acerca de la sexualidad</p>
	<p><b>34. De quién has aprendido acerca de métodos de control natal y protección contra Enfermedades de transmisión sexual</b></p>	<p>Descubrir las fuentes de información del adolescente en temas de sexualidad</p>

<p><b>Diversidad Sexual</b></p>	<p><b>35. Cuando veo a una pareja del mismo sexo besarse yo...</b></p>	<p><b>Proyectar su reacción ante un acto afectivo homosexual</b></p>
<p><b>Equidad de Género</b></p>	<p><b>36. Cuando veo que una mujer es maltratada yo....</b>  <b>37. Cuando veo que un hombre es maltratado yo...</b></p>	<p><b>Descubrir la percepción que se tiene de las oportunidades que se tienen relacionadas con el género</b></p>

#### **Apéndice 4. Cuestionario de inicio**

1. ¿Cuáles son las prácticas aceptables y no aceptables en una relación?
2. ¿Cómo puedo llegar a tener una salud sexual reproductiva?
3. ¿De que me sirve identificar las sensaciones, sentimientos y reacciones de contenido sensual?
4. ¿Qué sería una práctica de riesgo?
5. ¿Qué métodos de protección piensas que son efectivos?
6. ¿De que te pueden servir?

## Apéndice 5. Cuestionario intermedio

1. ¿Cómo te has sentido en el taller?
2. ¿Has aprendido algo nuevo? Si es así ¿Qué?
3. ¿Qué piensas de la diversidad sexual?
4. ¿Qué métodos anticonceptivos conoces?
5. ¿Conoces las enfermedades de transmisión sexual? ¿Cuáles?
6. ¿Te aporta algo venir a este taller?

## Apéndice 6. Cuestionario final

1. ¿Cuáles son las prácticas aceptables y no aceptables en una relación?
2. ¿Cómo puedo llegar a tener una salud sexual reproductiva?
3. ¿De que me sirve identificar las sensaciones, sentimientos y reacciones de contenido sensual?
4. ¿Qué sería una práctica de riesgo?
5. ¿Qué métodos de protección piensas que son efectivos?
6. ¿De que te pueden servir?
7. ¿Crees que la información aprendida te puede ayudar a planear tu futuro?
8. ¿Encuentras alguna diferencia de la primera sesión y la última? ¿Cuál y por qué?

## Apéndice 7. Ejemplo de bitácora

### Taller Aprendiendo de mi sexualidad para adolescentes



### Sesión 3

#### 1. Datos de la sesión

<b>Título de la sesión</b>	<b>Tú sexualidad informada</b>
<b>Facilitador</b>	<b>Marisela Ayala Avalos</b>
<b>Fecha</b>	<b>15 de octubre 2016</b>
<b>Horario Programado</b>	<b>9:00 a 14:00</b>
<b>Hora Real de Inicio</b>	<b>9:15</b>
<b>Hora Real de Termino</b>	<b>14:00</b>
<b>Lugar de la Intervención</b>	<b>Salón de clases del bachillerato</b>
<b>Asistencias</b>	<b>8</b>
<b>Ausencias</b>	<b>3</b>

#### 2. Propósitos y actividades de la sesión:

##### Propósitos

Hablar y reflexionar sobre diversidad sexual, género, ciclo menstrual, enfermedades de transmisión sexual y métodos de protección.

## **Actividades**

09:15 Bienvenida, cómo llegan hoy

09:45 Pregunta al aire: ¿Qué es la diversidad sexual?

10:30 Receso

10:50 Dinámica: Clasifica los diferentes objetos como femenino y masculino

11:00 Compartir la experiencia

11:30 Dinámica de las plumas: Consigue más firmas

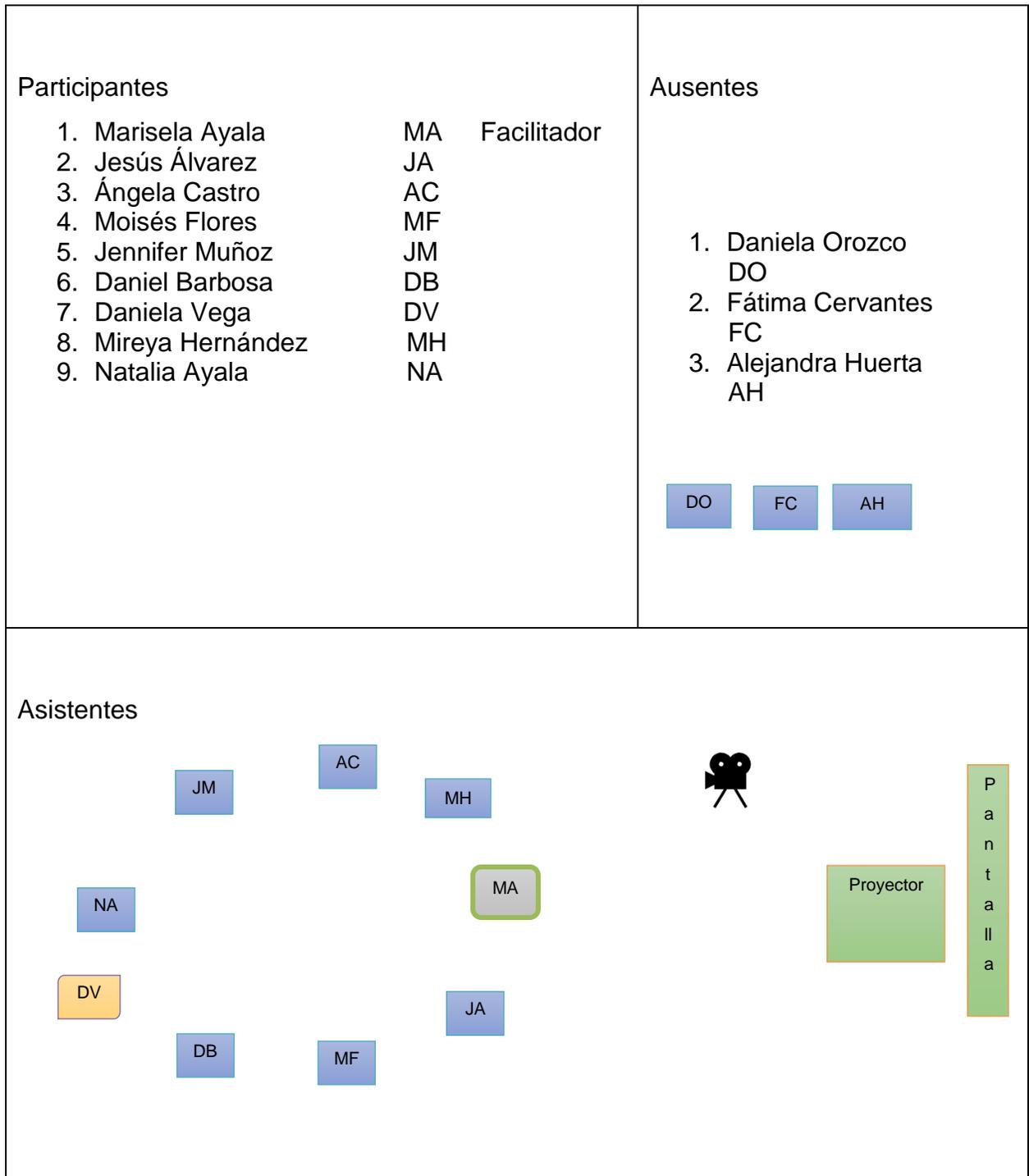
11:50 Explicación de los tipos de enfermedades de transmisión sexual y métodos de protección, diálogo con el grupo para compartir experiencia y dudas.

Inicio de cierre  
13:30

Cierre  
14:00

---

### 3. Croquis de Ubicación



#### 4. Recursos utilizados

<p><u>Evaluaciones</u></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Hojas blancas</li><li>• Lápices</li><li>• Plumas de colores</li><li>• Objetos diversos</li></ul>	<p><u>Cortesía</u></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Agua, refrescos, tacos dorados y galletas</li></ul>
<p><u>Actividades</u></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Clasifica los objetos</li><li>• Consigue más plumas</li><li>• Diálogo sobre enfermedades y métodos de protección.</li></ul>	<p><u>Proyección y grabación</u></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Lap top</li><li>• Celular para grabar audio</li></ul>

## 5. Versión de Sentido

Antes de la sesión estaba cansada, preparé la sesión de taller y estaba lista, pero me sentía agotada. Un día antes de la sesión mandé un correo electrónico recordándoles la sesión y nadie me contestó, así que la incertidumbre de cuantos asistirían estaba latente.

Llegué con más 30 minutos de anticipación, di dos vueltas para poderme estacionar y encontré un lugar de estacionamiento a unos pasos del instituto y me dio mucho gusto. Me levanté muy temprano, para ser exactos a las 6:00am, para subir los materiales a mi camioneta, bañarme, desayunar e ir a la casa de mis padres a preparar el desayuno. Salí de casa de mis padres a las 8:00am y como no había nada de tráfico llegué a las 8:30am.

Tuve mi tiempo para respirar y situarme en el aquí y ahora, estuve respirando y necesitaba hacerlo, de hecho, cuando lo hice me di cuenta que tenía muchos días que no respiraba profundo y conscientemente. Me bajé de mi camioneta a las 8:50am porque vi que abrieron el instituto y ya había adolescentes esperando. Me ayudaron a bajar las cosas de mi camioneta y nos fuimos al salón. Eran ocho adolescentes.

Me sentí tranquila al ver que habían llegado ocho participantes y pensé que era buen número para llevar a cabo la sesión.

Cuando comencé la sesión y pregunté cómo llegaban me sentí muy contenta al escuchar que al haber pasado tres fines de semana sin taller, los adolescentes estaban esperando con mucho gusto que ya fuera sábado 15 de octubre para tener la sesión, que ya la esperaban con ganas, cuando escuché eso me sentí muy contenta.

Les pregunté cómo llegan a la sesión y me compartieron que llegaban contentos porque ya la esperaban, que llegaban tranquilos a pesar de haber tenido una semana llena de actividades, yo también les compartí como llegaba a la sesión, les dije que llegaba entusiasmada de verlos y que llegaba contenta pero también llegaba cansada. Les compartí que hacía cinco días mi mamá había sido hospitalizada, que llegamos a

urgencias en ambulancia por un dolor muy intenso en una pierna a la altura de la rodilla y pantorrilla y que temíamos que fuera una trombosis, les comenté que no fue trombosis, pero fue un problema muy severo en la rodilla y que la operaron hacía tres días y que la cirugía había sido una intervención completa de rodilla con prótesis. Les dije que venía de estar varias noches en el hospital y que tenía agotamiento por las desveladas y el estrés.

Cuando compartí el cómo me encontraba yo al llegar al grupo me sentí mucho más relajada, me sentí escuchada y comprendida por el grupo y puedo decir que durante la sesión estuve muy enfocada y compenetrada con ellos, la verdad hasta de mi mamá me olvidé.

Al hacer las dinámicas sentía como todo fluía, tenía una sensación de ritmo perfecto, no hubo prisas, los tiempos los marcaron ellos como grupo y me sentí muy cómoda.

El receso se adelantó porque llegó el desayuno y estaba calientito. El policia del instituto me mandó llamar a las 10:30 porque había llegado el desayuno, que realmente esperaba que llegara a las 11:00am, pero como llegó a interrumpir la sesión, les dije a los adolescentes saben que, vamos haciendo de una vez el receso, desayunan y nos ponemos a trabajar, estuvieron de acuerdo y así lo hicimos. Veinte minutos después ya estábamos trabajando.

Trabajamos más de tres horas continuas y se me pasó el tiempo muy rápido. Es la sesión es la que he sentido más empatía con el grupo y también percibí al grupo muy unido, de hecho, me expresaron que les gusta tener ese grupo de taller.

Planeé mi cierre con tiempo como para que todos participaran y así fue, me dijeron que se iban muy contentos y muy tristes de saber que la próxima sesión iba a ser la última sesión y aunque yo también me sentí melancólica por eso, me dio mucho gusto saber que les gusta asistir al taller. Cuando cerramos les dije que yo también les daba las gracias por estar.

Recogí todo y cuando me subí a mi camioneta me quedé sentada arriba de ella como unos diez minutos con los ojos cerrados, no pensaba en nada, solo cerré mis ojos y me sentí muy tranquila.

## 6. Logro de propósitos

Se logró realizar la reflexión sobre el concepto de género y diversidad sexual vista desde el ángulo en el que todos somos diversos, nacemos diversos. Con la dinámica de la clasificación de varios objetos en masculino y femenino llegaron a la conclusión de que hay muchos estereotipos que pone la sociedad como que los carritos son de niños y las muñecas de niñas, pero que a las mujeres también nos gustan los carros y que a los hombres también les gusta jugar con un bebé.

Con la dinámica de las plumas se dieron cuenta de que no es importante tener muchas firmas en una hoja, sino más bien que la firma sea de la tinta del color que se quiere tener.

Se hizo un diálogo muy ameno de enfermedades sexuales y los métodos de protección con el que se logró que conocieran más enfermedades de transmisión sexual, sus síntomas y el cómo cuidarse de ellas. Esta parte del taller es la parte en la que fue más informativa de mi parte, pero por el tema tenía que ser así.

## 7. Puntos a destacar en mi facilitación

- Considero que generé empatía con el grupo.
- También logré generar un ambiente de confianza en el que los adolescentes pudieran o no compartir sus experiencias. Todos participaron activamente.
- Refleje principalmente a dos participantes sin dejar de atender al grupo.
- Hubo varios silencios y me sentí cómoda con ellos.
- Cuando me sentí cansada al llegar, lo pude expresar.
- Tengo habilidad para trabajar con adolescentes, escucharlos y generar confianza.
- Pude manejar mejor los tiempos.

#### 8. Puntos a mejorar en mi facilitación

- Seguir observándome emocionalmente.
- Moverlos más. Hacer dinámicas que incluyan más movimiento físico.

#### Obstáculos, límites enfrentados

- Adelanté el receso porque llegó el desayuno.
- Las instalaciones las abren hasta las 9:00am, entonces no puedo comenzar puntual porque en lo que metemos los materiales al salón y nos acomodamos pasan de 15 a 20 minutos.

#### 9. Modificaciones en las sesiones del taller

- Hacer dinámicas con más movimiento físico

#### 10. Ampliación de consciencia, aprendizajes, cambios observados y narrados

Los adolescentes mencionaron que les quedó claro con la dinámica de las plumas el saber elegir lo que quieren hacer y cómo lo quieren hacer. También dijeron que se llevan mucha información sobre las enfermedades de transmisión sexual, sus síntomas y las maneras de protegerse.

Los integrantes mencionaron que se iban contentos de la sesión, reflexionando no solo sobre sexualidad sino sobre emociones y la manera de aceptar a los demás.

#### 11. Narración de la Sesión

Llegué al bachillerato a las 8:30am al instituto, llegué con tiempo para

relajarme y situarme en el aquí y ahora. Me bajé de la camioneta a las 8:50am porque a esa hora abrieron el instituto y comencé a bajar las cosas y a acomodarlas en el salón.

Me preocupé al escuchar que estaban haciendo reparaciones en la parte de arriba del instituto y se oía mucho ruido, de hecho los adolescentes se sentaron en herradura como siempre, pero al cabo de unos minutos se acercaron más unos a otros porque no se escuchaba lo que estaban compartiendo y entonces formamos un círculo mucho más pequeño, estábamos muy cerca unos de otros y pienso que eso le vino muy bien al grupo, porque se generó un ambiente de confianza y empatía que no se había dado en el grupo.

Les pregunté cómo llegaban a la tercera sesión y me contestaron que bien, un poco cansados porque tuvieron una semana pesada en cuestión de estudios, pero contentos y esperando que fuera la sesión aunque tristes porque sabes que solo queda una sesión más. Una vez que todos compartieron como llegaban también yo les compartí como llegaba. Mencioné que llegaba entusiasmada por verlos y compartir la sesión y que también llegaba muy cansada porque había estado en el hospital cuidando a mi mamá porque la acababan de operar de la rodilla.

Abrí la sesión preguntando si sabían lo que es la diversidad sexual, empezaron más a que a definir un concepto a contar historias de conocidos. DO dijo que ella acepta a las personas cuya preferencia sexual es diferente a la de ella, pero que una vez una amiga de ella dijo que habían tenido relaciones sexuales ella y su amiga y eso no le gustó y que terminaron la amistad. JA compartió que en una ocasión un amigo le confesó que estaba enamorado de él, pero que él siempre fue claro con su amigo acerca de las preferencias sexuales y aun así ese amigo una vez le robó un beso, pero lo hablaron y siguen siendo amigos.

Varios adolescentes compartieron que tienen amigos o familiares que han dicho que son homosexuales y según dicen los aceptan, sin embargo, cuando les cuestioné si los aceptarían aunque fueran familiares muy cercanos o una pareja hubo controversia y mencionaron que sería más difícil a lo que volví a preguntar qué les pasa con las personas que tienen otras preferencias.

Estábamos en el tema cuando llegó el desayuno e hicimos el receso.

Al regresar del receso les puse varios objetos sobre una mesa de trabajo y les pedí que los clasificaran como masculino y femenino. Uno de esos objetos era un tapón para la menstruación y fue curioso que, aunque no era el objeto explicar su funcionamiento lo hice porque no los conocían, lo destapé para que lo vieran y les mencioné para qué sirve.

Empecé a preguntarles porque habían clasificado los objetos de esa manera y comentaron que porque socialmente así los veían. Empezamos a tocar el tema de la diversidad y comentaron experiencias que han tenido con amistades o familiares que tienen eferentes preferencias sexuales. Todos los adolescentes comentaron que aceptan y apoyan la diversidad sexual, en específico a las personas homosexuales y bisexuales, sin embargo cuando les pregunté si también aceptarían esa diversidad de alguien más cercano como un novio o una novia o bien un padre o una madre, entonces la expresión corporal cambió y mencionaron que en ese caso no sabrían si podían aceptar o no, entonces les pregunté otra vez si aceptan o no la diversidad sexual y fue entonces cuando reflexionaron y dijeron que depende de que tan cercana es la persona.

Les empecé a hablar de la diversidad sexual desde el punto de vista que todos somos diversos desde que nacemos, que Dios nos hizo diversos y que yo como heterosexual soy también diferente de otra persona heterosexual, que no todos tenemos los mismos gustos y que eso ya nos hace diversos.

Al hablar de esa diversidad, MH dijo que en efecto, que también es su casa se nota la diversidad, que no todos demuestran el afecto de la misma manera, dijo que le duele mucho que su mamá no le demuestra su cariño de la manera que a ella le gustaría, con besos, abrazos y demostraciones físicas, dijo que eso le dolía y le pregunté si su mamá hacía algo por ella y me dijo que sí, que se levanta todos los días temprano a prepararle el desayuno, que la espera a comer con la comida lista, que está pendiente de ella, entonces le dije que si eso significaba algo para ella, me dijo que sí, que significa que la quiere, entonces le comenté que en ocasiones las personas no nos dan afecto de la manera en que nosotros lo necesitamos,

sino como cada persona es capaz de darlo, le compartí que mi marido por ejemplo no me besa ni me abraza a diario, pero que me demuestra su amor de otras maneras y que aunque a veces me duele no recibirlo como a mí me gustaría, entiendo que él me da su amor de la manera que él lo puede dar, le mencioné en forma de metáfora que si tengo un limón en casa no puedo exigir jugo de manzana aunque se me antoje lo dulce, pero que ese limón puede ser delicioso también cuando tengo un plato de jícama y pepino.

Terminamos el tema de la diversidad con la reflexión de que todos somos diferentes, en sentimientos, preferencias y en la vida en general.

La siguiente dinámica fue la de las plumas, repartí una hoja en blanco y una pluma de diferente color a cada adolescente, les pedí que se dispersaran por el salón y que tenían 40 segundos para conseguir el mayor número de firmas, se emocionaron y lucharon por conseguir las firmas. Después de los 40 segundos cada adolescente tenía firmas de varios colores, algunos tuvieron cuatro firmas, algunos cinco, algunos seis. Les pedí que pensaran sobre el significado de las firmas en la hoja en blanco, les dije que sucedía algo similar en la adolescencia, en donde entre más relaciones sexuales tienen, se vuelven más populares y esas se representaban con las firmas, pero que en ocasiones sólo piden la "firma" sin fijarse en el color de ésta. Les comenté que imaginaran que los que tuvieran una firma en rojo significaba una relación sexual sin protección, que una firma en negro significaba una enfermedad de transmisión sexual, que una firma en rosa significaba un embarazo no planeado y que entonces de qué color querían sus firmas. Los adolescentes reflexionaron sobre las firmas y dijeron que querían relaciones sexuales protegidas para no truncar sus proyectos de vida.

Posteriormente les hablé sobre las enfermedades sexuales más comunes, les hablé sobre sus síntomas y les dije que las enfermedades de transmisión sexual son por virus o por bacterias, que las de bacterias tienen cura, pero las de virus sólo se controlan. Me preguntaron si por el sexo oral se pueden contagiar de enfermedades de transmisión sexual y les expliqué que sí. Hablamos de los métodos de protección como los dispositivos, el calendario, las píldoras, las espumas y los preservativos. Les aclaré que sólo los preservativos previenen las enfermedades de transmisión sexual y los embarazos, que el calendario y las espumas no

son un método seguro para la prevención del embarazo.

Empezamos a cerrar la sesión, les pregunté cómo se iban después de la sesión y me mencionaron que con mucha información y muchos datos que no sabían, que también se iban con miedos por las enfermedades de transmisión sexual, les dije que el objetivo no era sembrarles el miedo, sino que tuvieran la información para con ella decidir qué hacer, que ellos siempre iban a contar con lo más importante que tienen en sus vidas que es la libertad, que la libertad es lo máspreciado que tenemos como seres humanos y que con la información que habían adquirido iban a poder tomar decisiones y que esas decisiones podían conservar su libertad o también truncarla.

Esta fue una sesión muy bonita con muchos matices.