



PLAN DE AFECTIVIDAD, SEXUALIDAD Y GÉNERO

Presentación

La sexualidad es una parte esencial de la vida de todos los seres humanos. La sexualidad se vive a través de lo que pensamos, de lo que sentimos y de cómo actuamos.

Recibir formación en sexualidad, afectividad y género garantiza la posibilidad de generar conductas de auto-cuidado en salud mental y física, de hacerse responsable de las propias decisiones en cada etapa vital, de relacionarse con otros en un marco de respeto mutuo más cercano con sus emociones y corporalidad.

El autocuidado y cuidado mutuo, el desarrollo personal y fortalecimiento de la autoestima, la comprensión de la importancia de la afectividad, lo espiritual y social para un sano desarrollo sexual, son conocimientos, actitudes y habilidades que conforman los objetivos de aprendizajes expresados transversalmente en el currículum nacional y que se desarrollan a lo largo de la trayectoria escolar.

Educación para la afectividad y la sexualidad

La sexualidad es considerada como un proceso natural ligado al vínculo afectivo. Se entiende como una dimensión fundamental del hecho de ser humano, como parte orgánica del lenguaje mismo de la vida, del ser y devenir de los humanos como especie y de cada hombre y mujer. Se visualiza como una fuente permanente de placer corporal y espiritual, que sobrepasa las fronteras del fenómeno reproductivo y el ámbito de lo privado, enriqueciéndose en los vínculos interpersonales.

La sexualidad se concibe como un proceso potenciador del desarrollo de una personalidad sana y auto-realizada y contribuye a la calidad de la vida de las personas en ambos sexos, de la familia y la sociedad, como un proceso que tiene que ver con la forma en cómo las personas se relacionan, se dan afecto y comparten sus sentimientos, vivencias y pensamientos.

Entre los componentes de estudios esenciales en afectividad y sexualidad se contemplan el acceso y la construcción del conocimiento adecuado de lo que es y significa la sexualidad en el desarrollo humano en todas las etapas; la desmitificación de estereotipos y creencias que generan prácticas sexuales de riesgo, no solo de manera individual sino con un gran impacto en la salud pública; el acceso a una visión integral de la sexualidad en la que se aborden al menos los siguientes elementos: relaciones interpersonales, poder y cultura, placer, género, identidad psicosexual, salud sexual y reproductiva, derechos humanos, la promoción y generación de espacios más justos, equitativos y placenteros en todo el ciclo de la vida.

Género

El concepto de género refiere a los atributos sociales y a las oportunidades asociadas con el ser femenino y masculino y las relaciones entre mujeres y hombres, niños y niñas, como también entre mujeres y entre hombres.

La educación con enfoque de género amplía la posibilidad de que las y los estudiantes adquieran una mirada crítica de la cultura en la que se desenvuelven y de los estereotipos que ésta propone. De esta manera se fortalecen actitudes como el respeto y la tolerancia consigo mismo y con los demás, evitando entre otros, situaciones de violencia derivadas del prejuicio por género.



Relaciones interpersonales

Las relaciones interpersonales se entienden como un proceso social que responde a la necesidad de las personas de vincularse, de no estar aisladas, de encontrar la unión, la relación o el vínculo. Este concepto no se limita a la relación de pareja, sino a la necesidad humana de vincularse, crear relación, afecto, comprensión, ayuda mutua, por medio de la madurez emocional, dentro de la familia, la comunidad, las amistades, así como con la comunicación consigo mismo.

Nuestro escenario

Es una necesidad inmediata realizar un trabajo informativo, en todas las etapas de la adolescencia, fundamentalmente en su primer periodo, ya que es aquí en donde comienza el inicio sexual de los jóvenes, el cual, se encuentra entre los 14 y los 18 años, con un porcentaje de embarazo adolescente de un 17% (revista médica Chile). Nuestro establecimiento no se escapa de esta realidad, ya que posee un 4% de alumnos (as) que se encuentran en una etapa de gestación o bien son madres o padres, por lo cual, es de suma importancia formar jóvenes informados y consientes y responsables.

Objetivos

General

Educar en Valores, Afectividad y Sexualidad a todos los escolares, con el fin de que se aprecien como personas y que, a través de esto, mejoren su calidad de vida.

Capacitar a profesores en afectividad y sexualidad, para unificar transmisión de información a los jóvenes, padres y apoderados

Específico

1. Lograr en los escolares un comportamiento responsable consigo mismo y la sociedad, con una consiguiente disminución de las tasas de embarazo adolescente, interrupción de la actividad sexual, iniciada a temprana edad hasta lograr la madurez y una disminución de las infecciones de transmisión sexual (ITS).
2. Fortalecer las capacidades para que los jóvenes decidan sobre el inicio de su vida sexual, la prevención, el auto y mutuo cuidado en diversas situaciones.
3. Fortalecer las capacidades para que los jóvenes puedan reconocer la violencia en el contexto de pololeo, y actuar en esta situación.
4. Fortalecer las capacidades para que los jóvenes puedan enfrentar y comprender una situación de embarazo y/o maternidad (paternidad) en el contexto escolar y el impacto de una posible deserción.
5. Reconocer los roles de cada uno de los integrantes de la familia, con sus respectivos derechos y deberes.
6. Desarrollar un proyecto de vida, que oriente al joven en la toma de decisiones, con metas y objetivos claros.



- **Responsables de la implementación del Programa:**

Departamento de Orientación.

- **Responsables de la Ejecución del Programa:**

Profesora de la Asignatura de orientación de 7mo a 2do medio y profesores jefes de 3ero a 4to medio.

Temáticas:

1. La sexualidad
2. El pololeo
3. Embarazo
4. Maternidad y paternidad responsable
5. ITS
6. La familia
7. Proyecto de vida

Programación

El inicio de esta actividad se llevará a cabo durante el primer semestre, comenzando con la preparación de los profesores jefes, mediante entrega de información y propuestas de actividades, dirigidas por especialista (matrona consultorio).

Los docentes abordarán dos temas generales por año, un subtema por mes, cada nivel tendrá temas acordes a su etapa de vida sexual y afectiva, además, con la finalidad de aunar criterios se orientará a padres y apoderados en reuniones una vez por semestre.



1º Medio	
Temática: La Sexualidad I	
Métodos anticonceptivos	Todo lo que se debe saber sobre los tipos y métodos de prevención del embarazo y seguridad en la sexualidad adolescente.
Fisiología de reproducción humana y períodos de fertilidad.	El cuerpo humano sufre diversos cambios a lo largo de su vida. La etapa más exploratoria y relacionada con la sexualidad es la adolescencia, en donde es importante la orientación y aclaración de dudas sobre esta temática.
Temática: La Sexualidad II	
Derechos sexuales y reproductivos	Saber identificar cuáles son mis derechos y decisiones sobre mi cuerpo, queriéndome y respetándome.
Pololeo, celos y Redes Sociales.	La importancia de saber reconocer los riesgos latentes en la actualidad en relación al pololeo y redes sociales; una de las problemáticas más concurrentes en el presente de los adolescentes.

2º Medio	
Temática: El pololeo	
Los Celos y la ruptura	Identificar el cómo, aspectos como la mala comunicación y la no confianza, puede afectar en una relación amorosa y saber conllevarlo a través del tiempo.
Violencia física, psicológica y sexual	Identificar los tipos de violencia que se pueden presentar en el pololeo y qué hacer en dichas situaciones.
Temática: Embarazo	
Causas y consecuencias del embarazo en la adolescencia	Identificar cómo prevenir el embarazo adolescente precoz, creando consciencia a través de las causas y consecuencias que lo conllevan.
Embarazo no deseado: Aborto y sus consecuencias	Identificar las consecuencias que pudiesen ocurrir posteriormente a un aborto.



3° Medio	
Temática: Maternidad y paternidad responsable	
Qué es la maternidad y paternidad responsable - Embarazo como decisión	Abordar la decisión de ser madres y padres, a la vez creando consciencia sobre la responsabilidad que conlleva éstos roles.
Expectativas frente a la paternidad y maternidad	Identificar las expectativas que tienen los estudiantes frente a éstos roles y la realidad de cada uno.
Temática: ITS (Infecciones de Transmisión Sexual)	
Hábito de uso de protección - Factores de riesgo y falsas creencias	Promover el autocuidado y la importancia de usar protección en un encuentro sexual e identificar los mitos y verdades en relación a las creencias y dudas que abordan esta temática.
Infecciones de Transmisión sexual	Identificar las diferentes infecciones y/o enfermedades por transmisión sexual, abordando el cómo se puede llegar a obtenerlas y sus futuros daños.

4° Medio	
Temática: La relación de pareja	
El Amor y las fases de relación de pareja	Definir que es una buena relación y reconocer e identificar las diferentes fases que se presentan en una relación de pareja.
Compromiso y sexualidad responsable	Valorar positivamente las conductas sexuales cuando éstas están asociadas a la atracción, la comunicación, el respeto, la responsabilidad, el afecto y el compromiso.
Temática: Proyecto de vida	
¿Qué es un proyecto de vida?: Metas y expectativas	Identificar cuáles son mis metas a futuro, teniendo en cuenta lo que he hecho para poder lograrlas.
Decisiones estratégicas y toma de decisiones en pareja (negociación/conciliación)	No siempre se podrá tomar decisiones de forma individual, por lo tanto es importante saber identificar los momentos en que puedo contar con la opinión de otros y tomar una decisión en conjunto frente a un problema específico de manera positiva y sin mal entendidos.



1

Plan de
Sexualidad,
afectividad y
género

SEGUNDO SEMESTRE

2023

Departamento de Orientación



1º Medios. Temática: La Sexualidad

TALLER N° 1: Métodos anticonceptivos

Objetivo: Conocer la importancia y los diferentes métodos anticonceptivos para la prevención del embarazo y seguridad en la sexualidad adolescente.

Estimado Docente, a continuación encontrará una breve descripción de la temática a tratar en este taller. Esta explicación es para que usted, pueda responder las interrogantes en el transcurso de la Actividad a Desarrollar.

Reseña: El método anticonceptivo es la protección necesaria contra los embarazos no deseados y las enfermedades de transmisión sexual, al momento de tener relaciones sexuales. La elección más adecuada de un método anticonceptivo estará ligada por la situación, etapa evolutiva y/o personalidad de la pareja o persona que decide protegerse. De esta forma, existen diversos métodos anticonceptivos apropiados para cada organismo o mejor comodidad de la o del usuario.

MÉTODOS ANTICONCEPTIVOS (Más conocidos)

TIPO	CUALES	EFICACIA
HORMONALES	<ul style="list-style-type: none">• Anticonceptivos combinados<ul style="list-style-type: none">○ (28 y 21 comprimidos)• Anticonceptivos Mini-Píldora<ul style="list-style-type: none">○ (21 comprimidos)• Anticonceptivo de Emergencia• Inyección Hormonal• Dispositivo Subcutáneo• Parche Anticonceptivo• Anillo Anticonceptivo	<ul style="list-style-type: none">• 86% - 99 % de eficacia.• (Depende de la constancia del tratamiento, de patologías adyacentes que tenga la Mujer y del consumo de Alcohol, Tabaco y Drogas que disminuyen efecto)
DE BARRERA	<ul style="list-style-type: none">• Preservativo (Condón)• DIU (Dispositivo Intrauterino) "T"	<ul style="list-style-type: none">• El preservativo si es usado de forma correcta su eficacia es de 99,9 % en control de embarazo y ETS.• El DIU o T de cobre, tiene una eficacia de 90 – 97 %, ya que, se puede correr u ocasionar lesiones dentro del Cuello Uterino.



ACTIVIDAD TALLER Nº1

MÉTODOS ANTICONCEPTIVOS

Nombres Integrantes del Grupo: 1.-

2.-

3.-

4.-

5.-

6.-

Curso: 1 MEDIO _____

Señale a continuación:

Métodos anticonceptivos de Barrera	Métodos anticonceptivos Hormonales

A continuación crear un afiche publicitario sobre la importancia del uso de los métodos anticonceptivos



TALLER N° 2: Fisiología de reproducción humana y períodos de fertilidad

Objetivo: Conocer los diversos cambios que sufre el cuerpo humano a lo largo de su vida y principalmente en la adolescencia, siendo ella la etapa más exploratoria y relacionada con la sexualidad. De esta forma, una de las dudas más frecuentes en adolescentes es sobre la fertilidad femenina por lo tanto, tanto hombre como mujeres, identificarán los periodos de fertilidad y aclaración de ésta.

Estimado Docente, a continuación encontrará una breve descripción de la temática a tratar en este taller. Esta explicación es para que usted, pueda responder las interrogantes en el transcurso de la Actividad a Desarrollar.

Reseña: La reproducción humana se ha garantizado en base a una serie de mecanismos orgánicos y mentales, que bien orquestados tienen como fin la preservación de la raza humana. Desde el nacimiento, y aún desde el vientre materno, los seres humanos somos seres sexuados. Los órganos sexuales, masculinos y femeninos, están dotados de un área muy sensible, que cuenta con una gran inervación nerviosa, cuyo fin es que estas zonas conocidas como glándula en el hombre y clítoris en la mujer, al ser estimuladas brinden una gran satisfacción y placer, se manera que al ser una necesidad básica en el ser humano, garantiza la reproducción.

En cuanto a los periodos de fertilidad u “Ovulación”, es el nombre del proceso en el que los cambios hormonales motivan que un ovario libere un óvulo una vez en cada ciclo menstrual.

Los estudiantes deberán completar un esquema similar a los que se presentan a continuación, estos que se muestran son para producto de su preparación al taller y para que explique a modo ejemplo a los grupos de trabajo.

Características del cuerpo humano	
Mujeres	Hombres
Pechos más grandes	Barba y bigote
Caderas más anchas	Espalda más ancha
Tienen vagina y útero	Mayor masa muscular
Cintura más angosta	Tienen pene y testículos
Tienen la voz más aguda	Tienen la manzana de adán
Pompas más grandes	Tienen erecciones
Glándulas mamarias	Producen espermatozoides
Producen Óvulos	Tienen Eyaculaciones
Tienen Menstruación	
Pueden embarazarse	



PERIODOS DE FERTILIDAD

Estimado Docente, deberá explicar que un ciclo menstrual normal es de 28 días, es decir, si a la estudiante la regla o periodo baja el día 1 del mes, el día 14 de ese mismo mes estará ovulando, por lo que ese día la probabilidad de embarazo es sumamente alta, para lo cual se deben prevenir relaciones sexuales o utilizar método de barrera dos días antes y dos días después del día 14. Posterior a ello, si no ha ocurrido embarazo en 14 días más, podrá bajar su próximo periodo menstrual.



NOTA: Los Jóvenes responderán un caso, en donde deben calcular los días de ovulación y próximo periodo de una joven. Esto con la finalidad de que conozcan sus ciclos reproductivos, como método de autoconocimiento personal.



ACTIVIDAD TALLER
Nº2

“Fisiología de Reproducción Humana y Periodos de Fertilidad”

Nombres Integrantes del Grupo:

- 1.-
- 2.-
- 3.-
- 4.-
- 5.-
- 6.-

Curso: 1 MEDIO _____

Mencione características físicas de cada Uno:

HOMBRE	MUJER

Responda:

Si a Mari le llego su regla un día 3, ¿durante qué días estará fértil? ¿Cuál es su día de mayor fertilidad o día 14?- pinte en el recuadro su respuesta

1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				



TALLER N° 3: Derechos sexuales y reproductivos

Objetivo: Lograr que los y las estudiantes se relajen y sientan que su cuerpo les pertenece, que a través de él se perciban los placeres y las molestias, que merece respeto y que son ellos y ellas quienes pueden tomar decisiones relacionadas con él.

Estimado Docente, a continuación encontrará una breve descripción de la temática a tratar en este taller. Esta explicación es para que usted, pueda responder las interrogantes en el transcurso de la Actividad a Desarrollar.

Reseña: La sexualidad hace parte de la vida de todas las personas y está relacionada con la posibilidad de sentir placer, la forma de expresar los afectos y la manera de descubrirse a sí misma.

La sexualidad nace con todas las personas, está presente a lo largo de toda su vida y se manifiesta de diversas formas en todas las etapas de la vida de hombres y mujeres: en la niñez, en la juventud, en la adultez y en la vejez. Como todos somos seres sexuados, la sexualidad no tiene por qué ser considerada como algo de lo que no se puede hablar por ser vergonzoso, ya que es un aspecto muy importante en la vida de todas las personas.

La sexualidad no se limita solamente a las relaciones sexuales y éstas no se refieren únicamente al contacto genital. Así como tampoco la reproducción se limita al embarazo. Tanto la sexualidad como la reproducción tienen que ver con el cuerpo, los sentimientos, el afecto, los pensamientos, las actitudes, las emociones, la forma de estar una persona en el mundo, la manera como se relaciona con ella misma y con otras personas, la autoestima y el ejercicio de los derechos.

El ejercicio de la sexualidad tiene estrecha relación con el género, es decir, con aquellos roles que social y culturalmente se le han asignado a un sexo u otro. Los hombres y las mujeres viven su sexualidad y reproducción de manera distinta, no sólo por las características biológicas, sino por los modelos de masculinidad y feminidad que propone la cultura para la vivencia de la sexualidad y la reproducción.

De acuerdo con lo visto en actividades anteriores, cabe recordar que esas diferencias entre hombres y mujeres que se refieren a la forma de ser, pensar, sentir y comportarse son transmitidas por la cultura, así que pueden modificarse. De esta forma, la cultura ha dispuesto que la vivencia de la sexualidad implique heterosexualidad, adultez y masculinidad y se tiende a discriminar y subvalorar otras formas de manifestación de la misma como la homosexualidad, adolescente y de las mujeres en edad reproductiva y más allá de la menopausia. Esto ha producido un impactado negativo en la vivencia de la sexualidad de ciertos grupos y en la forma como se ejercen sus Derechos Sexuales y Reproductivos.



ACTIVIDAD TALLER Nº3

“Derechos sexuales y reproductivos”

Paso 1: Explique que la actividad que van a realizar consiste en un ejercicio de relajación. Luego solicite a los y las estudiantes que se acuesten en el piso o se queden sentados en la silla en un semicírculo, la idea es que estén lo más cómodos posible y siempre disponiendo del espacio que exista en la sala de aula.

Paso 2: Pida a los y las estudiantes que cierren los ojos y se concentren para escuchar atentamente la lectura.

Paso 3: Ud. leerá **lentamente** *“Mi Cuerpo Despierto”*.

Paso 4: En plenaria motive a los y las estudiantes a reaccionar frente a las siguientes preguntas: ¿Cómo se sintieron al realizar el ejercicio de relajación? ¿El ejercicio es una ayuda importante para ustedes? ¿Por qué creen que algunas personas se sienten avergonzadas al hablar de sus sensaciones, de su sexualidad y de sus órganos sexuales?

Paso 5: Para concluir la actividad y a manera de reflexión se conversa con los estudiantes los siguientes aspectos: La sexualidad implica mucho más que la genitalidad y los órganos sexuales; la forma cómo las personas ejercen su sexualidad y deciden sobre su reproducción está marcada por los modelos culturales y sociales que se han creado alrededor de la masculinidad y feminidad; y se debe hablar con naturalidad de la sexualidad.

“Mi cuerpo despierto”

Y aspiro un buen soplo de aire, y éste entra en mi cuerpo. Lo siento cuando se desliza por mi interior, Llega hasta los pulmones y éstos se expanden. El aire desciende hasta los pies y luego asciende acariciando mis órganos sexuales, el estómago, el corazón, la sangre, el pecho, el cerebro. Ah, qué bienestar siento. Qué limpios, livianos y sanos siento mis órganos interiores. Y el aire vuelve al exterior y comienza a deslizarse por la piel y acaricia las piernas, los muslos, el vientre, los pechos y los brazos... Ese aire suave y lento me llena de júbilo y de gozo. Y besa el rostro, ojos, pómulos, la boca.

En el cabello se detiene y forma un remolino, luego salta a la nariz, y de ésta a las orejas. Y juega, juega con todos mis órganos. Este aire es la vida misma, fuerza y energía que hace que cada uno de los órganos que constituye mi cuerpo palpiten en sangre, carne y hueso. Y todo es bienestar. Mi cuerpo respira al compás del viento, crece cada vez más, se afirma en sus raíces. Me sostiene y me alcanza todo lo que busco y quiero: una vida de plenitudes, una vida donde cada acto sea como lo que sueño cada noche. Y así, mientras pienso, y mientras siento el recorrido del aire por mi cuerpo, una sonrisa me llena el rostro, y mi alrededor se ilumina. El cuerpo es el templo de cada uno y una de nosotros y nosotras.



TALLER N° 4: Pololeo, celos y Redes Sociales

Objetivo: Reconocer los riesgos latentes en la actualidad entre relación de pololeo y redes sociales; una de las problemáticas más concurrentes en el presente de los adolescentes.

Estimado Docente, a continuación encontrará una breve descripción de la temática a tratar en este taller. Esta explicación es para que usted, pueda responder las interrogantes en el transcurso de la Actividad a Desarrollar.

Reseña: Las redes sociales en Internet son formas de interacción social, definidas como un intercambio dinámico entre personas, grupos e instituciones en varios contextos; un sistema abierto y en construcción permanente que involucra a conjuntos que se identifican en las mismas necesidades y problemáticas, y que se organizan para potenciar sus recursos.

¿Cómo pueden afectar a una relación de pareja? La publicación de una fotografía, algunos comentarios o dar un simple “like”, está generando celopatía en el ciberespacio en los jóvenes y esto provoca ciertos conflictos que se ven reflejados en agresiones a nivel presencial. Éstos hechos han provocado que personas quieran saber dónde y con quién está su pareja, e incluso impide que se relacione con familiares cercanos, vecinos o amigos de la infancia.

“¿Por qué tienes a tu ex en Facebook?, ¿Quién es ese que te empezó a seguir en Twitter y le pone FAV (favoritos) a todo lo que publicas?, ¿Qué tanto hablan en tu grupo de WhatsApp que tienes con tus amigos(as)?”... En la actualidad, muchas personas que están en pareja han pasado alguna vez por alguna de estas situaciones: *Dar explicaciones por sus actos en Internet o que estén relacionados con la tecnología.*

Aunque en la mayoría de los casos dichos cuestionamientos se resuelven con una simple explicación, hay personas que empiezan a perseguirse con la idea de que su pareja puede estar engañándolo y se convierten en acosadores, buscando permanentemente “evidencias virtuales” para intentar comprobar que el otro miente, probando gran inestabilidad y tambaleo en la relación.

Debido a estas situaciones, que a simple vista no parecen tan preocupantes, se generan diversos conflictos no sólo en la relación, sino que también en el comportamiento con el resto de las personas que lo rodean, en el hogar junto a su familia, con compañeros, amistades y personas más cercanas. ¿Cómo? Tanto la persona acosadora como la persona que es acosada sufren en silencio; mientras la persona acosada pueda tener sentimientos de persecución y ahogo, la persona acosadora sufre por “suponer” cosas que probablemente no existan, creando escenas en su cabeza que finalmente se forman una tormenta para su tranquilidad, y si se llega a algo patológico puede sobrepasar la celopatía llegando a la Paranoia (Trastorno Delirante).

El gran peligro de este último es llegar a realizar actos de forma inconsciente, pudiendo llegar a reacciones violentas y algunas veces hasta mortales. En lo general, aunque existan personas externas que se dan cuenta de éstos hechos, no logran hacer algo para poder evitar un final drástico entre una pareja ya que probablemente dicha pareja no lo note como un problema.



ACTIVIDAD TALLER Nº4

“Pololeo, celos y Redes Sociales”

Nombres Integrantes del Grupo:

- 1.-
- 2.-
- 3.-
- 4.-
- 5.-
- 6.-

Curso: 1 MEDIO _____

A continuación se presentarán diferentes casos y como grupo deberán identificar todas las problemáticas existentes en ellas. Buen trabajo!!

Caso 1



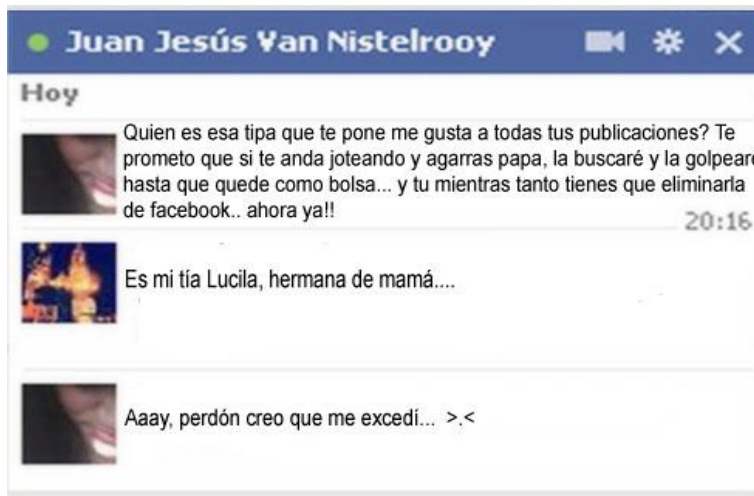
Caso 2



Caso 3



Caso 4





2

Plan de
Sexualidad,
afectividad y
género

SEGUNDO SEMESTRE

2023



2º Medios. Temáticas: El pololeo - Embarazo

TALLER N° 1: Los celos y la ruptura

Objetivo

Identificar aspectos como la mala comunicación y la no confianza pueda afectar una relación amorosa y saber conllevarlo a través del tiempo.

Estimado Docente, a continuación encontrará una breve descripción de la temática a tratar en este taller. Esta explicación es para que usted, pueda responder las interrogantes en el transcurso de la Actividad a Desarrollar.

Reseña:

La mayor parte de las veces el conflicto en la relación es causado por una falta de comunicación de parte de uno o de los dos miembros que configuran la pareja. Siempre es importante recordar que **una buena comunicación es la base de una relación** de pareja satisfactoria. El conflicto aparece cuando esa comunicación es negativa, a la cual se responde, a menudo, con otro mensaje negativo, que conforma una espiral de incomprensión que puede desatar tanto violencia física como verbal.

Se torna imprescindible hacer consciente el modo en que se emite algo que deseamos que el otro recepcione. El cómo lo recibe y el contenido de ese mensaje son fundamentales. La manera en que decimos las cosas adquiere una connotación emocional según cada sexo. Una escucha activa contribuye a una mejor decodificación. Nada más efectivo para destruir una pareja que los mensajes poco claros para que el otro no sepa cómo actuar (“ya sabes lo que tienes que hacer”... “después no digas que no te avise”...).

Cada miembro de la pareja, frente a un problema, reacciona de forma diferente. Unos guardarán silencio, utilizando una comunicación no verbal, otros tienen la necesidad de hablar. Las parejas en conflicto solamente reparan en las conductas negativas del otro y tienden a no ver o a disminuir el valor de las conductas positivas. La famosa imagen de no poder visualizar la parte medio llena del vaso.

Una baja autoestima y autodesvalorización, en uno de los miembros de la pareja, genera, casi siempre, desconfianza y celos, ejerciendo un exceso de control. Se manipula e invade el espacio personal del otro. Surge, de inmediato, un sentimiento de coerción y ahogo del que se desea escapar.

La inseguridad, el miedo o la angustia, ante lo que puede estar haciendo o pensando la pareja, origina ansiedad, depresión y persecuciones, que terminan por destruir la pareja. Cuando una persona no se sostiene a sí misma, busca que el otro la sostenga, que sea su punto de apoyo y, en su afán imperioso de poseerlo, lo transforma en un objeto.

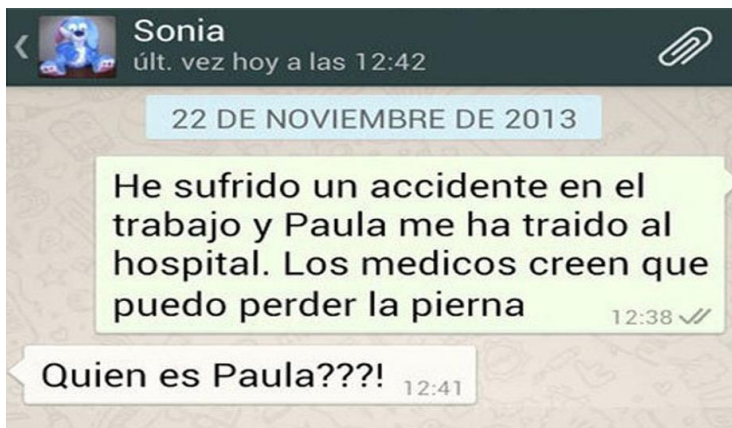


“Los Celos y la Ruptura”

Nombres Integrantes del Grupo:

- 1.-
- 2.-
- 3.-
- 4.-
- 5.-
- 6.-

A continuación se presentarán diferentes casos y como grupo deberán identificar todas las problemáticas existentes en ellas. Buen trabajo!!





“El otro día mi novio Salió con su grupo de amigos, dijo que sólo había estado compartiendo con ellos, pero las fotos que subieron de la disco se podía ver claramente que estaba en el escenario bailando con una mujer” (5 meses de relación)



“El otro día a mi polola le revisé el celular y tenía mensajes de un tal Ricardo, me enojé y se lo tiré al suelo... Después supe que Ricardo era su hermano” (1 mes y 5 días de relación).

“Ayer le mandaba y mandaba mensajes a mi polola y no me pescaba, se desconectó de whatsapp de una!! Así que me enojé y salí a carretear con los chiquillos y empecé a hablar con una minita que conocí, me dio su número y su Facebook, al rato después me enteré que a mi polola le habían asaltado...” (2 meses de relación)

TALLER N° 2: Violencia física, psicológica y sexual

Objetivo:



-Analizar la violencia entre parejas adolescentes y desarrollar habilidades para afrontar los conflictos.

-Observar y reflexionar acerca de la violencia entre iguales y desarrollar habilidades para afrontar los conflictos.

Estimado Docente, a continuación encontrará una breve descripción de la temática a tratar en este taller. Esta explicación es para que usted, pueda responder las interrogantes en el transcurso de la Actividad a Desarrollar.

Reseña:

¿Qué es la violencia física, psicológica y sexual?

Violencia Física: Son actos sobre el cuerpo de la persona, que producen daño o dolor sobre la misma (golpes, jalones, tirones, patadas, cachetadas, mordidas, pellizcos, intento de estrangulamiento, etc.). Las conductas más frecuentes son:

- «Apretar fuerte con intención de retener»
- «Golpear con una parte del cuerpo (con el puño, un pie, etc)»
- Incluso matar a la víctima

Violencia psicológica: Son acciones orientadas a controlar, restringir los movimientos o vigilar a la otra persona; aislarla socialmente; desvalorizarla, denigrarla, humillarla o hacerla sentir mal consigo misma; hacer que otros se pongan en su contra, acusarla falsamente o culparla por circunstancias negativas; obligarla a ir en contra de la ley o de sus creencias morales y/o religiosas; destruir su confianza en sí misma o en la pareja. Las conductas más frecuentes son:

- «celos excesivos»,
- «llamar varias veces al día para averiguar que está haciendo el otro»
- «controlar su tiempo o sus actividades cotidianas»
- «imponer el punto de vista»
- «acusar injustamente de ser infiel»
- « tratar de cambiar el modo de vestir del otro

Violencia Sexual: Son actos obligados, no consentidos por la víctima, orientados a satisfacer necesidades o deseos sexuales del o la victimario/a. Las conductas más frecuentes son:

- «Forzar a tener relaciones sexuales» y
- «Obligar a tener comportamientos sexuales que no le agradaban o con los que no se sentía a gusto».

ACTIVIDAD TALLER Nº2

“Violencia física, psicológica y sexual”

Nombres Integrantes del Grupo:



- 1.-
- 2.-
- 3.-
- 4.-
- 5.-
- 6.-

Curso: 2 MEDIO _____

A continuación se presentarán diferentes casos y como grupo deberán identificar todas las problemáticas existentes en ellas. Buen trabajo!!

Caso 1:

“...Óscar y Ana se conocieron hace 6 fines de semana y desde entonces salen juntos. Este sábado habían quedado a las cinco para ir al cine. Ana se ha puesto guapa para salir, le gusta arreglarse y en esta ocasión se ha puesto una minifalda que le gusta mucho y que hace tiempo que no se ponía. Cuando Óscar ve aparecer a Ana con la minifalda frunce el ceño y con cara de disgusto le dice: “Vuelve a tu casa y cámbiate la falda por un pantalón que pareces una cualquiera”. Ana se queda desconcertada sin saber lo que responder. Cuando se recupera le responde que ella no es una cualquiera y que se pone la ropa que le da la gana, que él no es quién para darle órdenes. Oscar levanta la mano amenazante y le dice con rabia: “¡Putá!”. Se da la vuelta y se marcha...”

¿Qué crees que sienta él?

¿Qué crees que sienta ella al respecto?

¿Tienen derecho a actuar como han actuado cada una de estas dos personas? ¿Por qué?

¿Qué alternativas darías a cada una de las dos personas para que puedan solucionar este conflicto?

Caso 2:

Sandra y Jesús están en una discoteca. Después de un buen rato bailando, se sientan en un sofá que está alejado de la pista. Empiezan a besarse y a acariciarse. Los dos están muy a gusto. En un momento determinado, Jesús le dice a Sandra que quiere hacer el amor con ella. Ella le dice que no, que no está segura



de tomar esa decisión todavía. Jesús le contesta: "Si no haces el amor conmigo es porque no me quieres". Ella le intenta convencer de que no es verdad, y le dice que no se siente preparada y que está segura de que lo pasará mal. Él insiste en decirle que no lo quiere y que por eso no lo quiere hacer. Cuando Jesús ve que no la va a convencer, se levanta airado y se marcha dejándola allí sola...

¿Qué crees que sienta él?

¿Qué crees que sienta ella al respecto?

¿Tienen derecho a actuar como han actuado cada una de estas dos personas? ¿Por qué?

¿Qué alternativas darías a cada una de las dos personas para que puedan solucionar este conflicto?

Caso 3:

Antonio y Raquel son novios desde hace 5 meses. Los dos están muy a gusto y son muy felices. El último sábado, fueron a una discoteca a bailar. Nada más llegar, Antonio vio al fondo de la sala a una antigua amiga, a la que hacía mucho tiempo no veía. Fue directamente hacia ella, muy contento, y se saludaron con un beso en la mejilla. Raquel no se acercó. Observó la escena desde lejos. Cuando Antonio volvió junto a ella, ésta le preguntó quién era esa chica. Antonio le explicó que era una antigua amiga suya a la que apreciaba mucho. Raquel, cuando acabó de explicarse, le dijo: "No me gusta que hables con otras chicas, así que la próxima vez me preguntas antes de hacerlo". Antonio se quedó callado sin saber que decirle...

¿Qué crees que sienta él?

¿Qué crees que sienta ella al respecto?



¿Tienen derecho a actuar como han actuado cada una de estas dos personas? ¿Por qué?

¿Qué alternativas darías a cada una de las dos personas para que puedan solucionar este conflicto?

Caso 4:

Saray y Kevin salen juntos desde hace dos semanas. A pesar del poco tiempo se les ve muy enamorados. Hoy, Saray le dijo a Kevin que iba a salir con sus amigas a dar un paseo. Observó que a Kevin se le cambiaba la cara y le decía que a él no le gustaba que saliese sola por ahí sin él. Saray, no estaba muy convencida, pero esa vez le hizo caso. En otra ocasión, Saray acompañaba a Kevin que estaba con cuatro amigos más en el parque. Hablaban de fútbol y Saray intervino expresando su opinión, pero notó que no le gustaba a Kevin. Cuando se fueron los otros, Kevin le dijo a Saray que no le gustaba a él que hablase ella cuando estaban delante sus amigos, que de fútbol no sabía nada y que para hacer de tonta era mejor callarse. Saray se sintió muy triste y tuvo ganas de llorar...

¿Qué crees que sienta él?

¿Qué crees que sienta ella al respecto?

¿Tienen derecho a actuar como han actuado cada una de estas dos personas? ¿Por qué?

¿Qué alternativas darías a cada una de las dos personas para que puedan solucionar este conflicto?

TALLER N° 3:

Causas y consecuencias del embarazo en la adolescencia



Objetivo:

Identificar cómo prevenir el embarazo precoz, creando conciencia a través de las causas y consecuencias que lo conllevan.

Estimado Docente, a continuación encontrará una breve descripción de la temática a tratar en este taller. Esta explicación es para que usted, pueda responder las interrogantes en el transcurso de la Actividad a Desarrollar.

Reseña:

El embarazo precoz es considerado como de alto riesgo, ya que ni física ni mentalmente una joven se encuentra preparada para la maternidad. Las adolescentes que se embarazan presentan en muchos casos:

- Carencia de nutrientes en el cuerpo para poder ayudar al desarrollo del bebé debido a una mala nutrición.
- Un mayor número de abortos espontáneos, es decir un aborto que se produce debido a muchos factores tales como: Enfermedades infecciosas, alteraciones en el útero, desprendimiento de la placenta, infección del líquido amniótico, etc.
- Partos prematuros, es decir cuando nacen antes de la semana 37 de gestación. Este es el problema más frecuente en todos los casos.
- El bebé tiene un peso por debajo de lo normal ya que el útero materno al no estar completamente desarrollado no puede proveer de las sustancias necesarias a un bebé.
- Los bebés nacidos son propensos a ser enfermizos o nacen con problemas de salud y trastorno del desarrollo.
- Si se da el caso de una niña menor de 15 años que se embaraza su bebé tiene altos riesgos de nacer con malformaciones.
- En todos estos notamos que un embarazo precoz no es un tema de juego y lamentablemente en la mayoría de casos son las mujeres las que tienen que llevar la responsabilidad de la crianza los siguientes 18 años o más de vida.
- Complicaciones psicológicas de una adolescente con embarazo precoz

Las madres adolescentes son más probables de tener ciertas complicaciones psicológicas tales como:

- Miedo al rechazo: La joven se siente constantemente criticada y por ende se aleja del grupo lo cual hace que se sienta sola.
- Rechazo al bebé: Debido a que aún son niñas, no quieren hacerse cargo de la responsabilidad pues aún no están preparadas.
- Problemas familiares: La familia muestra rechazo por la hija o pariente embarazada a tan temprana edad lo cual la hace sentir como culpable o culpa al bebé de su problema
- Fracaso escolar: Tanto los hijos como la madre o padres suelen sufrir una mayor probabilidad de fracaso escolar, debido a problemas de aprendizaje o los problemas de inserción en la sociedad.

ACTIVIDAD TALLER N°3

“Causas y consecuencias del embarazo en la adolescencia”

Caso 2:



Caso 3:



Caso 4:



¿Cómo puedo prevenir un embarazo adolescente?

¿Qué consecuencias trae ser madre/padre a temprana edad?



TALLER N° 4: Embarazo no deseado: Aborto y sus consecuencia

Objetivo:

Identificar las consecuencias que pudiesen ocurrir posteriormente a un aborto

Estimado Docente, a continuación encontrará una breve descripción de la temática a tratar en este taller. Esta explicación es para que usted, pueda responder las interrogantes en el transcurso de la Actividad a Desarrollar.

Reseña:

¿Qué es el aborto?

El aborto es la **interrupción del desarrollo del feto durante el embarazo**, cuando éste todavía no haya llegado a las veinte semanas. Una vez pasado ese tiempo, la terminación del embarazo antes del parto se denomina **parto pre-término**.

Ahora bien, cabe hacer la distinción entre dos tipos de abortos, por un lado, el **espontáneo o natural** y por otra parte el **provocado artificialmente** o también denominado **aborto inducido**:

El aborto espontáneo: puede ser completo o incompleto, dependiendo de que se expulsen o no todos los productos de la gestación. El proceso puede ser repentino, con dolor y abundante sangrado y terminar en algunas horas, o persistir durante varios días con poca pérdida de sangre.

Los abortos espontáneos que se dan al principio del embarazo tienden a ser completos, pero cuando la gestación está avanzada, es más probable que sea incompleto.

El aborto inducido: Es la interrupción deliberada de un embarazo por cualquier medio antes de las 20 semanas. Se llama aborto terapéutico a la terminación del embarazo antes de las 20 semanas, debido a que pone en peligro la vida o la salud de la madre, o bien porque se supone que el bebé no será normal.

El proceso en el cual el feto muere y es retenido en el útero por ocho semanas o más, **se llama aborto fallido**.

El aborto infectado es aquel que se da por infección de los órganos genitales.

El aborto tardío suele ser producto de la debilidad del cuello del útero o de la muerte fetal debido al anudamiento del cordón umbilical. Los tumores uterinos pueden provocar el aborto debido a que aumentan la irritabilidad del útero o por crear un medio desfavorable para el crecimiento del embrión. Se ha determinado que el daño físico a la madre (como caídas, golpes, etc.) sólo es el factor causal en uno de cada mil abortos.

El aborto inducido: consiste en la interrupción de la gestación y puede deberse a razones médicas, en este caso se lo denomina también terapéutico y entre los casos más habituales que derivan en este tipo se cuenta el embarazo ectópico, que es aquel que se produce fuera del útero materno y que ocasiona severos problemas de salud.

Consecuencias:

En la mayoría de los casos a la mujer nunca le dijeron todo lo que le podía pasar. Muchas veces, se explica el aborto como un procedimiento quirúrgico clínicamente seguro. Pero los aspectos del llamado procedimiento "seguro" pueden dejar un deterioro físico permanente, sin mencionar el potencial de problemas psicológicos crónicos.



Consecuencias físicas:

- Esterilidad/ Abortos espontáneos.
- Embarazos ectópicos. (Fuera del útero)
- Nacimientos de niños muertos.
- Trastornos menstruales.

- Hemorragia/ Infecciones
- Shock/ Coma
- Utero perforado.
- Coágulos de sangre pasajeros.
- Fiebre /Sudores fríos.
- Intenso dolor estomacal / Pérdida de otros órganos
- Muerte

Trastornos emocionales:

- Llanto/ Melancolía
- Insomnio/ agotamiento
- Pérdida de apetito/ decaimiento
- Nerviosismo.
- Disminución de la capacidad de trabajo.
- Vómitos/Trastornos gastrointestinales.

Efectos psicológicos:

- Culpabilidad/ Sensación de pérdida
- Impulsos suicidas/ Pesadillas.
- Sentimiento de luto.
- Pesar y remordimiento.
- Pérdida de confianza en la capacidad de toma de decisiones/Retraimiento
- Baja autoestima/ Hostilidad.
- Preocupación con la fecha en que "debería" nacer o el mes del nacimiento.
- Instintos maternales frustrados.
- Pérdida de interés en el sexo.



ACTIVIDAD TALLER Nº4

“Embarazo no deseado: Aborto y sus consecuencias”

Nombres Integrantes del Grupo:

- 1.-
- 2.-
- 3.-
- 4.-
- 5.-
- 6.-

A continuación se presentarán diferentes casos y como grupo deberán debatir sobre qué harían ustedes frente a la situación expuesta.

“...Mi marido quiere tener éste bebé, está súper ilusionado, compramos ropita, la cuna, el coche... pero el día de hoy fui a médico y me dijo que venía con mal formación, que el bebé no iba a sobrevivir las 24 hrs. De nacido... No sé qué hacer, estamos muy ilusionados y tengo fe en que puede sobrevivir más, he visto casos en la tele, así que no sé si contarle a mi marido lo que me dijo el doctor o quedarme callada y que sigan tal cual las cosas... total ¿Qué cosas malas podrían suceder?...”

¿Qué harían en este caso como madres?

Si fueras el padre del bebé, ¿optarías porque tu esposa lo tuviera o preferirías otra opción?

¿Qué consecuencias podría traer éste tipo de embarazos?

“...El sábado, me hice un test... y salió positivo... estaba esperando un hijo de mi ex pololo, digo ex pololo porque terminamos hace 10 días porque me fue infiel con mi mejor amiga... sé que el bebé no tiene la culpa pero sé que no lo puedo tener, aparte el papá que tendría esa pobre criatura... supe que hay unas pastillas



que inducen el aborto, me da miedo pero igual quiero probar, prefiero caer al hospital desangrada que tener un bebé a mis 16 años...”

¿Qué harías en el lugar de ella?

¿Arriesgarías tu vida?

“...Mi esposa está en su 7mo mes de embarazo, estuvo hospitalizada porque tenía muchas contracciones, llega el doctor a la sala de espera, donde estaba yo. Me explica que hay solo dos opciones “salvas a tu hijo o salvas a tu esposa” ... Se me cayeron las lágrimas...”

¿Cómo crees que continúa esta historia?

¿Qué hubieras hecho tú en el lugar de ese padre?

¿Qué hubieras hecho tú en el lugar de esa madre?



3



Plan de Sexualidad, afectividad y género

SEGUNDO SEMESTRE

2023

Departamento de Orientación

3º Medio: "Maternidad y paternidad responsable"- ITS

Taller N°1: Qué es la maternidad y paternidad responsable- Embarazo como decisión

Objetivo: Abordar la decisión de ser madres y padres, a la vez creando consciencia sobre la responsabilidad que conlleva éstos roles.

Estimado Docente, a continuación encontrará una breve descripción de la temática a tratar en este taller. Esta explicación es para que usted, pueda responder las interrogantes en el transcurso de la Actividad a Desarrollar.

Reseña:

¿Qué es Paternidad Responsable?

- Que las gestaciones sean planificadas para que ocurran en el momento deseado por la pareja. Decisión que debe partir de la pareja, previo conocimiento y educación de la misma (labor no siempre sencilla), para evitar imposiciones que pueden incluso ser de orden político.
- Que los padres tengan conciencia que el procrear un ser humano implica no sólo un compromiso y deber recíproco entre la pareja, sino también ante el hijo, la familia y la sociedad. No sólo es la decisión de dos para sí; sino que afectará a la totalidad de la familia, influirá en forma acertada o no en la sociedad, ya que la familia no es una isla en la sociedad, sino que es la célula básica de la sociedad.
- Que los padres no deben procurar solamente brindar adecuada vivienda, alimentación, educación, salud y vestimenta a sus hijos, sino, además, tienen la responsabilidad de brindarles amor, amistad, tiempo y protección. Esto último representa el aspecto más importante de la PR, sobre todo en nuestro país, donde la mayoría de la población vive en la pobreza y todo su tiempo está orientado a conseguir recursos económicos para alimentación, vivienda, educación...; "no hay tiempo" para estar con los hijos y, por lo tanto, no hay oportunidad de brindarles amor, amistad y protección. Al final, son hijos de nadie. En Salud Reproductiva decimos: Padres Saludables, hijos saludables". Resulta difícil aplicar esta afirmación, cuando no hay salud psicológica, social y espiritual



Actividad Taller N°1: “Qué es la maternidad y paternidad responsable-Embarazo como decisión”

Nombres Integrantes del Grupo:

- 1.-
- 2.-
- 3.-
- 4.-
- 5.-
- 6.-

Responda y justifique

	SI	NO
1. LOS PADRES DEBEN DARLE TODO LO QUE LOS HIJOS LES EXIJEN		
2. LAS MUJERES SE DEBEN PREOCUPAR MÁS QUE LOS HOMBRES POR SUS HIJOS		
3. LOS PADRES DEBEN TRABAJAR EN CONJUNTO CON EL COLEGIO PARA QUE LOS HIJOS TENGAN UNA BUENA EDUCACIÓN		
4. SOLAMENTE LAS MUJERES SE DEBEN CUIDAR PARA NO TENER HIJOS		

JUSTIFIQUE

1.-
2.-



3.-
4.-

Taller N°2: Expectativas frente a la paternidad y maternidad

Objetivo

Estimado Docente, a continuación encontrará una breve descripción de la temática a tratar en este taller. Esta explicación es para que usted, pueda responder las interrogantes en el transcurso de la Actividad a Desarrollar.

Reseña:

¿Qué es una expectativa?

Se conoce como expectativa la **esperanza, sueño o ilusión de realizar o cumplir un determinado propósito.**

¿Qué expectativa se puede tener frente a la maternidad y paternidad?

Se espera que una madre sea: comprensiva, paciente, que sepa escuchar, acogedora, detallista, creativas, calmadas, afectuosas, cariñosas, responsables, delicadas, amables, ejemplares, aconsejan, son fuertes, nos permite equivocarnos, perdonan todo.

Se espera que un padre sea: Alegre, pacífico, fuerte, protector, comprensivo, paciente, observador, leal, organizado, racional, caballero, honrado, honesto, amistoso, creativo, atento.

¿Qué es la Paternidad y Maternidad Responsable?

Es la forma como el varón y la mujer como resultado de una madurez mental y afectiva, cumplen sus obligaciones con sus hijos y con ellos mismos. Ello significa proporcionar a sus hijos los bienes materiales y espirituales necesarios para su subsistencia, como alimentación, educación, vestimenta, vivienda, cuidados de su salud, amor, comprensión, comunicación, etc.

Actividad:

-Los alumnos deben formar equipos de hombres y de mujeres para que reflexionen sobre las características que debe tener un padre y una madre.

El equipo de hombres deberá reflexionar sobre las características de una madre, mientras que las mujeres deberán reflexionar sobre las características de un padre.



Cada equipo deberá presentar frente al grupo curso su listado, para discutir similitudes y diferencias encontradas.

Actividad Taller N°2: Expectativas frente a la paternidad y maternidad

“Expectativas frente a la paternidad y maternidad”

Nombres Integrantes del Grupo:

- 1.-
- 2.-
- 3.-
- 4.-
- 5.-
- 6.-

Piense y reflexione sobre las características que un padre/madre debe tener para la crianza y el cuidado de los hijos.

- 1.-
- 2.-
- 3.-
- 4.-
- 5.-
- 6.-
- 7.-
- 8.-
- 9.-
- 10.-



Taller N°3: Hábito de uso de protección- Factores de riesgo y falsas creencias

Objetivo: Promover el autocuidado y la importancia de usar protección en un encuentro sexual e identificar los mitos y verdades en relación a las creencias y dudas que abordan esta temática.

Estimado Docente, a continuación encontrará una breve descripción de la temática a tratar en este taller. Esta explicación es para que usted, pueda responder las interrogantes en el transcurso de la Actividad a Desarrollar.

Reseña:

Desde sus inicios, el preservativo ha estado rodeado de mitos, prejuicios e implicaciones **sociales y religiosas** que se han ido desmintiendo con el paso de los años y el mayor acceso a la información, por eso hoy es mucho más fácil conocer su correcto funcionamiento, sin embargo cada vez más hombres, sobre todo en las primeras etapas de la iniciación sexual, pasan por alto el preservativo

Prevención de Enfermedades de transmisión sexual (ETS)

El condón es **95% efectivo** a la hora de prevenir una enfermedad de transmisión sexual, en el año 2000 el Instituto Nacional de la Salud de Estados Unidos determinó la disminución en un 85% del riesgo de contraer Sida con el uso adecuado y regular del condón. Estamos seguros de que tu conoces y confías en tu pareja, pero es importante recordar que el uso del preservativo no es una muestra de desconfianza, es un tema de **salud y seguridad** para ambos

Prevención de un embarazo no deseado

El uso del condón de forma adecuada es uno de los métodos anticonceptivos **más efectivos**, con 97% de éxito, lo que lo convierte en un gran aliado junto a la píldora para prevenir un embarazo no deseado, una situación a la que cada vez más jóvenes se enfrentan por desconocimiento, no seas tú **uno de ellos**

Método asequible



El uso de preservativos es uno de los métodos de prevención **más económicos** que existen, además en la actualidad la industria ha desarrollado diferentes modelos para otorgar **mayor placer sexual**, por eso podrás encontrar condones del tipo retardante, estimulante, con sabor, entre otros. Opciones sobran

Salud y planificación

El uso del condón es una decisión inteligente, que beneficia tu salud fomentando la práctica del sexo seguro a nivel de la prevención de enfermedades de transmisión sexual y de planificación familiar, evitando un embarazo no deseado.

Algunas enfermedades que puedes evitar al usar condón:

1. VIH Sida: Para lograr una protección eficaz, el **condón** debe usarse en todos y cada uno de los encuentros sexuales, haya o no **eyacuación** y penetración. Según la OMS su uso perfecto tiene una eficacia hasta del 98%.

2. Infecciones por clamidias. Esta es una enfermedad “silenciosa” entre los hombres que causa **infertilidad** a la mujer, y que daña el **esperma**. La efectividad del uso del **condón** ante esta infección es de 90 a 98%.

3. Virus del herpes simple tipo 2: Cuando se presenta la enfermedad del **herpes genital**, más frecuente en las mujeres, afecta el cuello del útero, lo preocupante es que esta infección normalmente es asintomática, por lo que sus daños se agravan si no se detecta a tiempo.

4. Sífilis por vía sexual. Los principales factores de riesgo de transmisión de esta **enfermedad** son el inicio precoz de la actividad sexual, el número de parejas sexuales y ser portador de otra ETS.

5. Hepatitis B: Uno de los factores de riesgo para contraer **hepatitis B** es tener relaciones sexuales con múltiples parejas sin protección. Pero el usar **condón** reduce el peligro hasta en 90%.

La importancia de usar **condón** va más allá de un embarazo no planeado, es una manera de proteger tu vida. Toma conciencia y participación activa en tu relación, por amor a ti y a tu **pareja**.



Actividad Taller N°3: Hábito de uso de protección- factores de riesgo y falsas creencias

Nombres Integrantes del Grupo:

- 1.-
- 2.-
- 3.-
- 4.-
- 5.-
- 6.-

Clasifique las siguientes frases en “mito” o “realidad”:

	Mito	Realidad
El uso del condón, es el mejor método anticonceptivo		
Sólo las personas homosexuales contraen ETS		
El condón es sólo para gente que tiene sexo casual		
Los virus también pasan a través del condón		
Hoy en día se puede conseguir condón en cualquier parte		
El condón es sólo para los principiantes		
No es necesario realizarme un chequeo si sé que mi pareja no tiene ningún tipo de ETS		
Usar condón produce impotencia sexual		



Si te contagias una vez con alguna ETS, no la volverás contraer		
El tener una pareja estable previene las ETS		
Se puede contraer una ETS en un baño público		
Usar dos condones, previene el doble algún embarazo no deseado o una ETS.		

Taller N°4: Infecciones de Transmisión sexual

Objetivo: Identificar las diferentes infecciones y/o enfermedades por transmisión sexual abordando el cómo se puede llegar a obtenerlas y sus futuros daños.

Estimado Docente, a continuación encontrará una breve descripción de la temática a tratar en este taller. Esta explicación es para que usted, pueda responder las interrogantes en el transcurso de la Actividad a Desarrollar.

Reseña:



Las enfermedades de transmisión sexual, son aquellas enfermedades infecciosas que en su mayoría se contagian mediante contacto sexual.

Son provocadas por virus, bacterias, hongos o microbios.

La transmisión de todas estas enfermedades se efectúa en la mayoría de los casos por contacto íntimo con una persona infectada, ya que los organismos que las producen mueren con rapidez si se los separa del cuerpo humano.

Algunas de estas enfermedades pueden pasar de la mujer embarazada a su hijo, ya sea en el embarazo o durante el parto. Tales infecciones congénitas pueden ser bastante graves.

También, algunas, se transmiten por otros medios (transfusiones de sangre, material quirúrgico no esterilizado, etc.), pero son la minoría de los casos.

Aunque las infecciones de transmisión sexual comienzan en los genitales externos, se pueden extender también a la próstata, al útero, a los testículos y ciertos órganos cercanos.

Algunas enfermedades de transmisión sexual:

-Gonorrea: Inflamación purulenta de los órganos genitales. Puede provocar esterilidad en casos más severos.

-Sífilis: Puede afectar cualquier órgano o sistema. La bacteria, además, es capaz de atravesar la placenta por lo que la madre gestante puede transmitir la enfermedad al feto, originándose la llamada sífilis congénita. Aparecen lesiones en los órganos genitales e inflamación que secreta material altamente contagioso.

-Herpes genital: Se presentan ampollas y granos dolorosos en la piel y las membranas genitales tanto en el hombre como en la mujer.

-Ladillas: Insectos que causan gran picazón en la zona genital y generalmente son tratados con una loción y requieren de mucho aseo en dicha zona.

-Clamidia: Los síntomas en las mujeres son leves, se manifiestan a través de una secreción vaginal y en los hombres son más fuertes manifestando ardor, dolor y secreción amarillenta. Si la inflamación se descuida puede causar dolor, fiebre, aborto espontáneo y esterilidad.

-Verrugas: Generalmente se desarrollan en los genitales uno a tres meses después del contagio. Se presentan protuberancias blandas y rojizas en los genitales, a veces sangran y son dolorosas. En las mujeres puede causar cáncer cervical.

-Hepatitis B: Es una inflamación del hígado. Se transmite por contacto sexual y por vía placentaria (de la madre al feto). También se transmite por sangre como transfusiones no analizadas y material quirúrgico no estéril.

-VIH/SIDA: Es producida por el Virus de la Inmunodeficiencia Humana (VIH). Afecta al sistema inmunológico haciéndolo propenso a agentes infecciosos. También puede ser contagio por otras vías (Transfusión de sangre, jeringas, heridas, etc.)

- ❖ El VIH es la única enfermedad que no tiene síntomas hasta 2 o 3 años del contagio (Incluso hay caso de hasta 20 años sin síntomas).

- ❖ Existen portadores positivos y negativos, estos últimos solo contagian y no presentan la enfermedad.



- ❖ El último año, la población más afectada en Estados Unidos y Latino América, fueron los Jóvenes de entre 15 y 20 años.

- ❖ Muchos no saben que presentan la enfermedad. Cuidate, ante cualquier ETS, siempre Condón, pareja Única o Abstinencia.

Actividad Taller N°4: Infecciones de Transmisión sexual

Nombres Integrantes del Grupo:

- 1.-
- 2.-
- 3.-
- 4.-
- 5.-
- 6.-



Mencione enfermedades de transmisión sexual

Señale cuales son las formas de prevenir este tipo de enfermedades

- ✓ **A continuación en su grupo, reflexionen y creen un afiche en donde señalen la necesidad de un método anticonceptivo y la prevención de ETS**

--





Plan de Sexualidad, afectividad y género

SEGUNDO SEMESTRE

2023

Departamento de Orientación

4º Medios. Temática: La Familia

TALLER N° 1: Amor y fases de la relación de pareja

Estimado Docente, a continuación, encontrará una breve descripción de la temática a tratar en este taller. Esta explicación es para que usted, pueda responder las interrogantes en el transcurso de la Actividad a Desarrollar.

Objetivo: Conocer las diferentes fases del amor e identificar si me encuentro (o he estado) en alguna de ellas, de esta forma lograr determinar si me he adelantado o atrasado en el proceso de una relación amorosa. Esto ayuda a reconocer o aclarar dudas sobre una relación seria o no seria.



Reseña: El amor, ese sentimiento o afinidad entre las personas que ha servido de inspiración para tantas obras de arte; esa sensación analgésica que es capaz de tapar cualquier dolor, de provocarnos efectos tan calmantes como las drogas. Es la emoción que sienten las personas por excelencia, la que crea la relación de pareja. Este amor, como un nacimiento, crecimiento o procesos de madurez, pasa por distintas etapas de desarrollo, pudiendo abarcar ciclo más cortos o más largos. El ciclo del amor hasta que llega a consolidarse la vida en pareja está dividido en las siguientes fases.

[Los estudiantes en grupo deben responder el siguiente esquema:]

(El cual ya está completado acá, para que usted lo explique previamente)

FASE	SE REFIERE A	UN EJEMPLO DE ESTO ES...
ENAMORAMIENTO	<ul style="list-style-type: none">• Es una etapa muy pasional y poco racional.• Lo prioritario en este momento de la relación es el contacto sexual.	<ul style="list-style-type: none">• Pololeo Inicial• Relaciones Sexuales Apresuradas
ROMANTICA	<ul style="list-style-type: none">• Es la necesidad de acudir en compañía o contacto físico del Otro.	<ul style="list-style-type: none">• Llamadas telefónicas• Whatsapp al Nuevo Pololo/a• Dedicar canciones• cartas
COMPROMISO	<ul style="list-style-type: none">• Corresponde a la Lealtad y fidelidad de la Pareja.	<ul style="list-style-type: none">• Pedir la mano en matrimonio• Convivir como pareja• hijos
AMOR COMPAÑERO	<ul style="list-style-type: none">• Las pasiones romántica y erótica comienzan a verse reducidas por la monotonía y la falta de incentivos. Esto se compensa con compañía emocional.	<ul style="list-style-type: none">• Los hijos abandonan la casa y la pareja se vuelve a encontrar entorno a la pasión.

NOTA:

Se sugiere que explique brevemente cada fase, previo a entregar la hoja de completación a cada grupo.



ACTIVIDAD

“Amor y Fases de la Relación de Pareja”

Nombres Integrantes del Grupo:

- 1.-
- 2.-
- 3.-
- 4.-
- 5.-
- 6.-

Complete el siguiente cuadro en su grupo y genere un ejemplo cotidiano o común

FASE	SE REFIERE A	UN EJEMPLO DE ESTO ES...
ENAMORAMIENTO	<ul style="list-style-type: none">• Es una etapa muy pasional y poco racional.• Lo prioritario en este momento de la relación es el contacto sexual.	
ROMANTICA	<ul style="list-style-type: none">• Es la necesidad de acudir en compañía o contacto físico del Otro.	
COMPROMISO	<ul style="list-style-type: none">• Corresponde a la Lealtad y fidelidad de la Pareja.	
AMOR COMPAÑERO	<ul style="list-style-type: none">• Las pasiones romántica y erótica comienzan a verse reducidas por la monotonía y la falta de incentivos. Esto se compensa con compañía emocional.	



Ahora, crea un breve comic que represente solo una fase de las que se te presentan a continuación.



TALLER N°2: “Comunicación, sinceridad y encuentro amoroso.”

Estimado Docente, a continuación, encontrará una breve descripción de la temática a tratar en este taller. Esta explicación es para que usted, pueda responder las interrogantes en el transcurso de la Actividad a Desarrollar.

Objetivo: Identificar cuáles son las mayores problemáticas que impiden una buena comunicación con los padres en relación a temas de suma importancia como el pololeo y el encuentro amoroso en sí.

Reseña: Comunicarse es mucho más que imponer reglas y aceptar por respuesta un "sí señor". Comunicarse implica un ejercicio mutuo de escucha y de réplica frente a las inquietudes, necesidades del otro. Los adolescentes son contradictorios y aunque en general pareciera que buscan alejarse por completo de los padres, en el fondo esperan encontrar en los adultos una voz de aliento, que brinde consejo y apoyo en los momentos más complejos, como el de decidir sobre su futuro profesional.

Entre los errores más frecuentes que cometen los padres es creer que comunicarse con los hijos equivale a hablarles y que ellos pacientemente escuchen todo lo que decimos mientras asienten con la cabeza. Eso no es comunicación, ni siquiera es un intercambio de ideas, apenas llegará a ser un "sermón" que el joven probablemente olvidará al salir de casa.

El éxito de una buena comunicación entre padres e hijos se verá reflejado en jóvenes confiados de sí mismos, independientes, capaces de tomar sus propias decisiones y de auto controlar sus emociones en situaciones que así lo requieran.

La importancia de la comunicación con adolescentes radica en que durante esta etapa de su vida ellos aún son vulnerables, pero deben tomar decisiones básicas para su futuro.

En base a la comunicación, será posible tratar con temas más profundos y difíciles de llevar, como lo son las relaciones amorosas.



ACTIVIDAD

“Comunicación, sinceridad y encuentro amoroso.”

Nombres Integrantes del Grupo:

- 1.-
- 2.-
- 3.-
- 4.-
- 5.-
- 6.-

Los estudiantes deben responder las siguientes preguntas.

2. ¿Que hace que no confiemos en nuestros Padres?

3. ¿Cuándo Mentimos?

4. Ante la pérdida de la Virginidad, a ¿quién se acude para contarle? ¿A quién acudo yo?



5. ¿Qué consejo le daría a una amiga que decidió tener relaciones con el chico que le gusta, solo para que este se interese más en ella?

6. Reflexionemos y creemos una frase para nuestros Padres, que señale nuestra necesidad de comunicación.



TALLER N°3: Decisiones estratégicas y toma de decisiones en pareja (negociación/conciliación)

Estimado Docente, a continuación, encontrará una breve descripción de la temática a tratar en este taller. Esta explicación es para que usted, pueda responder las interrogantes en el transcurso de la Actividad a Desarrollar.

Objetivo: No siempre se podrá tomar decisiones de forma individual, por lo tanto es importante saber identificar los momentos en que puedo contar con la opinión de otros y tomar una decisión en conjunto frente a un problema específico de manera positiva y sin mal entendidos.

Reseña: Las situaciones conflictivas en la vida cotidiana familiar obedecen a una multiplicidad de razones, que frecuentemente pueden estar asociadas. Los conflictos se manifiestan, por ejemplo, en: las discusiones sobre la relación de pareja, la sexualidad, la crianza de los hijos, la realización de las tareas domésticas, acerca de la distribución del dinero y la toma de decisiones referidas a su uso; la dificultad de conciliar la vida laboral y la familiar, especialmente en el caso de las mujeres; separaciones y divorcios; la dificultad que presentan los hombres para aceptar situaciones en las que las mujeres ganan más o ejercen más poder que ellos en los ámbitos laborales; la falta de límites en la crianza de los hijos; el abandono y la soledad de los adolescentes y de las personas mayores; los reclamos por apoyo emocional, simultáneamente con la necesidad de individuación y respeto por la privacidad.

La comunicación es fundamental en los diferentes hechos familiares que puedan causar un conflicto, por lo tanto, es importante llegar a un acuerdo, negociación o conciliación entre los integrantes del núcleo familiar y que sea lo más claro posible, para que de esta forma no surjan dudas en relación al acuerdo mutuo. El respeto y la tolerancia son los elementos fundamentales para dicho acuerdo, ya que amerita una situación en que cada miembro sea beneficiado. El hablar y principalmente escuchar, es una de las herramientas para llegar al éxito de un buen producto; la organización y anotar los puntos clave del problema también pueden ser de mucho apoyo en situaciones complejas que a simple vista no tienen salida.



ACTIVIDAD

Decisiones estratégicas y toma de decisiones en pareja (negociación/conciliación)

Nombres de cada integrante:

- 1.-
- 2.-
- 3.-
- 4.-
- 5.-
- 6.-

Objetivo de actividad:

- Reflexionar acerca de cómo se presentan los conflictos en el grupo familiar.
- Distinguir tipos de conflictos y reflexionar acerca de sus formas de resolución.
- Reflexionar sobre los sentimientos que producen los conflictos en la propia familia y sobre las formas de involucrarse de cada integrante desde la vivencia personal.

a) Dividir el curso en grupos de no más de 6 participantes

b) Cada grupo elaborará un cuento cuyos protagonistas serán los miembros de un grupo familiar, su nudo será un conflicto familiar y su desenlace la resolución de ese conflicto.

c) **Puesta en común:** cada grupo leerá el cuento en reunión plenaria y luego se inaugurará una instancia de reflexión grupal, a partir de las siguientes preguntas:

- ¿Qué tipo de conflicto se muestra en el cuento?

- ¿Cómo se involucran sus personajes?

- ¿Qué siente cada uno de los personajes desde su compromiso con el problema? El conflicto ¿se resolvió en forma democrática? ¿Por qué?