




MANUAL PARA AGENTES EDUCATIVOS
PREVENCIÓN VIOLENCIA DE GÉNERO EN ADOLESCENTES

NIÑAS Y ADOLESCENTES RECONSTRUYENDO TEJIDOS DE
VIDA A TRAVÉS DEL DEPORTE

ASOCIACIÓN COLOMBIANA DE MUJER Y DEPORTE
ASOMUJER Y DEPORTE

MILENA PÉREZ CORREA
Compiladora

Colombia 2017 Ajustado 2023



MANUAL PARA AGENTES EDUCATIVOS PREVENCIÓN DEL EMBARAZO EN ADOLESCENTES

MANUAL PARA AGENTES EDUCATIVOS
PREVENCIÓN DEL EMBARAZO EN ADOLESCENTE

NIÑAS Y ADOLESCENTES RECONSTRUYENDO TEJIDOS DE VIDA A TRAVÉS DEL DEPORTE

Publicación realizada en el marco Convenio N° 009-2017 Suscrito entre
APC COLOMBIA – UNESCO – Asomujer y Deporte “Reconstrucción del
tejido social a través del deporte como herramienta pedagógica”

Autoras:

Gloria Montoya Cuervo
Coordinadora Académica y metodológica
Diseño de Módulos socioeducativos

Katherine Astrid Zúñiga Galarcio
Trabajadora Social
Apoyo al diseño de talleres

Colombia – 2017 ajustado 2023



United Nations
Educational, Scientific and
Cultural Organization



unesco

Comisión Nacional
de Cooperación con la UNESCO



Cancillería



Deporte



Agencia Presidencial de
Cooperación Internacional
de Colombia - **APC Colombia**



INDICE

INTRODUCCIÓN

- ❖ Presentación del proyecto "Reconstrucción del tejido social a través del deporte como herramienta pedagógica"
- ❖ ¿Qué encontrarás en este manual?
- ❖ ¿Cómo está organizado?
- ❖ Objetivo del manual
- ❖ ¿Quién puede ser un agente educativo?

1. LA RUECA: ELEMENTOS PARA TEJER

1.1. Orientaciones transversales

- a. Enfoques: basado en los derechos humanos, diferencial de derechos y equidad de género
- b. Pedagogía Experiencial
- c. La lúdica y el deporte como estrategia pedagógica

1.2 Táctica metodológica

- a. La didáctica de trabajo
- b. Modelo de los encuentros Socioeducativos
- c. Encuentros socioeducativos con padres y madres
- d. Encuentros socioeducativos con niñas y adolescentes

1.3 Puntadas teóricas para los encuentros

- a. Adolescencia
- b. Sexualidad
- c. Embarazo en la Adolescencia
- d. Roles e identidad de género
- e. Ética, sexualidad y género
- f. Comunicación y relaciones familiares en la adolescencia
- g. La relación de pareja y el fortalecimiento de la comunicación parento-filial
- h. Habilidades sociales, valores y liderazgo.
- i. De los Derechos Humanos a los sexuales y reproductivos como mujer niña y adolescente.
- j. Violencia, violencia contra la mujer y violencia intrafamiliar (VIF)
- k. Estilos de vida saludables
- l. El Deporte y Mi Cuerpo

2. ESPACIOS PARA ENTRETEJER

- 2.1 Encuentros con padres y madres y cuidadores de las NNA
 - a. Adolescencia una etapa extraordinaria

- c. Sexualidad responsable, embarazo en la adolescencia
- d. Roles e identidad de género
- e. Relaciones familiares y comunicación en la adolescencia
- f. Fortaleciendo mi relación de pareja fortalezo mi relación parento-filial.

❖ 2.2 Encuentros con las niñas y adolescentes

- a. Explorando mi mundo
 - Identifico mis habilidades y capacidades
 - Conozco sobre sexualidad y participo en ella
 - Queriéndome y cuidándome
- b. Ética, sexualidad y género
 - Asume y vive tus habilidades en sexualidad
- c. Reconozco mis derechos y los exijo
 - Explorando mis derechos
 - Me la juego por mis derechos
 - Aprendo cuando vulneran mis derechos.
- d. Previniendo la violencia contra la mujer y la violencia intrafamiliar.
 - Identifico la violencia contra la mujer y la violencia intrafamiliar
 - Prevengo, restituyo mis derechos y reconozco las rutas de atención en casos violencia contra la mujer y violencia intrafamiliar
- e. Estilos de Vida Saludable
 - Hábitos alimentarios e higiene
 - Porque me quiero me cuido ¿y tú?
- f. El Deporte y Mi Cuerpo
 - Mi cuerpo siente y expresa
 - Mi cuerpo y mi deporte

3. EL COSTURERO O CAJA DE COSTURA

- a. Formato Test relación de pareja
- b. Modelo Carta a mi hija
- c. Rutas de atención a víctimas de maltrato infantil
- d. Rutas de atención a víctimas de abuso sexualidad
- e. Rutas de atención ante vulneración de derechos

BIBLIOGRAFÍA



INTRODUCCIÓN

INTRODUCCIÓN

La multiplicidad de formas de violencia presentes en el contexto colombiano, los altos índices de pobreza, la falta de oportunidades para acceder a la educación y la desintegración familiar, la violencia social y de género entre otros, constituyen el marco donde crecen cientos de niños, niñas y adolescentes (NNA), quienes viven a diario la vulneración de sus derechos fundamentales por verse de una u otra forma inmersos/as en estas problemáticas y vinculados a un conflicto bélico con las consecuencias físicas, psicológicas y materiales que este conlleva, en especial si llegan a convertirse en blancos de los grupos al margen de la ley para ser obligados o seducidos a pertenecer a sus filas.

Estos escenarios requieren tomar medidas inmediatas y aunar esfuerzos en la búsqueda de acciones de atención, prevención y promoción de nuevos entornos para proteger los niños, niñas y adolescentes, ofreciéndoles otras posibilidades de interacción que les permitan conocer alternativas para proyectar sus vidas en espacios con mejores oportunidades de crecimiento y desarrollo personal y social, de acuerdo a sus intereses y gustos.

Re-construir tejidos de vida utilizando el deporte como estrategia pedagógica, es una estrategia de intervención para posibilitarles a las niñas, niños y adolescentes una oportunidad de construir su proyecto de vida a partir de decisiones informadas y responsables, con relación a la vivencia de su sexualidad y a las interacciones que establecen con su familia, amigos y comunidad.

El proyecto plantea la utilización del deporte, la actividad física y el uso del tiempo libre, como medio para promover un nuevo proyecto de vida con sueños personales y profesionales, inclusión social, proyección de vida en los entornos familiar escolar y social; enseñándole a las niñas y adolescentes cambios de modelos e pensar y ver la vida, estilos de vida saludables, valores sociales e individuales, reconocimiento de derechos civiles y políticos como mujeres, el respeto de su propio cuerpo, a comprender la importancia de la vivencia de una sexualidad responsable y protegida y, la prevención de la violencia intrafamiliar.

Esta propuesta enfoca su acción en las niñas y adolescentes afectadas directa o indirectamente por el conflicto interno del país, utilizando, la lúdica¹ y el deporte como medio pedagógico, dado que este es una herramienta que facilita la trasmisión de valores fundamentales como el respeto por el adversario, la disciplina, el juego limpio y el trabajo en equipo, etc. Más que cualquier otra actividad, el deporte tiene incluso la capacidad de reunir a personas más allá de las diferencias culturales, les enseña a medirse pacíficamente con su

¹ La lúdica es más bien una condición, una predisposición del ser frente a la vida, frente a la cotidianidad. Es una forma de estar en la vida y de relacionarse con ella en esos espacios cotidianos en que se produce disfrute, goce, acompañado de la distensión que producen actividades simbólicas e imaginarias con el juego. La chanza, el sentido del humor, el arte y otra serie de actividades (sexo, baile, amor, afecto), que se produce cuando interactuamos con otros, sin más recompensa que la gratitud que producen dichos eventos. Disponible en: <https://espaciosludicosenlaeducacionfisica.wordpress.com/definicion-de-ludica/>. Jiménez (2002:42).

adversario, aceptar la victoria o la derrota, respetar reglas, conocer los límites de su propio cuerpo o integrarse en un equipo, valores que las niñas y adolescentes pueden aprender y ejercitar de manera lúdica y placentera a través del deporte.

Dado que son muchos los territorios donde se presentan las circunstancias que dieron origen al proyecto y que requerirían de una ejecución similar para llegar a más niñas y adolescentes que se beneficien con sus enseñanzas, surge la idea de crear una guía que permita a otras personas conocer y replicar este modelo en diferentes comunidades y espacios, con el objetivo de llegar a más niñas y adolescentes que puedan transformar modelos preestablecidos, alcanzar los logros individuales y colectivos para mejorar su calidad de vida, brindándoles la oportunidad de vivenciar y obtener los aprendizajes significativos que enseña y promueve el proyecto.

Este manual está enmarcado en los conceptos y enfoques que han cimentado las interacciones que se establecen con las niñas y adolescentes, además contiene los lineamientos pedagógicos, didácticos y conceptuales que enmarcan los diferentes módulos que se desarrollan con las NNA en los encuentros socioeducativos.

❖ ¿Qué encontrarás en este manual?

Este manual es una herramienta con la cual podrás trabajar con niños, niñas y adolescentes no sólo en la prevención del embarazo adolescente, sino también en la promoción de actitudes y valores para la convivencia pacífica en las familias y comunidades donde ellas se encuentran inmersas e interactúan cotidianamente.

Contiene propuestas didácticas que te permiten acometer temas importantes sobre género, sexualidad, corporeidad, promoción y prevención del abuso, autocuidado y derechos sexuales y reproductivos, los cuales forman parte de la vida cotidiana de las NNA, pero no son abordados en los escenarios adecuados, dado que tienen poca cabida en las conversaciones familiares o en la escuela, lo cual lleva a la ausencia de un correcto aprendizaje y a la desinformación al respecto, con consecuencias como embarazos no deseados, proyectos de vida truncados, maternidades y paternidades tempranas, reducción de oportunidades de crecimiento personal y profesional, entre otras.

Con este Manual, se pretende contribuir desde la educación, a partir de la promoción de los derechos sexuales y reproductivos, la prevención de embarazos en adolescentes y el adecuado manejo de la sexualidad, en el marco del enfoque diferencial de género, el enfoque de derechos.

Con esta herramienta se espera aportar a la formación de agentes educativos/as de cualquier lugar que trabajen con adolescentes y jóvenes para que se conviertan en replicadores y promotores de derechos a través de la estrategia de trabajo en cascada y efecto multiplicador que tenga como foco a la población joven y adolescente.

❖ ¿Cómo está organizado el manual?

El manual cuenta con tres capítulos donde se plantean los ejes transversales que sustentan la propuesta, los componentes y las actividades que se proponen para el trabajo con NNA de tal manera que quien desee abordar de los anteriores temáticas mencionadas y describen los contenidos, actividades y materiales necesarios para la réplica del proyecto haciendo símil a las partes, componentes y procesos de un tejido así:

La Rueda: contiene los enfoques que transversalizan todas las actividades a realizar, el componente teórico, desarrollo de los temas, conceptos y definiciones en las que podrá basarse el agente educativo para enseñar los contenidos propios del proyecto. Este apartado es una guía para los facilitadores y las facilitadoras, y su objetivo es el de proporcionar los conocimientos como herramientas eje para el trabajo con las niñas y adolescentes, tales como perspectiva de género, adolescencia, sexualidad, enfoque de derechos, entre otros.

Por su parte en el capítulo, "Tejiendo" se encontrarán las diversas actividades ordenadas de forma lógica que se pueden realizar para acercar las niñas, adolescentes y a sus padres o cuidadores a los temas, de modo que estas personas tejan reflexiones a partir de sus experiencias que las lleven a reconstruir sus proyectos de vida con base en los conocimientos que irán adquiriendo con cada hilada que establezcan en los encuentros. Estos últimos comprenden los espacios temporales donde se reúnen las niñas, adolescentes y sus padres o cuidadores para participar del desarrollo de los módulos por medio de las actividades lúdico pedagógicas; a partir de un objetivo claro en cada sesión, dinámicas, espacios de interacción y reflexión, unos tiempos establecidos, los materiales y evaluaciones para facilitar la aprehensión de los conceptos siempre a partir de la reflexión sobre la vivencia propia,

Finalmente encontraremos el capítulo de "Caja de herramientas" que contiene formatos para la planeación de talleres, evaluaciones e información sobre instituciones y rutas de atención a las niñas y adolescentes en los diversos temas que aborda trabaja este proyecto y orienta el manual.

❖ Objetivo del Manual

- ❖ Servir de guía a hombres y mujeres que se desempeñen como agentes educativos/as en procesos de capacitación y formación con niñas, niños y adolescentes en el tema salud sexual y reproductiva, equidad de género en el marco de los derechos sexuales y reproductivos y la prevención del embarazo adolescente.
- ❖ Ofrezcan elementos suficientes para trabajar de forma participativa los diferentes temas que propendan por la salud sexual y reproductiva, la equidad e género, la promoción de valores y transformación de aptitudes en pro del autocuidado y el bienestar de las niñas, niños, adolescentes y jóvenes.

- ❖ Mostrar que se puede enseñar a través del juego y llegar a reflexiones conscientes sobre las vivencias propias para construir a partir de allí los conocimientos, que una vez aprehendidos logren impactar en los proyectos de vida de las niñas y adolescentes mediante la transformación de hábitos inapropiados por buenas prácticas, comportamientos inexactos por mejores aptitudes y la capacidad de demandar el restablecimiento de sus derechos como mujeres y como niñas.

❖ Quién es un agente educativo o facilitador?

Un agente educativo o facilitador es un hombre o una mujer que acompaña un grupo como orientador(a) por el camino del aprendizaje ya sea para adquirir conocimientos, transformar conductas o replantear modelos establecidos, promoviendo la participación de todos los miembros del grupo y la construcción conjunta.

En procesos educativos y formativos, el agente educativo se vale de métodos y técnicas participativas para estimular diversas interacciones de las personas partícipes del encuentro, espacio o taller, al mismo tiempo que se ocupa de crear un entorno favorable donde los asistentes se sientan seguros de sí mismos y confiados de que podrán compartir sus experiencias con sinceridad, pues se habrá generado el ambiente propicio para el aprendizaje y el empoderamiento de las personas.

Para desempeñarse como agente educativo la persona debe desarrollar algunas **habilidades** que le permitan llegar de mejor manera a los asistentes, estas son:

- ✓ Seguridad en sus conocimientos y capacidades.
- ✓ Actitud equitativa y participativa.
- ✓ Saber escuchar.
- ✓ Respetar las opiniones de los demás y promover el respeto a la diferencia.
- ✓ Crear un ambiente de confianza entre los/as participantes.
- ✓ Sentido del humor.
- ✓ Facilidad para explicar conceptos con mensajes claros y sencillos.
- ✓ Trabajo en equipo y competencia en negociación con el grupo.
- ✓ Creatividad e innovación.
- ✓ Tolerancia, capacidad de autoevaluación y alto nivel de frustración.
- ✓ Motivar para que el grupo se interese en el tema y haga preguntas.

Ser agente educativo/a implica:

- Asumir la responsabilidad de la planificación y ejecución de los procesos de reflexión, análisis y aprendizaje que empodere a las personas participantes y les motive a participar.
- Centrar la atención en las personas participantes como actores clave del proceso de aprendizaje, para ello debe promover la construcción conjunta de conocimientos.

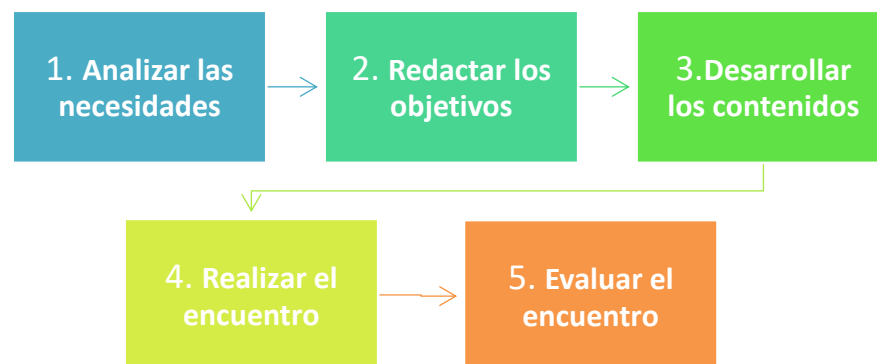
- Estar atento a percibir y controlar las relaciones de poder entre agentes educativos/as y participantes, como también entre las propias personas participantes, sobre todo cuando el grupo es diverso.
- Este enfoque parte de la base de que cada persona tiene algo único y valioso que aportar. Por lo que el papel de él o la agente educativo/a es ayudar al conocimiento e ideas de los diferentes miembros de un grupo, animándolos a que aprendan.

Cuáles son las funciones del agente educativo o facilitador:

- Preparar las condiciones espacio-temporales para los encuentros (local, tiempos, materiales, herramientas, etc.)
- Evaluar el proceso y/o desarrollo de las capacitaciones y el cumplimiento de los objetivos planteados.
- Conducir la dinámica grupal
- Multiplicar la información (capacitar a nuevos agentes educativos/as).
- Promover la inclusión y la participación de todos los miembros del grupo.
- Promover el diálogo de manera constructiva.
- Enfatizar en el proceso, además en los resultados.
- Reconocer y abordar los posibles conflictos entre el grupo de participantes.

Los espacios donde mejor se generan las condiciones para realizar acompañamientos por parte de un facilitador, son los talleres y/o encuentros socioeducativos, pues se les considera espacios para la construcción de conocimientos y se configuran como escenarios para la recreación, reelaboración y reconstrucción de saberes, afectos y conocimientos. “Además, un taller es una actividad voluntaria para ambas partes, tanto para la persona facilitadora como para los/as participantes. Mediante la vivencia, la reflexión y la conceptualización (productos resultantes), alcanzamos la construcción del conocimiento, el fomento o cambio de habilidades, destrezas y actitudes”².

A la hora de desarrollar un encuentro socioeducativos se deben tener en cuenta los siguientes momentos antes, durante y después de su realización:



² Manual para la facilitación de temas de salud sexual y reproductiva con enfoque de Derechos y Género con adolescentes. Módulo 1, marco de la ejecución del Proyecto “casas de encuentro juvenil trabajando por los y las adolescentes en la prevención de embarazos y VIH/sida”.

- Analizar las necesidades y características de las personas participantes tales como edad, género, escolaridad, entre otros, pues de acuerdo a estos deberán orientarse los contenidos y técnicas con que se abordará la temática.
- Establecer los objetivos que se quieren alcanzar con la capacitación.
- Desarrollar los contenidos teniendo en cuenta la metodología con las técnicas y actividades adecuadas según el tema de aprendizaje y las características de los participantes.
- Evaluar el encuentro socioeducativo para permitir la retroalimentación desde el grupo hacia el/la agente educativo/a en torno al desarrollo del taller, elementos a resaltar y a mejorar; además es el espacio donde se puede indagar por temas de interés de los asistentes para futuras capacitaciones.



1. LA RUECA: ELEMENTOS PARA TEJER

I. LA RUECA: ELEMENTOS PARA TEJER

Reviste gran importancia que el agente educativo tenga dominio, claridad y comprensión sobre los enfoques, teorías y temáticas formativas propuestas para compartir con las niñas y adolescentes o sus padres, madres o cuidadores según sea el caso, de tal forma que durante la ejecución de las actividades planeadas y programadas se evidencie transversalidad, fluidez y coherencia en las diversas acciones a realizar y los asuntos que se expondrán; de otro lado una adecuada preparación facilitará la adaptación a los contextos de cada lugar y grupo de asistentes.

1.1. Orientaciones transversales del proyecto

a. Enfoques: basado en los derechos humanos, diferencial de derechos y equidad de género

El proyecto está orientado desde el **enfoque basado en los derechos humanos** en cual reconoce a las personas como agentes que intervienen en su propio desarrollo, en lugar de como meros receptores pasivos de servicios. Este enfoque, por un lado, desarrolla la capacidad de los garantes de derechos para cumplir con sus obligaciones; por otro, alienta a los titulares de derechos a reivindicarlos. Los gobiernos tienen tres niveles de obligación: respetar, proteger y hacer cumplir cada derecho. Respetar un derecho significa abstenerse de interferir en el disfrute de ese derecho. Proteger un derecho significa evitar que otras partes interfieran en el disfrute de ese derecho. Hacer cumplir un derecho significa adoptar medidas activas para poner en práctica leyes, políticas y procedimientos, incluida la asignación de recursos, que permitan a las personas disfrutar de sus derechos³. Y el enfoque el **enfoque diferencial de derechos** que implica tratar a personas en situaciones similares de forma igual y aquellas que estén en situaciones distintas de manera distinta, proporcional a sus diferencias. Esto supone que la intervención estatal no solo debe brindar igualdad formal, sino igualdad sustantiva, lo que implica no sólo garantizar igualdad de oportunidades para todos sino también igualdad en resultados que se esperan alcanzar con una intervención social. [...] propende por mejorar la capacidad de respuesta institucional para abordar la complejidad que resulta de las intersecciones entre distintas situaciones, condiciones y/o vulnerabilidades de la población sujeto de atención⁴.

Otro aspecto diferenciador del proyecto es que todo su actuar esta trasversalizado por la **perspectiva de género**, la cual permite evidenciar cómo los grupos, a partir de las diferencias

³ Tomado de Pág. Web del Fondo de Población de las Naciones Unidas. Recuperado el 18 de septiembre de 2015, disponible en sitio web: <https://www.unfpa.org/es/el-enfoque-basado-en-los-derechos-humanos>

⁴ Tomado de *Modelo Enfoque Diferencial. Documento producido por el Equipo Interdisciplinario Dirección de Niñez y a la Adolescencia ICBF. 2017. Bogotá. Recuperado el 19 de octubre de 2017, disponible en sitio web: <http://www.icbf.gov.co/portal/page/portal/PortalICBF/procesos/estrategico/direccionamiento/MDI.DE%20Modelo%20de%20Enfoque%20Diferencial%20de%20Derechos%20MEDD%20v1.pdf>*

biológicas, cimientan actuaciones y valoraciones diferentes entre mujeres y hombres según su género, el cual se entiende según la OMS como los roles socialmente construidos, comportamientos, actividades y atributos que una sociedad considera como apropiados para hombres y mujeres.⁵ Este eje transversal comprende la búsqueda de la superación de la estructura machista latente en la sociedad y el trabajar en pro de dar a cada cual lo que le pertenece, reconociendo sus condiciones y características específicas en razón de su género y su autonomía, esto es, en el marco de la equidad de género⁶, el cual comprende la existencia de una igualdad de oportunidades y de derechos entre las mujeres y los hombres en las esferas privada y pública que les brinde y garantice la posibilidad de realizar la vida que deseen; es decir, una noción de justicia que hace visibles los intereses y las necesidades diferenciales de hombres y mujeres, vinculándose con la igualdad de oportunidades y beneficios para ambos.

Desde la **perspectiva de género** se entiende que el sistema de valores y prácticas culturales también determina las formas como en una sociedad construye lo masculino y lo femenino, en torno al hecho biológico de ser hombre o ser mujer a partir de las representaciones simbólicas con las que la sociedad vive cotidianamente y que se han establecido unos patrones relacionales de género que determinan el tipo de relaciones de poder que se establecen entre los hombres y las mujeres, siendo claro que aquellos cuentan en casi todas las esferas con la primacía de dominio.⁷ De allí entonces, la necesidad de trabajar por la construcción de relaciones con **equidad de género** ya que “las relaciones entre las mujeres y los hombres desempeñan un papel importante tanto en la plasmación como en la evolución y transformación de los valores, las normas y las prácticas culturales de una sociedad, los cuales, a su vez, determinan dichas relaciones. [...] Por “**género**” se entienden las construcciones socioculturales que diferencian y configuran los roles, las percepciones y los estatus de las mujeres y de los hombres en una sociedad. [...] Por “**igualdad de género**” se entiende la existencia de una igualdad de oportunidades y de derechos entre las mujeres y los hombres en las esferas privada y pública que les brinde y garantice la posibilidad de realizar la vida que deseen. [...] **Equidad de género** se define como “la imparcialidad en el trato que reciben mujeres y hombres de acuerdo con sus necesidades respectivas, ya sea con un trato igualitario o con uno diferenciado pero que se considera equivalente en lo que se refiere a los derechos, los beneficios, las obligaciones y las posibilidades. En el ámbito del desarrollo, un objetivo de equidad de género a menudo requiere incorporar medidas encaminadas a compensar las desventajas históricas y sociales que arrastran las mujeres”⁸.

⁵ <http://www.who.int/topics/gender/es/>

⁶ La *Equidad de género* se define como “la imparcialidad en el trato que reciben mujeres y hombres de acuerdo con sus necesidades respectivas, ya sea con un trato igualitario o con uno diferenciado pero que se considera equivalente en lo que se refiere a los derechos, los beneficios, las obligaciones y las posibilidades. Patrimonio y creatividad Recuperado el 18 de septiembre de 2015, disponible en sitio web: <http://www.unesco.org/fileadmin/MULTIMEDIA/FIELD/Montevideo/pdf/CLT-LibroGeneroPatrimonioBORRADOR.pdf>

⁷ Guía para la implementación del proyecto Pedagógico Educativo Comunitario. Documento producido por el Equipo Interdisciplinario Subdirección de Primera Infancia ICBF. 2011. Bogotá. Recuperado el 18 de Septiembre de 2015, disponible en sitio web: <http://www.icbf.gov.co/portal/page/portal/PortalICBF/procesos/misionales/promocion-prevencion/primera-infancia/GUIA%20PARA%20LA%20IMPLEMENTACION%20DEL%20PROYECTO%20PEDAGOGICO%20EDUCATIVO%20COMUNITARIO>

⁸ Igualdad de Género. Patrimonio y creatividad. Recuperado el 18 de septiembre de 2015, disponible en sitio web: <http://www.unesco.org/fileadmin/MULTIMEDIA/FIELD/Montevideo/pdf/CLT-LibroGeneroPatrimonioBORRADOR.pdf>

b. Pedagogía Experiencial

El modelo pedagógico utilizado en el proyecto es la “**pedagogía experiencial**”, metodología que busca que la adquisición y construcción de conocimientos se dé a partir de las vivencias de los propios sujetos, las cuales son reflexionadas de forma sistémica para descubrir nuevas competencias, habilidades y valores. Este enfoque pretende que las niñas y adolescentes descubran y construyan saberes desde las vivencias que como individuo y como ser social experimentan en los diferentes escenarios en que están inmersas. Que logren encontrar significados, cuestionar y transformar su realidad a partir de la resignificación de sus prácticas y el conocimiento de mejores modelos de interacción con sus pares y demás miembros de la sociedad.

El proceso se basa en el aprendizaje activo y en el '**aprender haciendo**' más que en el '**aprender escuchando**', por tanto, es una metodología enfocada a la acción y al aprendizaje derivado de la experiencia directa. Así pues, a partir de las vivencias experimentadas en el grupo a lo largo de los encuentros socio-educativos, se van generando una serie de reflexiones individuales y grupales que permiten deconstruir, reconstruir, reapropiar simbólicamente y seguir construyendo aprendizajes que surgen de la fusión de horizontes siempre variables que caracteriza toda experiencia, así como el aprendizaje de la valoración de sus cuerpos, la introyección de valores, la vivencia de una sexualidad responsable e incluso llegar a provocar cambios en sus hábitos en general. En síntesis, se trata de experimentar, descubrir y aprender.

c. La lúdica y el deporte como estrategias pedagógicas

El modelo se complementa con la **Lúdica y el deporte** vistas como estrategia pedagógica, pues se considera, que es la dimensión del desarrollo humano de los individuos que comprende la necesidad de estos de comunicarse, sentir y el esparcimiento a la vez que fomenta el desarrollo psicosocial, la conformación de la personalidad, evidencia y promueve valores y puede orientarse a la adquisición de saberes a través de actividades donde interactúa el gozo, la creatividad y el conocimiento. A través de este medio se puede promover no solo el aprendizaje y desarrollo de fundamentos técnicos y tácticos de las disciplinas deportivas seleccionados, sino también contribuir a la construcción de nuevos proyectos de vida con sueños personales y profesionales, inclusión social en los entornos familiar, escolar y social.

Se pretende enseñarle a las niñas y adolescentes, cambios de paradigmas, estilos de vidas saludables, valores sociales y personales, reconocimiento de derechos civiles y

políticos como ciudadanas, el respeto de su propio cuerpo, la importancia de la vivencia de una sexualidad responsable y protegida, la prevención de la violencia intrafamiliar.

Específicamente los valores son principios mediante los cuales los seres humanos orientamos nuestro comportamiento en función de realizarnos como personas; con base en ellos definimos nuestros intereses entre unas cosas y otras según el grado de satisfacción que nos provean. El programa busca fomentar en las niñas y adolescentes a partir de reflexiones sobre sus experiencias cotidianas y mediante las formaciones socioeducativas valores personales como autoconocimiento, autocuidado, compromiso, respeto, disciplina y sociales como amistad, sentido de pertenencia, trabajo en equipo, justicia y responsabilidad social en búsqueda de la integralidad de los sujetos y en el marco de la validación de los mismos en la relación con el otro.

1.2 Táctica metodológica del proyecto

a. La didáctica de trabajo

La estrategia didáctica de trabajo hace énfasis en los encuentros⁹ lúdico-pedagógicos, deportivo-recreativos y territorios amigables, los cuales favorecen las actividades vivenciales, donde tendrán cabida las experiencias individuales de las niñas y adolescentes para el enriquecimiento del proceso individual y grupal.

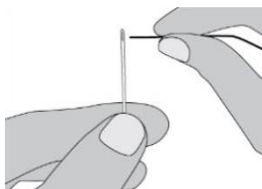
<b. Modelo de los encuentros Socioeducativos

Bajo la lógica de la "reconstrucción de tejidos de vida" nombre que ha recibido el proyecto desde su inicio, se asimilan los momentos de los encuentros socioeducativos a los pasos que se siguen en el proceso de un tejido, así:



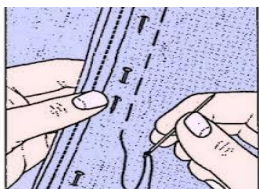
⁹ "Cuando se hace referencia al encuentro, se habla del encuentro con el otro, del encuentro que edifica, que personaliza, que hace crecer. Nadie puede "encontrarse" con otro sin salir transformado. El encuentro con otro modifica actitudes, rectifica pareceres, colabora en la construcción de discernimientos y criterios". Stigliano D., et al. Enseñar y Aprender en grupos Cooperativos. Comunidades de Diálogo y encuentro (2008). Novedades Educativas. Bs. As. Recuperado el 20 de octubre de 2015, disponible en sitio web: <https://capacitaciondocentelarioja.files.wordpress.com/2012/03/gentile-daniel-cap2-como-se-construye-el-aprendizaje-cooperativo.pdf>.

Momento 1 – ENHEBRANDO



Esta es la parte de inicio del encuentro donde se da la bienvenida a las participantes, se realiza una dinámica rompe hielo, se llegan a acuerdos que facilitan el desarrollo del taller y se introducen las actividades a desarrollar durante el tiempo estipulado.

Momento 2 - HILVANANDO



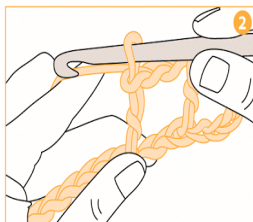
En esta puntada se entretaña una actividad por medio de la cual las participantes lograban relacionar el objetivo con lo vivenciado, a partir de sus propias experiencias

Momento 3 - SOBRE HILADA



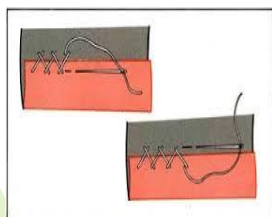
En este momento se realizaba una actividad que permitía la construcción del tejido de los sucesos, desde la mirada de las participantes y a partir de la exploración de lo que significa cada puntada de la experiencia; posibilitando la reflexión sobre el ¿Qué pasó?

Momento 4 – CADENETA



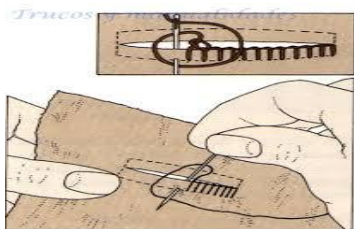
El momento de la cadeneta la actividad desarrollada conectaba lo que se piensa y lo que se siente, con los patrones de comportamiento, a partir de lo vivenciado posibilitando la concienciación entre la relación experiencia-entorno (pienso, siento y hago).

Momento 5 - EL PESPUNTE



Se reafirmaba el tejido con una actividad de elaboración de contenido sobre lo vivenciado, a partir de la elaboración de nuevas estrategias, direccionadas a la incorporación de patrones de comportamientos diferentes y superadores.

Momento 6 - PUNTO DE FESTÓN



Se finaliza el tejido, revisando cada puntada, a través de un actividad de cierre de lo vivenciado (evaluación del encuentro), dando apertura a una nueva experiencia, a partir de cuestionamientos reflexivos sobre lo evidenciado en el entorno externo.

Observar esta estructura en todos los encuentros permite al profesional conservar un orden lógico en las sesiones, prever lo necesario para las mismas y ofrece a las niñas y adolescentes información sobre lo que pueden esperar de los encuentros.

b. Encuentros socioeducativos con niñas y adolescentes

El encuentro socio educativo caracterizado por actividades vivenciales, busca que las niñas y adolescentes puedan tener aprendizajes significativos, que estimulen su interés por los asuntos relacionados con su corporalidad, corporeidad, con su sexualidad, con su entorno y por fortalecer sus vínculos sociales y familiares.

Los encuentros están formulados para trabajarlos con grupos de 30 a 40 personas participantes.

c. Encuentros socioeducativos con padres, madres y cuidadores

Estos encuentros se realizan también con los padres de familia y/o cuidadores de las niñas y adolescentes con el objetivo de sensibilizarlos frente a los temas que están conociendo sus hijas, permitirles reflexionar y comprender los cambios que ellas atraviesan a nivel corporal y comportamental y, acercarlos entre sí para promover el fortalecimiento de los hogares como primer espacio de protección y prevención para las jóvenes.

1.3 Puntadas teóricas para los encuentros

a. ADOLESCENCIA

Particularidades de los adolescentes: definir la palabra adolescente en la sociedad es muy difícil, ya que no existe un consenso sobre su significado; se admite la definición propuesta por la OMS que la precisa como "el periodo comprendido entre los 10 y 19 años durante el cual el individuo adquiere la capacidad reproductiva, transita los patrones psicológicos de la niñez a la adultez y consolida la independencia socioeconómica"¹⁰; sin embargo, es importante

¹⁰ Tomado de: Documento de la dirección corporativa de administraciónsubdirección de servicios de salud. P. 1 Disponible en: <http://www.pemex.com/servicios/salud/TuSalud/MedicinaPreventiva/Documents/adolescencia.pdf> fecha de consulta noviembre 13 de 2017.

considerar que no se puede hablar de los adolescentes como un grupo homogéneo ya que este concepto también está influenciado por la cultura, clase social e historia familiar. Se considera la adolescencia como la etapa donde se presentan los mayores cambios físicos y psicológicos del individuo, donde se completan los rasgos propios de identidad, base para el logro de la personalidad; por esta razón se divide en tres estadios: adolescencia temprana, intermedia y avanzada.

La adolescencia temprana se considera entre los 10 y 14 años; ésta se caracteriza por grandes cambios a nivel físico y coincide con la pubertad. La adolescencia intermedia va entre los 15 a 17 años, y corresponde a un periodo caracterizado por una independencia creciente de los padres y de la familia, la deserción escolar y el embarazo temprano. La adolescencia avanzada se considera entre los 17 y 19 años de vida; esta etapa se caracteriza porque el adolescente busca reafirmar su relación de pareja y piensa en aspectos como el económico.

Como ya se había mencionado anteriormente, en esta etapa del desarrollo se produce un periodo de transición entre la niñez y la adultez, condicionando cambios que son propios de esta, y dentro de los cuales se pueden identificar aspectos psicosociales importantes que se caracterizan por la búsqueda de sí mismos, evolución del pensamiento abstracto, contradicciones en la conducta, actitud social reivindicativa, necesidad de formulación y respuesta para un proyecto de vida, etc.; a nivel sexual se pueden identificar cambios que conducen al desarrollo y maduración de los órganos sexuales, se logra la madurez genital y la aparición de los caracteres sexuales secundarios como crecimiento de mamas, crecimiento de vello en la cara, etc.

A nivel biológico, en una investigación neuro-científica reciente se descubrió que en la adolescencia temprana se inicia el desarrollo del lóbulo frontal en el cerebro, encargado de funciones que se relacionan con la planificación, la coordinación, el control y ejecución de conductas, y de esta manera, es el encargado de intervenir con el control de los impulsos, la memoria funcional, el juicio, el comportamiento sexual, la socialización y la espontaneidad entre otras. Es indiscutible entonces, la importancia para el individuo el lograr durante esta etapa un adecuado desarrollo.

Retos en la adolescencia:

- Adaptarse a su nueva imagen.
- Ajustarse a su nueva capacidad mental
- Hacer frente a las creencias exigencias sociales
- Avanzar en su repertorio verbal.
- Adquirir una identidad personal
- Establecer metas vocacionales – Proyecto de vida
- Afirmar su independencia respecto a los padres
- Establecer relaciones amistosas sanas
- Aprender a controlar la sexualidad
- Adoptar un estilo de vida correcto

- Controlar sus impulsos y ejercer madurez de conducta

Desarrollo psicosocial:

Identidad: Busca su propia identidad separada de la de sus padres o de las tradiciones sociales.

Desorientación: El fracaso en la búsqueda de la identidad trae consigo confusión y desorientación en sus creencias, ideas, sexualidad y vocación.

b. SEXUALIDAD

La creencia generalizada de las personas es que la sexualidad comprende sólo tener relaciones sexuales o lo que tiene que ver con los genitales. "Pero la sexualidad es mucho más que eso, es parte de la vida de todos los seres humanos, abarca nuestro cuerpo, los sentimientos y las emociones y está muy ligada a nuestra identidad.

La sexualidad la vivimos y la sentimos: tiene que ver con la forma de movernos, vestirnos, expresarnos y relacionarnos con los demás. Todas y todos tenemos sexualidad a lo largo de la vida, desde que nacemos hasta que nos morimos, aunque se exprese de manera diferente en las distintas edades. Cada persona vive su sexualidad de una manera diferente.

La sexualidad es tan amplia y variada como personas hay en el mundo y se expresa de distinta forma según seamos mujeres o varones, niños, jóvenes o adultos y también según las costumbres y creencias de nuestra familia y nuestro entorno. A pesar de ser tan importante en



nuestra vida, muchas veces tenemos dificultades y vergüenza para hablar de nuestra sexualidad"¹¹.

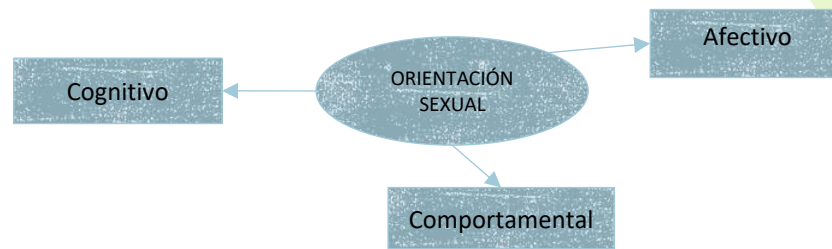
Hablar acerca de la sexualidad no se limita a discutir sobre relaciones sexuales, enfermedades de transmisión sexual, embarazo, aborto y planificación familiar como la mayoría de las personas creen. Comprende además compartir la idea que tenemos de sí mismos como hombres, como mujeres, expresar nuestras creencias, temores, necesidades, expectativas, experiencias, aspiraciones, preferencias y metas que involucran nuestra dimensión sexual. Este intercambio de saberes favorece el conocimiento mutuo y la obtención de información útil para tomar decisiones sexuales en el presente y futuro.

Proceso de diferenciación sexual:

El proceso de diferenciación sexual se manifiesta con las características sexuales primarias y secundarias; las características primarias aparecen desde la concepción (órganos sexuales internos y externos, aparato reproductor); estos son muy importantes ya que constituyen la sexualidad; las características secundarias hacen referencia a los cambios que aparecen en la pubertad (proceso biológico)

¹¹ Tomado de: Tu cuerpo, tu salud, tus derechos. Guía sobre salud sexual y reproductiva. Nina Zamberlin y Fabián Portnoy - 1a ed. - Buenos Aires: Fondo de Población de Naciones Unidas. UNFPA, 2007. P. 13. Disponible en: http://www.unfpa.org.ar/sitio/images/stories/pdf/2015-06_tu-cuerpo.pdf Noviembre 13 de 2017

Proceso biológico: El proceso biológico hace referencia a los procesos genéticos, hormonales, funcionales, neurológicos y anatómicos que definen el sexo de una persona, es decir las



características físicas del sexo - por asignación desde el nacimiento-.

Proceso sociocultural y desarrollo de la sexualidad: define el género (sexo asignado en la crianza), que tiene que ver con la cultura, la familia y los grupos sociales y hace referencia al conjunto de normas, actitudes y comportamientos que una sociedad asigna a las personas por su sexo, según lo que el medio considera característico para cada uno, es aprendido por lo tanto es producto del contexto sociocultural.

Proceso psicológico: Determina la orientación sexual, describe el sexo de las personas por las cuales sentimos deseos, interés, atracción y amor; hacen referencia al proceso psicológico cognitivos, que tiene que ver con las creencias, ideas, opiniones, expectativas, conocimiento y valoraciones y se relaciona con lo que podemos o no hacer para satisfacer el deseo sexual; el proceso psicológico afectivos como deseo sexual, sensualidad, erotismo y emociones; y el proceso psicológico comportamental que expresa la manera como nos vemos, lo que necesitamos, lo que sentimos y lo que pensamos.

Concepto de salud sexual y reproductiva.

La Conferencia Internacional sobre Población y Desarrollo de Naciones Unidas” (CIPD) que tuvo lugar en El Cairo el año 1994. Define la salud sexual y reproductiva como un “Estado de bienestar físico, psíquico, emocional y social en relación a la sexualidad; no es solamente la



ausencia de enfermedad, disfunción o debilidad. La salud reproductiva entraña la capacidad de disfrutar una vida sexual satisfactoria y sin

riesgos y de procrear, y la libertad para decidir si hacerlo o no hacerlo, cuándo y con qué frecuencia. La salud sexual se refiere al desarrollo de la vida y las relaciones personales y no meramente el asesoramiento y la atención en materia de reproducción y de enfermedades de transmisión sexual. (Parágrafo 7.2)

Infecciones de transmisión sexual.

Las infecciones de transmisión sexual, como son nombradas son infecciones transmitidas por medio de las relaciones sexuales, bien sean genitales, anales u orales, estas se pueden prevenir con el uso del condón al momento del contacto sexual.

En general las ITS tienen consecuencias más graves en las mujeres y su descendencia que para los hombres. En ellas son con frecuencia asintomáticas o cursan con escasa sintomatología...

Un diagnóstico preciso es más difícil en las mujeres que en los hombres porque la sintomatología es menos específica.

“Métodos anticonceptivos.

Son los métodos o procedimientos que previenen un embarazo en mujeres sexualmente activas, ya sean ellas o sus parejas quienes los usen. Pueden ser hormonales o no hormonales, transitorios o definitivos, basados en tecnología o en conductas.

Métodos hormonales

- Métodos combinados que contienen estrógeno y progestágeno y que se pueden administrar como píldoras, inyecciones, anillo vaginal o parche transdérmico.
 - Métodos que contienen solo progestágeno y que se pueden administrar como píldoras, inyecciones, implantes, anillo vaginal o dispositivo intrauterino.
- Anticoncepción hormonal de emergencia que puede consistir en píldoras de levonorgestrel solo o en píldoras combinadas (Método de Yuzpe).

Métodos no hormonales reversibles:

- Dispositivos intrauterinos con cobre.
- Anticonceptivos de barrera masculinos (condón) y femeninos (condón, diafragma; espermicidas).
- Método de la amenorrea de lactancia.
 - Métodos de abstinencia periódica (ritmo o calendario, días fijos o collar del ciclo, temperatura basal, moco cervical (Billings), sintotérmico).

Métodos no hormonales permanentes:

- Anticoncepción quirúrgica voluntaria (esterilización) femenina.
- Anticoncepción quirúrgica voluntaria (esterilización) masculina.

Cada persona debe elegir su método anticonceptivo (MAC) de acuerdo a su propia situación de vida (estilo de vida, vida sexual, número de hijos que desea tener, número de parejas, valores, situación socioeconómica, etc.); las características del MAC que sean aceptables para ella y las condiciones de salud que se puedan ver afectadas por el uso del método¹².

C. EMBARAZO EN LA ADOLESCENCIA

Conceptos y Definiciones

Se denomina embarazo en adolescentes al que ocurre durante la adolescencia de la madre y del padre, definida esta última por la Organización Mundial de la Salud OMS como el lapso de vida transcurrido entre los 10 y 19 años de edad. También se suele designar como embarazo precoz, en atención a que se presenta antes de que la madre haya alcanzado la suficiente madurez emocional para asumir la compleja tarea de la maternidad.

¹² Tomado de: Diaz, S. Schiappacasse, V Disponible. (2011). Qué y Cuáles son los Métodos Anticonceptivos. Instituto Chileno de Medicina Reproductiva. Disponible en: http://www.icmer.org/documentos/anticoncepcion/Que_y_cuales_son_met_antic_02_05_2011.pdf. P. 2-3 Consultado: Noviembre 5 de 2017

Riesgos de embarazos en la adolescencia

1. Riesgo de muerte y enfermedad, sobre todo para las niñas de 10 a 14 años de edad, quienes tienen cinco veces mayores probabilidades de morir a causa del embarazo o el parto que las mujeres de 20 a 24 años¹¹.
2. Las madres adolescentes tienen más probabilidades de abandonar los estudios secundarios, lo que menoscaba sus posibilidades de participar plenamente en la sociedad, tener ingresos, cuidarse a sí mismas y cuidar a sus hijos.
3. El inicio temprano de la maternidad aumenta la probabilidad de tener más hijos que las mujeres que comienzan a procrear más tarde. A escala mundial, al menos uno de cada diez abortos ocurre entre jóvenes de 15 a 19 años de edad, esto obedece a que muchos embarazos de adolescentes no son planificados ni deseados. También la salud de los bebés puede verse afectada: los hijos de madres adolescentes tienen de 2 a 6 veces más probabilidades de tener hijos con bajo peso al nacer que las madres de 20 años o más

Posibles factores que influyen para que adolescentes queden en embarazo:

Inicio de la actividad sexual sin contar con información y recursos preventivos a su alcance; resistencia al uso de los métodos anticonceptivos; sentimiento de omnipotencia característico de la adolescencia: "a mí no me pasa lo que le pasó a mi amiga/o"; carencia de interés en la escuela, familia o actividades comunitarias; escape de grupos familiares (con problemas); inexistencia de un proyecto de vida; percepción de pocas o ninguna oportunidad para el éxito y falta de expectativas diferentes a la maternidad; cumplimiento de asignaciones de género construidas en su contexto, "como la necesidad de tener hijos para probar la feminidad o de probar la virilidad a través de la iniciación sexual y la procreación".

Escasos o inadecuados programas de educación sexual; insuficientes servicios de orientación y atención en salud del adolescente; mitos y estigmas acerca del uso de anticonceptivos; poca o ausente oferta de métodos anticonceptivos; asignaciones de género fundamentadas en un rol femenino de dependencia y servicio a los hombres (incluso en el plano sexual) y centrado en la reproducción y en las funciones domésticas; estimulación del contexto para tener relaciones sexuales, especialmente por parte de los medios de comunicación (televisión, cine, música, videos, revistas...), de los pares o compañeros y de los modelos culturales predominantes; presiones, acoso sexual o amenazas de abandono por parte del hombre; violación sexual.

d. ROLES E IDENTIDAD DE GÉNERO

"Género es un concepto de la tradición inglesa que se emplea para designar las diferencias y aprendizajes que hombres y mujeres asumen en la sociedad. El género tiene diversas manifestaciones; en cada sociedad se presenta en una forma particular, puesto que los roles

son atribuidos a los hombres y mujeres desde la organización social, cultural y económica y legitimadas por el sistema religioso, moral y jurídico”¹³.

“El género hace referencia al conjunto de rasgos asignados a hombres y mujeres en una sociedad que son adquiridos en el proceso de socialización. Son las responsabilidades, pautas de comportamiento, valores, gustos, temores, actividades y expectativas, que la cultura asigna en forma diferenciada a hombres y mujeres. En otras palabras, es el modo de ser hombre o de ser mujer en una cultura determinada. De ahí se derivan necesidades y requerimientos diferentes de hombres y mujeres para su desarrollo y realización personal. Se distingue del término «sexo», pues alude a diferencias socioculturales y no biológicas. Al ser una construcción social está sujeta a modificaciones históricas, culturales y aquellas que derivan de cambios en la organización social”.¹⁴

En este sentido decisiones como el nombre, la ropa que usaran, los juguetes, los trabajos que podrán realizar o actividades recreativas en que podrán participar, variaran según se trate de un niño o de una niña, de un hombre o de una mujer; las actividades que les corresponden, las que no, y cómo puede desarrollarlas, comprenden el sistema sexo-género en el cual se asocia a las personas con una serie de características, expectativas y oportunidades particulares dependiendo de su sexo biológico y como se identifiquen con estas.

La categoría «género» abarca el conjunto de características, de oportunidades y de expectativas que un grupo social asigna a las personas, y que éstas asumen como propio, basándose en las características biológicas de su sexo. El género de una persona es eventualmente, una construcción social - no natural que varía de un grupo social a otro y de una época a otra. Se construye mediante procesos sociales de comunicación y es transmitido a través de manejos de poder y de formas sutiles, durante los procesos de crianza y educación.¹⁵

“El concepto de género. . . y su uso: Alude a la definición social de lo femenino y lo masculino. Se define como una construcción cultural, social, histórica que sobre la base biológica del sexo, determina y norma el concepto de lo masculino y lo femenino en la sociedad. Permite reconocer cuales son los diferentes roles, funciones, responsabilidades que la sociedad le ha asignado a hombres y mujeres, las normas de comportamiento que les ha impuesto, la valoración, el tipo de relaciones que se establece entre ellos, así como las identidades subjetivas y colectivas.

Diferenciación sexual / diferencia de género:

La diferenciación sexual tiene un carácter biológico, que hace que hombres y mujeres se distingan por determinadas características físicas, anatómicas y fisiológicas, que son inmodificables y universales. En cambio las diferencias de género no son innatas, son sociales, culturales, por consiguiente, susceptible de cambio conforme el desarrollo de la propia sociedad. Con la introducción del concepto de género como distinto al de sexo, se pueden

¹³ Tomado de: Fundación para la promoción de la mujer. Roles y Estereotipos. Panamá 1997 P.9 Disponible en <http://bdigital.binal.ac.pa/DOC-MUJER/matdoc/rolesyestereotipos.pdf> Consultado el 5 de noviembre de 2017

¹⁴ Ibid. P. 19

¹⁵ Tomado de: Fundación para la promoción de la mujer. Roles y Estereotipos. Panamá 1997 P.9 Disponible en: <http://bdigital.binal.ac.pa/DOC-MUJER/matdoc/rolesyestereotipos.pdf> Consultado el 5 de noviembre de 2017

explicar las diferencias y desigualdades entre hombres y mujeres, no como una cuestión «natural», innata de cada sexo, sino, como un fenómeno social, cultural.

Sexo y género son dos conceptos diferentes, **la palabra sexo**, es un dato que habla de la anatomía de los seres humanos. Cuando un niño nace, el sexo es el primer dato que lo identifica. Sabemos si es mujer o es hombre de acuerdo a la forma y funciones de sus orígenes genitales. Esto es **el sexo**.

El género son todas las creencias, actitudes, valores, conductas, etc. que la sociedad nos asigna por el hecho de ser hombres o mujeres.

Así desde pequeñas o pequeños se nos enseñan ciertos tipos de tareas propias de lo «Femenino» o de lo «Masculino». A las niñas se les regalan muñecas, cocinitas, escobas, para sus juegos; y a los hombres pelotas, armas, autos, etc. De grandes por lo tanto, se espera que el hombre trabaje fuera del hogar y traiga el dinero; a las mujeres se les pide que seamos las encargadas del quehacer doméstico (al cual no se le considera trabajo) y la crianza de los hijos. Se les enseña desde pequeños que las mujeres son pasivas, emocionales y dependientes de los hombres. Los varones, al contrario, se muestran agresivos, racionales e independientes.

Todos los seres humanos pueden sentir ternura, si se les enseña de pequeños, pero a los hombres se les niega esa posibilidad desde pequeños. La importancia de conocer **la diferencia entre sexo-género** está en que nos permite darnos cuenta de la situación de desigualdad, de subordinación, del control que existe sobre la vida de las mujeres y que no es algo natural, sino, que tiene que ver con la forma en que está organizada la familia y la sociedad."¹⁶

Por ejemplo, amamantar a los hijos es una capacidad de las mujeres que parte de la diferencia fisiológica entre hombres y mujeres. Pero que las mujeres tengan la responsabilidad exclusiva de cuidar a los hijos recién nacidos y de niños, es una diferencia de género. La primera no se puede modificar, la segunda sí. Existen cada vez más hombres vinculados a la crianza de sus hijos y al cuidado de estos desde bebés. De hecho existen países, donde el sistema de seguridad social facilita que la función de cuidar del recién nacido sea compartida por el hombre y la mujer.

El sexo es:

- Biológicamente determinado.
- Universal.
- Inmutable.

El género es:

- Construido por la sociedad.
- Aprendido.
- Dinámico.
- Son multifacéticos, varían dentro de las culturas y entre éstas.

¹⁶ Ibid. P. 10 - 11

¿Qué es identidad?

“Conjunto de mecanismos conscientes e inconscientes que permiten internalizado formas específicas de ser. Se define a partir de elementos que singularizan a las/los individuos / as y les hace específicos/as, distintos/as, o, por el contrario, que los hacen semejantes a otros / as... Existen diferentes dimensiones de la identidad; entre las más importantes podemos citar: el sexo, el color de la piel, la ubicación en la estructura social y la edad.”¹⁷

¿Qué es identidad de género?

“La "identidad de género" alude al modo en que el ser hombre o mujer viene prescrito socialmente por la combinación de rol y estatus, atribuidos a una persona en función de su sexo y que es internalizado por cada persona. Las identidades y roles atribuidos a uno de los sexos son complementarios e interdependientes con los asignados al otro; así por ejemplo, dependencia en las mujeres e independencia en los hombres.”¹⁸

La familia y la construcción de la identidad de género:

La familia es junto con la escuela, la unidad social que expresa y transmite de forma directa, los valores y creencias respecto al género que una determinada cultura sostiene.

“Alfonso y Aguado (2012), describen tres procesos a partir de los cuales niñas y niños adquieren de forma temprana los roles estereotipados de género correspondientes, roles que determinarán el desarrollo de capacidades y habilidades distintas en base a lo que la sociedad espera de ellos como mujeres y hombres. Estos son:

- **Las expectativas que los padres albergan** acerca del comportamiento de sus bebés en función de su sexo, que se fundamenten en los estereotipos de género. Ya antes del nacimiento, se comprará ropa y juguetes o se decorará la habitación en función del sexo asignado al bebé: rosa vs azul; lazos/flores vs animales/coches. Según estos autores, con la compra “del primer objeto de decoración estamos asignando contenido a la identidad de género, estableciendo diferencias entre niño y niña”.
- **El trato dispensado a los hijos según sea su género**. La familia enseña los roles de género, potenciando y valorando en niños y niñas aspectos diferentes o sirviéndose de un lenguaje distinto para relacionarse con ellos.
- **Las relaciones entre las madres y los padres**, que actúan como modelo de identificación, es decir, la familia representa los roles de género que posteriormente, niños y niñas actuarán en sus juegos, imitando las escenas de relación que observan a diario en su hogar y, en consecuencia, reproduciendo los roles sociales que perciben en sus adultos de referencia”.¹⁹

¹⁷ Ibid. P. 21

¹⁸ Ídem.

¹⁹ Citados por Amaia Jiménez en el trabajo de tercer curso, perspectiva de género en terapia familiar. 2015 P.15-16 Disponible en: <http://www.avntf.com/wp-content/uploads/2016/11/Jim%C3%A9nez-Amaia-Trab.-3%C2%BA-online-14.pdf> Consultado 6 de noviembre de 2017

¿Qué es rol?

“Un rol hace referencia al papel, función o representación que juega una persona dentro de la sociedad, basado en un sistema de valores y costumbres, que determinan el tipo de actividades que ésta debe desarrollar”.²⁰

Desde la psicología social y sociología el rol se define como la posición del individuo en la vida social común que condiciona una determinada conducta (por ejemplo: director de empresa, maestro, padres, etc.), y que, por otra parte, despierta expectativas entre las partes sociales. La pertenencia a varios grupos puede producir conflictos de rol cuando se exigen muestras de conducta o puestos (p. ej.: conflicto entre familia y deberes profesionales). El rol frente a l grupo está relacionado con el concepto de status.

¿Cuáles son los roles de género?

“Los roles de género son papeles asignados al que hacer de hombres y mujeres, que se instituyen en determinadas acciones para unos y otros. Este discurso se sustenta en la existencia de dos sexos, que normalizan los cuerpos considerados como masculinos y femeninos, a su vez posibilitan que actúen con los códigos sociales y culturales asignados, ello hace que las prácticas sociales tengan un significado distinto para mujeres y hombres, pues están siendo leídas desde discursos diferentes. Se construye la feminidad y la masculinidad como conjuntos de rasgos que operan en los imaginarios de sí mismo, de los y las otras personas, incluyendo los grupos sociales en general, es así como el rol tradicional femenino se caracteriza por estar centrado en el ámbito privado, por el interés y cuidado de las relaciones íntimas. La feminidad como característica de personalidad incluye la afectuosidad, la lealtad, la sensibilidad a las necesidades ajenas, la capacidad de comprensión, la ternura, entre otras; así mismo ha estado ceñida a la esfera privada, al cuidado de los miembros de la familia, atención de las tareas domésticas, y por tanto no desarrollan su asertividad, su autonomía e independencia ni su actuación más allá del contexto familiar. Los roles están caracterizados porque son modos de comportamiento estandarizados, establecidos por la sociedad y transmitidos de generación en generación, es así como de manera histórico y social se han reservado a los hombres el desempeño de aquellas tareas que implican el control sobre los aspectos de la dinámica familiar y social”²¹.

Desde la época de las cavernas cuando ellos salían a cazar y tenían la responsabilidad de las labores de fuerza que mantuvieran a salvo a las familias, mientras las mujeres permanecían al cuidado de los niños y se dedicaban a las tareas domésticas, hasta la época de la colonia donde se estableció también, conservándose hasta la época moderna, que las mujeres casadas permanecieran en el hogar al cuidado de los hijos y la fidelidad a su esposo; en este

²⁰Tomado de: Fundación para la promoción de la mujer. Roles y Estereotipos. Panamá 1997 P.26 Disponible en: <http://bdigital.binal.ac.pa/DOC-MUJER/matdoc/rolesyestereotipos.pdf> Consultado el 5 de noviembre de 2017

²¹ Ibid P. 24

sentido se había pensado un tipo de mujer para los hombres, mujeres ordenadas, recatadas, piadosas, afables, comedidas y vírgenes, serían estereotipos que la enmarcarían.

Los roles de género son:

- Adscritos mediante una red de parentesco y afinidad.
- Logrados por medio del trabajo en las esferas económicas, políticas y social.
- Influenciados por la casta, la clase y la religión y *se traducen en necesidades vitales que son a la vez: PRÁCTICAS Y ESTRATÉGICAS.*

Estereotipo en el sistema de sexo y género

En el documento Roles y estereotipos de la fundación para la promoción de la mujer, 1997, se concibe que “**un estereotipo** es una idea que se fija y se perpetúa. Es la reproducción de una idea o imagen que extendemos a todos los miembros de un grupo. Se plantea como ejemplo que en ocasiones al conocer a alguien, con sólo ver la persona pensamos cosas como “tan simpática o tan engreída” lo que a partir de allí determina el modo de relacionarnos con esa persona, la hemos prejuzgado, es decir hemos formulado un juicio sobre ella antes de conocerla que a partir de allí determina como nos comunicaremos o dirigiremos a ese ser.

En este mismo sentido un **estereotipo sexual** se compone de una idea que se fija y se perpetúa con respecto a las características que presuponemos propias de uno u otro sexo. Muchas personas piensan que si una persona ejecuta tareas no tradicionales va cambiar su sexo, por ejemplo una mujer que se desempeñe como conductora de un camión o en un taller mecánico, o un hombre que trabaje en una peluquería.

Estereotipo de género son ideas preconcebidas, simples, que están muy arraigadas y determinan las conductas, comportamientos y actitudes que deben tener las personas en función del grupo de pertenencia; estas creencias son congruentes con ciertos rasgos que describen a la mujer, como la sensibilidad, la complacencia, la pasividad, la obediencia, la necesidad de contacto afectivo, la ausencia de agresividad y competencia, entre otras, en tanto que la ideología el rol masculino se materializa en los genitales y se articula con la sexualidad y el poder, dándole al hombre características contrarias a la de la mujer.

Una de las características de los estereotipos es su fuerte resistencia al cambio y su efecto de auto cumplimiento o “predicción” se presenta con el propósito de mantener los parámetros necesarios para que la cultura se perpetúe, afectando no sólo al grupo que generalmente estereotipa (el hombre, a través del dispositivo patriarcal) sino al grupo señalado (la mujer), en este sentido se toma el sistema patriarcal como: La consideración de los géneros como pautas sociales (Es decir como construcciones sociales) diferenciadoras y limitadoras de las posibilidades individuales, pone de manifiesto una relación de poder: la dominación de los hombres, y más específicamente del género masculino sobre las mujeres. Esta dominación da

forma a todas las relaciones sociales: el trabajo, la política, la cultura la ciencia y obviamente las relaciones interpersonales." ²²

e. ÉTICA, SEXUALIDAD Y GÉNERO

"Sexualidad saludable: apreciación que uno hace de su sexualidad. Percepción positiva que tiene la persona de sí misma en el dominio sexual. Implica sentirse adecuado y competente con lo que uno es (sexo), con lo que uno libremente ha decidido hacer de lo que socialmente se espera y exige de los hombres y de las mujeres (género), con el sexo de las personas que uno ha descubierto que le gusta y prefiere (orientación sexual) y con lo que uno hace para obtener placer y gratificación sexual (actividad sexual). Para que la persona logre construir y mantener una sexualidad saludable necesita vivir en un contexto relacional que promueve y permite el ejercicio de los derechos sexuales y reproductivos de las personas sin discriminación por motivos de raza, color, sexo, idioma, religión, opinión política o de otra índole, origen nacional, posición social, situación económica, lugar de nacimiento, impedimentos físicos o mentales, condiciones de salud física (incluidos el VIH/SIDA) o mental, orientación sexual, situación política, social o de otra índole.

Educación en sexualidad: Proceso intencional y sistemático mediante el cual se da a conocer a otro(s) todo aquello que es objetivo para su comunicación sobre la sexualidad. Incluye tanto conocimientos, teorías y conceptos derivados de la investigación, y que han sido objeto de debate y reconocimiento por parte de la comunidad científica; como hechos y experiencias que han sido observados por diferentes individuos y que, por lo tanto, pueden ser comunicados de igual forma por distintas fuentes. La información está centrada en lo que la sociedad necesita que sus miembros conozcan para que logren desempeñar adecuadamente el papel social, económico y político que les corresponde. La educación en sexualidad hace parte del proceso de socialización sexual y facilita a las personas tanto la acumulación de conocimientos relacionados con el tema, como el desarrollo de habilidades que les permiten analizar y comprender el por qué y el para qué de sus acciones.

Sexo: lo que uno es. Características genéticas, hormonales, fisiológicas y anatómicas que diferencian el cuerpo de las personas y que permiten catalogarlas como hombres, como mujeres o como personas andróginas (intersexuales).

Género: lo que uno aprende a ser y a hacer. Conjunto de normas y expectativas sobre cómo deben ser y actuar las personas, por el hecho de haber sido asignadas a una de las dos categorías sexuales.

Orientación sexual: lo que a uno le interesa o atrae preferentemente. Está determinada por el sexo de las personas hacia las cuales uno se siente particularmente interesado y atraído física o emocionalmente. Puede ser homosexual (interés y atracción por personas del mismo sexo), heterosexual (interés y atracción por personas del otro sexo), bisexual (interés y atracción por personas tanto del mismo sexo como del otro sexo)"²³.

"La Ética comprende el compromiso del ser humano de buscar el perfeccionamiento personal, el crecimiento sin pasar por encima de los demás. Es una decisión libre que no representa una simple aceptación de lo que otros piensan, dicen y hacen, sino una búsqueda del respeto por sí mismo y por el otro.

²² Ibid. P. 26

²³ Tomado de Guía Temática de Salud Sexual y reproductiva. Profamilia, 2008. Disponible en: <http://profamilia.org.co/wp-content/uploads/2015/05/Guiatematicasaludsexualreproductiva.pdf> Consultado el 7 de noviembre de 2017

Proyecto de vida: Un proyecto de vida son aquellas bases teóricas que una persona tiene, desde donde va orientando sus decisiones de acuerdo a los criterios claros que ha venido construyendo gracias a su red de relaciones primarias (familia – escuela – sociedad), y en algún momento de su vida, asume todas aquellas experiencias y valores en un solo argumento que, organizado, se presenta como una herramienta básica para, interpretar su pasado, fortalecer su presente y lanzarse hacia el futuro, con la plena convicción de que el éxito o el fracaso de su vida no dependen de agentes externos, sino de sus propias decisiones, ya que se ha lanzado a la realidad de tomar su vida entre sus propias manos, en eso de: ¡yo soy el único responsable de mi vida!.

Enfoque de Género o Perspectiva de Género es un concepto en el que se consideran las relaciones de poder sociales e históricas entre los géneros y su impacto en la vida de las personas. Esta posición implica contemplar la desigualdad entre hombres y mujeres y la discriminación y desventajas de las mujeres en las sociedades. La perspectiva de género permite mirar las relaciones de poder que han puesto a las mujeres en un lugar inferior dentro de la sociedad.

La equidad es un principio ético y político que establece que todos los ciudadanos deben encontrarse en igualdad de condiciones para ejercer su vida con plenitud. Los factores de desigualdad más claramente asociados a la salud sexual y a la salud reproductiva tienen que ver con la situación de desventaja que sufren ciertos grupos sociales como las mujeres, los pobres, los adolescentes o la población LGBTI, entre otros, debido a los estereotipos y las prácticas de discriminación.

La equidad de género es la justicia en la distribución de beneficios y responsabilidades entre hombres y mujeres.

Un estereotipo es la imagen comúnmente aceptada que se tiene de un grupo de personas que comparten ciertas cualidades, características o habilidades específicas. Por lo general, los estereotipos son generalizaciones que se utilizan para caracterizar ciertos grupos de personas. No tienen una base científica, sino que parten de preconcepciones, muchas veces negativas, que terminan en discriminación”²⁴.

f. COMUNICACIÓN Y RELACIONES FAMILIARES EN LA ADOLESCENCIA

Una de las preocupaciones latentes en los padres, madres y cuidadores de hijos e hijas adolescentes se centra en la comunicación, puesto que en las familias con hijos adolescentes se dan cambios en la dinámica familiar, estos cambios se identifican principalmente en la comunicación y en la relación parento-filial.

En “la etapa de la adolescencia el adolescente debe aprender a adaptarse a nuevos contextos, grupos, formas de relación, ya que su vida social y las nuevas responsabilidades que tienen que asumir se amplían considerablemente. Aunque pudiera parecer que otras personas cobran mayor relevancia y que se diluye la importancia de la familia para el adolescente, ésta no deja de ser un referente esencial en diversos aspectos de su vida, de hecho, tiene un papel fundamental en el desarrollo adecuado del adolescente. Las relaciones familiares influyen en

²⁴ [http://www.icbf.gov.co/MANUAL LA SEXUALIDAD TAMBIEN ES COSA DE NIÑOS Y NIÑAS portal/pls/portal/DEV_PORTAL.wwsbr_imt_services.GenericView?p_docname=616188.PDF&p_type=DOC&p_viewservice=VAHWSTH&p_searchstring=\(%24%7Bsexualidad%7D\)](http://www.icbf.gov.co/MANUAL%20LA%20SEXUALIDAD%20TAMBIEN%20ES%20COSA%20DE%20NI%C3%91OS%20Y%20NI%C3%91AS%20portal/pls/portal/DEV_PORTAL.wwsbr_imt_services.GenericView?p_docname=616188.PDF&p_type=DOC&p_viewservice=VAHWSTH&p_searchstring=(%24%7Bsexualidad%7D)) Consultado el 26 de agosto de 2016

cómo los jóvenes desarrollan las principales tareas propias de su estadio, su implicación en problemas comportamentales asociados a la adolescencia, así como en la habilidad para establecer relaciones íntimas significativas y duraderas. (Lila et al, 2006)”²⁵.

“Características en las relaciones padres e hijos adolescentes.

Según Valdés y Ochoa (2010) las tres características que van a marcar el cambio en las relaciones de los padres con el adolescente son: la primera se refiere al distanciamiento que se produce en las relaciones de los adolescentes con los padres; ya que con la llegada de la adolescencia ocurre un fenómeno que muchas veces angustia a los padres y es la aparente pérdida del interés por parte del adolescente por comunicarse con sus progenitores. Esto coincide con el valor afectivo que adquieren figuras fuera del núcleo familiar, especialmente los amigos. Posteriormente, el aumento del nivel de conflictividad en las relaciones, ya que aunque es indiscutible que los conflictos entre padres e hijos aumentan en la adolescencia, y que éstos se han considerado como falencias familiares, autores como Motrico, Fuentes y Bersabé (2001) citado por Valdés y Ochoa (2010) hacen énfasis en el valor adaptativo de los mismos, tanto para el desarrollo del adolescente como para los cambios necesarios en el funcionamiento familiar, pues éstos contribuyen a desarrollar en todos los miembros del hogar la tolerancia a las diferencias de opinión, así como las estrategias para manejar los conflictos, manteniendo la relación. Finalmente, la tendencia a una mayor simetría o igualdad en las mismas, debido a que el desarrollo físico, intelectual y emocional del adolescente lo acerca mucho más a los adultos en cuanto a habilidades, e incluso, en algunas áreas pueden superar a sus mayores. Esto trae como consecuencia que empiecen a evidenciarse relaciones más simétricas con ambos padres, es decir, aunque los progenitores continúan siendo las figuras de autoridad, su comunicación con los hijos debe cambiar en el sentido de darles más independencia, permitirles tomar más decisiones siempre que no se pongan en riesgo ellos mismos o los demás, y pasar de la imposición y de dar órdenes, a la de aconsejar y apoyar. Con lo anterior, se puede concluir que a pesar de los cambios y desacuerdos que pudieran surgir entre padres e hijos, si mantienen abiertos los canales de comunicación, las relaciones entre ellos no tiene por qué resultar afectada”²⁶.

Comunicación

La comunicación es la capacidad de expresarse, tanto verbal como pre-verbalmente, en forma apropiada a la cultura y a las situaciones. La comunicación efectiva se relaciona con la habilidad de pedir consejo y ayuda en momentos de necesidad. “Un comportamiento asertivo implica un conjunto de pensamientos, sentimientos y acciones que ayudan a una persona a alcanzar sus objetivos personales en forma socialmente aceptables (mantilla, 2002)”²⁷.

Se plantea que la comunicación es determinante para las personas, una vez que se construye en la herramienta para entrar en relación con los otros, para construir el mundo o para

²⁵ Tomado de: Álvarez Susy Y. Estrategias de comunicación para padres con hijos adolescentes. P.16-17. Disponible en: <http://www.culturadelalegalidad.org.mx/recursos/Contenidos/Familia/documentos/Estrategias%20de%20comunicacion%20para%20padres%20con%20hijos%20adolescentes.pdf> Consultado 7 de noviembre de 2017

²⁶ Ibid. P.21 Consultado 7 de noviembre de 2017

²⁷ Tomado de: Corrales, A Quijano N.K. y Góngora. E.A. (2017). Empatía, Comunicación Asertiva y seguimiento de normas. P.61. Disponible en: <http://www.redalyc.org/html/292/29251161005/> Noviembre 7 de 2017

intercambiar ideas, sentimientos o preguntas (Satir, 1991), (Secretaría de educación de Medellín 2003). Pese a su papel fundamental dentro de la vida de los seres humanos, la comunicación implica muchos procesos que la enriquecen pero que a la vez es necesario tratar con cuidado a fin de que no se conviertan en bloqueos. Por ejemplo la comunicación puede ser verbal o no verbal. Algunos afirman que solo el 10% de lo que se comunica está representado por las palabras pronunciadas, 30% por la entonación, 60% restante está representado por el lenguaje gestual. Con respecto a este punto, Satir plantea que la voz de un individuo puede facilitar o entorpecer la comprensión de sus palabras y añade que el contacto es el medio más revelador para transmitir la información emocional entre los individuos (Satir, 1991).

Ante este último aspecto se hace conveniente que en la familia y otros espacios de socialización los padres, madres y cuidadores, revisen sus patrones de comunicación no verbal: ¿Qué tipo de mensajes no-verbales se manejan en familia?... ¿Qué patrones de la vida le muestran los padres, madres al niño o niña/adolescente, con sus actitudes y comportamientos? (Secretaría de educación de Medellín, 2003).

Otro asunto al que se debe estar atento es al proceso de comprensión. Muchas veces es posible nombrar a cosas diferentes con las mismas palabras; en esto influyen las representaciones culturales, los significados explícitos de las palabras pero también los simbólicos que se enmascaran al introducir una palabra dentro de un mensaje. Por todo esto hay que ser cuidadoso porque la decir una misma cosa, esta puede ser interpretada de múltiples maneras. El proceso de comprensión e interpretación es personal y se ve afectado por muchos factores tanto internos como externos, de ahí la importancia de que en todo proceso comunicativo se introduzcan facetas que permitan validar o confirmar la interpretación que se hace de lo que la otra persona dice.

La familia como espacio de socialización es fundamental para afianzar los patrones de comunicación en la niña, niño y adolescentes.

La comunicación en la familia parte de cómo piensan, sienten y han vivido los padres, las madres y/o personas cuidadoras, las relaciones con otras personas adultas en su infancia y en su juventud. De esta construcción los padres y/o madres sienten que tiene cosas para comunicar a sus hijos e hijas: Valores, sueños, deseos, formas de ver la vida. También puede sentir que no hay mucho que decir y actuar como si estas cosas simplemente se dirán y se transmitirán sin hablar.

Es en la familia donde el individuo desarrolla las cualidades, capacidades, atributos, destrezas y habilidades necesarias para la interacción con otros en su vida. En las interacciones de la familia, se logra comprender la autoridad, aprender formas, para solucionar conflictos y promover la convivencia pacífica, expresar emociones, sentimientos e información y para cada uno de estos procesos aprese la comunicación como un elemento nuclear. Dentro de la familia es importante establecer espacios de dialogo, ejercitar la escucha, compartir habilidades, promover expresiones de apoyo, de ayuda. De interés y de comprensión hacia las otras personas.

La familia debe tener en cuenta que la comunicación con el adolescente es un proceso que hay que invertirle tiempo disposición y espacios que la promuevan. Y tener en cuenta que

influye asuntos como la escucha, es decir al prestar atención con verdadero interés, la participación que le permite al otro escucharse, aportar, preguntar y asumir un rol activo, la retroalimentación, que consiste en hacer devoluciones e interlocutar ante lo que la otra persona expresa; la intención, relacionada con el interés de la persona que emite el mensaje y del impacto que espera; la congruencia entre el lenguaje verbal y corporal (Secretaría de educación de Medellín, 2003).

Todas las vivencias de adolescentes y jóvenes con una oportunidad para que padres, madres y cuidadores, entren en el mundo de los primeros y puedan promover procesos de comunicación y confianza que ayudan a crecer y madurar. Situaciones problemáticas para adolescentes y jóvenes como: "No quiero ir a estudiar porque en la escuela se están burlando de mí", "no tengo casi amigos", "perdí el examen de matemáticas", "mis amigas me dijeron gorda", "pelee con mi mejor amiga", "¿Cuándo se va a desarrollar mi cuerpo?", "¿Me quedare pequeño de estatura?", "¿ Nunca tendré novia o novio?", todas estas expresiones son oportunidades para entablar una conversación, para formar en valores, para transmitir experiencias y para construir confianza. ¡Es necesario aprovechar esas oportunidades!

Estrategias de comunicación con los hijos adolescentes

"Según Yussif (2009), es evidente que la comunicación con los hijos es más fácil cuando desde pequeños se fomenta esta acción, pero no es imposible hacerlo cuando estos llegan a la adolescencia, y aunque no existe una receta exacta y mágica para la buena comunicación, existen algunas estrategias que pueden facilitarla. De la misma forma, el Departamento de Educación de los Estados Unidos (2004), plantea las siguientes estrategias de comunicación a los padres con hijos adolescentes: Reconocer que no hay receta mágica, pues lo que funciona con unos no funciona con otros; limitarse a escuchar, sin interrumpir y poniendo atención a lo que él o ella dice, para ello se debe elegir un lugar tranquilo y sin interrupciones; no sermonear, ya que cuantos menos consejos de, más consejos le pedirá; buscar ocasiones, dado que los adolescentes no cuentan cuando se les ordena, sino cuando ellos quieren el padre debe estar disponible; hablar de las diferencias ya que si el hijo no tiene claro que se respeta su derecho a opinar diferente, será difícil que confíe en sus padres; no exagerar pues si ante un error o incumplimiento del hijo, el padre reacciona desproporcionadamente es muy posible que acaben en gritos e insultos, una buena forma es preguntar lo más calmado posible, su opinión al respecto y a partir de ahí hablar de las diferencias; platicar de sus preocupaciones e intereses. Algunos de los temas que interesan o preocupan en estas edades son los estudios, las aficiones, emociones, familia, temas delicados, los padres, el futuro, cultura, entre otros.

Otra de las estrategias se refiere a comunicarse con respeto pues a veces los adolescentes provocan diciendo o haciendo cosas inapropiadas. El auto control que demuestre dará fruto en mejores relaciones y conversaciones en el futuro. A veces dan más importancia a cómo se dicen las cosas que a las cosas que se dicen.

Igualmente, el Centro de apoyo e información para padres de familia del Estado de Victoria (2009), propone la escucha activa como una estrategia importante en la comunicación, la cual supone esforzarse por comprender lo que el otro quiere decir y lo que siente. Supone concentrarse en lo que el otro está diciendo, en lugar de pensar en lo que uno mismo va a decir a continuación. Al escuchar activamente, se le demuestra al otro que él nos importa y

que nos interesa lo que dice. La escucha activa también ayuda a evitar los obstáculos a la comunicación.

Con base en lo anterior, se puede destacar, que cuando en una familia se propicia un clima de respeto e interés por cada uno de sus integrantes, la comunicación se dará de una forma más fluida y positiva, favoreciéndose la relación padres e hijos, la cual deberá ir adaptándose de acuerdo a las diversas etapas de la vida de quienes la integran. Para poder establecer una sana comunicación en la familia, es necesario que los padres aprendan a valorar a sus hijos y al mismo tiempo a valorarse a sí mismos."²⁸

“Cómo apoya la asertividad en la comunicación

Según Wackerlin (2008), la asertividad permite modelar desde el ser del adulto, la comunicación que propicie el establecimiento del diálogo. Se refiere a la habilidad de expresar nuestros deseos de una manera franca, abierta, amable, directa y adecuada, logrando expresarlos sin atender contra los demás, negociando con ellos su cumplimiento. Los principios básicos de la asertividad son:

1. El respeto por los demás y por uno mismo.
2. Ser directo (sentimientos, creencias y necesidades).
3. Ser honesto.
4. Ser apropiado (contexto, espacio y tiempo).

Existen tres tipos de conductas, la asertiva, la pasiva y la agresiva.

La conducta asertiva es una capacidad de decir sin miedo lo que se siente, teniendo en cuenta cómo hacerlo.

La conducta pasiva se observa cuando el que habla, no respeta sus propias necesidades y derechos. Esta persona carece de autoestima suficiente como para expresar sin miedo sus ideas, ya que piensa que lo que va a decir o hacer va a estar mal, o será objeto de crítica y burla por parte de los demás.

La conducta agresiva se refiere al tipo de persona que respeta sus pensamientos y necesidades, pero de forma exagerada y transgresora hacia los sentimientos de los demás. Se comporta de una forma dictatorial e impositiva con los demás.

La persona que aborda una situación de forma asertiva tiene más posibilidades de lograr una solución satisfactoria, no sólo para ella, sino para los que intervienen. Con base en lo anterior, se puede asegurar que el desarrollo y la práctica de la asertividad es importante para propiciar una buena relación entre padres e hijos."²⁹

²⁸ Tomado de: Álvarez Susy Y. Estrategias de comunicación para padres con hijos adolescentes. P.23-24. Disponible en: <http://www.culturadelalegalidad.org.mx/recursos/Contenidos/Familia/documentos/Estrategias%20de%20comunicacion%20para%20padres%20con%20hijos%20adolescentes.pdf> Consultado 7 de noviembre de 2017

²⁹ Ibid. P. 25-26

g. LA RELACIÓN DE PAREJA Y EL FORTALECIMIENTO DE LA COMUNICACIÓN PARENTO FILIAL

Desde el momento en que nace un niño o niña, sus padres y/o cuidadores se convierten en su referente afectivo y emocional desde donde obtienen inicialmente la seguridad y el cariño necesarios para sobrevivir. A medida que crecen los pequeños observan y aprenden en sus hogares como relacionarse con los demás, de este modo se configura de forma importante que la relación que perciben entre sus padres determina en gran medida, en primer lugar como se relacionarán con ellos y en segundo lugar como se relacionarán con sus pares.

En este sentido, es relevante abordar el tema de la relación de pareja que las niñas están conociendo en sus entornos familiares y como sus padres interactúan con ellas, pues es ejerce mucha influencia en sus comportamientos e interacciones con pares.

Aspectos a tener en cuenta en relaciones de pareja:

Afectividad: Es el cariño, es saber que mi pareja me quiere, es saber que existe amor. Consiste en la confianza emocional que hay entre las dos partes.

Comunicación: No es simplemente hablar por hablar, como quien dice "hablar como loritos". Es saber hablar, respetar lo que me está diciendo, y saber escuchar. Consiste en aplicar la comunicación asertiva. Es saber hablar y escuchar en el lugar y momento correctos. Para ello hay que buscar un espacio adecuado, no mientras se está almorzando, o se está cocinando, mucho menos cuando se está en el carro... eso no es comunicación, pues no existe contacto ocular ni tampoco lenguaje corporal adecuado.

Respeto: Consiste en respetar la persona tal cual es. Para ello es necesario entender que mi pareja no es un apéndice de mí. Es una persona que tiene su espacio, sus amigos, su familia, su vida; y además tiene un espacio conmigo como pareja. Implica respetar sus gustos, sus creencias, sus valores, sus costumbres, sus ritos.

Empatía: Consiste en poder ponerme en los zapatos del otro. Para ello requerimos que la comunicación sea efectiva y explícita. De no ser así podríamos incurrir en errores como "yo pensé que tuyo sabías eso", o "eso nunca me lo dijiste...", o "es que siempre me regalas chocolates...", pero nunca preguntamos si le gusta los chocolates o si es alérgica a los chocolates. El error en la empatía es dejar las cosas en supuestos. Para poder ser empáticos tenemos que sentarnos a hablar el uno con el otro, es saber cómo eres y que te gusta.

Comunicación familiar

Es importante estar atento es al proceso de comprensión. Muchas veces es posible nombrar cosas diferentes con las mismas palabras; en esto influyen las representaciones culturales, los significados explícitos de las palabras pero también los subtextos que se enmascaran al introducir una palabra dentro de un mensaje. Por todo esto hay que ser cuidadoso porque la decir una misma cosa, esta puede ser interpretada de múltiples maneras. El proceso de

comprensión e interpretación es personal y se ve afectado por muchos factores tanto internos como externos, de ahí la importancia de que en todo proceso comunicativo se introduzcan faces que permitan validar o confirmar la interpretación que se hace de lo que la otra persona dice.

La familia como espacio de socialización es fundamental para afianzar los patrones de comunicación en la niña, niño y adolescentes.

La comunicación en la familia parten de cómo piensan, sienten y han vivido los padres, las madres y/o personas cuidadoras, las relaciones con otras personas adultas en su infancia y en su juventud. De esta construcción los padres y/o madres sienten que tiene cosas para comunicar a sus hijos e hijas: Valores, sueños, deseos, formas de ver la vida. También puede sentir que no hay mucho que decir y actuar como si estas cosas simplemente se dirán y se transmitirán sin hablar.

Es en la familia donde el individuo desarrolla las cualidades, capacidades, atributos, destrezas y habilidades necesarias para la interacción con otros en su vida. En las interacciones de la familia, se logra comprender la autoridad, aprender formas, para solucionar conflictos y promover la convivencia pacífica, expresar emociones, sentimientos e información y para cada uno de estos procesos aprese la comunicación como un elemento nuclear. Dentro de la familia es importante establecer espacios de dialogo, ejercitar la escucha, compartir habilidades, promover expresiones de apoyo, de ayuda. De interés y de comprensión hacia las otras personas.

La familia debe tener en cuenta que la comunicación con el adolescente es un proceso que hay que invertirle tiempo disposición y espacios que la promuevan. Y tener en cuenta que influye asuntos como la escucha, es decir al prestar atención con verdadero interés, la participación que le permite al otro escucharse, aportar, preguntar y asumir un rol activo, la retroalimentación, que consiste en hacer devoluciones e interlocutar ante lo que la otra persona expresa; la intención, relacionada con el interés de la persona que emite el mensaje y del impacto que espera; la congruencia entre el lenguaje verbal y corporal (Secretaría de educación de Medellín, 2003).

“Según Lila et al (2006), para comprender con profundidad los procesos de socialización familiar es crucial establecer una clara distinción entre los objetivos a los que va dirigida la socialización, las prácticas utilizadas por los padres para ayudar a los hijos a alcanzar dichos objetivos y el estilo parental o clima emocional dentro del cual ocurre la socialización, es decir, entre aspectos de contenido (prácticas parentales y objetivos de socialización) y aspectos contextuales (estilos parentales).

El estilo parental puede definirse como una constelación de actitudes hacia el hijo que, consideradas conjuntamente, crean un clima emocional, en el que se expresan las conductas de los padres. Estas conductas incluyen aquellas dirigidas a alcanzar un objetivo de socialización es decir, *las prácticas parentales*, así como conductas que no se encuentran dirigidas a la consecución del objetivo de socialización, tales como gestos, cambios en el tono de voz y el lenguaje corporal o la expresión espontánea de las emociones”.³⁰

³⁰ Ibid. P. 26

“Nicolson y Ayers (2002) proponen cuatro tipos de estilos parentales: Autoritario, el cual se refiere a los padres que utilizan exclusivamente la coerción para controlar a sus hijos, en vez de razonar con ellos o elogiarlos; Permisivo, en el cual los padres no imponen consistentemente unas reglas y no tienen expectativas importantes con respecto a sus hijos; Con autoridad, en éste los padres mantienen un control firme sobre sus hijos razonando con ellos, en vez de utilizar la coerción y; Indiferente, en el que los padres no observan a sus hijos, no tienen expectativas ni los apoyan.

Según Lila et al (2006), en relación con las dos dimensiones principales de la socialización familiar, durante la adolescencia, los padres han de ser, por una parte, responsivos con las necesidades del adolescente para incrementar su responsabilidad y toma de decisiones en la familia mientras que, al mismo tiempo, han de mantener un alto nivel de cohesión y afecto en el entorno familiar. Es decir, a medida que el hijo comienza a asumir más responsabilidades y llega a tener más confianza en sí mismo, se darán con mayor probabilidad resultados en su desarrollo si los padres continúan siendo fuente de apoyo para él. La forma de socializar a los hijos en la adolescencia se encuentra menos dominada por la autoridad y el poder paterno, la forma de la socialización debe cambiar en términos de mayor flexibilidad y responsabilidad.

Los mismos autores sostienen que algunos de los retos más difíciles de la educación de los hijos en esta etapa son renegociar la forma de relación con un hijo sexualmente maduro, revisar y modificar las discusiones familiares, así como las normas y reglas, negociar el nivel de supervisión y control, a su vez que se facilita la socialización del hijo con su grupo de iguales. Cambios y retos de este tipo requieren de una modificación en las propias prácticas y estilos parentales, de forma que éstos en consonancia con las necesidades cambiantes del desarrollo del hijo.

Solís (2004), señala que al modificarse la relación social, la familia también cambia, modificándose y haciendo más compleja la forma de ser padres, lo cual repercute de manera decisiva en el desarrollo infantil, ya que no sólo requiere de la participación de sus padres, sino de un grupo social cohesivo que le ayude a adaptarse al medio, a convertirse en un individuo, a gozar de autoestima, a socializarse y a mantener su salud para asegurar su supervivencia”³¹.

“Por otra parte, Batllori (2009), menciona que las características de la época han modificado la relación familiar. En estos tiempos en que múltiples paradigmas se encuentran en crisis, nadie cuestiona con seriedad que los medios de comunicación tengan actualmente un fuerte peso en las sociedades contemporáneas y que provocan cambios de diferente índole en todas las esferas de la experiencia humana. Los medios de comunicación se han convertido en una verdadera escuela en el cambio del proceso psicosocial, con una incidencia muy particular en la familia y, si bien esto requiere de una investigación, no puede negarse la incidencia y vinculación con la educación de los padres. Cuando se plantea el problema de la educación familiar con relación a la adolescencia, se percibe la necesidad de educar a los padres, ya que entre las actividades del hombre y la mujer está la de ser padres, ésta es la más olvidada en la educación del ser humano pues difícilmente se piensa estudiar previamente para ejercer sus funciones como padres, entre otras cosas, para conocer, por lo menos, las diversas etapas evolutivas por las que atraviesa su hijo y sus características predominantes. Hoy en día es una

³¹ Ibid. P. 27-28

necesidad apremiante el trabajo con los padres. Para ello, la forma en la que pueden apoyar las instituciones educativas del nivel medio superior es proporcionando orientación familiar”³².

Para que las relaciones familiares se establezcan de manera apropiada es importante tener en cuenta los siguientes aspectos:

- El respeto entre los miembros de la familia
- Escuchar atentamente al otro cuando me habla y hacer preguntas aclaratorias cuando no entiendo lo que me quiere decir.
- Ser directo
- Mantener el buen humor
- Ser asertivo (Transmitir lo que pienso y siento, de la manera correcta y el momento propicio.
- Ser empático (ponerme en el lugar del otro, tener la capacidad de identificarme con sus sentimientos como ser humano)
- Utilizar las expresiones y el lenguaje adecuado.

h. HABILIDADES SOCIALES, VALORES Y LIDERAZGO

El término habilidades personales comprende una amplia gama de aptitudes que incluyen las habilidades para escuchar y para hablar; el reconocimiento y entendimiento de las emociones a través de expresiones faciales; y el apropiado uso de gestos, postura y proximidad. Estas habilidades son esenciales para relacionarse con otros.

Habilidad: La habilidad es la aptitud innata, talento, destreza o capacidad que ostenta una persona para llevar a cabo y por supuesto con éxito, determinada actividad, trabajo u oficio.

Casi todos los seres humanos, incluso aquellos que observan algún problema motriz o discapacidad intelectual, entre otros, se distinguen por algún tipo de aptitud.

Habilidades sociales: “son competencias definidas por el comportamiento que un individuo puede tener en su entendimiento de los diversos códigos sociales, en sus actitudes y sus expresiones en la sociedad. Las habilidades sociales permiten a una persona expresar sus propios sentimientos, necesidades y opiniones, lo que permite el bienestar personal, que es el primer paso para una mayor integración social”³³.

³² Idem.

³³ Mind The Gap. Guía Metodológica para el desarrollo de las habilidades sociales. 2013. P- 3 Disponible en: http://psicopedia.org/wp-content/uploads/2013/06/guia_completa-habilidades-sociales-para-adolescentes.pdf Consultado 8 de noviembre de 2017

Capacidad: Del latín “capacitas”, es la aptitud con que cuenta cualquier persona para llevar a cabo cierta tarea. Es decir que todos los seres humanos estamos capacitados para realizar con éxito cualquier tarea, Si bien este término se confunde con TALENTO, por lo cual es necesario aclarar las diferencias entre ambos.

La capacidad es una serie de herramientas naturales con las que cuentan todos los seres humanos. Se define como un proceso a través del cual todos los seres humanos reunimos las condiciones para aprender y cultivar distintos campos del conocimiento, aun si estas condiciones hayan sido o no utilizadas, de esta manera, nos referimos a estas condiciones como un espacio disponible para acumular y desarrollar naturalmente conceptos y Habilidades.

El concepto de competencia se utiliza para analizar el desarrollo del pensamiento. Este concepto está íntimamente relacionado con la formación y la forma en la que se van modificando las estructuras mentales a fin de captar una visión más clara de la realidad.

Identidad: La identidad es el conjunto articulador de rasgos específicos que le permite al individuo definirse como tal y que se reconozca a sí mismo. Se configura como la síntesis que cada uno tiene de los valores e indicadores de comportamiento transmitidos por los diferentes espacios a los que ha pertenecido e integra los valores según sus características individuales y su trayectoria de vida.

VALORES

Los valores parten de las normas de convivencia validadas por los miembros de una sociedad en un espacio y tiempo determinados, comprenden la convicción razonada y firme de que algo es bueno o malo y de que nos conviene más o menos. Pero estas convicciones o creencias se organizan en nuestro psiquismo en forma de escalas de preferencia (escalas de valores). Los valores reflejan la personalidad de los individuos y son la expresión del tono moral, cultural, afectivo y social marcado por la familia, la escuela, las instituciones y la sociedad en que nos ha tocado vivir.

Algunas formas de conducta que se consideran valores fundamentales:

Amistad: es el afecto o estimación entre personas que les permite establecer vínculos más estrechos de convivencia.

Amor: es un principio de unión entre los elementos que forman el universo; una manifestación de los hombres hacia el bien y la belleza absoluta.

Bondad: es una cualidad de una cosa o persona que la voluntad considera como un fin deseable tendiente a lo bueno.

Confianza: actitud de esperanza hacia una persona o cosa; sentimiento de seguridad en uno mismo; acto de fe.

Fraternidad: es la unión y buena correspondencia entre los hombres.

Honor: es el sentimiento profundo de la propia dignidad moral del hombre.

Honradez: es la cualidad que nos hace proceder con rectitud e integridad.

Justicia: es dar a cada quien lo que se merece, según sus obras.

Libertad: es obrar con libre albedrío; es hacer lo que uno desea sin dañar a nadie. La libertad física es limitada y sólo el pensamiento es infinitamente libre.

Paz: es el conjunto de actos de unión o concordia que hacen posible la convivencia armoniosa entre los miembros de una sociedad o familia.

Respeto: es la consideración especial hacia las personas en razón de reconocer sus cualidades, méritos, situación o valor particulares.

Responsabilidad: es el deber de asumir las consecuencias de los actos que uno ejecuta sin que nadie obligue.

Solidaridad: es una responsabilidad mutua contraída por varias personas, que nos hace colaborar de manera circunstancial en la causa de otros.

Tolerancia: actitud abierta hacia posturas u opiniones diferentes a la propia.

Valentía: es la cualidad que nos permite enfrentar con decisión y sin dudar todos los actos de nuestra vida.

Verdad: es la conformidad o acuerdo de lo que se dice con lo que se siente, se piensa o hace.

La acción educativa debe orientar sus objetivos en la ayuda al educando para que aprenda a guiarse libre y razonablemente por una escala de valores con la mediación de su conciencia como "norma máxima del obrar". Ello implica también ayudarlo en la experiencia (personal e intransferible) de los valores, desarrollando esa "libertad experiencial" de la que habla Rogers, para que sepa descubrir el aspecto de bien que acompaña a todas las cosas, sucesos o personas: para que aprenda a valorar con todo su ser, a conocer con la razón, querer con la voluntad e inclinarse con el afecto por todo aquello que sea bueno, noble, justo... valioso.

En definitiva, detrás de cada decisión, de cada conducta, apoyándola y orientándola, se halla presente en el interior de cada ser humano la convicción de que algo importa o no importa, vale o no vale. A esta realidad interior, previa a cada acto cotidiano, insignificante o meritorio, la llamamos actitud, creencia, ¡valor! Se trata de un sustrato, de un trasfondo que se ha venido formando en nosotros desde los años de la infancia y que nos predispone a pensar, sentir, actuar y comportarnos de forma previsible, coherente y estable.

Una vez interiorizados, los valores se convierten en guías y pautas que marcan las directrices de una conducta coherente. Se convierten en ideales, indicadores del camino a seguir, nunca metas que se consigan de una vez para siempre. De este modo, nos permiten encontrar sentido a lo que hacemos, tomar las decisiones pertinentes, responsabilizarnos de nuestros actos y aceptar sus consecuencias.

Los valores auténticos, asumidos libremente, nos permiten definir con claridad los objetivos de la vida, nos ayudan a aceptarnos tal y como somos y a estimarnos, al tiempo que nos hacen comprender y estimar a los demás. Dan sentido a nuestra vida y facilitan la relación madura y equilibrada con el entorno, con las personas, acontecimientos y cosas, proporcionándonos un poderoso sentimiento de armonía personal.

¿El trabajo en equipo?

El trabajo en equipo puede definirse como aquella actividad que para concretarse, imperiosamente, requiere la participación de diferentes personas; lo que implica una necesidad mutua de compartir habilidades y conocimientos; donde debe existir una relación de confianza que permita delegar en el compañero parte del trabajo propio, con la seguridad de que éste cumplirá cabalmente su cometido.

Trabajar en equipo constituye una oportunidad de crecimiento personal y un verdadero triunfo social que facilita la superación individual ayudando a los demás mediante la capacidad de entrega, de integración y tolerancia. Sólo las personas con quienes compartimos nuestra vida diaria nos ven como verdaderamente somos y nos permite moldear nuestro carácter y personalidad.

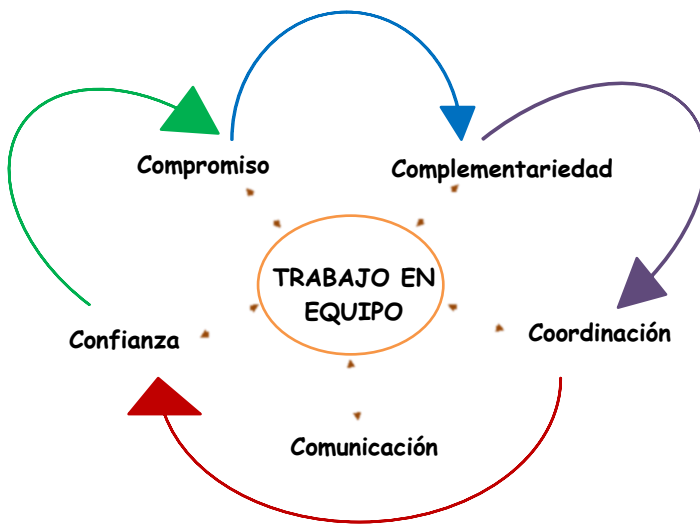
En el trabajo en equipo se debe centrar las metas trazadas en un clima de confianza y de apoyo recíproco entre sus integrantes, donde se respire un ambiente armónico. En este sentido el todo es más importante que el aporte de cada miembro para la obtención de resultados impactantes. Por lo tanto para un buen desarrollo en equipo es necesario

- Un objetivo, una finalidad o una meta común;
- Un grupo de personas comprometidas con esa convocatoria;
- Un grupo de personas con vocación de trabajar en forma asertiva y colaborativa;
- La construcción de un espacio definido por un saber-hacer colectivo (espacio donde se pueden identificar situaciones problemáticas, juzgar oportunidades, resolver problemas, decidir acciones, llevarlas a cabo y evaluarlas);
- Una comunicación fluida entre los miembros del equipo y su entorno;
- Una instancia efectiva para la toma de decisiones;
- Una red de conversaciones, comunicaciones e intercambios que contribuyen a concretar una tarea.

Los equipos son un medio para coordinar las habilidades humanas y generar con acuerdo respuestas rápidas a problemas cambiantes y específicos, de allí la importancia de puntualizar que una de las características principales para el trabajo en equipo es la comunicación fluida entre las personas, basada en relaciones de confianza y de apoyo mutuo, no haciendo menos importantes el compromiso, la confianza, la complementariedad y la coordinación, las cuales están en constante relación y unidas se convierten en la base del trabajo en equipo.

Complementariedad: Cada miembro domina conocimientos y competencias diferentes. Lo cual es necesario para sacar el trabajo adelante.

Coordinación: El grupo de profesionales, con un líder a la cabeza, debe actuar de forma organizada con vista a lograr los objetivos.



Comunicación: el trabajo en equipo exige una comunicación abierta entre todos sus miembros, esencial para poder coordinar las distintas actuaciones individuales. El equipo funciona como una maquinaria con diversos engranajes; todos deben funcionar a la perfección, si uno falla el equipo fracasa.

Confianza: Cada persona confía en el buen hacer del resto de sus compañeros. Esta confianza le lleva a aceptar anteponer el éxito del equipo al propio lucimiento personal. Cada miembro trata de aportar lo mejor de sí mismo, no

buscando destacar entre sus compañeros sino porque confía en que estos harán lo mismo; sabe que éste es el único modo de que el equipo pueda lograr su objetivo.

Compromiso: Cada miembro se compromete a aportar lo mejor de sí mismo, a poner todo su empeño en sacar el trabajo adelante.

Es importante resaltar que para en todo trabajo en equipo están inmerso los valores humanos, confianza, la responsabilidad, el compromiso, la tolerancia, la responsabilidad, el respeto, sin estos valores se dificulta la comunicación y el establecimiento de acuerdos entre las personas que conforman el equipo.

En los equipos de trabajo siempre resaltan las personas que lideran, asás a las que los demás miembros del equipo siguen en sus ideas y puntos de vista, lo que facilita el camino hacia el logro de los objetivos y las metas propuestas.

“Diferencia entre grupo y equipo:

En el grupo cada miembro lleva un objetivo en forma independiente de allí que su responsabilidad es individual, por lo tanto el control lo ejercerá de manera individual, además el jefe facilitará de forma tangencial una mediación que les permite movilizarse en la búsqueda de su objetivo[20].

El equipo tiene un objetivo común, la responsabilidad a su vez es individual y colectiva al igual que el control, ya que las acciones en un equipo dependen de todo el colectivo; pero, el colectivo a su vez está formado por una **consciencia** de

participación de cada uno de los miembros; tanto es así que para alcanzar el objetivo se habla de la interdependencia que se ajusta a la sinergia”³⁴.

LIDERAZGO

“Para Agüera E. (2004 p.25) liderazgo “es el proceso por el cual una persona despliega su capacidad para influir sobre la gente para que trabaje con entusiasmo en la consecución de objetivos, en pro del bien común”. Una de las características que hace diferente al líder, es su habilidad para contagiar de entusiasmo al grupo, motivándolo a la consecución de los objetivos propuestos. Chiavenato I. (2004 p.25) define el liderazgo como la influencia interpersonal ejercida en una situación, orientada a la consecución de uno o de diversos objetivos mediante el proceso de comunicación humana por consiguiente, un elemento importante y común a todo liderazgo es la capacidad de establecer una comunicación efectiva, ya sea que se sustente en el lenguaje verbal, escrito u oral, o no verbal como el gestual y el corporal; además, confluyen cualidades diversas como la persuasión, el poder, la influencia, el brío del entusiasmo y la motivación orientada al logro de las metas trazadas. Desde el punto de vista de Viedma, J. (2004 p.28) en su libro sobre la excelencia en las empresas, “el liderazgo es el esfuerzo ejercido por alguien sobre los demás en un ámbito determinado para lograr metas definidas”. Covey R. (2004 p.43) apunta, que un liderazgo centrado en principios, es aquel que está basado en el respeto por y hacia los demás, en el reconocimiento de que existen ciertas normas que se comparten en comunidad y que deben ser reconocidas por todos”³⁵.

“Modalidades de liderazgo:

Está referida a los diferentes comportamientos que puede adoptar el líder según la concepción que se tenga de liderazgo, de tal manera que las decisiones que se tome pueda afectar de una u otra manera al grupo, demostrando en determinados momentos su superioridad, o deseo de poder, a continuación se expresan algunas modalidades de liderazgo que se deben tener presente en el manejo de grupos, seleccionar personas que posean cualidades y siempre valoren el actuar y pensar de los demás.

Dentro de las modalidades de liderazgo, se encuentran:

Autocrático o Autoritario -

- Fija las directrices sin participación del grupo. Tiene poca confianza y fe en sus subordinados.

³⁴ Citado en Documento manejo de grupos, Servicio nacional de Aprendizaje SENA, Formación en ambientes virtuales. P. 21-22. Disponible en: https://senaintro.blackboard.com/bbcswebdav/institution/semillas/634122_1_VIRTUAL-2015/OAAPs/OAAP3_Fase2/swf/aa4_0a1/oc.pdf de 2017

³⁵ Ídem.

- Cree que el salario es una buena recompensa por el trabajo y que es lo único que motiva al trabajador.
- Determina los pasos a seguir y las técnicas que se utilizarán en la ejecución de las tareas.
- Define cuál es la tarea que cada uno debe ejecutar y con quién.
- Da órdenes, no se permiten preguntas y no se dan explicaciones.
- El nivel productivo es bueno cuando está el líder presente; es bajo en su ausencia.

Democrático y Participativo -

- La toma de decisiones se comparte entre el líder y el grupo. Las estrategias son debatidas y decididas por el grupo y son apoyadas por el líder.
- El propio grupo esboza las tareas que seguirán y las técnicas para alcanzar el objetivo; el líder propone dos o más alternativas para que el grupo escoja. Así, las tareas adquieren nuevas perspectivas en los debates.
- Las ideas innovadoras y las propuestas de cambio son bien recibidas.
- Un sentimiento de responsabilidad se desarrolla dentro del grupo.
- El líder busca ser un miembro más dentro del grupo.
- La calidad y la productividad generalmente son elevadas.

Laissez Faire o Liberal

- Libertad completa para adoptar las decisiones grupales o individuales; participación mínima del líder. No tiene confianza en su habilidad de liderazgo.
- a participación del líder en el debate es limitada; presenta algunas propuestas al grupo y suministra información si la solicita el grupo
- La toma de decisiones la lleva a cabo cualquiera que lo desee en el grupo"³⁶.

“El liderazgo, como cualquier comportamiento del ser humano, está sujeto a características invariables del sujeto, como la personalidad, su historia de aprendizaje, sus propias motivaciones, valores, actitudes, creencias, habilidades y conocimientos; que a su vez dicho comportamiento se configura dentro de un escenario social particular, dentro de un espacio geográfico distinto, en un momento histórico concreto y que, por lo tanto, los aspectos de este contexto determinan su efectividad”³⁷.

³⁶ *Ibíd.* P. 22-23

³⁷ Tomado de: Carlos, R. Liderazgo: Conceptos, teorías y hallazgos relevantes. Revista Cuadernos hispanoamericanos de psicología. Vol-2. P. 75 Disponible en: http://www.uelbosque.edu.co/sites/default/files/publicaciones/revistas/cuadernos_hispanoamericanos_psicologia/volumen2_numero2/articulo_5.pdf Agosto de 2016

I. DE LOS DERECHOS HUMANOS A LOS DERECHOS SEXUALES Y REPRODUCTIVOS

Los derechos son principios que permiten reconocer, respetar y proteger las particularidades políticas, culturales, raciales y sexuales de las personas. Los derechos humanos se fundan en la dignidad de la persona; respetar la dignidad significa tratar a los humanos siempre como fines y nunca sólo como medios.

Los derechos humanos son los atributos inherentes al ser, representan instrumentos que promueven el respeto a la dignidad humana a través de la exigencia de la satisfacción de dichas necesidades.

El concepto de Derechos Humanos es integral, ya que los derechos son interdependientes, es decir que no hay un derecho más importante que otro, lo que implica que la violación a uno solo de ellos repercute en múltiples violaciones, además que la realización de un derecho posibilita la realización de otros. Adicionalmente, este concepto es universal e incluyente porque estos derechos son necesarios para todas y cada una de las personas, tanto en lo individual como en lo colectivo, en el marco de la situación histórica, temporal y cultural que rodea la convivencia de los seres humanos.

El modo de realización de los derechos humanos depende de la situación social, política y cultural de los grupos humanos que los ejercen, defienden y reivindican. La universalidad de los derechos humanos está dada en tanto los seres humanos son distintos, es decir, nadie tiene que renunciar a su identidad, forma de ser o de pensar para poder ejercer sus derechos.

Durante los siglos XVII y XIX, en América se dieron las batallas para la independencia de las colonias Españolas y portuguesas, y fue en el siglo XX después de las dos guerras mundiales que se crearon los sistemas internacionales de DDHH:

- La ONU fue creada en 1945 a partir del acuerdo de 51 Estados (hoy la conforman 180 países de todos los continentes)
- A la organización de Estados Americanos, OEA, se consolidó en 1948 a partir de la IX Conferencia panamericana en Bogotá.

En 1948 emitieron la declaración Americana de derechos y deberes (Mayo) y la declaración universal de los Derechos Humanos (Diciembre), que enuncian el ideal al que todos los seres humanos deben aspirar.

La convención para la eliminación para todas las formas de discriminación contra la mujer, se CEDAW (ONU 1979), fue ratificada en Colombia Por la ley 51 de 1981.

En 1992 por la ley 12, Colombia adopto la convención de la niñez (ONU 1989)

Derechos de la mujer, la niña y la adolescente:

Los derechos de la niña y la adolescente están contemplados entre los derechos de la mujer declarados por la convención sobre la eliminación de todas las formas de discriminación contra la mujer ratificada en Colombia por la ley 21 de 1981 reconociendo que para lograr la plena igualdad entre el hombre y la mujer es necesario modificar el papel tradicional tanto del hombre como de la mujer en la sociedad y en la familia, así mismo resueltos a aplicar los principios enunciados en la Declaración sobre la eliminación de la discriminación contra la mujer y, para ello, a adoptar las medidas necesarias a fin de suprimir esta discriminación en todas sus formas y manifestaciones:

Derechos de la mujer, la niña y adolescente	
Votar en todas las elecciones y referéndums públicos.	
Participar en la formulación de las políticas gubernamentales y en la ejecución de éstas.	
<p>Artículo 10</p> <p>Asegurarle la igualdad de derechos con el hombre en la esfera de la educación y en particular para asegurar, en condiciones de igualdad entre hombres y mujeres</p>	<p>a) Las mismas condiciones de orientación en materia de carreras y capacitación profesional, acceso a los estudios y obtención de diplomas en las instituciones de enseñanza de todas las categorías, tanto en zonas rurales como urbanas.</p> <p>b) Acceso a los mismos programas de estudios, a los mismos exámenes, personal docente del mismo nivel profesional y locales y equipos escolares de la misma calidad;</p> <p>c) La eliminación de todo concepto estereotipado de los papeles masculino y femenino en todos los niveles y en todas las formas de enseñanza, mediante el estímulo de la educación mixta y de otros tipos de educación que contribuyan a lograr este objetivo y, en particular, mediante la modificación de los libros y programas escolares y la adaptación de los métodos de enseñanza.</p> <p>d) Las mismas oportunidades para la obtención de becas y otras subvenciones para cursar estudios.</p> <p>e) Las mismas oportunidades de acceso a los programas de educación permanente, incluidos los programas de alfabetización funcional y de adultos, con miras en particular a reducir lo antes posible toda diferencia de conocimientos que exista entre hombres y mujeres.</p> <p>f) La reducción de la tasa de abandono femenino de los estudios y la organización de programas para aquellas jóvenes y mujeres que hayan dejado los estudios prematuramente.</p> <p>g) Las mismas oportunidades para participar activamente en el deporte y la educación física;</p> <p>h) Acceso al material informativo específico que contribuya a asegurar la salud y el bienestar de la familia, incluidos la información y el asesoramiento sobre planificación de la familia.</p>
<p>Artículo 11</p> <p>Condiciones de igualdad entre hombres y mujeres, los mismos derechos, en particular</p>	<p>a) El derecho al trabajo como derecho inalienable de todo ser humano;</p> <p>b) El derecho a las mismas oportunidades de empleo, inclusive a la aplicación de los mismos criterios de selección en cuestiones de empleo;</p> <p>c) El derecho a elegir libremente profesión y empleo, el derecho al ascenso, a la estabilidad en el empleo y a todas las prestaciones y otras condiciones de servicio, y el derecho a la formación profesional y al readiestramiento, incluido el aprendizaje, la formación profesional superior y el adiestramiento periódico;</p> <p>d) El derecho a igual remuneración, inclusive prestaciones, y a igualdad de trato con respecto a un trabajo de igual valor, así como a igualdad de trato con respecto a la evaluación de la calidad del trabajo;</p> <p>e) El derecho a la seguridad social, en particular en casos de jubilación, desempleo, enfermedad, invalidez, vejez u otra incapacidad para trabajar,</p>

	<p>así como el derecho a vacaciones pagadas;</p> <p>f) El derecho a la protección de la salud y a la seguridad en las condiciones de trabajo, incluso la salvaguardia de la función de reproducción.</p>
<p>Artículo 11</p> <p>A fin de impedir la discriminación contra la mujer por razones de matrimonio o maternidad y asegurar la efectividad de su derecho a trabajar, los Estados Partes tomarán medidas adecuadas para:</p>	<p>a) Prohibir, bajo pena de sanciones, el despido por motivo de embarazo o licencia de maternidad y la discriminación en los despidos sobre la base del estado civil;</p> <p>b) Implantar la licencia de maternidad con sueldo pagado o con prestaciones sociales comparables sin pérdida del empleo previo, la antigüedad o los beneficios sociales;</p> <p>c) Alentar el suministro de los servicios sociales de apoyo necesarios para permitir que los padres combinen las obligaciones para con la familia con las responsabilidades del trabajo y la participación en la vida pública, especialmente mediante el fomento de la creación y desarrollo de una red de servicios destinados al cuidado de los niños;</p> <p>d) Prestar protección especial a la mujer durante el embarazo en los tipos de trabajos que se haya probado puedan resultar perjudiciales para ella.</p> <p>3. La legislación protectora relacionada con las cuestiones comprendidas en este artículo será examinada periódicamente a la luz de los conocimientos científicos y tecnológicos y será revisada, derogada o ampliada según corresponda.</p>
<p>Artículo 13</p> <p>Derechos en esferas de la vida económica y social a fin de asegurar, en condiciones de igualdad entre hombres y mujeres</p>	<p>a) El derecho a prestaciones familiares;</p> <p>b) El derecho a obtener préstamos bancarios, hipotecas y otras formas de crédito financiero;</p> <p>c) El derecho a participar en actividades de esparcimiento, deportes y en todos los aspectos de la vida cultural.</p>
<p>Artículo 13</p> <p>Asuntos relacionados con el matrimonio y las relaciones familiares y, en particular, asegurarán en condiciones de igualdad entre hombres y mujeres</p>	<p>El mismo derecho para contraer matrimonio;</p> <p>b) El mismo derecho para elegir libremente cónyuge y contraer matrimonio sólo por su libre albedrío y su pleno consentimiento;</p> <p>c) Los mismos derechos y responsabilidades durante el matrimonio y con ocasión de su disolución;</p> <p>d) Los mismos derechos y responsabilidades como progenitores, cualquiera que sea su estado civil, en materias relacionadas con sus hijos; en todos los casos, los intereses de los hijos serán la consideración primordial;</p> <p>e) Los mismos derechos a decidir libre y responsablemente el número de sus hijos y el intervalo entre los nacimientos y a tener acceso a la información, la educación y los medios que les permitan ejercer estos derechos;</p> <p>f) Los mismos derechos y responsabilidades respecto de la tutela, curatela, custodia y adopción de los hijos, o instituciones análogas cuando quiera que estos conceptos existan en la legislación nacional; en todos los casos, los intereses de los hijos serán la consideración primordial;</p> <p>g) Los mismos derechos personales como marido y mujer, entre ellos el derecho a elegir apellido, profesión y ocupación;</p> <p>h) Los mismos derechos a cada uno de los cónyuges en materia de propiedad, compras, gestión, administración, goce y disposición de los bienes, tanto a título gratuito como oneroso.</p> <p>2. No tendrán ningún efecto jurídico los esponsales y el matrimonio de niños y se adoptarán todas las medidas necesarias, incluso de carácter legislativo, para fijar una edad mínima para la celebración del matrimonio y hacer obligatoria la inscripción del matrimonio en un registro oficial.</p>

En la tabla anterior se simplifican algunos derechos, con relación a la niña y adolescente como mujer, los cuales enmarcan derechos sexuales y reproductivos.³⁸Para el abordaje temático expuesto es necesario consultar otras fuentes.

Derechos sexuales y reproductivos

“Los derechos sexuales y reproductivos son parte de los derechos humanos y su finalidad es que todas las personas puedan vivir libres de discriminación, riesgos, amenazas, coerción y violencia en el ejercicio de su sexualidad y sus decisiones sobre la reproducción. En otras palabras, son los mismos derechos humanos interpretados desde la sexualidad y desde la reproducción. Involucran por ejemplo la libertad sexual, el derecho a la intimidad, a la libertad de pensamiento, a la información, a la autonomía reproductiva y a la salud.

Las mujeres tienen derechos sexuales y reproductivos, sin embargo las mujeres por razones biológicas resultan más afectadas por su reconocimiento y vulneración.

En el ejercicio de la sexualidad como parte del desarrollo de las personas en todas las etapas del ciclo vital, los derechos sexuales de los niños y las niñas se fundamentan en el desarrollo del ser humano y en la Convención sobre los Derechos de la Niñez, pues los reconoce y plantea la obligación de garantizar –sin ningún tipo de discriminación– el beneficio de una serie de medidas especiales de protección y asistencia: acceso a la educación y atención médica; condiciones para desarrollar plenamente su personalidad, habilidades y talentos; un ambiente propicio para crecer con felicidad, amor y comprensión; y la información sobre la manera en que pueden alcanzar sus derechos y ser parte del proceso en una forma participativa.

En tanto los y las niñas, adolescentes y jóvenes son poseedores de todos los derechos humanos, entonces también lo son de los derechos sexuales y reproductivos, ya que la vivencia de estos éstos garantiza el pleno desarrollo de la personalidad.

Siendo un derecho el libre desarrollo de la personalidad, la Ley 1098 del 2006 o Código de la Infancia y la Adolescencia lo menciona dentro de las obligaciones de la familia, la escuela, la sociedad y el Estado: “Formarles, orientarles y estimularles en el ejercicio de sus derechos y responsabilidades y en el desarrollo de su autonomía”, siendo ésta la capacidad que tiene una persona para decidir por sí misma sobre sus actos.

Los derechos sexuales y reproductivos son los derechos humanos, internacionalmente reconocidos, que garantizan el desarrollo libre, sano, seguro y satisfactorio de la vida sexual, reproductiva y de la convivencia sexual. Estos derechos se basan en la dignidad humana y la libertad de las personas para decidir acerca del ejercicio de su sexualidad y reproducción”³⁹.

³⁸Tomado:<http://www.hchr.org.co/publicaciones/seriestematicas/Derechos%20de%20la%20Mujer.pdf> En noviembre 8 de 2017

³⁹ Manual de derechos sexuales y reproductivos. PROFAMILIA. 2008 P. 35-36 Disponible en: <http://www.bdigital.unal.edu.co/43330/1/9789589353820.pdf> Noviembre 8 de 2017

Derechos sexuales y reproductivos con relación a los derechos humanos:

Derechos humanos	Derechos sexuales y reproductivos
Derecho a la vida	Derecho a una vida sexual y reproductiva digna
Derecho a la libertad de personalidad, conciencia, asociación	Tengo derecho a decidir tener o no tener relaciones sexuales y a decidir tener o no tener hijos. Tengo derecho a ser respetado en mi identidad sexual
Derecho a la integridad personal: física, psíquica y social.	Tengo derecho a decir "no" cuando no deseo que alguien toque mi cuerpo.
Derecho a la seguridad	derecho a vivir libres de acoso, violación o abuso sexual
Derecho a la intimidad y a la confidencialidad	Tengo derecho a la intimidad sexual, la vida privada y el buen nombre.
Derecho a la igualdad	Tengo derecho a las mismas oportunidades independientemente de mi género
Derecho a la salud sexual y reproductiva	Tengo derecho a una buena salud en el campo sexual y en el reproductivo. El éxito en el logro o la prevención del embarazo, ejercer el derecho a elegir el momento de tenerlo o el método para prevenirlo.
Derecho a la educación e información	Tengo derecho a tomar decisiones sexuales y reproductivas informadas, libres y responsables.
Derecho al ejercicio de la maternidad y la paternidad responsables	Tengo el derecho a decidir ser o no ser padre o madre.

“El reconocimiento de los derechos sexuales y reproductivos contribuirá que las mujeres, las niñas y las adolescentes no sean sometidas a:

- Relaciones sexuales no deseadas, que pueden tener como consecuencia embarazos e hijos no deseados.
- Violencia, física psicológica y sexual.
- Discriminación y violencia por causa de la discriminación sexual.
- Transmisión de enfermedades e infecciones de transmisión sexual.
- La violación y el abuso como arma de guerra.

A todas las personas les asiste el derecho fundamental a la autonomía y al libre desarrollo de la personalidad, que implica la posibilidad de adoptar por si mismas decisiones que afectan su proyecto de vida en lo que se refiere el ejercicio de la sexualidad, la orientación sexual, la integración de la familia, la elección de estudios y las inclinaciones familiares, culturales y profesionales.

El derecho al libre desarrollo de la personalidad exige del Estado y de los terceros, respetar la voluntad de las personas en la elección de su manera de ser y de proyectar en la vida.

Es así como el adecuado ejercicio de los derechos sexuales y reproductivos garantiza las relaciones de equidad entre hombre y mujeres, por lo tanto cada apersona puede:

- Escoger a su pareja

- Expresar su orientación sexual
- Decir cuándo y de qué forma ejerce su sexualidad.
- Controlar su comportamiento sexual según su propia forma de ser, sentir y pensar sin coacción, miedo o vergüenza.
- Disponer de información con respecto a métodos asequibles y aceptables para la regulación de la fecundidad.
- Decidir si se une o no a otra persona en matrimonio o unión libre
- Decidir cuántos hijos e hijas desea tener
- Estar libres de enfermedades y deficiencias que interfieran con sus funciones sexuales y reproductivas
- Acceder a servicios de salud sexual y reproductiva de calidad.

El estado debe facilitar el ejercicio de estos derechos y poner al alcance de las personas los medios para hacerlos efectivos.

A las mujeres, sin importar la edad o el estado civil les asiste el derecho a decidir sobre sus relaciones sexuales, son dueñas de su cuerpo con derecho a decidir sobre él, sin el consentimiento de la pareja⁴⁰.

Alcance de los derechos sexuales y reproductivos:

“Con el propósito de que las mujeres se apropien de los Derechos sexuales y reproductivos y que los hombres los reconozcan y se dispongan a reconocerlos, se presentan algunos de sus alcances:

- Derecho a una actuación protagónica en la toma de decisiones sobre aspectos que afectan su vida, su cuerpo, su sexualidad, a nivel, individual, comunitario o institucional.
- Derecho a una paternidad deseada y libre de riesgos.
- Derecho a una atención médica humanizada, a un trato digno y respetuoso de su cuerpo, de sus temores, de sus necesidades de intimidad y privacidad.
- Derechos a ser tratadas y atendida por los servicios de salud como un ser integral y no solo como reproductoras biológicas.
- Derechos a servicios y programas integrales de salud que respondan a sus necesidades específicas de acuerdo a su edad, actividad, clase social, raza y lugar de procedencia.
- Derecho a una educación que favorezca al autocuidado y el conocimiento de su cuerpo en beneficio de su autoestima y reafirmación como persona.
- Derecho a la información, orientación de una sexualidad, libre, gratificante, responsable y no condicionada al embarazo.
- Derecho a la información, orientación suficiente y oportuna, acceso a métodos anticonceptivos seguros y modernos, incluida la anticoncepción de emergencia.

⁴⁰ Ibid. P. 37-38

- Derecho a ambientes de trabajo y condiciones de cada que no afectan su fertilidad ni su salud
- Derecho a no ser rechazada en el trabajo o cualquier institución educativa por estar embarazada, tener hijos o no estar casada.
- Derecho a que la menstruación, el embarazo, el parto, la menopausia, y la vejez sean tratados como eventos naturales de su cuerpo y no como enfermedades.
- Derecho a servicios de salud que atiendan de manera integral la problemática de la mujer maltratada y víctima de toda las formas de violencia".⁴¹

Artículos a tener en cuenta en torno a los derechos sexuales y reproductivos según la ley de infancia y adolescencia – **Ley 1098 de 2006.**

- ✓ (Art. 14): Responsabilidad parental.
- ✓ (Art. 39 Numerales 3 y 6): Obligaciones de la familia
- ✓ (Art. 46 Numerales 7, 8, 10): Obligaciones del Sistema General de Seguridad Social en Salud-SGSS
- ✓ (Art. 41 no taxativas): Obligaciones del Estado
- ✓ (Arts. 47 a 49): Responsabilidad de los medios de comunicación
- ✓ (Art. 46 # 7, 8, 10): Obligaciones del Sistema General de Seguridad Social en Salud-SGSS
- ✓ (Art. 27): Derecho a la salud.
- ✓ (Arts. 192 a 200): Derechos de los/las niños/as cuando son víctimas de delitos.

Vulneración de derechos sexuales y reproductivos

“La vulnerabilidad hace especial referencia a la posición o condición de mayor riesgo de un grupo con respecto a otros grupos sociales. En el caso del ejercicio de los derechos sexuales y reproductivos el desconocimiento, la falta de acceso, la discriminación por factores económicos, culturales, étnicos, raciales y religiosos, entre otros, contribuyen a la vulneración de los mismos”⁴².

Derecho	Acciones
Vulneración al derecho a la vida y la integridad personal	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Violencia intrafamiliar ✓ Violencia física ✓ Violencia psicológica ✓ Violencia sexual ✓ Violencia económica

⁴¹ *Ibíd.* P. 39

⁴² Vulneración de los derechos sexuales y reproductivos: ICBF (2008). Módulo conceptual Derechos sexuales y reproductivos. P.11 Disponible en: <http://www.icbf.gov.co/portal/page/portal/PortalICBF/RecursosMultimedia/Publicaciones/Editoriales/Derechossexualesyreproductivosconadolescentesyjuvenes.pdf> Consultado Noviembre 8 de 2017

Vulneración del derecho a la igualdad y libertad	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Discriminación por género ✓ Discriminación por orientación sexual
Vulneración del derecho a la educación e información	<ul style="list-style-type: none"> ✓ El personal de salud decide el método de anticoncepción que una mujer debe usar, sin brindarle la información sobre todos los métodos para que sea ella quien decida. ✓ Los adultos, como agentes socializadores, no educan para la sexualidad a niños, niñas y adolescentes. ✓ Las instituciones educativas reducen la información y educación en torno a la sexualidad a los métodos anticonceptivos, infecciones de transmisión sexual y aparato reproductor, y dicha información sólo se dirige a los grupos de grados superiores. ✓ Los medios masivos de información validan algunos estereotipos culturales que perpetúan imaginarios discriminatorios en torno al cuerpo, a prácticas sexuales, relaciones de pareja y roles de hombres y mujeres
Vulneración del derecho al acceso a servicios.	El establecimiento de barreras de acceso a los servicios de <u>salud, justicia, protección y educación</u> limitan el disfrute de los derechos sexuales y reproductivos

j. VIOLENCIA, VIOLENCIA CONTRA LA MUJER Y VIOLENCIA INTRAFAMILIAR (VIF)

Violencia

Definir la violencia resulta un poco complejo, ya que está relacionada con los patrones de comportamiento de los seres humanos según las particularidades culturales de cada región y las normas que la legitiman de acuerdo a lo socialmente aceptable en cada cultura. Sin embargo para Maffesoli (1984) citado por Gonzales E. “la violencia está plenamente justificada como ruptura de las fronteras entre la vida social y la vida natural, y como reacción frente a un complejo institucional que tiende a igualar las diferencias, a planificar y constreñir la vida social y su riqueza concreta”. Por su parte Alain Michaud (1978) señala que “hay violencia cuando nadie sabe a qué atenerse, cuando nadie puede contar con nada, cuando todo puede pasar, cuando se deshacen las reglas que hacen previsible los comportamientos y las expectativas de reciprocidad dentro de las interacciones. Ella ha existido a todo lo largo de la historia; lo que se ha modificado, desde el siglo XIX, es la escala y la eficacia de la gestión de la violencia.

Para la Organización Mundial de la Salud la violencia es: El uso intencional de la fuerza o el poder físico, de hecho o como amenaza, contra uno mismo, otra persona o un grupo o comunidad, que cause o tenga muchas probabilidades de causar lesiones, muerte, daños psicológicos, trastornos del desarrollo o privaciones.⁴³

⁴³Tomado de: Informe mundial sobre la violencia y la salud. Washington, D.C., Organización Panamericana de la Salud, Oficina Regional para las Américas de la Organización Mundial de la Salud, 2003. P. 25 Disponible en: http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/112670/1/9275315884_spa.pdf Noviembre de 2017

“Tipos de violencia La clasificación de la OMS, divide la violencia en tres categorías generales, según las características de los que cometen el acto de violencia:

- la violencia auto-infligida (comportamiento suicida y autolesiones)
- la violencia interpersonal (violencia familiar, que incluye menores, pareja y ancianos; así como violencia entre personas sin parentesco)
- la violencia colectiva (social, política y económica).

La naturaleza de los actos de violencia puede ser: física, sexual, psíquica, lo anteriores incluyen privaciones o descuido”⁴⁴.

“Violencia contra la mujer

La ley 1257 de 2008 define en el artículo 2 del capítulo I, la “violencia contra la mujer como “cualquier acción u omisión que le cause muerte, daño o sufrimiento **físico, sexual, psicológico, económico** o patrimonial por su condición de mujer, así como las amenazas de tales actos, la coacción o la privación arbitraria de la libertad, bien sea que se presente en el ámbito público o privado.”⁴⁵

La violencia contra las mujeres ha recibido una atención creciente en el ámbito internacional debido a sus implicaciones en la salud pública así como en el ejercicio de los derechos humanos... En Colombia, se avanza en el reconocimiento de los derechos de las mujeres desde diferentes instancias. La Política Pública de Equidad de Género para las Mujeres, creada en 2012, busca garantizar “los derechos integrales de las mujeres, teniendo en cuenta las particularidades que las afectan desde de su diversidad.

La violencia contra la mujer o “violencia de género se puede manifestar a través de la violencia intrafamiliar o doméstica, la violencia de pareja o conyugal, el maltrato infantil y las distintas formas de violencia sexual... De acuerdo con lo anterior, los golpes y la violación por parte del marido, el abuso sexual a las niñas, la violencia relacionada con la dote y las prácticas tradicionales de mutilación genital femenina, hacen parte de la violencia familiar que se ejerce contra las mujeres...”⁴⁶

Violencia intrafamiliar (VIF)

Claudia Caicedo en el documento Lucha contra la violencia intrafamiliar: Perspectivas desde la experiencia colombiana. Conceptualiza la violencia intrafamiliar desde una perspectiva de género de la siguiente manera:

“La visión de las dinámicas familiares y su relación con el contexto micro y macro-social deben contemplar entonces el factor de las jerarquías y uso del poder así como la recomposición actual de la familia donde los roles parentales pueden y han variado de acuerdo con el contexto social, económico y político. Por otro lado es un hecho que la familia es donde por

⁴⁴ Ibíd. P. 26-27

⁴⁵ Tomado de: Ley 1257 de 2008. Disponible en: <http://www.alcaldiabogota.gov.co/sisjur/normas/Norma1.jsp?i=34054> Noviembre de 2017

⁴⁶ Tomado de: Informe mundial sobre la violencia y la salud. Washington, D.C., Organización Panamericana de la Salud, Oficina Regional para las Américas de la Organización Mundial de la Salud, 2003. P. 26 Disponible en: http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/112670/1/9275315884_spa.pdf 9 Noviembre de 2017

primera vez se aprenden a abordar los conflictos, y donde se aprenden y asignan identidades, roles y relaciones inter-genéricas que posteriormente se afianzan o desmarcan en la socialización de las personas en los diferentes escenarios fuera del contexto familiar.

La violencia intrafamiliar (VIF), como concepto viene gracias a los movimientos de mujeres que hicieron visible la violencia conyugal y con su contestación hicieron posible considerar que la violencia contra la mujer dentro del hogar, es una violación de derechos humanos. Hace parte de la visión culturalmente asumida en las sociedades sobre el matrimonio, la crianza de los hijos, las relaciones de pareja y varía de cultura en cultura, de contexto en contexto pero está presente en todas las « clases sociales » es decir que no es « patrimonio de la pobreza.

Entendemos la VIF como el abuso que ejercen unos miembros de la familia sobre otros. Puede ser física, sexual o psicológica, y causar daño, sufrimiento físico, sexual y psicológico (Lemaitre, 2000: 25). Esto quiere decir que la (VIF) involucra desde los castigos, gritos, insultos, golpes, malos tratos, hasta la violación y muerte de alguno de los miembros. Vista así, no es un fenómeno que pueda aislarse por cada miembro que conforma la familia pues en un grado más alto o bajo, afecta a todos y todas. Es así como el maltrato entre cónyuges que se traduce en peleas, golpes, amenazas, violación, que afecta tanto a la víctima directa de estos actos, como a quienes presencian la escena"⁴⁷.

La violencia contra la mujer se elevó a la categoría de violación de derechos humanos (Conferencia de Viena 1993), lo cual amplió el horizonte en el terreno de la defensa y protección de la mujer y luego, al incorporar la problemática de VIF, se agregó la protección de los demás miembros de la familia.

Restablecimiento de derechos - Ley 1257 de 2008:

“**Artículo 1. Objeto de la ley.** La presente ley tiene por objeto la adopción de normas que permitan garantizar para todas las mujeres una vida libre de violencia, tanto en el ámbito público como en el privado, el ejercicio de los derechos reconocidos en el ordenamiento jurídico interno e internacional, el acceso a los procedimientos administrativos y judiciales para su protección y atención, y la adopción de las políticas públicas necesarias para su realización.

Artículo 3: Concepto de daño contra la mujer. Para interpretar la ley, se establecen las siguientes definiciones de daño:

- a. Consecuencia proveniente de la acción u omisión destinada a degradar o controlar las acciones, comportamientos, creencias y decisiones de otras personas, por medio de intimidación, manipulación, amenaza, directa o indirecta, humillación, aislamiento o cualquier otra conducta que implique un perjuicio en la salud psicológica, la autodeterminación o el desarrollo personal.
- b. Riesgo o disminución de la integridad corporal de una persona.
- c. Consecuencias que provienen de la acción consistente en obligar a una persona a mantener contacto sexualizado, físico o verbal, o a participar en otras interacciones

⁴⁷ Tomado de: Claudia, C. (2005). Documento Lucha contra la violencia intrafamiliar: perspectivas desde la Experiencia colombiana. Disponible en: <http://www.cifedhop.org/Fr/Publications/Thematique/thematique13/Caicedo.pdf> 9 de Noviembre de 2017

sexuales mediante el uso de fuerza, intimidación, coerción, chanta-je, soborno, manipulación, amenaza o cualquier otro mecanismo que anule o limite la voluntad personal. Igualmente, se considerará daño o sufrimiento sexual el hecho de que la persona agresora obligue a la agredida a realizar alguno de estos actos con terceras personas.

- d. Pérdida, transformación, sustracción, destrucción, retención o distracción de objetos, instrumentos de trabajo, documentos personales, bienes, valores, derechos o económicos destinados a satisfacer las necesidades de la mujer.

Artículo 7: Derechos de las Mujeres. Además de otros derechos reconocidos en la ley o en tratados y convenios internacionales debidamente ratificados, las mujeres tienen derecho a una vida digna, a la integridad física, sexual y psicológica, a la intimidad, a no ser sometidas a tortura o a tratos crueles y degradantes, a la igualdad real y efectiva, a no ser sometidas a forma alguna de discriminación, a la libertad y autonomía, al libre desarrollo de la personalidad, a la salud, a la salud sexual y reproductiva y a la seguridad personal”⁴⁸.

La Ley 294 de 1996 cuyo objeto es “desarrollar el artículo 42, inciso 5o., de la Carta Política, mediante un tratamiento integral de las diferentes modalidades de violencia en la familia, a efecto de asegurar a ésta su armonía y unidad; en su artículo 4º modificado por el artículo 1º de la Ley 575 de 2000 dice: toda persona que dentro de su contexto familiar sea víctima de daño físico, psíquico o daño a su integridad sexual, amenaza, agravio, ofensa o cualquier otra forma de agresión por parte de otro miembro del grupo familiar, podrá pedir, sin perjuicio de las denuncias penales a que hubiere lugar, al comisario de familia del lugar donde ocurrieren los hechos y a falta de este al Juez Civil Municipal o Promiscuo Municipal, una medida de protección inmediata que ponga fin a la violencia, maltrato o agresión o evite que esta se realice cuando fuere inminente.

Cuando en el domicilio de la persona agredida hubiere más de un despacho judicial competente para conocer de esta acción, la petición se someterá en forma inmediata a reparto.

Parágrafo. En los casos de **violencia intrafamiliar en las comunidades indígenas**, el competente para conocer de estos casos es la respectiva autoridad indígena, en desarrollo de la jurisdicción especial prevista por la Constitución Nacional en el artículo 246.

Artículo 5º. Medidas de protección en casos de violencia intrafamiliar. Si la autoridad competente determina que el solicitante o un miembro de un grupo familiar ha sido víctima de violencia, emitirá mediante providencia motivada una medida definitiva de protección, en la cual ordenará al agresor abstenerse de realizar la conducta objeto de la queja, o cualquier otra similar contra la persona ofendida u otro miembro del grupo familiar”⁴⁹.

⁴⁸ Tomado de: Ley 1257 de 2008. P. 1 y 4. Disponible en: <http://www.alcaldiabogota.gov.co/sisjur/normas/Norma1.jsp?i=34054> Noviembre 9 de 2017

⁴⁹ Tomado de: Ley 294 del 2 de julio de 1996. P 13. Disponible en: http://www.icbf.gov.co/cargues/avance/docs/ley_0294_1996.htm Noviembre 9 de 2017

K. ESTILOS DE VIDA SALUDABLES

“El estilo de vida: Es el conjunto de comportamientos o aptitudes o hábitos con los que cada individuo se conduce en la vida diaria. Consiste en la suma de decisiones de cada persona respecto a su conducta y sobre las cuales tiene control.

La adolescencia, como época de transición entre la niñez y la edad adulta, constituye un periodo de importantes cambios físicos, emocionales, sociales y cognitivos que provocan ambivalencias y contradicciones en el proceso de equilibrio personal y social, convirtiéndose en un momento crítico para el desarrollo del individuo. Se trata de una etapa decisiva en la adquisición y consolidación de los estilos de vida saludables, así como un tiempo de experimentación y elección de conductas relacionadas con la salud en un sentido amplio, es decir, con todo aquello que proporciona al individuo un bienestar y desarrollo a nivel bio-psico-social”⁵⁰.

Habito: Se asocia a la costumbre o rutina que se adquiere a partir de repetir conductas similares

Habito saludable se denomina así a todas aquellas conductas y comportamiento que tenemos asumidas como propias y que inciden en forma práctica en nuestro bienestar físico, mental y social.

La vida saludable tiene factores determinantes como: - Llevar una alimentación equilibrada, - Mantener hábitos higiénicos adecuados, Sueño y descanso - Realizar deporte o actividad física, - Tener una mejor calidad de vida y bienestar.

Hábitos alimentarios:



La alimentación del adolescente debe favorecer un adecuado crecimiento y desarrollo y promover hábitos de vida saludables para prevenir trastornos nutricionales. Esta etapa puede

⁵⁰ Tomado de: Bermejo, M^a Á.: Hábitos de vida y adolescencia. Diseño y pilotaje de un cuestionario sobre hábitos Disponible en: <http://hedatuz.euskomedia.org/8444/1/34075105.pdf> Noviembre 11 de 2017

ser la última oportunidad de preparar nutricionalmente al joven para una vida adulta más sana. Pero, por otra parte, en esta época pueden adquirirse nuevos hábitos de consumo de alimentos, debido a varios factores: influencias psicológicas y sociales, de los amigos y compañeros, el hábito de comer fuera de casa, el rechazo a las normas tradicionales familiares, la búsqueda de autonomía y un mayor poder adquisitivo.

La gran demanda de nutrientes, sumadas a los cambios en el estilo de vida y hábitos dietéticos, convierten a la adolescencia en una época de alto riesgo nutricional.

Necesidades nutricionales:

Durante la adolescencia se producen cambios importantes en la composición corporal. Aumenta el ritmo de crecimiento en longitud y aparecen fenómenos madurativos que afectan al tamaño, la forma y la composición corporal, procesos en los que la nutrición juega un papel determinante. Estos cambios son específicos de cada sexo. En los chicos aumenta la masa magra más que en las chicas. Por el contrario, en las niñas se incrementan los depósitos grasos. Estas diferencias en la composición corporal van a influir en las necesidades nutricionales.

Las ingestas recomendadas en la adolescencia no se relacionan con la edad cronológica sino con el ritmo de crecimiento o con la edad biológica, ya que el ritmo de crecimiento y el cambio en la composición corporal, van más ligados a esta.

El principal objetivo de las recomendaciones nutricionales en este periodo de la vida es conseguir un estado nutricional óptimo y mantener un ritmo de crecimiento adecuado, lo que conducirá a mejorar el estado de salud en esta etapa y en la edad adulta y a prevenir las enfermedades crónicas de base nutricional que pueden manifestarse en etapas posteriores de la vida.

Además, hay que tener en cuenta la actividad física y un estilo de vida saludable, o bien la existencia de hábitos perjudiciales, como el tabaco y el consumo de alcohol, entre otros.

“Los hábitos alimentarios adquiridos en la infancia y adolescencia son decisivos para el comportamiento alimentario en la edad adulta, y este, a su vez, puede incidir en los de las siguientes generaciones.

Los problemas asociados con la alimentación pueden venir por exceso de consumo, por consumo insuficiente o por consumo poco equilibrado o irregular. El retraso del crecimiento y de la maduración sexual son las principales consecuencias físicas de una dieta pobre en algunos nutrientes básicos durante la adolescencia, mientras que el exceso de consumo está claramente relacionado con la prevalencia de obesidad, hipertensión y enfermedades cardiovasculares”⁵¹.

⁵¹ Tomado de: Hábitos de vida y adolescencia. Diseño y pilotaje de un cuestionario sobre hábitos de vida en un grupo de adolescentes guipuzcoanos (13-17 años) Disponible en: <http://hedatuz.euskomedia.org/8444/1/34075105.pdf> Noviembre 11 de 2017

Los hábitos alimentarios en los adolescentes están influenciados por el tipo de alimentación que se sigue en casa, por conductas de imitación de lo que hacen otros adolescente, por los estilos de vida de moda.

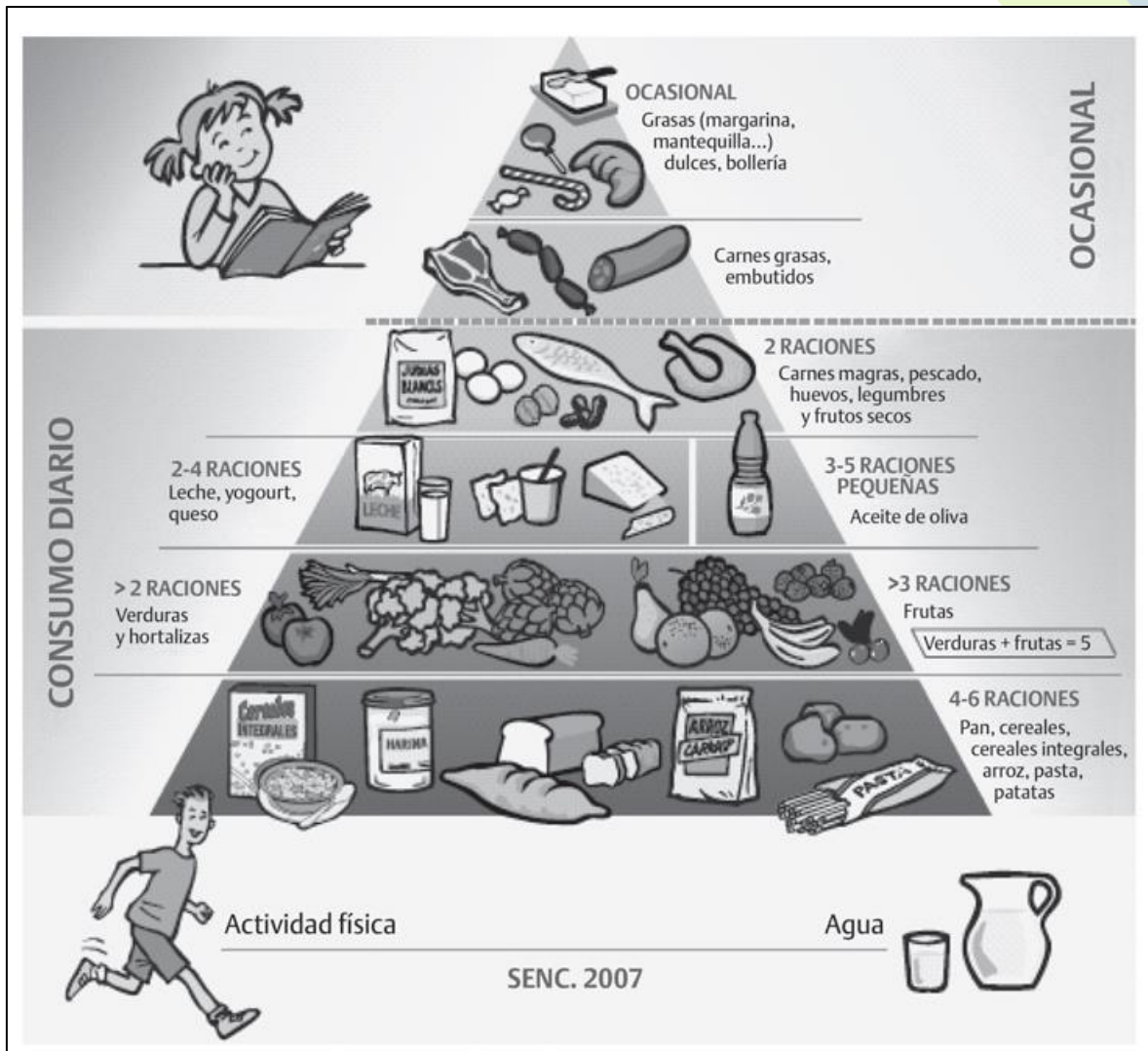
Errores más frecuentes en la alimentación del adolescente: El adolescente toma sus propias decisiones y define su identidad propia. Todo ello puede dar peculiaridades en su forma de alimentarse y no cubrir las demandas de nutrientes aumentadas.

- El adolescente empieza a comer más veces fuera de casa, con amigos y existe el riesgo de seguir dietas desequilibradas.
- Se suele saltar el desayuno condicionando el aporte adecuado de nutrientes y el control del peso.
- Bajo consumo de lácteos.
- Escaso consumo de frutas y verduras
- Rechazar erróneamente ciertos alimentos por el miedo a engordar (pan, arroz, pasta,...)
- Abuso de bebidas azucaradas y refrescos.
- Aumentar el consumo de mecatos, comidas rápidas, platos precocinados, aumentando con ello el consumo de calorías (dietas hipergrasas) sin cubrir los requerimientos de vitaminas y minerales.
- Consumen tóxicos (tabaco, alcohol) que influyen en la nutrición.
- Dietas restrictivas inadecuadas en adolescentes preocupadas por su imagen corporal.

“Recomendaciones en la alimentación del adolescente:

La recomendación de una alimentación sana en el adolescente no difiere mucho de la dieta saludable del adulto. La promoción de la “dieta mediterránea” puede ser una estrategia útil en nuestro país, y la pirámide de los alimentos es un sencillo método para enseñar buenas prácticas dietéticas dentro de la consulta diaria.

La Sociedad Española de Nutrición Comunitaria propuso su pirámide de alimentos en 2004 (Fig. 1). “Porción de alimento” es aquella parte de alimento que sirve como unidad de cantidad o volumen. Es necesario consumir diariamente el mínimo de las porciones de los 5 grupos, aunque dependerá de la cantidad de energía requerida por cada individuo, que está relacionada con la edad, sexo, estado de salud y nivel de actividad.



Una distribución calórica apropiada, con un equilibrio entre la ingesta y el ejercicio físico, y una variedad de alimentos en los cuales haya consumo de leche y productos lácteos, hidratos de carbono complejos, frutas, verduras, legumbres, aceite de oliva y pescados, limitando el consumo de carnes, grasas saturadas, tentempiés y refrescos. Todo ello aporta la cantidad de macronutrientes y micronutrientes necesarios para un desarrollo adecuado.

Se recomienda una ingesta de leche y/o derivados de entre 3/4 y 1 litro al día, que aportaría entre el 25 y 30% de las necesidades energéticas, y la mayor parte del calcio.

En cuanto a las carnes son preferibles las magras, evitando la grasa visible, la piel de las aves y los sesos por su alto contenido graso, con un bajo consumo de carnes rojas y fritos. Es más aconsejable el pescado por su menor contenido energético y mejor perfil graso. El embutido suele ser rico en grasa saturada, colesterol y sal, por lo que su consumo debe ser limitado.

De otras fuentes proteicas, las legumbres tienen alto interés nutricional y elevado contenido en fibra. Finalmente, el consumo aconsejable de huevos no debe exceder de tres a la semana.

Los cereales aportan energía en forma de hidratos de carbono y ácidos grasos esenciales, además de proteínas, minerales y vitaminas. Constituyen la base de la pirámide de los alimentos de una dieta equilibrada, y son altamente recomendables, con consumo parcial de cereales integrales, ricos en fibra. Las frutas, verduras y hortalizas aportan hidratos de carbono, vitaminas, minerales y fibra vegetal, y componen el siguiente escalón de la pirámide, con recomendación de consumo de 5 o más raciones diarias.

La familia puede ejercer una influencia favorable en la dieta de los adolescentes, con el desarrollo de buenos hábitos alimentarios y patrones de conducta. Está demostrado que la comida en familia favorece un mayor consumo de vegetales y productos ricos en calcio, y menor de fritos y refrescos azucarados".⁵²

Higiene:



“La salud y la educación son las encargadas de fortalecer y promover factores protectores de salud entre ellos la higiene y los hábitos saludables, desde un enfoque de calidad de vida, derechos y participación.

La higiene personal y del entorno va mucho más allá de las meras prácticas de aseo. Es uno de los componentes fundamentales de un estilo de vida saludable y se encuentra relacionada con la alimentación, el ejercicio físico y la salud mental.

En consecuencia, el aprendizaje de hábitos de higiene y cuidados personales cumplen funciones importantes en la formación integral de las personas:

- Mejorar la salud y el bienestar.
- Prevenir la aparición y desarrollo de enfermedades.
- Facilitar las relaciones interpersonales.
- Contribuir a la formación de una imagen positiva de sí mismos.

⁵² Tomado de: Marugán de Miguel José Manuel. Alimentación en el adolescente. Disponible en: http://www.aeped.es/sites/default/files/documentos/alimentacion_adolescente.pdf Noviembre 12 de 2017

Higiene: La higiene personal está constituida por el conjunto de cuidados que necesita nuestro cuerpo para aumentar su vitalidad y mantenerse en un estado saludable. Es el concepto básico de aseo, limpieza y cuidado de nuestro cuerpo.⁵³

✓ “Higiene de la piel:

La piel constituye una de las primeras barreras del organismo para defenderse de las agresiones del medio. Es además un órgano de relación porque en ella está el sentido del tacto.

Es aconsejable ducharse (mejor que bañarse) diariamente o al menos tres veces a la semana y hacerlo preferentemente por la noche, pues así el cuerpo se relaja y descansa mejor. Se deben utilizar jabones de acidez similar a la piel (Ph6) y que no iriten. Es mejor utilizar nuestras propias manos haciendo un masaje, pero si se emplean manoplas o esponjas, deben de ser de uso individual.

Los desodorantes normalmente cambian el olor del cuerpo por otro pretendidamente agradable. Pero no deben utilizarse los antitranspirantes ya que impiden la sudoración privando al organismo de los beneficios que ésta aporta.

Existen dos prejuicios populares que hay que desmentir:

- Las niñas durante la regla deben ducharse diariamente.
- Cuando se tienen determinadas enfermedades con fiebre, como por ejemplo gripe, resfriados... conviene bañarse para eliminar la sudoración y permitir una mejor transpiración de la piel. Independientemente de la ducha diaria, hay que lavarse las manos y la cara por las mañanas.

✓ El cabello:

El cabello se ensucia con mucha facilidad porque retiene polvo, las secreciones del cuero cabelludo y su descamación (caspa). Es aconsejable lavarlo 2 ó 3 veces a la semana en función del tipo de cabello que se tenga (graso, seco...). Hay que tener en cuenta que el pelo se debe de lavar con las yemas de los dedos, y nunca con las uñas. Además al final siempre hay que realizar un buen aclarado para no dejar restos de jabón. La elección del champú debe hacerse en función del tipo de cabello que se tenga.

✓ Las manos y las uñas:

⁵³ Tomado de: Guía básica higiene y cuidado del cuerpo. Maletín educativo de salud. P. 1. Disponible en: http://salud.mendoza.gov.ar/wp-content/uploads/sites/16/2014/09/higiene_cuidado_cuerpo.pdf 13 de noviembre de 2017

Las manos por su contacto directo con el medio son uno de los vínculos más importantes de transmisión de infecciones.

✓ **Los genitales:**

- Estos, al estar tan próximos a los orificios de salida de la orina y las heces, son una parte del cuerpo que requieren especial atención. Tanto la vulva como el pene tienen una serie de pliegues que hay que separar para lavarlos correctamente, ya que éstos facilitan la acumulación de restos de secreciones diversas.
- Las niñas deben de lavarse de adelante hacia atrás para evitar arrastrar restos de heces a la vagina. La regla no contraindica la limpieza, por el contrario, exige una mayor frecuencia.
- Los niños deben bajar la piel del prepucio y limpiar el glande.
- Los desodorantes vaginales deben desecharse, pues pueden alterar la mucosa vaginal y exponerla a infecciones.

✓ **Los pies:**

- Los pies necesitan un cuidado muy especial debido a que están poco ventilados por la utilización del calzado y por esto es fácil que se acumule en los pies sudor que favorece la aparición de infecciones y mal olor.
- Se deben de lavar diariamente y es fundamental un buen secado, sobre todo entre los dedos, para evitar el desarrollo de posibles enfermedades. Las uñas hay que cortarlas frecuentemente para evitar encarnaduras.

✓ **Los oídos:**

Se lavará diariamente las orejas y el oído externo con agua y jabón, evitando la entrada de agua en el oído medio. Esto se consigue inclinando la cabeza hacia el lado que está siendo limpiado.

✓ **Higiene de la ropa:**

- La ropa al igual que la piel se ve afectada por las agresiones del medio.
- Es indispensable ponerse ropa limpia después de la ducha o del baño.
- La ropa interior debe ser cambiada todos los días.

Hay que llevar ropas cómodas, no muy ajustadas, de fácil lavado y adecuadas a cada momento y situación del día. Para dormir hay que utilizar ropa amplia, y diferente a la utilizada por el día.

Se debe de tener en cuenta la temperatura ambiente y llevar ropa adecuada a ésta.

✓ Higiene en el deporte:

- Al hacer ejercicio la sudoración aumenta por lo que hay que ducharse después de realizar cualquier deporte.
- Para hacer deporte hay que utilizar ropa específica. Debe de ser ligera para facilitar el movimiento y la transpiración, porque si no podrían darse infecciones en la piel"⁵⁴.

Sueño y descanso:



“Algunos de los beneficios de descansar de manera indicada y suficiente están basados en restaurar energía al cuerpo, mejorar la memoria, reorganizar la información importante dentro del cerebro, reducir el estrés, desarrollar ideas nuevas, creativas y competentes, entre otros. Por esto y otras razones es que no puede ocupar este espacio en otras actividades. Es vital dormir lo suficiente para emprender con éxito lo que desea.

La duración del sueño nocturno varía en función de la edad, estado de salud, estado emocional y otros factores. De esta forma, cada niño es único y cuenta con sus propias y determinadas necesidades de sueño. Los adolescentes necesitan dormir unas 8-10 horas al día y presentan un cierto retraso del inicio del sueño (tienden a acostarse y a despertar por la mañana más tarde de lo habitual).

Por tanto, un sueño inadecuado por calidad y/o cantidad puede afectar significativamente el funcionamiento de los niños y adolescentes. Puede alterar el comportamiento y el estado de ánimo, volviéndose más activos de lo habitual o haciéndoles disminuir su atención, o se muestran antipáticos o más irritables. También puede causar sueño (somnolencia) durante el día y muy probablemente problemas de aprendizaje y del desarrollo mental, y por tanto peor rendimiento escolar"⁵⁵.

¿Qué sucede con el sueño de los adolescentes? ¿Por qué se habla de la importancia de dormir más? El doctor Suresh Kotagal, del Centro para Medicina del Sueño de la Clínica Mayo, advierte que “los adolescentes necesitan dormir entre nueve y nueve horas y media cada noche para descansar bien y mantenerse sanos.

⁵⁴ Disponible en: <http://portal-ninos.hospitalmilitar.gov.co/frontpage?page=1> Consultado noviembre 13 de 2017

⁵⁵ Tomado de: Aprendiendo a conocer y manejar los problemas de sueño en la infancia y adolescencia. Guía de Práctica Clínica en el SNS: UETS Nº 2009. P. 4-5 Disponible en: http://www.guiasalud.es/GPC/GPC_489_Trastorno_sue%C3%B1o_infadol_Lain_Entre_compl.pdf Noviembre 13 de 2017

¿Por qué es importante dormir bien?

Dormir ayuda a restaurar el balance hormonal del cuerpo, proveer un sentimiento de alerta para el día siguiente y también ayuda a consolidar la memoria y un mejor aprendizaje en el colegio.

¿Por qué algunos adolescentes no concilian el sueño de manera rápida?

El problema más grande hoy en día es la gran cantidad de tiempo que dedican los y las adolescentes frente a una pantalla (sea la del televisor, los celulares, iPad, etc.), escribir en los celulares hasta tarde, el uso de bebidas con cafeína y otros estimulantes son los posibles causantes de esto.

¿Cuáles son las recomendaciones para irse a la cama a tiempo y sin interrupción?

Programar una misma hora para levantarse los 7 días de la semana, hacer de suave a moderado ejercicio temprano en la noche alrededor de las 5:00-6:00 pm, evadir comidas altamente calóricas y bebidas con cafeína y no usar el celular a partir de las 9:00 p.m.

- Recomendar la realización de horarios regulares. ¡Incluso los fines de semana!
- Exposición a luz intensa por la mañana. Les ayuda a adelantar la fase de sueño.
- Favorecer las actividades estimulantes en horas con tendencia al sueño diurno.
- Evitar las actividades de alerta (estudio, videojuego...) una hora antes de dormir.
- Evitar el consumo de sustancias estimulantes que prolongan el estado de vigilia, como el café, cigarrillos, bebidas alcohólicas, bebidas colas entre otras
- Regularidad en los horarios de las comidas
- Dormirse con la TV puesta (disminuye la profundidad del sueño). No colocar la TV en la habitación.

I. EL DEPORTE Y MI CUERPO

Actividad física:



“La actividad física se define como un movimiento corporal producido por la acción muscular voluntaria que aumenta el gasto de energía. Se trata de un término amplio que engloba el concepto de “ejercicio” físico.

El ejercicio físico es un término más específico que implica una actividad física planificada, estructurada y repetitiva realizada con una meta, con frecuencia con el objetivo de mejorar o mantener la condición física de la persona. Por ejemplo, las actividades de jardinería o subir escaleras en el hogar no pueden catalogarse como "ejercicio" estructurado, pero evidentemente constituyen actividades físicas.

La condición física es un estado fisiológico de bienestar que proporciona la base para las tareas de la vida cotidiana, un nivel de protección frente a las enfermedades crónicas y el fundamento para el desarrollo de actividades deportivas. Esencialmente, el término condición física describe un conjunto de atributos relativos al rendimiento de la persona en materia de actividad física"⁵⁶.

"La naturaleza de las actividades de ocio de niños y niñas ha cambiado drásticamente en las últimas décadas. La aparición de la televisión, de los juegos de computadoras y de internet ha provocado que los niños de ambos sexos dediquen en la actualidad una parte mucho mayor de su tiempo libre a actividades de tipo sedentario. La importancia de la actividad física para la salud social, mental y física infantojuvenil es indiscutible, y por lo tanto resulta esencial llevar a cabo esfuerzos con el fin de "reintroducir" la actividad física en la vida de nuestra infancia y nuestra adolescencia. Los retos planteados por el creciente problema de la inactividad física y la obesidad en la infancia pueden ser considerados como algunos de los desafíos más relevantes para la salud pública en el siglo XXI"⁵⁷.

"La actividad física en la infancia genera una serie de beneficios durante la niñez que incluyen un crecimiento y un desarrollo saludables del sistema cardiorrespiratorio y músculo esquelético, el mantenimiento del equilibrio calórico, y por lo tanto, un peso saludable, la prevención de los factores de riesgo de enfermedades cardiovasculares tales como la hipertensión o el elevado contenido de colesterol en sangre, y la oportunidad para desarrollar interacciones sociales, sentimientos de satisfacción personal y bienestar mental.

El deporte y el ejercicio proporcionan un medio importante para que niños, niñas y adolescentes tengan éxito, lo que contribuye a mejorar su bienestar social, su autoestima y sus percepciones sobre su imagen corporal, y su nivel de competencia. Además, los niños y niñas con niveles de actividad más elevados presentan asimismo más probabilidades de tener un mejor funcionamiento cognitivo"⁵⁸.

"La actividad física resulta esencial para la salud infantojuvenil, en la medida en que: a) mejora la salud física, mental y social durante la infancia, b) se generan beneficios para la salud en la infancia que llegan hasta la edad adulta, y c) los hábitos de actividad física durante la infancia tienden a mantenerse en la edad adulta"⁵⁹.

⁵⁶ Tomado de: Actividad física y salud en la infancia y adolescencia. Ministerio de sanidad y consumo. Salud pública. P.11 Disponible en: <http://www.msssi.gob.es/ciudadanos/proteccionSalud/adultos/actiFisica/docs/ActividadFisicaSaludEspanol.pdf> Noviembre 13 de 2017

⁵⁷ Ibid. P. 7-8

⁵⁸ Ibid P. 25

⁵⁹ Ibid P. 36

Mi cuerpo

El cuerpo es el vehículo que nos permite amar, sentir y darnos cuenta que estamos vivos, exterioriza sentimientos y pensamientos; a través del cuerpo reflejamos las experiencias vividas a lo largo de nuestra vida y nos damos cuenta que estamos vivos.

“Las reflexiones culturales sobre el cuerpo en nuestro siglo se han situado, por encima de otros, en el campo filosófico y antropológico. Se cita al antropólogo Marcel Mauss como precursor de la reflexión social sobre el cuerpo en su artículo «Las técnicas del cuerpo» (1966), donde sienta las bases de la consideración social de las prácticas corporales. Muestra cómo para comprender la educación del cuerpo es necesario aunar los esfuerzos de la sociología con la biología y la psicología. El cuerpo, señala, es a la vez el primero y el más natural instrumento, así como objeto técnico. El cuerpo es considerado un producto cultural, con diferentes usos según sociedades y con diferentes valores, creencias y cánones estéticos asociados a él”⁶⁰.

Entre los 10 y los 15 años, las mujeres y los varones experimentan muchas transformaciones en sus cuerpos. Pero no solo en lo físico hay cambios, también hay muchos otros en las emociones, los sentimientos, los intereses, los gustos, los modos de relacionarse con otros (en la familia, la escuela, los grupos sociales que frecuentan o la sociedad en general). Todo esto forma parte de la sexualidad de una persona. En este proceso de cambios, de crecer y vivir con otros, cada uno va constituyéndose como una persona única e irrepetible.

¿Qué es la corporeidad?

“Jorge Gómez nos habla del ser humano como ser corporal, de la existencia para el cuerpo, el cual nos predispone a la “acción autónoma” de resolver nuestra subsistencia y la necesidad de la trascendencia.

Por lo tanto diremos que la corporeidad humana es una construcción permanente en tres niveles: biológico, psicológico y social. Esta construcción biopsicosocial, siguiendo a Gómez, está compuesta por significados e imaginarios de la vida cotidiana que se van modificando como son: los afectos y los vínculos, las emociones, el gozo y el dolor, los impactos sensibles, la apariencia física estética, la libertad o no de vivir en plenitud, basándose siempre en la diferenciación-identificación con los otros.

Manuel Sergio nos habla de que al hombre lo podríamos definir desde las siguientes dimensiones:

- La corporeidad: Desde y a partir del cuerpo me proyecto al mundo
- La motricidad: Interioriza y humaniza el movimiento
- La comunicación y cooperación: Afirmamos el nosotros, vos y yo conectados, unidos a partir de estar en el mundo.

⁶⁰Tomado de: La construcción social del cuerpo de la mujer en el deporte. P.17 Disponible en: http://www.reis.cis.es/REIS/PDF/REIS_068_07.pdf Noviembre 13 de 2017

- La historicidad: Vivir nuestro presente, proyectando el futuro esperanzador, sin olvidar de dónde venimos, sin olvidar nuestro pasado.
- La libertad: Entender las necesidades, para ser un ser reflexivo, histórico y autónomo del propio medio.
- La noosfera: Buscando la totalidad humana, por medio de los saberes espirituales y culturales.
- La trascendencia: Buscando hacer para crecer y ser mucho más.

A partir de estas dimensiones el cuerpo no se reduce a una instancia biológica, sino a un ser histórico-social, biológicamente activo.

La corporeidad, representa el modo de ser del hombre, bajo circunstancias históricas, siendo la Educación Física su herramienta más importante.

Separando el concepto de Educación Física, encontraremos históricamente que la palabra Educación está asociada a distintos términos y sucediendo lo mismo con la palabra Física. O sea que el concepto de Educación Física encierra connotación en el imaginario social y cultural, que se ve lleno de poder y según las concepciones ideológicas propias del concepto de cada estado o nación.

Foucault afirma que el cuerpo es portador de poder, por ende que uno es portador de poder, que colectivamente somos portadores del poder colectivo. Este poder del cuerpo colectivo está sujeto a normas y leyes propias de cada sociedad, siendo que este cuerpo colectivo porta mayor poder, y que este cuerpo colectivo es el que realiza las normas colectivas y reglas que engendran el cuerpo colectivo popular absoluto de poder.

La corporeidad se da a partir de la imagen del hombre y de su proyecto socio-cultural como colectividad, como nación. Cada sociedad, cada institución, creará el ideal corporal que cobrará vida a través de la Educación Física.

Este cuerpo colectivo, Cuerpo Institucional, es el efecto de una elaboración social y cultural, por lo tanto la corporeidad y la motricidad representan un ente propio, indisoluble del imaginario colectivo propio de cada cultura, que lo legitima en su expresión como sociedad, que estará representada y puesta en marcha por la Educación Física, las teorías que la avalan, y su incidencia directa en la vida colectiva.

Siguiendo la idea de Gómez, no se debería, en pleno siglo XXI, solamente pensarse al cuerpo desde una visión como conjunto de órganos solamente, o como con un concepto de materia física siguiendo las teorías físicas de Newton.

El hombre debería de pensarse desde la corporeidad, desde sus tradiciones

“Con frecuencia encontramos utilizados como sinónimos los términos actividad física, ejercicio físico y deporte, aunque tienen significados diferentes, acabando por emplear el término actividad física como aglutinador de todos ellos.

Blasco (1994), matizando estos términos, considera actividad física «cualquier movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos que conlleva un gasto de energía». De acuerdo con esta definición, actividad física lo es prácticamente todo, desde subir las escaleras y pasear, hasta tocar el piano o cocinar.

Se denomina ejercicio físico a la actividad física planeada, estructurada y repetitiva con el objetivo de adquirir, mantener o mejorar la forma física. Por último, se entiende como deporte la actividad física de naturaleza competitiva y gobernada por reglas institucionalizadas.

Pero la cuestión no queda aún resuelta, puesto que también cuando hablamos de deporte se hace necesario especificar a qué tipo de deporte nos estamos refiriendo. En este sentido, Blázquez (1995) considera «deporte recreativo» aquel que es practicado por placer y diversión, sin ninguna intención de competir o superar a un adversario, únicamente por disfrute o goce; entiende por «deporte competitivo» el practicado con la intención de vencer a un adversario o de superarse a sí mismo; y el «deporte educativo/a» sería aquel cuya pretensión fundamental es colaborar al desarrollo armónico y de potenciar los valores del individuo.

Como afirma Sánchez (1995), deporte puede ser «toda actividad física que el individuo que la práctica asuma como un esparcimiento y que suponga para él un cierto compromiso de superación, de reto, de cumplimiento o superación de metas, compromiso que en un principio no es necesario que se establezca más que con uno mismo».

Hace ya más de una década que Oja y Telama (1991), recogiendo las conclusiones de los trabajos presentados en el Congreso Mundial de Deporte para Todos, celebrado en Finlandia en 1990, hacen especial hincapié en el valor del deporte para la formación integral de la persona, es decir, para todas y cada una de sus áreas del desarrollo, tanto para las físicas (forma física, salud y prevención de la enfermedad) como para las psicológicas (autoestima, personalidad, calidad de vida) y las sociales (relación con los demás, rendimiento en el empleo, evitación de la soledad), además de poder influir sobre el desarrollo moral y la promoción de diversos valores sociales y personales⁶¹.

⁶¹ Tomado de: Germán Ruuggio. La corporeidad: el nuevo paradigma como formador de la identidad humana. Universidad naval Argentina. P.107-109
Disponible en: http://www.revistaeducacion.mec.es/re335/re335_10.pdf Noviembre 13 de 2017



2. ESPACIOS PARA ENTRETEJER

2.1. Encuentros socioeducativos para trabajar con los padres, madres y /o cuidadores de las niñas y adolescentes

a. Adolescencia una etapa extraordinaria	
TEMÁTICA:	Adolescencia y familia
OBJETIVO:	Sensibilizar a los padres y madres de las niñas y adolescentes, sobre la etapa de la adolescencia en su proceso biopsicosocial, como contribución al fortalecimiento de las relaciones parento-filiales.
INDICADOR:	Los padres y madres de familia tendrán claridad sobre el significado de la adolescencia, la importancia de ésta en el marco del ejercicio de una sexualidad responsable y las relaciones parento-filiales

PREGUNTAS REFLEXIVAS PARA AGENTES EDUCATIVOS

Para iniciar el estudio de los ejes temáticos y planear el desarrollo de los encuentros socioeducativos, previo a cada encuentro o grupo de encuentros de cada eje temático, los agentes educativos encontrarán una serie de preguntas con la finalidad de que responda y reflexione sobre estas, de modo que se facilite el acercamiento al tema y a las emociones que este les genera.

Así mismo estas preguntas le permiten que se autoevalúe sobre el abordaje que realizará con las niñas, adolescentes, madres y/o padres, propiciando un buen desarrollo de las actividades planteadas en cada encuentro.

- Para mí ¿Qué significa la adolescencia?
- ¿Qué aspectos recuerdo de mi adolescencia?
- ¿Considero mi adolescencia una etapa extraordinaria? ¿Por qué?
- ¿Considero importante trabajar este tema con las madres y padres de las niñas y adolescentes? ¿Por qué?
- ¿Cuáles son las ventajas y desventajas que identifico en las madres y padres con relación a la adolescencia de sus hijas?
- ¿Cómo se comportaron y cómo te hubiera gustado que se comportaran tus padres en tu adolescencia?

ADOLESCENCIA - UNA ETAPA EXTRAORDINARIA	
RESPONSABLE:	Agente educativo o facilitador (a)
LUGAR:	Salón amplio o sitio con techo
OBJETIVO:	Sensibilizar a los padres y madres de las niñas y adolescentes, sobre la etapa de adolescencia en su proceso biopsicosocial, como contribución al fortalecimiento de las relaciones parento-filiales.
PUNTADAS TEÓRICAS:	<p>Adolescencia:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Concepto de adolescencia • Peridas en la adolescencia. • Desarrollo biopsicosocial en el adolescente • Adolescencia y sexualidad
PREGUNTAS ORIENTADORAS:	<p>¿Qué significa ser adolescente? ¿A qué cambios nos enfrentamos en la adolescencia? ¿Qué peridas se tienen en la adolescencia? ¿Cuáles? ¿Qué es los aspectos más importante en la adolescencia? ¿Qué deben saber sobre sexualidad? ¿Por qué?</p>
TEJIENDO SABERES	
<p>Momento 1 ENHEBRANDO (15 minutos)</p> <p>Saludo y bienvenida</p> <p>Dinámica rompe hielo: El/La agente educativo/a realizará la dinámica de acuerdo al contexto sociocultural de las participantes. A continuación se sugieren algunos sitios web con varias actividades para elegir:</p> <ul style="list-style-type: none"> • cajondeherramientas.com.ar/wp-content/uploads/2015/.../MANUAL-DINAMICAS.pdf • www.asocam.org/biblioteca/files/original/94bac566b9a2e9af34845ec144213e06.pdf • https://espanolparainmigrantes.files.wordpress.com/.../13-juegos-de-presentacion.pdf <p>Acuerdos: Se dan a conocer las actividades a desarrollar y se pactan acuerdos que faciliten el desarrollo de estas.</p>	
<p>Momento 2: HILVANANDO (20 minutos)</p> <p>En este momento el/la agente educativo/a le entregará a cada participante una bomba, la cual deben inflar; luego se les pedirá que jueguen con la bomba tirándola hacia arriba sin dejarla caer al piso y sin sujetarla, durante el juego se les pedirá a los participantes que lo hagan en parejas, luego en grupo de 3; al finalizar la asesora les pedirá que escriban sobre la bomba aspectos que recuerden de su adolescencia y les dirá que la bomba representa su adolescencia y que realizarán el juego nuevamente, iniciando a jugar de manera individual y luego en grupo según las instrucciones de la orientadora..</p>	

Momento 3: SOBRE HILADA (20 minutos)

Al finalizar el juego se considerarán los aspectos relevantes de lo experimentado durante el juego, con la temática propuesta relacionando esta con las situaciones vividas durante la adolescencia, el desarrollo de la sexualidad y los riesgos latentes.

Se les pedirá a los padres y madres de familia que de manera voluntaria compartan con el resto del grupo lo escrito en la bomba.

Preguntas orientadoras:

¿Qué pasó?

¿Cómo me hubiera gustado que pasara?

¿Si volviera ese momento en este instante que cambiaría?

¿A qué riesgos me enfrenté en la adolescencia?

¿Qué fue lo más difícil que viví durante mi adolescencia?

¿Qué pensaba de la sexualidad en mi adolescencia?

Al finalizar el ejercicio a manera de ritual los participantes, romperán la bomba y con ello dejarán en el pasado los recuerdos negativos vivenciados en la adolescencia.

Momento 4: CADENETA (30 minutos)

En este momento los y las participantes se sentarán en círculo de tal forma que no quede espacio entre sillas, luego la profesional social les pedirá que se pongan de pie y den un giro a la derecha, luego tomarán a el compañero del frente por la cintura y bailarán alrededor de las sillas al ritmo de la canción se va el caimán se va el caimán, se va para Barranquilla, se va el caimán se va e caimán se va para Barranquilla; comiendo pan, comiendo pan y arepa con mantequilla, comiendo pan, comiendo pan y arepa con mantequilla (Bis) (repiten la canción las veces que la orientadora decida), en el momento que la orientadora deje de cantar todos se sientan, la persona que quede en pie deberá alcanzar una estrella, en la cual se encuentra una pregunta sobre la adolescencia, que deberá leer y responder, la profesional social incentivará al resto del grupo para que den su opinión sobre la pregunta y orientará los conceptos a partir del abordaje temático.

Guía orientadora:

Para ti ¿Qué significa ser adolescente?

¿A qué cambios crees que nos enfrentamos en la adolescencia?

¿Crees que tenemos pérdidas en la adolescencia? ¿Cuáles?

¿Piensas que los adolescentes son rebeldes? ¿Por qué?

¿Crees que los adolescentes de hoy en día son diferentes a los de antes?

¿Qué consideras que es lo más importante para un adolescente?

¿Crees que los adolescentes deben saber sobre sexualidad? ¿Por qué?

Momento 5: EL PESPUNTE (20 minutos)

Los participantes realizarán el juego “jugo de limón”, que consiste en cantar la canción jugo de limón vamos a jugar el que quede solo, solo quedará, se repetirá las veces que la asesora lo considere necesario, al finalizar la canción se les pedirá a los participantes que conformen grupos de 4, 5, 6, 7 o 8 personas (dependiendo del total del grupo), de tal forma que conformen siempre cuatro grupos, se les dirá a los participantes que en cada grupo los integrantes deben ser diferentes, la facilitadora tendrá cuatro tarjetas con diferentes temáticas de las abordadas, se le entregará una tarjeta a cada grupo, la cual deberán leer y debatir entre el grupo, el juego se terminará cuando todos los grupos hayan leído todas las tarjetas. Luego se le entregará dos cuartillos de cartulina a cada uno de los participantes en la que deberán plasmar los aspectos relevantes que para ellos representa la adolescencia y en el otro escribirán un compromiso de parte de ellos con sus hijas adolescentes.

Momento 6: PUNTO DE FESTÓN (15 minutos)

Se finaliza el tejido, revisando cada puntada, a través de una actividad de cierre de lo vivenciado escogida por el agente educativo o facilitador (Evaluación del encuentro), dando apertura a una nueva experiencia, a partir de cuestionamientos reflexivos sobre lo evidenciado en el entorno externo; una nueva actividad vivencial.

- **PERSONAL REQUERIDO:**

- ✓ *Agente educativo/a*

- ✓ *Participantes:* Padres y madres de las niñas y adolescentes

- **IMPLEMENTOS PARA EL/LA AGENTE EDUCATIVO/A:** La planeación del taller, tarjetas de cartulina.

- **ELEMENTOS PARA LAS PARTICIPANTES:** Cartulina plana, marcadores, bolígrafos, bombas.

- **ESPACIO FÍSICO REQUERIDO:** El dispuesto, preferiblemente un recinto amplio y con techo.

FUENTES DE VERIFICACIÓN:

Registro fotográfico, lo producido durante el taller, diseño metodológico, registro de asistencia, encuestas de satisfacción diligenciadas, informe del proceso.

ALCANCES: Que los padres y madres de las niñas y adolescentes interioricen conceptos claros sobre adolescencia y sexualidad y a partir de allí adquieran herramientas que faciliten las relaciones parento-filiales durante esta etapa.

OBSERVACIONES:

Identificar cómo estas construcciones e imaginarios de adolescencia inciden en la formación de las niñas y adolescentes y en las relaciones parento-filiales de éstas.

Identificar la manera de cómo leen los padres la sexualidad en sus hijas

Identificar el contexto donde se vivieron las experiencias compartidas por los padres y madres

b. Sexualidad, un asunto de todos

TEMÁTICA: Mi sexualidad y mi salud sexual y reproductiva

OBJETIVO DE APRENDIZAJE: Concientizar a las niñas y adolescentes sobre sexualidad, procesos de diferenciación sexual y las responsabilidades que se tienen, para el cuidado y bienestar de una salud sexual y reproductiva sana, que posibilite una mejor construcción de su proyecto de vida.

INDICADOR: Las niñas y adolescentes tendrán claridad sobre el concepto de sexualidad, los procesos de diferenciación sexual y las responsabilidades que se tienen, para el cuidado y bienestar de una salud sexual y reproductiva sana.

PREGUNTAS REFLEXIVAS PARA LOS AGENTES EDUCATIVOS:

- ¿En mi adolescencia me hablaron me explicaron con claridad el tema de sexualidad o me faltó conocimiento que incidiera positivamente en mi proyecto de vida?
- ¿Considero importante trabajar este tema con niñas y adolescentes? ¿Por qué?
- ¿Cuáles son las ventajas y desventajas identificadas en el entorno sobre el tema de sexualidad, para las niñas y adolescentes del grupo?
- ¿Cuáles son las debilidades y fortalezas que identifico en el grupo sobre la sexualidad?
- ¿Considero necesario que las niñas y adolescentes de mi localidad interioricen conceptos apropiados para hablar de sexualidad y se conviertan en apoyo para sus pares en su comunidad?
- ¿Cuáles son las ventajas en las niñas y adolescentes que interiorizan conceptos claros sobre sexualidad?

OBJETIVO:	Desarrollar en los padres y madres de las niñas y adolescentes comprensión sobre los conceptos que tienen que ver con la sexualidad, propiciando un espacio de reflexión en estos, que incida de manera positiva y facilite el diálogo sobre sexualidad, con sus hijos y demás personas de la comunidad.
PUNTADAS TEÓRICAS:	<ul style="list-style-type: none"> • Concepto de sexualidad • La sexualidad en el adolescente • Hablemos de sexualidad • Sexualidad responsable
HILO CONDUCTOR: <i>(El hilo conductor hace referencia a las preguntas que orientan, conectan y/o conducen el desarrollo del eje temático)</i>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ ¿Qué se entiende por sexualidad? ▪ ¿Qué representan los genitales femeninos y masculinos para la sexualidad? ▪ ¿Influye la sociedad en mi sexualidad? ▪ ¿Considero que es importante hablar de sexualidad con mis hijos y otras personas? ▪ Existe alguna diferencia entre sexualidad y sexo ¿Cuál? ▪ ¿Tiene que ver mi cuerpo con mi sexualidad?
TIEMPO APROXIMADO:	3 horas
LUGAR:	Salón amplio o sitio con techo
RESPONSABLE:	Agente educativo
TEJIDO DE SABERES	
Momento 1 - ENHEBRANDO: (15 minutos)	
Saludo y bienvenida	
<p>Dinámica rompe hielo: la facilitadora realizará la dinámica de acuerdo al contexto sociocultural de las participantes. A continuación se sugieren algunos sitios web con varias actividades para elegir:</p> <ul style="list-style-type: none"> • cajondeherramientas.com.ar/wp-content/uploads/2015/.../MANUAL-DINAMICAS.pdf • www.asocam.org/biblioteca/files/original/94bac566b9a2e9af34845ec144213e06.pdf • https://espanolparainmigrantes.files.wordpress.com/.../13-juegos-de-presentacion.pdf 	
Acuerdos: Se dan a conocer las actividades a desarrollar y se pactan acuerdos que faciliten el desarrollo de estas.	
Momento 2 - HILVANANDO: (20 minutos)	
<p>En este momento se le entrega a cada participante una hoja de block de colores, en la cual dibujará una silueta de su cuerpo (La cantidad y la variedad de hojas de colores deben ir distribuidos por partes iguales según el número de participantes, ya que estos luego de desarrollar la primera parte de la actividad conformarán grupos según el color asignado). En la silueta deben escribir:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) En la zona de la cabeza: qué piensa y qué ideas tiene sobre la sexualidad 2) En la boca: qué dicen sobre la sexualidad. 3) En la parte del corazón: qué siente sobre esa vivencia de la sexualidad. 4) En las manos: qué actividades hacen vinculadas con la sexualidad. 5) En los pies: qué errores o metidas de pata se cometen en el ejercicio de la sexualidad en la adolescencia y juventud. 6) En los genitales: ¿Qué significan para el desarrollo de mi sexualidad y por qué? (El participante debe dibujar el genital y ponerle nombre?) <p>Para especificar la consigna se puede plantear que lo que piensa puede referir a ¿Qué es lo que más les ha importado de la sexualidad? ¿Qué es lo que más les gusta? ¿Qué ideas se le vienen a la mente cuando piensan en sexualidad? etc.</p> <p>La boca refiere a lo que dicen, hablan, comentan. El corazón refiere a las distintas emociones, miedos, dudas, afectos y deseos que han sentido o sienten sobre su sexualidad. Las manos refieren a prácticas sexuales o acciones concretas que realizan, con quién creen que se tiene esas prácticas. También se vincula a conductas, comportamientos, actos vinculados con su sexualidad.</p>	

Los pies se refieren a qué errores y “metidas de pata” creen que han cometido en el ejercicio de la sexualidad como, por ejemplo, descuidos, prejuicios, arrepentimientos, acciones riesgosas.

Al finalizar el ejercicio se les hace preguntas al grupo como:

- ¿Cómo se sintieron dibujando su silueta?
- ¿Cómo se sintieron escribiendo cada consigna en su silueta?
- ¿En qué Zona les dio más dificultad escribir y cuál se le facilitó?

La facilitadora puede agregar preguntas según lo observado en el grupo.

Nota: Es necesario promover que cada participante escriba lo que realmente quiera y piense de manera que no se censuren.

Momento 3 - SOBRE HILADA: (25 minutos)

En este momento la facilitadora les pide a los participantes que se agrupen por el color de las hojas en las cuales dibujaron la silueta. Se le entrega a cada subgrupo 1 octavo de cartulina plana, cuartillos de cartulina de colores, marcadores y cuartillos de hojas de block

Luego se les pide que encuentren los puntos en común sobre lo descrito en las siluetas y los escriban en la cartulina entregada; seguidamente escribirán en los cuartillos de hojas de block palabras o frases que describan dichos puntos en común y otras palabras o frases con lo que piensan, dicen y sienten, como actúan y los errores que creen haber cometido con relación a la sexualidad.

Cada sub grupo escogerá a un participante voluntario como representante, al cual le pegarán en la ropa con pinzas o cinta los cuartillos de hojas de block con las palabras o frases escritas, de tal forma que cubran toda su ropa con las etiquetas. La actividad se realizará estilo competencia y la facilitadora estimulará al grupo que primero termine.

Momento 4 - CADENETA: (25 minutos)

Para este momento se le entrega a cada sub grupo marcadores y cuartillos de cartulina de colores (6 por cada color).

Cada sub grupo expondrá lo escrito en los papelillos pegados en la ropa del representante y leerán lo puntos en común escritos en la cartulina; los demás sub grupos a partir de lo expuesto por los compañeros deberán escribir en un cuartillo de cartulina según el color que corresponda, palabras que den respuesta a la pregunta que estará escrita con letra grande y pegada en la parte superior de la tela náutica, en cartulinas de los mismos colores entregados a los subgrupos. La facilitadora les dará 1 o 2 minutos para que escriban las palabras en los cuartillos de cartulina, (de cada sub grupo que exponga darán respuesta a una o dos preguntas dependiendo de la cantidad de subgrupos conformados). Al finalizar el tiempo cada sub grupo lee las palabras escritas y pega la cartulina en la tela náutica debajo de la pregunta correspondiente. En este instante la facilitadora realizará el abordaje teórico de cada pregunta a partir de las palabras escritas, posibilitando la aclaración y construcción de conceptos y la devolución a lo expresado por los participantes.

Preguntas a desarrollar:

1. ¿Qué se entiende por sexualidad?
2. ¿Qué representan los genitales femeninos y masculinos para la sexualidad?
3. Existe alguna diferencia entre sexualidad y sexo ¿Cuál?
4. ¿Hablar de sexualidad, sexo, orientación sexual y genitalidad es la misma cosa? ¿por qué?
5. ¿Tiene que ver mi cuerpo con mi sexualidad?
6. ¿Influye la sociedad en mi sexualidad?
7. ¿Considero que es importante hablar de sexualidad con mis hijos y otras personas? ¿por qué?
8. ¿Hablar de sexualidad con las hijas mujeres es asunto solo de las madres?
9. ¿Si hablo de sexualidad con mi hija causará que tenga relaciones sexuales a una edad más temprana?

Momento 5 - EL PESPUNTE: (20 minutos)

Para este momento la facilitadora ubicará previamente en diferentes lugares del salón o espacio donde se desarrolle el taller, en letra grande y legible los siguientes anuncios:

- 1) A partir de este momento pensaré sobre la sexualidad así
- 2) Cuando hable sobre sexualidad con mis hijos u otra persona, expresaré aspectos como:
- 3) En mis vivencias futuras relacionadas con la sexualidad quiero sentir:
- 4) A partir de este momento incorporaré en mi sexualidad actividades como:
- 5) ¿Qué aspectos considero se deben tener en cuenta para mejorar el ejercicio de la sexualidad y evitar errores?

Para el desarrollo de la actividad la facilitadora conformará 5 grupos y le asignará un número a cada grupo, seguidamente les pedirá que escojan a una persona de otro grupo para que sea su pareja y bailen al ritmo de la música que escuchen desplazándose por todo el espacio. Cuando la música se detenga, deben buscar su grupo tomarse de las manos y correr a las bases que tienen los anuncios, cada grupo debe quedar en una base y en 1 minuto y medio escribirán en el papel periódico lo que exponga el anuncio; luego vuelven a buscar una pareja diferente para el próximo baile y así sucesivamente hasta que los 5 grupos hayan escrito en los 5 anuncios (La orientadora animará a los participantes para que realicen la actividad rápidamente), al finalizar se socializa lo escrito en los anuncios.

La orientadora les expresará que lo plasmado en las bases serán las metas que se deben trazar con relación al tema de sexualidad.

Momento 6 - PUNTO DE FESTÓN: (15 minutos)

Cierre y apertura de nueva actividad vivencial – (evaluación): *el agente educativo elegirá la actividad para desarrollar este momento y realizar la evaluación del encuentro.*

MEDIOS:	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Personal requerido: <ul style="list-style-type: none"> ✓ Facilitadora: Profesional social ✓ Participantes: Padres, madres y/o acudientes de las niñas y adolescentes. ▪ Implementos para el facilitador: La planeación del taller, preguntas escritas en cartulina, sonido, tela náutica, aerosol. ▪ Elementos para las participantes: Hojas de colores, cartulina plana, cinta, marcadores, papel periódico, hojas de block, cuartillos de cartulina. ▪ Espacio físico requerido: El dispuesto, preferiblemente un recinto amplio y con techo.
ALCANCES:	Que las participantes tengan claridad de los conceptos sobre sexualidad y la importancia de esta en las relaciones interpersonales y la vida de las personas.
FUENTES DE VERIFICACIÓN:	Registro fotográfico, lo producido durante el taller, diseño metodológico, registro de asistencia, encuestas de satisfacción diligenciadas, informe del proceso.
OBSERVACIONES:	Identificar cómo estas construcciones e imaginarios de la vivencia de la sexualidad en los padres y madres inciden en las niñas y las adolescentes. Identificar cómo se presentan los cuerpos femeninos y masculinos, comparar los pensamientos, los discursos, los sentimientos, las prácticas y los “errores” en el ejercicio de las sexualidades femenina y masculina. Resaltar la importancia de que los padres y madres hablen de sexualidad con sus hijas e hijos.

c. Sexualidad responsable, embarazo en la adolescencia

TEMÁTICA: Mi sexualidad y mi salud sexual y reproductiva

OBJETIVO DE APRENDIZAJE: las niñas y adolescentes reflexionen acerca de dilemas y retos que se le presenta en su formación y para sus proyectos de vida, sobre la expresión de la sexualidad de las mujeres y de los hombres que está condicionada por las creencias y exigencias que la sociedad impone a unos y a otras. La expresión de la sexualidad masculina y femenina que está influida por los valores sociales y culturales de la sociedad. La sexualidad que no implica sólo las relaciones sexuales. La importancia de que hombres y mujeres se escuchen para saber qué quieren y esperan en su vida sexual, con el fin de manejar mejor su vida en pareja.

INDICADOR:

- Las niñas y adolescentes generan prácticas responsables e incluyentes para sí mismas y con los demás.
- Identifican los sentimientos hacia el cuerpo y en especial hacia los genitales.
- Destacan la importancia de valorar el cuerpo como reflejo de una adecuada autoestima.
- Conocen y valoran positivamente su cuerpo, como algo indispensable para sentirse bien con ellas mismas,
- Discuten con propiedad las percepciones femeninas y masculinas sobre el ejercicio de la sexualidad.

PREGUNTAS REFLEXIVAS PARA LOS AGENTES EDUCATIVOS:

- ¿En mi adolescencia me hablaron me explicaron con claridad el tema de sexualidad o me faltó conocimiento que incidiera positivamente en mi proyecto de vida?
- ¿Considero importante trabajar este tema con niñas y adolescentes? ¿Por qué?
- ¿Cuáles son las ventajas y desventajas identificadas en el entorno sobre el tema de sexualidad, para las niñas y adolescentes del grupo?
- ¿Cuáles son las debilidades y fortalezas que identifico en el grupo sobre la sexualidad?
- ¿Considero necesario que las niñas y adolescentes de mi localidad interioricen conceptos apropiados para hablar de sexualidad y se conviertan en apoyo para sus pares en su comunidad?
- ¿Cuáles son las ventajas en las niñas y adolescentes que interiorizan conceptos claros sobre sexualidad?

OBJETIVO:	Identificar los aspectos relevantes relacionados con la sexualidad, el cuerpo, la salud sexual y reproductiva, que inciden las relaciones intra e interpersonales.
PUNTADAS TEÓRICAS:	<ul style="list-style-type: none">• Concepto de sexualidad• Concepto de salud sexual y reproductiva• Métodos Anticonceptivos• Embarazo en adolescencia
HILO CONDUCTOR: <i>(El hilo conductor hace referencia a las preguntas que orientan, conectan y/o conducen el desarrollo del eje temático)</i>	<ul style="list-style-type: none">▪ Qué se entiende por sexualidad▪ Qué es la salud sexual y reproductiva▪ Métodos Anticonceptivos más reconocidos.▪ Sexualidad responsable (embarazo en adolescencia)
TIEMPO APROXIMADO:	4 horas
LUGAR:	Salón amplio o sitio con techo
RESPONSABLE:	Profesional social

TEJIDO DE SABERES

<p>Momento 1 - ENHEBRANDO: (30 minutos)</p>	<p>Saludo y bienvenida</p> <p>Dinámica rompe hielo: (La profesional social realizará la dinámica de acuerdo al contexto sociocultural de las participantes)</p> <p>Se dan a conocer las actividades a desarrollar y se pactan acuerdos que faciliten el desarrollo de estas.</p>
<p>Momento 2 - HILVANANDO: (40 minutos)</p>	<p>Luego se le entrega a cada participante una hoja de block, en la cual plasmará una silueta de su cuerpo, (otra posibilidad es proporcionarles la hoja con la silueta ya dibujada). En la silueta deben escribir:</p> <ol style="list-style-type: none"> 7) En la zona de la cabeza: qué piensa y qué ideas tiene sobre la sexualidad 8) En la boca: qué dicen sobre la sexualidad. 9) En la parte del corazón: qué siente sobre esa vivencia de la sexualidad. 10) En las manos: qué actividades hacen vinculadas con la sexualidad. 11) En los pies: qué errores o `metidas de pata` se cometen en el ejercicio de la sexualidad en la adolescencia y juventud. 12) En los genitales: ¿Definen mi sexualidad, son importantes para el desarrollo de mi sexualidad y por qué? Poner nombre y función. <p>Para especificar la consigna se puede plantear que lo que piensa puede referir a qué es lo que más les importa de la sexualidad, qué fantasías tienen, con qué sueñan, qué ideas se le vienen a la mente cuando piensan en sexualidad, etc. La boca refiere a lo que dicen, hablan, comentan. El corazón refiere a las distintas emociones, miedos, dudas, afectos y deseos que sienten sobre su sexualidad. Las manos refieren a prácticas sexuales o acciones concretas que realizan, con quién tiene esas prácticas. También se vincula a conductas, comportamientos, actos vinculados con su sexualidad. Los pies se refieren a qué errores y “metidas de pata” creen que han cometido en el ejercicio de la sexualidad como, por ejemplo, descuidos, prejuicios, arrepentimientos, acciones riesgosas.</p> <p>Al finalizar el ejercicio se le pide al grupo que volteen la hoja y se les hace preguntas como:</p> <p>¿Cómo se sintieron escribiendo cada consigna en su silueta? ¿En qué Zona les dio más dificultad escribir y cuál se le facilitó?</p> <p>Nota: Es necesario promover que cada una escriba lo que realmente quiera y piense de manera que no se censuren. La profesional social deberá estar muy atenta a las anotaciones para el momento de aportar a la construcción de patrones superadores.</p>
<p>Momento 3 - SOBRE HILADA: (40 minutos)</p>	<p>Para este momento la orientadora dispondrá de papelillos de colores y escribirá un número en cada uno de estos; los números a escribir son el 1 y</p>

el 2. En el momento que de llegada de las participantes se le entregará un papelillo. Se le pide a los que tengan el número 1 pasar al frente y hacer un círculo, cuando ya estén en círculo se les pide dar media vuelta, luego se les dice a los que tienen el número 2 ponerse al frente de uno de los compañeros con el número 1. Estando en el círculo de frente con el otro compañero, los números 2 deben girar un paso hacia la derecha o un paso hacia la izquierda según lo disponga la moderadora, dando la posibilidad que vayan cambiando de pareja y cumpliendo con cada una las siguientes ordenes:

- Mirarse fijamente a los ojos
- Masajear la espalda de su compañera
- Masajear el cuello de su compañera
- soplar la oreja de su compañero de atrás hacia adelante
- Darse un abrazo con su compañera.

Seguido de lo anterior, la moderadora dispondrá de los siguientes materiales para cada subgrupo: 2 tarjetas de cartulina de color amarillo, 2 de color azul, 3 de color rosado y 1 blanca. Para dividir los participantes en subgrupos, se escriben en pedacitos de papel el nombre de 1, 2, 3 o más barrios o sectores e instituciones educativas que conozcan o hayan escuchado de las niñas y adolescentes, se meten en una bolsa de color oscuro y se le pide a cada participante que escoja un papelillo, cuando hayan terminado se les pedirá reunirse en subgrupos de acuerdo al nombre que escogieron, luego se les dirá que ese subgrupo es la comunidad en la que viven o participan.

Estando ya en subgrupos se les explica que se le entregará una tarjeta a cada uno de los integrantes. Se solicita a cada participante que anote en su tarjeta los nombres que desee de los compañeros del subgrupo, pidiendo previamente a cada uno permiso para hacerlo. Pueden además, elegir que nadie, todos, o que sólo ciertas personas del grupo estén anotados en sus tarjetas; o poner su propio nombre en la de los demás. De esta forma, al final de un período de unos cinco minutos (depende del tamaño del grupo), algunas tarjetas estarán llenas de nombres, otras tendrán pocos, y otras tal vez ninguno. Se pide a la persona que tiene la tarjeta blanca que se ponga en pie, luego se pondrán en pie aquellas personas que hayan anotado en su tarjeta a la persona de la tarjeta blanca; a continuación se levantaran las personas que tengan anotadas en su tarjeta a las anteriores de manera que al final prácticamente todo el grupo se encuentra en pie. Se revela entonces el significado de los signos: tarjeta blanca = personas con una ITS; azul = siempre usa preservativo y anticonceptivos; amarilla = a veces usa preservativo y de vez en cuando anticonceptivos; rosada = no usa preservativo ni anticonceptivos.

A partir de aquí se realiza un seguimiento del posible recorrido efectuado por la infección y un posible embarazo, y sólo podrán sentarse aquellas personas que no han corrido riesgo, es decir, las que siempre usan preservativo y anticonceptivos.

A partir de esta experiencia se demostrará a las niñas y adolescentes con qué facilidad una ITS puede “viajar” por una comunidad y con qué facilidad se puede quedar embarazada cuando no se usa o no se usan de la manera

	<p>adecuada los métodos anticonceptivos. Se crea en las niñas y adolescentes un sentimiento de proximidad real a la infección y al embarazo en la adolescencia. (Eso no me pasa a mí)</p> <p>Al finalizar se le entrega a cada participante un cuartillo de cartulina, para que escriban como se sienten en este momento con relación a la transmisión de las ITS y la forma de concebir un embarazo y se les pide darle una valoración de 0 a 10 a la facilidad con la que se transmiten las ITS y la facilidad de concebir un embarazo. (Dependiendo del espacio, se puede animar con música suave de fondo, que esté relacionada con el tema)</p> <p>¿Tú crees que nuestro cuerpo es importante para ti? ¿Por qué?</p> <p>¿Crees que debemos querer y cuidar nuestro cuerpo?</p> <p>¿Cómo te sientes en este momento con lo vivido)</p> <p>Escribe de 0 a 10:</p> <p>Si no nos protegemos ¿consideras que la posibilidad de adquirir una ITS es?</p> <p>¿Consideras que la posibilidad de concebir un embarazo es?</p>
<p>Momento 4 - CADENETA: (25 minutos)</p>	<p>Los participantes realizarán el juego “jugo de limón”, que consiste en cantar la canción jugo de limón vamos a jugar el que quede solo, solo quedará, se repetirá las veces que la asesora lo considere necesario, al finalizar la canción se les pedirá a los participantes que conformen grupos de acuerdo a la edad, mes de cumpleaños, color favorito (la moderadora debe terminar el juego agrupando las integrantes con un número de tal manera que conformen varios subgrupos). Ya con los subgrupos conformados se les pide a cada uno elegir un representante, los cuales saldrán al frente y elegirán una de las frases que la moderadora escribe en un tablero o papel craf, los representantes volverán al grupo y tendrán 5 minutos para tomar nota de las opiniones de los participantes sobre la frase. Al toque de palmas, estas personas pasarán a otro grupo, realizando la misma acción. Al término de la visita a todos los grupos, estos coordinadores expondrán las opiniones que obtuvieron y la profesional social realizará las orientaciones.</p> <p>Sexualidad</p> <p>Uso de métodos anticonceptivos</p> <p>Prevengo las Infecciones de transmisión sexual</p> <p>Quiero y cuido mi cuerpo previniendo embarazo</p>
<p>Momento 5 - EL PESPUNTE: (40 minutos)</p>	<p>En este momento los participantes en los mismos subgrupos, la moderadora pasará por cada subgrupo y le pedirá a los participantes que escojan una hoja de block al azar la cual tendrá escrito diferentes ritmos musicales según los ritmos predominantes en la región; seguidamente le pedirá a los subgrupos que deben inventar una canción o parodia en dicho genero con la frase escogida anteriormente por el líder, escribirán en la hoja de block y luego la cantarán a sus compañeros. (La canción debe llevar un mensaje sobre el cuidado del cuerpo, la prevención de las ITS y el embarazo en la adolescencia)</p> <p>Algunos géneros musicales:</p> <p>Vallenatos</p> <p>Salsa</p>

	Reggaetón Champeta Rancheras Otros que considere la moderadora según la región
Momento 6 - PUNTO DE FESTÓN: (30 minutos)	Cierre y apertura de nueva actividad vivencial, es decir generar en las niñas y adolescentes la reflexión de cómo van a actuar ellas y con sus familias y pares después de saber sobre el tema – (evaluación): <i>La profesional social elegirá la actividad para desarrollar este momento y realizar la evaluación del encuentro.</i>
MEDIOS:	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Personal requerido: <ul style="list-style-type: none"> ✓ Facilitadora: Profesional social ✓ Participantes: Niñas y adolescentes ▪ Implementos para el facilitador: La planeación del taller, estrellas de cartulina, sonido ▪ Elementos para las participantes: Cartulina plana, cinta, marcadores, bolígrafos, cinta o rollos de lana de colores, vestuario, pañuelo, papel craf, hojas de block. ▪ Espacio físico requerido: El dispuesto, preferiblemente un recinto amplio y con techo.
ALCANCES:	Que las participantes evidencien los conceptos de sexualidad, su proceso biológico y el sistema reproductivo.
FUENTES DE VERIFICACIÓN:	Registro fotográfico, lo producido durante el taller, diseño metodológico, registro de asistencia, encuestas de satisfacción diligenciadas, informe del proceso.
OBSERVACIONES:	Identificar cómo estas construcciones e imaginarios de la vivencia de la sexualidad inciden en las niñas y adolescentes. Identificar en quiénes aparece la dimensión del placer, en quiénes la dimensión reproductiva, cuándo aparece la dimensión del cuidado, cómo se presentan los cuerpos femeninos y masculinos, comparar los pensamientos, los discursos, los sentimientos, las prácticas y los “errores” en el ejercicio de las sexualidades femenina y masculina.

d. Roles e identidad de género

TEMÁTICA: Incidencia de los estereotipos y los roles en la identidad de género

OBJETIVO DE APRENDIZAJE: Desarrollar en los padres y madres de las niñas y adolescentes comprensión sobre la incidencia de los estereotipos y los roles de género, en la identidad de género de las niñas y adolescentes.

INDICADOR: Los padres y madres de las niñas y adolescentes tendrán claridad sobre los estereotipos sociales y culturales y los roles de género asignados en la familia y su incidencia en la identidad de género de las niñas y adolescentes.

PREGUNTAS REFLEXIVAS PARA EL AGENTE EDUCATIVO

- ¿Es lo mismo género que sexo?
- ¿Qué tanto influyen los estereotipos y roles de género en mi identidad con el género?
- ¿Es importante trabajar este tema con los padres, madres y acudientes de las niñas y adolescentes del grupo? ¿Por qué?
- ¿Cómo puedo relacionar este tema con la sexualidad?
- ¿Cómo puedo relacionar este tema con la prevención del embarazo en la adolescencia?
- ¿Cuáles son las desventajas del desconocimiento sobre este tema?
- ¿Cuáles son las debilidades y fortalezas que identifico en los padres y madres de las niñas y adolescentes del grupo sobre los roles y estereotipos de género?
- ¿Considero necesario que los padres y las madres de las niñas y adolescentes del grupo y de la localidad reflexionen sobre los roles de género asignados? ¿Por qué?
- ¿De qué manera puedo promover la equidad de género en mi familia y mi comunidad?

OBJETIVO:	Desarrollar en los padres y madres de las niñas y adolescentes comprensión sobre la incidencia de los estereotipos y los roles de género, en la identidad de género de las niñas y adolescentes.
PUNTADAS TEÓRICAS:	<ul style="list-style-type: none"> • Concepto de género • Estereotipos de género • Roles de género • Identidad de género
HILO CONDUCTOR: <i>(El hilo conductor hace referencia a las preguntas que orientan, conectan y/o conducen el desarrollo del eje temático)</i>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ ¿Qué es significa ser hombre? ▪ ¿Qué es significa ser mujer? ▪ ¿Qué actividades y comportamientos son propios de las mujeres y de los hombres? ▪ ¿Cómo inciden los estereotipos roles de género en la identidad de género?
TIEMPO APROXIMADO:	3 horas
LUGAR:	Salón amplio o sitio con techo
RESPONSABLE:	Agente educativo
TEJIDO DE SABERES	
Momento 1 - ENHEBRANDO: (15 minutos)	
Saludo y bienvenida	
Dinámica rompe hielo: El/La agente educativo/a realizará la dinámica de acuerdo al contexto sociocultural de las participantes. A continuación se sugieren algunos sitios web con varias actividades para elegir:	
<ul style="list-style-type: none"> • cajondeherramientas.com.ar/wp-content/uploads/2015/.../MANUAL-DINAMICAS.pdf... 	

- www.asocam.org/biblioteca/files/original/94bac566b9a2e9af34845ec144213e06.pdf
- <https://espanolparainmigrantes.files.wordpress.com/.../13-juegos-de-presentacion.pdf>

Acuerdos: Se dan a conocer las actividades a desarrollar y se pactan acuerdos que faciliten el desarrollo de estas.

Momento 2 - HILVANANDO: (30 minutos)

Para hilvanar la facilitadora le pide a los/las participantes enumerarse del 1 al 2, luego se agruparán de acuerdo al número correspondiente, conformando sub grupo 1 y sub grupo 2, seguidamente la/el profesional le dirá al sub-grupo número 1 que conformen un círculo y cuando estos estén en círculo les dirá que den media vuelta, luego les pedirá al sub-grupo número 2 que cada uno se ponga al frente de un compañero del sub-grupo número 1; seguidamente el/la profesional social les ordenará a los participantes realizar con la pareja que corresponda, el siguiente ejercicio:

1. Mirarse a los ojos sin reírse, decir el color favorito. (*rotar tres posiciones a la derecha*)
2. Contarse ¿Cuál es la ropa que más recuerdan de su niñez y de su adolescencia? (*rotar dos posiciones a la derecha*)
3. Contarse ¿Qué juguetes recuerdan que les hayan regalado sus padres, tios, abuelos u otra persona durante su niñez y adolescencia? (*rotar tres a la izquierda*)
4. Contarse ¿Qué juegos practicaron durante su niñez y adolescencia y que juegos les eran prohibidos por sus padres o adultos? (*rotar cuatro posiciones a la izquierda*)
5. Contarse ¿Qué actividades o labores de ayuda recuerdan haber realizado en casa durante su niñez y adolescencia? (*rotar dos posiciones a la izquierda*)
6. Contarse ¿Cómo se referían los adultos a los hijos hombres cuando lloraban o se quejaban a menudo? (*rotar una posición a la derecha*)
7. De mis padres y abuelos ¿quién se ocupaba de las labores del hogar, quién trabajaba y quién cuidaba de los niños y niñas? (*rotar tres posiciones a la izquierda*)
8. ¿Cómo me decían que era la forma correcta de sentarme y qué pasaba cuando no lo hacía de esa manera? (*rotar una posición a la derecha*)
9. ¿Qué cosas recuerdo que no pude hacer o expresar durante mi niñez o adolescencia? Y ¿Cuáles me hubieran gustado hacer o expresar? (*rotar dos posiciones a la izquierda*)
10. Si hubiera tenido la oportunidad de elegir mi nombre ¿Cuál me pondría? ¿Por qué? Le doy un abrazo a mi compañero/a.

La rotación se hará de acuerdo al total de participantes

Al finalizar la profesional social propiciará un espacio para la reflexión a través de las siguientes preguntas:

¿Cómo se sintieron realizando esta actividad?

¿Qué fue lo que más les gustó recordar? ¿Por qué?

¿Qué no les gusto recordar? ¿Por qué?

¿Qué fue lo que más se le dificultó expresar en la actividad?

Es importante que la profesional social posibilite en este momento, el recuerdo de los roles asignados a hombres y mujeres, e identifique los roles y estereotipos evidenciados durante la actividad.

Momento 3 - SOBRE HILADA: (20 minutos)

Para este momento la facilitadora dispondrá de papel kraf, recortes de periódicos y revistas, pegante, marcadores, cuartillos de hojas de block.

Se le pide a los/las participantes se reúnan nuevamente en los sub-grupos uno y dos, la profesional social tendrá dos pliegos de papel kraf, previamente marcados en la mitad, uno con la palabra mujer y otro con la palabra hombre; luego le entrega a cada sub-grupo uno de los pliegos marcados. En el centro del salón el/la facilitadora tendrá ubicados los materiales disponibles (marcadores, pegante, cuartillos de hojas de block, revistas, periódicos, tijeras, etc.) y le pedirá a los/las participantes escoger los elementos necesarios, buscar, en los periódicos y revista y recortar y pegar imágenes y palabras en el papel, para crear un collage de lo que ellos consideran que deben ser y hacer los hombres y deben ser y hacer las mujeres, según corresponda al sub-grupo. En los cuartillos de hoja de block blanca escribirán el concepto de género y las actividades y comportamientos que consideran no son apropiados para mujeres y hombres (mínimo 10, cada uno en un cuartillo de hoja), según corresponda al sub-grupo.

Se dice a los participantes que para esta actividad deben tener en cuenta lo vivenciado durante su vida; se les propone pensar en palabras, imágenes, materiales, colores, sonidos, etc.

Cuando se haya terminado, cada sub-grupo pegará el collage en la pared u otro lugar del salón de encuentro, y los cuartillos de hojas de block con las actividades y comportamientos en la tela náutica. Posteriormente pasarán al momento de la cadeneta.

Momento 4 - CADENETA: (30 minutos)

En este momento cada sub-grupo explicará al resto de sus compañeros el collage, argumentado por qué consideran que esas funciones y formas de ser corresponden a hombres o mujeres; igualmente leerán el concepto de género y las actividades y comportamientos que consideraron no apropiados para hombres o mujeres y ¿por qué?

En este momento la profesional social abordará el contenido teórico sobre estereotipos y roles socialmente asignados a hombres y mujeres según el sexo, y cómo a través de estos estereotipos y roles, la familia incide en la identidad de género de las niñas y adolescentes. Debe partir del abordaje sobre el concepto de género.

Para el abordaje teórico la profesional social partirá de lo expresado por los sub-grupos en la medida que presentan el collage y leen las palabras pegadas en la tela náutica, propiciando la reflexión sobre lo abordado, con relación a las niñas y adolescentes a los que representan y la claridad sobre el concepto de roles, estereotipos e identidad de género.

Momento 5 - EL PESPUNTE: (20 minutos)

En este momento las y los participantes observarán el video “CARICATURAS DE LOS ROLES DE GÉNERO”. Disponible en: <https://www.youtube.com/watch?v=GwQ4Ngc9Glg>.

Al finalizar el video la profesional social le dice a los participantes que durante tres minutos piensen en los roles y fusiones asignados en su familia, luego en una hoja de colores escribirán, ¿Qué les gustaría que cambiara? y ¿A qué se comprometen hoy para posibilitar ese cambio?

Cada participante debe marcar la hoja con el nombre de la niña o adolescente a la cual representa y la pegan en la tela náutica. La profesional social guardará cada hoja y se la entregará en el próximo encuentro.

Momento 6 - PUNTO DE FESTÓN: (15 minutos)

Cierre y apertura de nueva actividad vivencial – (evaluación): *La profesional social elegirá la actividad para desarrollar este momento y realizar la evaluación del encuentro.*

MEDIOS:	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Personal requerido: <ul style="list-style-type: none"> ✓ Facilitadora: Profesional social ✓ Participantes: Padres, madres y/o acudientes de las niñas y adolescentes. ▪ Implementos para el facilitador: La planeación del taller, computador, video beam o televisor, sonido, tela náutica, aerosol. ▪ Elementos para las participantes: Hojas de colores, pegante, marcadores, papel kraf, cuartillos de hojas de block, tijeras, revistas periódicos, cinta, bolígrafos. ▪ Espacio físico requerido: El dispuesto, preferiblemente un recinto amplio y con techo.
ALCANCES:	Que las y los participantes sean conscientes de la incidencia de la asignación de los roles en la familia y los estereotipos sociales y culturales en la identidad de género.
FUENTES DE VERIFICACIÓN:	Registro fotográfico, lo producido durante el taller, registro de asistencia, informe del proceso.
OBSERVACIONES:	Identificar cómo la importancia de la cultura y la sociedad en las actividades y comportamientos de hombres y mujeres en las familias de las niñas y adolescentes.

	<p>Identificar cómo se representa el ser hombre o ser mujer con relación a lo femenino y lo masculino.</p> <p>Resaltar la importancia de la equidad de género para las niñas, adolescentes y jóvenes. Es importante propiciar la reflexión de los padres, madres y acudientes de las niñas y adolescentes sobre cómo la influencia de los estereotipos sociales y culturales inciden en la inequidad de género.</p>
--	---

e. Relaciones familiares y comunicación en la adolescencia

TEMÁTICA: La comunicación como herramienta facilitadora de las relaciones familiares.

OBJETIVO DE APRENDIZAJE: Reconocer la importancia que tiene una adecuada comunicación parento-filial en la adolescencia, para el fortalecimiento en las relaciones familiares.

INDICADOR:

- Los padres, madres y cuidadores de las niñas y adolescentes tendrán claridad sobre el concepto de comunicación.
- Los padres, madres y cuidadores de las niñas y adolescentes tendrán claridad sobre la importancia de una adecuada comunicación parento-filial, para el fortalecimiento de las relaciones familiares.

PREGUNTAS REFLEXIVAS PARA EL AGENTE EDUCATIVO

- ¿Qué siento y pienso respecto a este tema?
- ¿Considero importante trabajar este tema con los padres y madres de las niñas y adolescentes? ¿Por qué?
- ¿La forma como me comunico las niñas y adolescentes fortalece mi relación con el grupo? ¿Qué resalto de esta?
- ¿Cuáles son las fortalezas y debilidades que identifico en los padres, madres y cuidadores de la localidad al comunicarse con sus hijos e hijas adolescentes?
- ¿Cuáles son las debilidades y fortalezas que identifico en las relaciones entre padres e hijas de mi localidad?
- ¿Considero necesario que los padres y las madres de las niñas y adolescentes del grupo y de la localidad establezcan una comunicación que fortalezca las relaciones familiares y se conviertan en referente para otros adolescentes y padres de su comunidad? ¿Por qué?
- En mi vida personal: ¿Me considero una persona asertiva? ¿Expreso lo que pienso y siento de forma clara y con el lenguaje apropiado para las personas con las que me relaciono?

OBJETIVO:	Propiciar un espacio de reflexión en los padres, madres y cuidadores de las niñas y adolescentes, para el reconocimiento de la importancia que tiene una adecuada comunicación parento-filial en la adolescencia, para el fortalecimiento en las relaciones familiares.
PUNTADAS TEÓRICAS:	<ul style="list-style-type: none"> • Concepto de comunicación • Comunicación adecuada con el adolescente • Comunicación, asertividad y relación parento-filial • Relaciones familiares en el ciclo vital familiar de la adolescencia.
HILO CONDUCTOR:	<ul style="list-style-type: none"> ▪ ¿Qué es comunicación?

<p>(El hilo conductor hace referencia a las preguntas que orientan, conectan y/o conducen el desarrollo del eje temático)</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ ¿Considero que es difícil la comunicación de los padres con los hijos e hijas adolescentes? ▪ ¿Qué aspectos debo tener en cuenta para comunicarme con mi hija adolescente? ▪ ¿Qué considera lo más importante cuando se dialoga con un hijo o hija adolescente? ▪ ¿Qué entiendo por relaciones familiares? ▪ ¿Se dificultan las relaciones familiares cuando los hijos llegan a la adolescencia? ▪ ¿Cuándo se habla de asertividad se hace referencia a...? ▪ ¿Es más importante escuchar a mis hijos o hijas o que ellos me escuchen a mí? ▪ ¿Cómo me siento cuando no me escuchan los demás? ▪ ¿Qué sentiría si alguien me dice mis errores en público?
TIEMPO APROXIMADO:	3 horas
LUGAR:	Salón amplio o sitio con techo
RESPONSABLE:	Agente educativo/a
TEJIDO DE SABERES	
<p>Momento 1 - ENHEBRANDO: (15 minutos) Saludo y bienvenida</p> <p>Dinámica rompe hielo: El/La agente educativo/a realizará la dinámica de acuerdo al contexto sociocultural de las participantes. A continuación se sugieren algunos sitios web con varias actividades para elegir:</p> <ul style="list-style-type: none"> • cajondeherramientas.com.ar/wp-content/uploads/2015/.../MANUAL-DINAMICAS.pdf • www.asocam.org/biblioteca/files/original/94bac566b9a2e9af34845ec144213e06.pdf • https://espanolparainmigrantes.files.wordpress.com/.../13-juegos-de-presentacion.pdf <p>Acuerdos: Se dan a conocer las actividades a desarrollar y se pactan acuerdos que faciliten el desarrollo de estas.</p>	
<p>Momento 2 - HILVANANDO: (20 minutos)</p> <p>Se le entregará a cada participante un bolígrafo y una hoja de block la cual deben marcar con el nombre de su hija, se ambienta el lugar con música suave. Posteriormente la facilitadora explica a los padres que en sus manos tiene una lista de preguntas que ella/el leerá y ellos deben escribir la respuesta en la hoja que se les entregó; se les explica que con la respuesta a las preguntas identificarán cuanto conocen y se comunican con su hija, y como lo hacen.</p> <p><i>El/La agente educativo/a debe promover que cada participante escriba lo que realmente sabe sobre su hijo y sobre la forma como se comunican, de manera que no se censuren.</i></p> <p>Preguntas:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ¿Quién es su mejor amigo? 2. ¿Qué día es su fecha de nacimiento? 3. ¿Cuál ha sido el logro que más ha llenado de orgullo a su hija este año? 4. ¿Qué materia(s) le resulta(n) más atractivas en el colegio? 5. ¿Cuáles le disgustan más? 6. ¿Cuál es su programa favorito? 7. ¿Cuál es su deporte favorito? 8. ¿Cómo se llama su maestro predilecto? 9. ¿Qué desea estudiar al terminar el bachillerato? 10. ¿Cómo le gusta vestir? 11. ¿Qué regalo le gustaría recibir? 12. ¿Qué cosa le produce más temor? 13. ¿Qué cosa le produce más vergüenza? 	

14. Película favorita
15. Héroe o personaje al que admira
16. Cosas que le disgustan
17. Experiencia que más la ha desilusionado
18. ¿Tiene algún amigo(a) con el/la que esté peleado(a)?
19. ¿De qué cosas se queja con mayor frecuencia?
20. ¿Cómo le hablo cuando hace algo que me disgusta?
21. ¿Qué frases o palabras le digo cuando lo regaño?
22. ¿Cuándo me comunico con ella, quien habla más?
23. ¿Cuándo hace algo que me disgusta y le llamo la atención, en que momento lo hago, (en el instante, durante el día, al otro día, durante la semana, se me olvida?
24. De manera voluntaria los participantes manifestarán
25. ¿Que sintieron al responder las preguntas?
26. ¿Por qué creen que sintieron eso?

Al finalizar se le pide que de manera voluntaria expresen: Cómo se sintieron durante el ejercicio, Identificaron algún aspecto relevante durante el ejercicio. Al finalizar cada participante pegará la hoja con las respuestas en la tela náutica y se da paso a la actividad siguiente:

Momento 3 - SOBRE HILADA: (25 minutos)

Para este momento la/el agente educativo/a le entregará a los participantes cuartillos de cartulina, una venda para los ojos y un bolígrafo o lápiz, además tendrá preparado un fondo de música suave que posibilite la reflexión.

Se les pide ponerse en pie en el centro del aula o lugar de encuentro. Los participantes caminarán por el espacio mientras suena la música que la/el profesional social pone de fondo, cuando esta deje de sonar, el participante se quitará la venda y escogerá una de la persona más cercana para formar una pareja; en el momento que estén en parejas la/el facilitador leerá una pregunta de las que tendrá escrita en una tirilla de papel, la pareja dialogará sobre está y cada uno escribirá su opinión en uno de los cuartillos de cartulina entregados; cuando tengan la respuesta escrita los participantes se ponen nuevamente la venda, la profesional rueda la música y repiten la dinámica contestando a otra pregunta; realizan esta actividad hasta completar las preguntas dispuesta por la facilitadora.

Preguntas:

Para mí, ¿Qué es comunicación?

¿Considero que es difícil la comunicación de los padres con los hijos e hijas adolescentes?

¿Qué aspectos debo tener en cuenta para comunicarme con mi hija adolescente?

¿Qué considera lo más importante cuando se dialoga con un hijo o hija adolescente?

¿Qué entiendo por relaciones familiares?

¿Se dificultan las relaciones familiares cuando los hijos llegan a la adolescencia?

¿Cuándo se habla de asertividad se hace referencia a...?

¿Es más importante escuchar a mis hijos o hijas o que ellos me escuchen a mí?

¿Cómo me siento cuando no me escuchan los demás?

¿Qué sentiría si alguien me dice mis errores en público?

Cuando los participantes hayan finalizado el ejercicio, los participantes jugarán a los marineros para conformar sub grupos. El o la facilitadora explica que se deben imaginar que todos van en un barco del cual ella es el capitán y los demás son marineros, cuando se diga marineros todos deben responder en posición de saludo militar y fuerte **“a la orden mi capitán”** a lo cual el capitán les informara que el barco se está hundiendo y todos responderán **“ohhhhh chanflee qué podemos hacer”** a la vez que hacen un movimiento curvo y en bajada con la cadera y se tapan la nariz. El capitán dará una orden y todos la deben cumplir. Algunas órdenes o consignas sugeridas son: Hacer como gorilas, gallinas u otro animal, saltar en un solo pie, entre otras, la última orden será conformar sub grupos. (La facilitador dará el número de acuerdo al total de los participantes, de tal forma que se conformen tres sub grupos).

Se le pide a cada sub grupo socializar entre ellos las definiciones escritas en los cuartillos de cartulina, luego pegarlas en un papel periódico que le entregará la/el profesional social en el orden que ellos consideren, la conclusión de la discusión la escribirán en una hoja de colores. El debate y la utilizarán para la cadeneta.

Momento 4 - CADENETA: (25 minutos)

Para puntear la cadeneta cada sub grupo realizará una representación sobre tipos de conductas (agresivas, pasivas y asertivas). Durante la presentación, el resto de los integrantes deberán:

- Observar a los compañeros que están haciendo su presentación.
- Encontrar las diferencias que hay entre ellos.
- Identificar las características de cada equipo.
- Comentar lo analizado apoyándose en las conclusiones de la discusión realizada a partir de las definiciones construidas en cada equipo.

La/el profesional social aterriza los conceptos teóricos del tema con relación al objetivo y hace devoluciones al grupo teniendo en cuenta lo expresado por los participantes y utilizando un lenguaje apropiado que facilite la comprensión y la reflexión de lo trabajado.

Situaciones a representar en los dramatizados:

Equipo 1: Representa una familia en la cual uno de los padres sea una persona **agresiva**

Su conducta debe ser: <ul style="list-style-type: none">• Mirada fija• Voz alta• Habla rápido• Gestos de amenaza• Postura intimidatoria invadiendo el espacio del otro• Cuerpo tenso	Tipo de pensamientos de este tipo de personas: <ul style="list-style-type: none">• No tengo necesidad de respetar a los demás.• Sólo me respetan si soy agresivo.• No puedo soportar que las cosas no sean como yo quiero.
Emociones y sentimientos <ul style="list-style-type: none">• Baja autoestima.• Sentimientos de culpa.• Sensación de pérdida de control.• Notan que los demás lo dejan solo cada vez que es agresivo.• Frustración	Temática que deberán abordar: Las reglas en el hogar

Equipo 2: Representa una familia en la cual uno de los padres sea una persona **pasiva**

Su conducta debe ser: <ul style="list-style-type: none">• Mirada baja.• Voz débil.• Vacilaciones.• Postura corporal agachada.• Tensión en la cara y los labios.• Falsas risas.	Tipo de pensamientos de este tipo de personas: <ul style="list-style-type: none">• Los otros son más importantes que yo.• Tengo que sacrificarme por los demás.• Si digo que no, si no ayudo a los demás nunca más me tendrán en cuenta.• Pienso que los otros se aprovechan de mí.• No quiero molestar a los demás con mis cosas.
Emociones y sentimientos <ul style="list-style-type: none">• Baja autoestima.• Sentimientos de desamparo.• Soledad.• Sentimiento de enfado.• Sensación de pérdida de control.• Falta de respeto a sí mismo.	Temática que deberán abordar: La forma de hablar y expresarse de los adolescentes

Equipo 3: Representa una situación de familia en la cual uno de los padres sea una persona **asertiva**

<p>Su conducta debe ser:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Contacto ocular directo • Nivel de voz adecuado a la conversación • Habla fluidamente. • Gestos firmes. • Postura erguida. • Manos sueltas. • Cuerpo relajado 	<p>Tipo de pensamientos de este tipo de personas:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Piensa que tiene derechos y los ejercita. • Cree que todo el mundo tiene derecho a ser respetado. • Piensa que no es ni superior ni inferior a los demás.
<p>Emociones y sentimientos</p> <ul style="list-style-type: none"> • Honestidad emocional, dice lo que siente. • Se siente a gusto consigo mismo y con los demás. • Sensación de control. • Se respeta a sí mismo y a los demás. • Buena autoestima 	<p>Temática que deberán abordar: Desempeño escolar del hijo (a)</p>

Momento 5 - EL PESPUNTE: (20 minutos)

Para este momento el/la agente educativo/a entregará un bolígrafo y una hoja de colores a cada participante, luego leerá un texto cuyo contenido son 14 peticiones que una hija le hace a su padre- madre. Durante la lectura, cada participante en forma personal deberá seleccionar aquellas frases con las que se identifiquen y escribirlas en la hoja de block blanca-(*Otra opción puede ser entregar la carta impresa a cada participante para que selecciones las frases a través del subrayado*)-. Al concluir la selección de dichas frases, deberán elaborar una carta dirigida a su hija en la cual le den respuesta a las peticiones anteriormente seleccionadas, asumiendo compromisos de cambio. Le entregarán la carta a la profesional social quien en una actividad posterior le entregará a cada niña.

Posteriormente expresarán los sentimientos que les provocó el ejercicio así como su experiencia.

“Carta de una hija a su padre/madre”

1. No me des todo lo que pida, a veces solo pido para ver hasta cuanto puedo obtener.
2. No me grites, te respeto menos cuando lo haces y me enseñas a gritar a mí también y yo no quiero hacerlo.
3. No des siempre órdenes. Si en vez de órdenes a veces me sugieres las cosas, yo lo haría más rápido y con más gusto.
4. Cumple las promesas buenas o malas. Si me prometes un premio dámelo, pero también si es una sanción.
5. No me compares con nadie, especialmente con mi hermano o hermana. Si tú me haces lucir mejor que los demás, alguien va a sufrir, y si me haces lucir peor que los demás, seré yo quien sufra.
6. No cambies de opinión tan a menudo sobre lo que debo hacer. Decide y mantén esa decisión.

7. Déjame valerme por mí mismo. Si tú haces todo por mí, nunca podré aprender
8. No digas mentiras delante de mí, ni me pidas que las diga por ti. Aunque sea para sacarte de un apuro. Me haces sentir mal y perder la fe en lo que dices.
9. Cuando yo hago algo malo, no me exijas que te diga “el por qué lo hice”. A veces ni yo mismo lo sé.
10. Cuando estés equivocado en algo admítelo y crecerá la opinión que yo tengo de ti y me enseñarás a admitir mis equivocaciones.
11. Cuando me regañes no lo hagas insultándome, ni diciéndome palabras vulgares, trátame con la misma amabilidad y cordialidad con que tratas a tus amigos, ya que porque seamos familia eso no quiere decir merezca que me trates bien.
12. No me digas que haga una cosa que tú no haces. Yo aprenderé y haré siempre lo que tú hagas y no lo que no hagas.
13. Cuando te cuente un problema mío, no me digas “no tengo tiempo para boberías o “eso no tiene importancia” trata de comprenderme y ayudarme.
14. Quiéreme y dímelo. A mí me gusta oírte decir, aunque tú no creas necesario decírmelo.

Atentamente: Tu hija

Momento 6 - PUNTO DE FESTÓN: (15 minutos)

Cierre y apertura de nueva actividad vivencial – (evaluación): *el facilitador(a) elegirá la actividad para desarrollar este momento y realizar la evaluación del encuentro.*

MEDIOS:	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Personal requerido: <ul style="list-style-type: none"> ✓ Agente educativo/a ✓ Participantes: Padres, madres y/o acudientes de las niñas y adolescentes. ▪ Implementos para el/la agente educativo: La planeación del taller, carta de un hijo a su padre, fotocopia con preguntas para los participantes, sonido, tela náutica, aerosol. ▪ Elementos para las participantes: Hojas de colores, cuartillos de cartulina plana, cinta enmascarar, marcadores delgados, papel periódico, hojas de block, vestuarios. ▪ Espacio físico requerido: El dispuesto, preferiblemente un recinto amplio y con techo.
ALCANCES:	Que las participantes reconozcan la importancia de una adecuada comunicación y la incorporen en las relaciones parento- filiales.
FUENTES DE VERIFICACIÓN:	Registro fotográfico, lo producido durante el encuentro, diseño metodológico, registro de asistencia, Informe del proceso.
OBSERVACIONES:	<p>Identificar los patrones de comunicación en los padres, madres y cuidadores de las niñas y adolescentes.</p> <p>Identificar la dimensión cultural como determinante de las relaciones parento-filiales y fraternales.</p> <p>Resaltar la importancia que tiene la comunicación adecuada con los y las hijas adolescentes en las relaciones familiares.</p> <p>Resaltar la importancia del dialogo como medio para acercarse y conocer a nuestras hijas e hijos adolescentes</p>

f. Fortaleciendo mi relación de pareja fortalezo mi relación parento-filial.

TEMÁTICA: La relación de pareja y el fortalecimiento de la comunicación parento-filial.

OBJETIVO DE APRENDIZAJE: Comprender la importancia de la relación de pareja para el fortalecimiento de la comunicación parento-filial y el proyecto de vida de las niñas y adolescentes.

INDICADOR: Padres y madres de las niñas y adolescentes sensibilizadas sobre la importancia de la relación de pareja para el fortalecimiento de la comunicación parento-filial y el proyecto de vida de las niñas y adolescentes.

Preguntas reflexivas para agentes educativos

- ¿Cómo fortaleció la relación entre mis padres, la comunicación familiar y mi proyecto de vida?
- ¿Cómo influye mi relación de pareja en la comunicación con mis hijos?
- ¿Es importante trabajar este tema con los padres y madres de las niñas y adolescentes del grupo? ¿Por qué?
- ¿Cómo puedo relacionar la comunicación parento-filial con el proyecto de vida de niñas y adolescentes?
- ¿Considero este tema importante para la prevención del embarazo en las adolescentes? ¿por qué?
- ¿Cuáles son las debilidades y fortalezas que identifico en la comunidad en las relaciones de pareja?
- ¿Cuáles son las debilidades y fortalezas que identifico en los padres y madres de las niñas y adolescentes del grupo en la comunicación parento-filial?
- ¿Creo que en los padres y madres de las niñas y adolescentes de mi grupo, las apoyan en su proyecto de vida?
- ¿Considero necesario que los padres y las madres de las niñas y adolescentes del grupo y de la localidad reflexionen sobre la relación de pareja y la comunicación parento-filial? ¿Por qué?

OBJETIVO:	Propiciar en los padres y madres, un espacio de reflexión sobre la importancia de las relaciones de pareja, para el fortalecimiento de la comunicación parento-filial y el proyecto de vida de las niñas y adolescentes.
PUNTADAS TEÓRICAS:	<ul style="list-style-type: none">• Relaciones de pareja• Comunicación parento-filial

HILO CONDUCTOR: <i>(El hilo conductor hace referencia a las preguntas que orientan, conectan y/o conducen el desarrollo del eje temático)</i>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ ¿Mi relación de pareja es importante porque.. ▪ ¿El amor es? ▪ ¿El amor no es? ▪ Mi hija es importante porque...
TIEMPO APROXIMADO:	3 horas
LUGAR:	Salón amplio o sitio con techo
RESPONSABLE:	Agente educativo
TEJIDO DE SABERES	
<p>Momento 1 - ENHEBRANDO: (15 minutos) Cuando los padres de familia empiecen a llegar al lugar donde fueron citados, los que lleguen primero se les hace esperar afuera hasta que esté la mayoría y poderlos invitar a entrar al aula para iniciar con las actividades planeadas.</p> <p>Dos o tres minutos antes de hacer entrara los y las participantes se prenden las velas que están haciendo el camino y el auditorio en semioscuridad para darle un ambiente acogedor a la entrada de los padres.</p> <p>Cuando entra la pareja se les va entregando la mitad de un corazón que con anterioridad se ha partido para que cada uno escriba su nombre.</p> <p>Cuando están todos sentados en el círculo preparado para hacer el evento, se le da la bienvenida a cada uno y cada una de los asistentes, agradeciendo la asistencia y la disponibilidad para estar en este lugar.</p> <p>Luego se les genera una reflexión en torno al espacio que tendremos y lo que esperamos al compartir este momento con cada uno de los padres y madres de las niñas que participan del programa Inclusión, educación, deporte y género, pensando en los aportes que ellos como padres y madres han permitido durante este proceso, sobre todo exaltando el aporte de cada uno a la formación de sus hijas.</p>	
<p>Momento 2 - HILVANANDO: (30 minutos) En este momento se le pide a cada participante que en la mitad del corazón que se le entregó al entrar, escriba en la parte inferior 2 cualidades que la o lo caracterice, en la medida que van terminando se le entrega a la facilitadora quien los pegará posteriormente en la tela náutica.</p> <p>Luego se le entrega a cada participante una venda o pañuelo; se les dice que se pongan de pie; cuando todos estén de pie, se les pide que se venden los ojos, ya con los ojos vendados el/la facilitadora les dirá que sonará una melodía y deben caminar dentro del círculo según las instrucciones de la facilitadora (hombre a la derecha, mujeres a la izquierda, hombres a la derecha, caminar hacia al frente, dar media vuelta, aplaudir Etc.). Seguidamente se les dice que deben encontrar su pareja y la regla es no hablar deben tocar el cabello, las manos, los pies y la cara. Cuando todas hayan encontrado la pareja deben tomarla de la mano y no soltarla hasta que se le indique; estando todos en parejas se les pide quitarse la venda y darse un abrazo.</p> <p>Se le pide se vuelven a tomar de las manos y sin soltarse, se dirijan a la tela náutica donde está pegada la mitad del corazón de cada uno y encontrar la mitad del corazón correspondiente a su pareja despegarlo y sentarse (se continua con la regla de no hablar, no hacer señas). Cuando todos estén sentados con la mitad del corazón en la mano, se pasa al siguiente momento.</p> <p>En este momento, alrededor de la pregunta ¿Qué pasó? la orientadora posibilita un espacio que genere la reflexión positiva de lo sucedido durante la actividad realizada en el momento anterior, resaltando la importancia de la comunicación permanente de la pareja, a partir de lo aportado por ellos.</p>	

Momento 3 - SOBRE HILADA: (20 minutos)

Posteriormente se le entrega a cada participante un **test de amor familiar** (Ver anexos al final) que deberá contestar de manera individual. Para este ejercicio se les leen las preguntas y cada participante va contestando, cuando termina de realizarlo, se hace una reflexión en cuanto el significado para cada uno del amor como uno de los elementos constitutivos en la formación de la pareja y hacia los hijos e hijas y se solicita que en la parte de atrás del corazón escriban una frase de lo que significa para cada uno de ellos y ellas este concepto.

Para continuar se invita a que cada uno vaya y ponga su **tes del amor** en el centro del mándala, tome una carta que su hija dejó para ellos en el mándala y pasen a observar la exposición de fotografías de sus hijas que se encuentran alrededor del aula.

Luego se les invita a los padres y madres a leer la carta de sus hijas. Al finalizar proseguimos con el encuentro.

Momento 4 - CADENETA: (30 minutos)

Para continuar se les hace la entrega de una guía de la **carta de amor para su hija (ver anexo al final)** que hace parte del programa, informándoles que en ella encontrarán unos derroteros para escribir la carta donde se expresaran aquellos sentimientos, deseos sueños o emociones y alegrías que han tenido o vivido con ellos y ellas, durante toda su existencia.

Al momento de estar terminada, se les invita a que pongan la carta alrededor del mándala y se les dice que las profesional social, gestora y monitor/a deportivo, se las entregarán el día del festival deportivo. Se estimula a los padres y madres para que escriban la carta de, sin embargo si alguno de ellos no están en disposición para realizar la carta en este momento se les pide que las escriban cuando estén a solas y las lleven para el evento festival deportivo que se realizará... (Se dice la fecha del festival en cada región).

Momento 5 - EL PESPUNTE: (20 minutos)

Para este momento se invita a todos y todas a que se dispongan para realizar el mándala explicando cada uno de los elementos que hemos puesto allí, el agua, las velas, los pájaros, las flores, los árboles, los corazones, los pétalos de colores.

Iniciando con las velas y donde a cada uno de los participantes se les invita a prender una vela y manifestar porque eligió el color de la vela que prendió, de la misma manera se les expresa que cada uno enciende la luz en el corazón, en la vida, en las relaciones personales y las diferentes situaciones vivenciales de su existencia.

En este instante se les vuelve hablar de la importancia del proceso adelantado en el programa en la formación de sus hijas y como ha contribuido en el apoyo y formación de cada una de las familia.

Al finalizar estando el grupo de pie se le pide tomarse de las manos indicándoles que: con la izquierda recibimos la mano del compañero o compañera y con la derecha entregamos nuestra mano al que está al lado. Luego cada uno de los y las participantes dará gracias o cualquier otra petición que desee compartir, por la alegría, por la familia, por sus hijas e hijos, así como los buenos deseos para que el programa tenga continuidad con las niñas y adolescentes en las diferentes regiones del país.

Momento 6 - PUNTO DE FESTÓN: (15 minutos)

Para finalizar se invita a todos y todas a disfrutar de la cena preparada para ellos, igualmente se les invita a pasar a la mesa.

Mientras pasan a la mesa se realizará la evaluación a los padres y madres.

Se termina con un brindis, si alguna madre o padre desea realizarlo lo puede hacer.

Nota: Las mesas deben estar decoradas de acuerdo al momento. También se puede hacer tipo bufet.

MEDIOS:

- **Personal requerido:**
 - ✓ **Agente educativo/a**
 - ✓ **Participantes:** Padres, madres y/o acudientes de las niñas y adolescentes.
- **Implementos para el facilitador:** La planeación del taller, tela náutica, aerosol, imágenes, figuras, velas, papel kraf, petalos, flores, agua, recipiente de pasta, carta de las niñas y adolescentes.

	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Elementos para las participantes: Hojas de colores, pegante, marcadores, corazones, cinta, bolígrafos, velas. ▪ Espacio físico requerido: El dispuesto, preferiblemente un recinto amplio y con techo.
ALCANCES:	Que las y los reflexionen y afiancen la relación de pareja y la comunicación parento-ilial y familiar.
FUENTES DE VERIFICACIÓN:	Registro fotográfico, lo producido durante el encuentro, registro de asistencia, informe del proceso.
OBSERVACIONES:	<p>Identificar cómo se dan las relaciones de pareja en los padres y madres de las niñas y adolescentes.</p> <p>Es importante utilizar un tono de voz que invite a la reflexión.</p> <p>El ritual puede abrir situaciones, es importante es la expresión del o la profesional a para no abrir situaciones que no puedan cerrar.</p> <p>Es importante orientar el encuentro hacia los aspectos positivos.</p>

2. 2. Encuentros socioeducativos para realizar con niñas y adolescentes

a. Explorando mi mundo (constitución de capacidades personales)	
TEMÁTICA:	habilidades personales, los deseos y los elementos que constituyen la identidad de las niñas y adolescentes vinculados.
OBJETIVO DE APRENDIZAJE:	Que las niñas y adolescentes fortalezcan su identidad promoviendo en ellas capacidades y habilidades para su fortalecimiento personal.
INDICADOR/ES:	Las niñas y adolescentes reconocen que tienen habilidades y capacidades personales, manifestándolas en los encuentros deportivos y socio-educativos.

PREGUNTAS REFLEXIVAS PARA LOS AGENTES EDUCATIVOS

- ¿Qué te identifica como mujer, más allá de lo biológico?
- ¿Cuáles son los elementos que hacen parte integral de tus capacidades personales?
- ¿Qué te aporota a ti como adolescente para constituir tus capacidades personales?
- ¿Qué elementos fueron necesarios para obtener en tu adolescencia el pleno goce de sus habilidades y capacidades para la vida?
- ¿Qué situaciones consideras que te impidieron realizar algunos de tus deseos, sueños, aspiraciones o mestas?
- ¿Qué te impulsa a alcanzar tus deseos o metas?

Identifico mis capacidades	
OBJETIVO:	Identificar las habilidades y capacidades personales de las niñas y adolescentes participantes en el encuentro para que ellas logren identificarse como persona y como miembro de grupos sociales.
PUNTADAS TEÓRICAS:	<ul style="list-style-type: none"> • Concepto de Habilidades y capacidades personales

	<ul style="list-style-type: none"> • Concepto de Capacidades físicas y coordinativas • Concepto habilidades personales: artísticas, cognitivas y sociales • Qué son los deseos, aspiraciones, metas o sueños • Instancias socializadoras: familia, escuela, amigos, deporte • Escenarios facilitadores de deseos: culturales, deportivos, sociales • Concepto de adolescencia • Principales cambios que se suceden en la adolescencia • Qué hacen los adolescentes • Diferencias entre niñez y adolescencia • Diferencias entre hombre y mujer
HILO CONDUCTOR: <i>(El hilo conductor hace referencia a las preguntas que orientan, conectan y/o conducen el desarrollo del eje temático)</i>	¿Qué entienden por capacidades y habilidades personales? ¿Cuáles son tus habilidades y capacidades personales? ¿De qué tipo son las habilidades y capacidades personales? ¿Qué te impediría alcanzar o realizar tus deseos, sueños, aspiraciones o metas? ¿Qué te impulsa a alcanzar tus deseos o metas? ¿Qué te identifica como mujer, más allá de lo biológico?
TIEMPO APROXIMADO:	4 horas
LUGAR:	Espacio amplio
RESPONSABLE:	Agente Educativo
TEJIDO DE SABERES: <div style="text-align: center;"> </div>	
Momento 1 - ENHEBRANDO: (20 minutos) Saludo y bienvenida Dinámica rompe hielo: (La profesional social puede cambiar la dinámica de acuerdo al contexto socio-cultural) Se dan a conocer las actividades a desarrollar y se pactan acuerdos que faciliten el desarrollo de estas. Materiales: una pelota de cualquier tipo Desarrollo: Se forma un círculo con todos los participantes, el animador tendrá la pelota y se la pasará a cualquiera, cuando la tire debe mencionar un elemento (Aire, Agua o Tierra) el que atrape la pelota debe mencionar un animal que pertenezca al elemento que mencionaron ejemplo. (Agua: tiburón) y pasársela a otro diciendo un elemento antes que la atrape el otro participante, no se vale repetir animales y debe responderse rápido, los que pierden van saliendo hasta elegir al ganador.	
Momento 2 - HILVANANDO: (50 minutos) En este segundo momento, debe acondicionarse el sitio con una grabadora y sonidos de la naturaleza. Se les pide a las niñas participantes que se organicen en grupos de 4 participantes, a cada grupo se le facilita pinceles, vinilos de colores y papel para la elaboración de un mural, el mural de los animalitos enérgicos. Durante 20 minutos el grupo observa cada animal que identifica a los integrantes, a partir de eso elaboran un mural de las acciones que cada animal símbolo realiza, armando entre todas, una historia, la facilitadora	

explica que la historia del mural debe girar en torno a las cosas que más le gustaría hacer al animal símbolo, jugar, construir, cantar, trabajar, etc.

Culminado el mural, las niñas disponen a colgarlo en los diferentes puntos dispuestos por la facilitadora a lo largo del escenario. Luego a modo de visita cada grupo dispone unos minutos para contemplar el trabajo de cada grupo, sin que nadie les explique de que se trata, cada participante deberá contemplar y analizar el trabajo de sus compañeros.

Momento 3 - SOBRE HILADA: (50 minutos)

Seguidamente, las niñas socializan mediante una mesa redonda lo que han visto, intentando descifrar el trabajo de sus compañeros, a partir de las preguntas orientadoras que realice la facilitadora de tal manera que se identifique los saberes de las niñas y adolescentes sobre los temas que se están trabajando explica conceptos de diferentes capacidades y habilidades.

1. La facilitadora explica cada capacidad y habilidad, mediante una presentación.
2. Se le otorga a cada grupo unas tarjetas donde escribirán la capacidad identificada de acuerdo a la historia del mural analizado.
3. Los grupos van colocando al mural según considere las tarjetas elaboradas.

Momento 4 - CADENETA: (20 minutos)

Las niñas y adolescentes hacen otro recorrido observando nuevamente los murales con las tarjetas ya colgadas, en este lapso las niñas pueden verificar si realmente sus compañeros identificaron las capacidades explicadas en las historias.

Momento 5 - EL PESPUNTE: (40 minutos)

En este punto, se le facilita a cada niña una hoja con la siguiente matriz para diligenciarla.

Nombre completo:

Animal símbolo.

¿Por qué escogiste animal? ¿Qué significa para ti?

¿Con quienes hiciste el trabajo? ¿Cómo era tu grupo en el que trabajaste?

¿Cómo aportaste a tu grupo, que hiciste en tu grupo?

¿qué capacidades crees tener en la vida?

¿Qué te gusta hacer en la vida?

De todas las historias que viste en los murales ¿Cuál te gusto más?

¿Por qué te gusto esa historia?

Momento 6 - PUNTO DE FESTÓN: (60 minutos)

En este momento se realiza una actividad de juego o deportiva.

MEDIOS:

- **Personal requerido:**
 - ✓ **Facilitador(a):** Agente educativo
 - ✓ **Equipo de apoyo:** Monitores deportivos
 - ✓ **Participantes:** Niñas, Niñas y Adolescentes
- **Implementos para el facilitador:** La planeación del encuentro, formatos de asistencia
- **Elementos para las participantes:** Rollo de papel de azúcar, vinilos de diferentes colores, pinceles, marcadores, hojas blancas.
- **Espacio físico requerido:** El dispuesto, preferiblemente un recinto amplio y con techo y/o cancha.

ALCANCES:	Identificación general de las posibles capacidades y habilidades que poseen las niñas y adolescentes.
FUENTES DE VERIFICACIÓN:	Registro fotográfico, lo producido durante el taller, diseño metodológico, registro de asistencia, encuestas de satisfacción diligenciadas, informe del proceso.
OBSERVACIONES:	

CONOZCO DE SEXUALIDAD Y PARTICIPO EN ELLA

OBJETIVO:	Identificar los aspectos relevantes relacionados con la sexualidad, el cuerpo, la salud sexual y reproductiva y los procesos de diferenciación sexual, que inciden las relaciones intra e interpersonales.
PUNTADAS TEÓRICAS:	<ul style="list-style-type: none"> • Concepto de sexualidad • Procesos de diferenciación sexual <ul style="list-style-type: none"> ✓ Proceso biológico ✓ Proceso psicológico ✓ Proceso social <p>Concepto de salud sexual y reproductiva</p>
HILO CONDUCTOR: <i>(El hilo conductor hace referencia a las preguntas que orientan, conectan y/o conducen el desarrollo del eje temático)</i>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ ¿Qué se entiende por sexualidad? ▪ ¿Cuáles son los procesos de diferenciación sexual? ▪ ¿Qué es la salud sexual y reproductiva? ▪ ¿Qué representan los genitales femeninos y masculinos para la sexualidad? ▪ ¿Cómo se diferencian los conceptos de sexualidad y sexo? ▪ ¿Qué cambios corporales se evidencian en la pubertad? ▪ ¿Tiene que ver mi cuerpo con mi sexualidad?
TIEMPO APROXIMADO:	2 horas
LUGAR:	Salón amplio o sitio con techo
RESPONSABLE:	Agente educativo

TEJIDO DE SABERES

Momento 1 - ENHEBRANDO: (15 min)

Saludo y bienvenida

Dinámica rompe hielo: El/La agente educativo/a realizará la dinámica de acuerdo al contexto sociocultural de las participantes.

A continuación se sugieren algunos sitios web con varias actividades para elegir:

- cajoneherramientas.com.ar/wp-content/uploads/2015/.../MANUAL-DINAMICAS.pdf
- www.asocam.org/biblioteca/files/original/94bac566b9a2e9af34845ec144213e06.pdf
- <https://espanolparainmigrantes.files.wordpress.com/.../13-juegos-de-presentacion.pdf>

Acuerdos: Se dan a conocer las actividades a desarrollar y se pactan acuerdos que faciliten el desarrollo de estas.

Momento 2 - HILVANANDO: (20 min)

Luego se le entrega a cada participante una hoja de block, en la cual plasmará una silueta de su cuerpo, (otra posibilidad es proporcionarles la hoja con la silueta ya dibujada). En la silueta deben escribir:

- 13) En la zona de la cabeza: qué piensa y qué ideas tiene sobre la sexualidad
- 14) En la boca: qué dicen sobre la sexualidad.
- 15) En la parte del corazón: qué siente sobre esa vivencia de la sexualidad.
- 16) En las manos: qué actividades hacen vinculadas con la sexualidad.

- 17) En los pies: qué errores o `metidas de pata` se cometen en el ejercicio de la sexualidad en la adolescencia y juventud.
18) En los genitales: ¿Definen mi sexualidad?, ¿son importantes para el desarrollo de mi sexualidad? y ¿por qué? Poner nombre y función.

Para especificar la consigna se puede plantear que lo que piensa puede referir a qué es lo que más les importa de la sexualidad, qué fantasías tienen, con qué sueñan, qué ideas se le vienen a la mente cuando piensan en sexualidad, etc. La boca refiere a lo que dicen, hablan, comentan. El corazón refiere a las distintas emociones, miedos, dudas, afectos y deseos que sienten sobre su sexualidad. Las manos refieren a prácticas sexuales o acciones concretas que realizan, con quién tiene esas prácticas. También se vincula a conductas, comportamientos, actos vinculados con su sexualidad. Los pies se refieren a qué errores y “metidas de pata” creen que han cometido en el ejercicio de la sexualidad como, por ejemplo, descuidos, prejuicios, arrepentimientos, acciones riesgosas.

Luego se le entrega una hoja con la silueta de un cuerpo masculino en la cual deberán escribir las mismas consignas con relación a lo que piensan, han escuchado o vivido con relación a los hombres.

Al finalizar el ejercicio se le pide al grupo que volteen la hoja y se les hace preguntas como:

¿Cómo se sintieron escribiendo cada consigna en su silueta?

¿Lo que sintieron fue diferente cuando escribieron en la silueta del sexo opuesto?

¿En qué Zona les dio más dificultad escribir y cuál se le facilitó?

El/la agente educativo/a puede agregar preguntas según lo observado en el grupo, posteriormente les pedirá que se pongan en pie y pasarán al siguiente momento.

Nota: Es necesario promover que cada una escriba lo que realmente quiera y piense de manera que no se censuren.

Momento 3 - SOBRE HILADA: (25 min)

En este momento se le pide al grupo que se disperse por el salón y baile al ritmo de las palmas mientras cantan la canción se va el caimán, se va el caimán, se va para barranquilla, comiendo pan y arepa con mantequilla (bis) se repite las veces que la/el agente educativo/a lo considere necesario, cantando y aplaudiendo cada vez más rápido; en el momento que se deje de cantar la/el agente educativo/a pedirá que formen grupos de seis, ocho o cuatro (depende de la cantidad de participantes), se repite la dinámica tres veces. Al grupo ya dividido en subgrupo de seis, ocho o de cuatro, se les entregará cuartillos de cartulina, marcadores, cinta como sea necesario y se les dice que unifiquen los conceptos escritos por cada uno en su silueta y los escriban en los cuartillos de cartulina diferenciando cada zona del cuerpo con un color (la cartulina azul para la zona de cabeza, rosada para boca, verde para las manos, amarilla para los pies, blanca para el corazón) y escojan un integrante del subgrupo, al cual deberán pegarle con cinta las cartulinas con los conceptos consolidados en el grupo en las partes del cuerpo señaladas en la silueta; escogerán otra integrante para que represente al sexo opuesto (puede utilizar vestuario) y realizarán la misma acción. Cada subgrupo Socializará lo realizado.

El/la agente educativo/a orientará a partir de preguntas para distinguir aquellos pensamientos, discursos, sentimientos, prácticas y ‘metidas de pata’ en la sexualidad, así como lo común entre hombre y mujeres, identificando a partir de ello, lo que significa la sexualidad y la salud sexual y reproductiva, para las niñas y adolescentes. Se eligen dos líderes se le entrega un papelógrafo y un marcador a cada una, una de ellas escribirá el concepto de sexualidad y la otra el de salud sexual y reproductiva. El papelógrafo se pegará con cinta en la pared.

Aspectos a tener en cuenta por el agente educativo para la orientación del momento 4:

Identificar si lo que piensan coincide con lo que sienten, dicen y hacen

Pregunta para la reflexión individual: ¿Tiene que ver mi cuerpo con mi sexualidad? ¿Por qué?

Momento 4 - CADENETA: (25 min)

Se pide a los participantes enumerarse del 1 al 2, cuando estén enumerados se conformarán dos equipos, el equipo 1 y el equipo 2 (deben tener el mismo número de integrantes) Cuando estén listos los equipos realizarán el juego el pañuelito, para el cual cada equipo se ubicará en un extremo del salón y se organizarán en una fila horizontal quedando de frente con los participantes del otro equipo, el/la agente educativo/a les pedirá a los participantes de cada equipo que se enumeren, cuando ya estén enumerados se ubica un pañuelo en el centro del espacio que hay entre los dos equipos, luego los participantes deben ganar el pañuelo para el equipo, de la siguiente manera: la moderadora mencionará en voz alta un número, los integrantes de los dos

equipos a los que corresponda dicho número deben correr hasta el pañuelo y llevarlo a su equipo sin dejarse tocar por el integrante del equipo contrario, si lo logra ganará una estrella, pero si lo tocan ganará la estrella el otro equipo. La estrella contiene una pregunta al respaldo que deberá hacer al otro equipo, cuando este responda, deberá manifestar si está de acuerdo o no con la respuesta y ¿por qué? El/la agente educativo/a debe desarrollar los conceptos de sexualidad, salud sexual y reproductiva, proceso biológico, psicológico y socio-cultural, propuestos en el eje temático y con relación al objetivo del taller, propiciando la reflexión en los participantes, de tal manera que conecten las conclusiones con posibles conductas y hagan auto-conciencia de lo que piensa, siente y hace.

(Se realiza el juego varias veces según la cantidad de estrellas. El/la agente educativo/a debe tratar que todos los integrantes del equipo participen del juego, para facilitar esto se puede nombrar dos números al tiempo, ejemplo: los 2 y los 5. Si al organizar los equipos estos quedan desiguales del equipo que tenga más participante se escoge uno para que diga los números)

Preguntas orientadoras:

- Que piensas de la sexualidad
- Cómo te referirías tú sobre la salud sexual y reproductiva
- Para ustedes qué representan los genitales femeninos y masculinos para la sexualidad
- Cómo diferenciarías tú los conceptos de sexualidad y sexo.
- Cual crees o identificas que es el proceso de desarrollo reproductivo en la adolescencia
- Qué cambios corporales evidencias en tu cuerpo y en el de tus amigos que son adolescentes.
- ¿Tiene que ver mi cuerpo con mi sexualidad? ¿Por qué?

Nota: El/la agente educativo/a puede hacer más preguntas y más estrellas según la particularidad del grupo.

Momento 5 - EL PESPUNTE: (20 min)

Para este momento el/la agente educativo/a le pedirá a los participantes reunirse por grupos según el color de la cinta que se les puso en la mano al inicio del taller conformando de esta manera 5 grupos, luego se les pedirá que escojan a una persona de otro grupo para que sea su pareja y bailen al ritmo de la música que escuchen desplazándose por todo el espacio. Cuando la música se detenga, deben buscar su subgrupo tomarse de las manos y correr a las bases que tienen los anuncios, cada subgrupo debe quedar en una base y en 1 minuto y medio escribirán lo que exponga el anuncio; luego vuelven a buscar una pareja diferente para el próximo baile. (La orientadora animará a los participantes para que realicen la actividad rápidamente)

Ubicará previamente en diferentes lugares del salón o espacio donde se desarrolle el taller, en letra grande y legible los siguientes anuncios:

- 6) A partir de este momento pensaré sobre la sexualidad así
- 7) Cuando hable sobre sexualidad expresaré aspectos como:
- 8) En mis vivencias futuras relacionadas con la sexualidad quiero sentir:
- 9) A partir de este momento incorporaré en mi sexualidad actividades como:
- 10) ¿Qué aspectos tendré en cuenta para mejorar el ejercicio de mi sexualidad y evitar errores?

Al finalizar el/la agente educativo/a le pedirá a las niñas y adolescentes que pasen por las diferentes bases y:

Lean lo plasmado cada uno.

Identifiquen entre lo que escribieron sus compañeros aspectos que les gustaría tener en cuenta

La orientadora les expresará que lo plasmado por cada una en las bases serán sus metas con relación a su sexualidad.

Momento 6 - PUNTO DE FESTÓN: (15 min)

Cierre y apertura de nueva actividad vivencial – (evaluación): *El/La agente educativo elegirá la actividad para desarrollar este momento y realizar la evaluación del encuentro.*

MEDIOS:

- **Personal requerido:**
 - ✓ **Agente educativo**
 - ✓ **Participantes:** Niñas y adolescentes
- **Implementos para el/la agente educativo/a:** La planeación del taller, estrellas de cartulina, sonido

	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Elementos para las participantes: Cartulina plana, cinta, marcadores, bolígrafos, cinta o rollos de lana de colores, vestuario, pañuelo, papel craf, hojas de block. ▪ Espacio físico requerido: El dispuesto, preferiblemente un recinto amplio y con techo.
ALCANCES:	Que las participantes evidencien los conceptos de sexualidad, su proceso biológico y el sistema reproductivo.
FUENTES DE VERIFICACIÓN:	Registro fotográfico, lo producido durante el taller, diseño metodológico, registro de asistencia, encuestas de satisfacción diligenciadas, informe del proceso.
OBSERVACIONES:	Identificar cómo estas construcciones e imaginarios de la vivencia de la sexualidad inciden en las niñas y adolescentes. Identificar en quiénes aparece la dimensión del placer, en quiénes la dimensión reproductiva, cuándo aparece la dimensión del cuidado, cómo se presentan los cuerpos femeninos y masculinos, comparar los pensamientos, los discursos, los sentimientos, las prácticas y los “errores” en el ejercicio de las sexualidades femenina y masculina.

QUERIÉNDOME Y CUIDÁNDOME

OBJETIVO:	Reconocer cuales son las responsabilidades que se tienen, para el cuidado y bienestar de una salud sexual y reproductiva sana.
PUNTADAS TEÓRICAS:	<ul style="list-style-type: none"> • Prevención y responsabilidad con la sexualidad, el sexo y las relaciones sexuales • Infecciones de transmisión sexual • Métodos anticonceptivos
HILO CONDUCTOR: <i>(El hilo conductor hace referencia a las preguntas que orientan, conectan y/o conducen el desarrollo del eje temático)</i>	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Crees que el cuerpo es importante? • ¿Crees que demos querer y cuidar nuestro cuerpo? • ¿Qué son las enfermedades de transmisión sexual? • Como se previenen las ITS
TIEMPO:	2 horas
LUGAR:	Salón amplio o espacio con techo
RESPONSABLE:	Agente educativo/a

TEJIDO DE SABERES

Momento 1 - ENHEBRANDO: (15 minutos)

Saludo y bienvenida

Dinámica rompe hielo: El/La agente educativo/a realizará la dinámica de acuerdo al contexto sociocultural de las participantes. A continuación se sugieren algunos sitios web con varias actividades para elegir:

- cajondherramientas.com.ar/wp-content/uploads/2015/.../MANUAL-DINAMICAS.pdf
- www.asocam.org/biblioteca/files/original/94bac566b9a2e9af34845ec144213e06.pdf
- <https://espanolparainmigrantes.files.wordpress.com/.../13-juegos-de-presentacion.pdf>

Acuerdos: Se dan a conocer las actividades a desarrollar y se pactan acuerdos que faciliten el desarrollo de estas.

Momento 2 - HILVANANDO: (20 minutos)

Para este momento el/la orientador/a dispondrá de papellillos de colores y escribirá un número en cada uno de estos; los números a escribir son el 1 y el 2. En el momento de llegada de las participantes se le entregará un papellillo; al iniciar la actividad se le pide que escojan una pareja que tenga un color diferente. Se le pide a los que tengan el número 1 pasar al frente

y hacer un círculo, cuando ya estén en círculo se les pide dar media vuelta, luego se les dice a los que tienen el número 2 ponerse al frente de uno de los compañeros con el número 1. Estando en el círculo de frente con el otro compañero, los números 2 deben girar un paso hacia la derecha o un paso hacia la izquierda según lo disponga la moderadora, dando la posibilidad que vayan cambiando de pareja y cumpliendo con cada una de las siguientes ordenes:

- Mirarse fijamente a los ojos
- Masajear la espalda de su compañera
- Masajear el cuello de su compañera
- soplar la oreja de su compañero de atrás hacia adelante
- Darse un abrazo con su compañera.

Al terminar la actividad para iniciar el siguiente momento se introducirá la pregunta reflexiva:

Tú crees que nuestro cuerpo es importante ¿Por qué?

¿Por qué crees que debemos querer y cuidar nuestro cuerpo?

Momento 3- SOBRE HILADA: (20 min)

En este momento se dividirán los participantes en subgrupos de 8, el/la moderador/a dispondrá de los siguientes materiales para cada subgrupo: 2 tarjetas de cartulina de color amarillo, 2 de color azul, 3 de color rosado y 1 blanca. Para dividir los participantes en subgrupos, se escriben en pedacitos de papel el nombre de 1, 2, 3 o más barrios o sectores e instituciones educativas que conozcan o hayan escuchado las niñas y adolescentes, se meten en una bolsa de color oscuro y se le pide a cada participante que escoja un papelillo, cuando hayan terminado se les pedirá reunirse en subgrupos de acuerdo al nombre que escogieron, luego se les dirá que ese subgrupo es la comunidad en la que viven o participan.

Estando ya en subgrupos se les explica que se le entregará una tarjeta a cada uno de los integrantes. Se solicita a cada participante que anote en su tarjeta los nombres que desee de los compañeros del subgrupo, pidiendo previamente a cada uno permiso para hacerlo. Pueden además, elegir que nadie, todos, o que sólo ciertas personas del grupo estén anotados en sus tarjetas; o poner su propio nombre en la de los demás. De esta forma, al final de un período de unos cinco minutos (depende del tamaño del grupo), algunas tarjetas estarán llenas de nombres, otras tendrán pocos, y otras tal vez ninguno. Se pide a la persona que tiene la tarjeta blanca que se ponga en pie, luego se pondrán en pie aquellas personas que hayan anotado en su tarjeta a la persona de la tarjeta blanca; a continuación se levantarán las personas que tengan anotadas en su tarjeta a las anteriores de manera que al final prácticamente todo el grupo se encuentra en pie. Se revela entonces el significado de los signos: tarjeta blanca = personas con una ITS; azul = siempre usa preservativo y anticonceptivos; amarilla = a veces usa preservativo y de vez en cuando anticonceptivos; rosada = no usa preservativo ni anticonceptivos.

A partir de aquí se realiza un seguimiento del posible recorrido efectuado por la infección y un posible embarazo, y sólo podrán sentarse aquellas personas que no han corrido riesgo, es decir, las que siempre usan preservativo y anticonceptivos.

A partir de esta experiencia se demostrará a las niñas y adolescentes con qué facilidad una ITS puede “viajar” por una comunidad y con qué facilidad se puede quedar embarazada cuando no se usa o no se usan de la manera adecuada los métodos anticonceptivos. Se crea en las niñas y adolescentes un sentimiento de proximidad real a la infección y al embarazo en la adolescencia. (Eso no me pasa a mí)

Al finalizar se le entrega a cada participante un cuartillo de cartulina, para que escriban como se sienten en este momento con relación a la transmisión de las ITS y la forma de concebir un embarazo y se les pide darle una valoración de 0 a 10 a la facilidad con la que se transmiten las ITS y la facilidad de concebir un embarazo. (Dependiendo del espacio, se puede animar con música suave de fondo, que esté relacionada con el tema)

Escribe de 0 a 10:

- ¿Cómo te sientes en este momento con lo vivido?
- Si no nos protegemos ¿consideras que la posibilidad de adquirir una ITS es?
- ¿Consideras que la posibilidad de concebir un embarazo es?

Momento 4 - CADENETA: (30 min)

Los participantes realizarán el juego “jugo de limón”, que consiste en cantar la canción jugo de limón vamos a jugar el que quede solo, solo quedará, se repetirá las veces que la asesora lo considere necesario, al finalizar la canción se les pedirá a los participantes que conformen grupos de acuerdo a la edad, mes de cumpleaños, color favorito (la moderadora debe terminar el juego agrupando las integrantes con un número de tal manera que conformen varios subgrupos). Ya con los subgrupos conformados se les pide a cada uno elegir un representante, los cuales saldrán al frente y elegirán una de las frases que la moderadora escribe en un tablero o papel craf, los representantes volverán al grupo y tendrán 5 minutos para tomar nota de las

opiniones de los participantes sobre la frase. Al toque de palmas, estas personas pasarán a otro grupo, realizando la misma acción. Al término de la visita a todos los grupos, estos coordinadores expondrán las opiniones que obtuvieron y el/la agente educativo/a realizará las orientaciones.

Sexualidad

Uso de métodos anticonceptivos

Prevengo las Infecciones de transmisión sexual

Quiero y cuido mi cuerpo

Momento 5 - EL PESPUNTE: (20 min)

Los participantes continúan en los mismos subgrupos, la moderadora pasará por cada subgrupo y le pedirá a los participantes que escojan una hoja de block al azar la cual tendrá escrito diferentes ritmos musicales según los ritmos predominantes en la región; seguidamente le pedirá a los subgrupos que deben inventar una canción o parodia en dicho género con la frase escogida anteriormente por el líder, escribirán en la hoja de block y luego la cantarán a sus compañeros. (La canción debe llevar un mensaje sobre el cuidado del cuerpo, la prevención de las ITS y el embarazo en la adolescencia)

Algunos géneros musicales:

Vallenatos

Salsa

Merengue

Reggaetón

Champeta

Rancheras

Otros que considere la moderadora según el territorio.

Momento 6 - PUNTO DE FESTÓN: (15 min)

Cierre y apertura de nueva actividad vivencial – (evaluación): El/La agente educativo elegirá la actividad para desarrollar este momento y realizar la evaluación del encuentro.

MEDIOS:	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Personal requerido: <ul style="list-style-type: none"> ✓ Agente educativo ✓ Participantes: Niñas y adolescentes ▪ Implementos para el/la agente educativo/a: la planeación del taller, material elaborado. ▪ Elementos para las participantes: Tarjetas de cartulina plana de colores, marcadores delgados, marcadores gruesos, tijeras, papelillos de colores, Bolígrafos. ▪ Espacio físico requerido: El dispuesto, preferiblemente un recinto amplio y con techo.
ALCANCES:	Identificar, la relación entre sexualidad y sexo, las infecciones de transmisión sexual y los métodos anticonceptivos para la prevención del embarazo y las ITS.
FUENTES DE VERIFICACIÓN:	Registro fotográfico, lo producido durante el taller, diseño metodológico, registro de asistencia, encuestas de satisfacción diligenciadas, informe del proceso.
OBSERVACIONES:	Observar los detalles sobre como las niñas quieren, cuidan y reconocen su cuerpo e identificar emociones expresadas por las participantes, en las actividades desarrolladas.

b. Ética, sexualidad y género

TEMÁTICA: Ética, Sexualidad, Genero, Sexo, erotismo, proyecto de vida, responsabilidad, autonomía, autoestima, estereotipos, Enfoque de Género, Equidad de Género, Respeto a la Diversidad Humana.

OBJETIVO DE APRENDIZAJE:

Comprender los elementos y dimensiones de la sexualidad, para promover en las participantes habilidades y destrezas que permitan reconocer y asumir su sexualidad de manera responsable y autónoma, sin temor ni vergüenza. Teniendo en cuenta los estereotipos culturales existentes y los efectos que generan, en la niñez y la adolescencia lo que aporte al empoderamiento de nuevas formas de ser mujeres en la sociedad. Reconociendo la importancia de la toma de decisiones en aras a un proyecto de vida desde la autonomía. Con el fin de potencializar sus dinámicas particulares hacia el bienestar de ellos mismos y de sus entornos más próximos.

INDICADOR/ES:

- Las niñas y adolescentes comprenden los elementos y las dimensiones en torno a su sexualidad
- Las niñas y adolescentes adquieren habilidades y destrezas que permiten llevar una sexualidad sana y responsable.
- Las niñas y adolescentes reconocen los estereotipos culturales y aprenden a manejarlos en sus entornos sociales.
- Las niñas y adolescentes reconocen la importancia de tener un proyecto de vida para la transformación de sus realidades.
- Las niñas y adolescentes se dan valor así mismas, potencializando su autoestima y amor propio.
- Las niñas y adolescentes aprenden a identificar la diversidad humana para la prevención de la Discriminación e inequidad por género.
- Las niñas y adolescentes identifican los métodos de anticoncepción y de planificación para la prevención de embarazos en la adolescencia e ITS.
- Las niñas y adolescentes conocen la ruta a seguir para obtener información en torno a la sexualidad y a los métodos de planificación familiar.

PREGUNTAS REFLEXIVAS PARA LOS AGENTES EDUCATIVOS:

- ¿Qué roles cumplen social, familiar y personalmente una mujer y un hombre?
- ¿Cuáles de esas ventajas de ser hombre o ser mujer son reales o estereotipadas?
- ¿Qué podemos hacer para obtener en nuestra sociedad nuevas formas de “ser mujeres” sin discriminación por género?
- ¿Qué diferencias físicas y emocionales existen entre hombres y mujeres en relación a la vivencia de la sexualidad?
- ¿Cómo sabemos cuáles son “días fértiles”, es decir, cuándo se puede quedar embarazada?
- ¿Tener un hijo o una hija es una decisión personal o de pareja?
- ¿Cómo se produce la gestación?
- ¿Es frecuente en nuestro municipio haya gestaciones no deseadas?
- ¿Por qué creen que se producen?
- ¿Qué se puede hacer para evitar los Embarazos no deseados?
- ¿Por qué es importante llevar a cabo un proyecto de vida?
- ¿Cuál es la utilidad de los métodos anticonceptivos?
- ¿De quién o quiénes es la responsabilidad de utilizar anticonceptivos?
- ¿Cuáles son los métodos anticonceptivos que más se usan en nuestro país?
- ¿Cuál o cuáles son los métodos anticonceptivos menos seguros en la etapa de la adolescencia?
- ¿Hablan los padres sobre planificación familiar?
- ¿Dónde los jóvenes pueden recibir información sobre el tema?
- ¿Cómo ofrecer consejos y que se sientan cómodos?

- ¿Los consejos entre los mismos jóvenes como son: correctos o incorrectos?
- ¿Si alguien quiere hablar sobre métodos anticonceptivos con su pareja, ¿cuál sería la mejor manera?

Asume y vive tus habilidades “en Sexualidad”	
OBJETIVO:	Comprender los elementos y dimensiones de la sexualidad, para promover en las participantes habilidades y destrezas que permitan reconocer y asumir su sexualidad de manera responsable y autónoma, sin temor ni vergüenza. Que permita la toma de decisiones desde la autonomía, con el fin de potencializar sus dinámicas particulares hacia el bienestar de ellas mismas y sus familias.
PUNTADAS TEÓRICAS:	<ul style="list-style-type: none"> • Marco Legal • Ética, Sexualidad y Género • Marco Conceptual
HILO CONDUCTOR: <i>(El hilo conductor hace referencia a las preguntas que orientan, conectan y/o conducen el desarrollo del eje temático)</i>	<p>¿Qué es Ética, Sexualidad y Género?</p> <p>¿Por qué es importante conocer estos conceptos?</p> <p>¿Qué es un enfoque de Género?</p> <p>¿Cómo se puede desarrollar la equidad de género en nuestra sociedad?</p> <p>¿Qué son Estereotipos Culturales? ¿Cómo nos afectan en nuestra vida cotidiana?</p> <p>¿Cómo construir un proyecto de vida a través de las decisiones responsables en el plano de la sexualidad?</p>
TIEMPO APROXIMADO:	4 horas
LUGAR:	Salón amplio y con ventilación
RESPONSABLE:	Agente educativo
TEJIDO DE SABERES	
<p>Momento 1 - ENHEBRANDO: (20 minutos)</p> <p>Saludo y bienvenida</p> <p>Dinámica rompe hielo: (La profesional social realizará la dinámica de acuerdo al contexto sociocultural de las participantes)</p> <p>Encuadre: Se dan a conocer las actividades a desarrollar y se pactan acuerdos que faciliten el desarrollo de estas.</p>	
<p>Momento 2 - HILVANANDO: (40 minutos)</p> <p>Se colocan en el piso palabras relacionadas con la sexualidad, cada una de ellas escritas en un papel o cartulinas. Debe haber tantas palabras, como asistentes, con esferos.</p> <p>Se les pide a las participantes que tomen una palabra de ellas para escribir lo que considere sea la definición.</p> <p>Luego, se les pide rotar el papel hacia la derecha con esa palabra y se solicita a la persona de la derecha que complemente la definición del concepto.</p> <p>Posteriormente se les hace entrega al azar de las definiciones y deben buscar con el resto de personas cuál es el concepto correspondiente.</p>	

<p>Momento 3 - SOBRE HILADA: (50 minutos)</p> <p>Previamente, realizarán Collage de Frases Las participantes crearan frases inventadas por ellos mismos con cada una de las palabras que les toco al azar, que permitan evidenciar las reflexiones de las temáticas tratadas durante la actividad. Las frases deben ser creativas, coloreadas, y bien estructuradas, decoradas. Luego de ello, las participantes pegaran sus frases en cartulinas de colores en forma de collage, para pegarlos en partes visibles de sus instituciones educativas.</p>	
<p>Momento 4 - CADENETA: (45 minutos)</p> <p>Se pide a los participantes que expongan en cartulinas o papel bond las temáticas referentes a la Ética, la Sexualidad y el género, a la violencia de género, la discriminación, embarazos en adolescentes, métodos anticonceptivos, ITS, comunicación de padres a hijos, proyecto de vida, entre otros, donde reflejen lo que conocen en su parte conceptual, reflejando causas y consecuencias de las situaciones que allí postulen.</p>	
<p>Momento 5 - EL PESPUNTE: (50 minutos)</p> <p>En hojas de colores se dibujan corazones que contendrán, situaciones que se presentan con sus familias en la cotidianidad.</p> <p>Cada corazón estará pegado a una cartulina en un sitio estratégico del salón. Luego las participantes deben tomar uno de los corazones y tratar de explicar lo allí escrito, encontrando formas eficaces de resolución a las situaciones reflejadas en ellos.</p>	
<p>Momento 6 - PUNTO DE FESTÓN: (35 minutos)</p> <p>Se finaliza el tejido, revisando cada puntada, a través de una actividad de cierre de lo vivenciado escogida por el agente educativo o facilitador (Evaluación del encuentro), dando apertura a una nueva experiencia, a partir de cuestionamientos reflexivos sobre lo evidenciado en el entorno externo; una nueva actividad vivencial.</p>	
<p>MEDIOS:</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Personal requerido: <ul style="list-style-type: none"> ✓ Facilitador(a) ✓ Equipo de apoyo: Monitores deportivos ✓ Participantes: Niñas y adolescentes ▪ Implementos para el facilitador: La planeación del encuentro, formatos de asistencia ▪ Elementos para las participantes: papeles de colores, cinta, cartulinas, marcadores, lapiceros, hojas de block, revistas, tijeras, colbon, colores. ▪ Espacio físico requerido: El dispuesto, preferiblemente un recinto amplio y con ventilación.
<p>ALCANCES:</p>	<p>Que las niñas adquieran destrezas y habilidades que les permitan asumir una sexualidad sana y responsables, eliminando todo tipo de discriminación, por raza, genero, orientación sexual, o estereotipos culturales o familiares, desarrollando un proyecto de vida que les permita mejorar su calidad de vida y la de sus familias a través de la toma de decisiones consensuadas y autónomas.</p>

FUENTES DE VERIFICACIÓN:	Registro fotográfico, lo producido durante el taller, diseño metodológico, registro de asistencia, encuestas de satisfacción diligenciadas, informe del proceso.
OBSERVACIONES:	

c. Reconozco mis derechos y los exijo

TEMÁTICA: Mis derechos sexuales y reproductivos como mujer, niña y adolescente.

OBJETIVO DE APRENDIZAJE: Las niñas y adolescentes desarrollarán comprensión sobre sus derechos y las rutas de atención para el restablecimiento de estos, como construcción de tejidos de vida.

INDICADOR/ES: Las niñas y adolescentes reconocen los derechos sexuales y reproductivos que se tienen como mujer, niña y adolescente.

Las niñas y adolescentes comprenden la importancia de conocer los derechos sexuales y reproductivos y los derechos de la mujer la niña y la adolescente.

PREGUNTAS REFLEXIVAS PARA AGENTES EDUCATIVOS:

- ¿Qué entiendes por derechos?
- ¿Para ti cuales son los derechos de la mujer?
- Para ti ¿Cuáles son los derechos sexuales y reproductivos?
- ¿Crees que los derechos sexuales y reproductivos son derechos de la mujer? ¿Por qué?
- ¿Qué relación encuentras entre los derechos humanos, los derechos de la mujer, la niña y la adolescente y los derechos reproductivos?
- ¿Debo de darle importancia a este tema? ¿Por qué?
- ¿Crees que en la adolescencia te faltó más información sobre derechos sexuales y reproductivos?
- Si en la adolescencia hubieras tenido más información sobre este tema ¿algunas decisiones en tu vida habrían sido diferentes? ¿Por qué? ¿Cuáles?
- ¿Consideras necesario que las niñas y adolescentes reconozcan sus derechos sexuales y reproductivos? ¿Por qué?
- ¿Cuáles son las debilidades y fortalezas que identifico en las adolescentes al momento de decidir tener relaciones sexuales?
- ¿Qué riesgos crees que corre una niña o adolescente que desconozca sus derechos sexuales y reproductivos?

Explorando mis derechos	
OBJETIVO:	Reconocer los derechos humanos, los derechos sexuales y reproductivos como mujer, niña y adolescente.
PUNTADAS TEÓRICAS:	<ul style="list-style-type: none"> • Derechos humanos • Derechos de la mujer la niña y la adolescente • Derechos sexuales y reproductivos
HILO CONDUCTOR: <i>(El hilo conductor hace referencia a las preguntas que orientan, conectan y/o</i>	<p>Para ti ¿qué son los derechos de la mujer, la niña y la adolescente?</p> <p>Para ti ¿qué significa derechos sexuales y reproductivos?</p> <p>¿Crees que las mujeres pueden tener derechos sexuales y reproductivos?</p>

<i>conducen el desarrollo del eje temático)</i>	Según tu punto de vista quién debe exigir los derechos humanos, sexuales y reproductivos ¿el hombre o la mujer? ¿Crees que es importante conocer los derechos sexuales y reproductivos y exigirlos?
TIEMPO APROXIMADO:	2 horas
LUGAR:	Salón amplio o sitio con techo
RESPONSABLE:	Agente educativo
TEJIDO DE SABERES	
<p>Momento 1 - ENHEBRANDO: (15 minutos) Saludo y bienvenida</p> <p>Dinámica rompe hielo: Esta dinámica se propone a manera de contextualizar a la/el agente educativo/a sobre la intencionalidad cuando se realizan dinámicas rompe hielo (El/La agente educativo/a puede cambiar la dinámica de acuerdo al contexto socio-cultural)</p> <p>Se escogen dos participantes del grupo y se les pide que salgan del aula, el/la agente educativo/a le dará la siguientes indicaciones al resto de las participantes (formen un círculo con los brazos entrelazados una de las compañeras que está afuera del aula entrará en el círculo y tratará de salir de cualquier forma, la misión del grupo es no dejarla salir, hasta que no lo exija “DEJENME SALIR”, escogerá a tres participantes más del grupo para que sean observadores y monitoreen la dinámica desde afuera; luego el/la agente educativo/a llama a una de las compañeras que está afuera y no sabe nada de lo que pasa, le dice que se pare dentro del círculo, cuando lo haya hecho le dirá que su misión es salir del círculo, cuando lo logre entrará la otra compañera, pero si en 2 minutos no lo ha logrado se llamará la otra compañera y se le dará la misma misión, si en un lapso de tiempo entre dos y tres minutos o el que considere el/la agente educativo/a, no lo logran, se termina la dinámica y se propicia la reflexión preguntando a las dos compañeras ¿por qué no lo lograron? ¿Qué fue lo más difícil? ¿Qué sentimiento les generó la dinámica? Luego se les dice cuál era la forma de salir del círculo y que las compañeras lo sabían, propiciando la relación con el tema a tratar, ejemplo:</p> <p>Ustedes tenían unos derechos; derecho a hablar, derecho a exigir que las dejaran salir, derecho a no ser maltratadas, derecho a que les explicara lo que estaba sucediendo, ¿qué sucede cuando desconocemos nuestros derechos? y ¿por qué sucede?</p> <p>¿Por qué si las compañeras que observaban la dinámica y sabían la información no les dijeron que tenían derechos y podían exigirlos?</p> <p>Encuadre: Se dan a conocer las actividades a desarrollar y se pactan acuerdos pedagógicos que faciliten el desarrollo de estas.</p>	
<p>Momento 2 - HILVANANDO: (20 minutos)</p> <p>Para hilvanar en esta actividad es necesario que en el momento que van ingresando las participantes al lugar de encuentro se vayan enumerando en orden de llegada. Se les entregará el número escrito en un papelillo o se le pegará en el hombro.</p> <p>Al iniciar esta actividad el/la agente educativo/a le pedirá a las participantes con números pares ubicarse a un extremo del aula y a las de números impares ubicarse al otro extremo conformando de esta manera dos equipos, luego se le pedirá a cada equipo ponerse un nombre y se les dirá que jugarán un partido de futbol que durará 10 minutos para el que deben distribuir roles (porristas, directora técnica y jugadores) tendrán dos minutos para hacerlo. El/la agente educativo/a elegirá a una de las participantes para que sean árbitro, luego se dirigirá a cada equipo y dará las reglas del juego a cada uno por separado, sin que el equipo contrario se entere; a uno de los equipos les dirá que el futbol es un deporte muy común y que todas las personas en Colombia en algún momento hemos visto un partido de futbol y escuchado las reglas, por lo tanto ya deben saber cómo jugar, sin embargo en este partido siempre que el balón</p>	

salga de la cancha ellos tendrán la responsabilidad de sacar, sin importar que equipo lo pateé para afuera, el resto de las reglas siguen siendo las mismas; al otro equipo la orientadora les dirá de la siguiente manera: que en el partido tienen la responsabilidad de meter gol y para lograrlo pueden utilizar cualquier parte del cuerpo los pies, la cabeza y las manos, no tendrán un arquero específico todos pueden tapar. El árbitro quien habrá escuchado lo que se dijo en cada equipo, tendrá la responsabilidad de hacer cumplir las reglas del juego, pero solo lo hará si los jugadores se lo exigen, con claridad y con argumentos, diciéndole que es su derecho y explicándole el porqué. Al terminar el juego el/la agente educativo/a explicará a los equipos cuales eran las reglas del juego para cada uno, que derechos tenían, adonde quién debían acudir y como exigirlos.

Momento 3 - SOBRE HILADA: (20 minutos)

Para este momento el/la agente educativo/a habrá entregado con anticipación a cada participante un corazón de color rojo los cuales estarán enumerados del 1 al 7 (se les pueden entregar en el momento de llegada al lugar de encuentro).

Se le pide a las participantes que se reúnan según el número de cada corazón seguidamente el profesional debe posibilitar que las niñas reflexionen frente a los derechos que tenemos, si los exigimos o no, cómo y a quién los exigimos a partir de lo observado con preguntas como:

¿Cómo se sintieron en el juego? ¿Sintieron rabia, impotencia, etc.? ¿Qué cosas creen que debían saber antes de iniciar el juego? ¿Creen que hubo algún abuso? ¿Ocurren situaciones parecidas en la sociedad? ¿Me he sentido igual en algún momento de la vida?

(El agente educativo posibilita la reflexión dando aclaraciones sobre lo que las niñas y adolescentes expresen)

Se le pide a cada participante que escriba en el corazón su nombre y un momento en el que haya experimentado un sentimiento parecido a lo vivido en este momento o un derecho que ella sienta que le han vulnerado en algún momento y lo pegue en la tela náutica preparada con el aerosol. ***(No es necesario que compartan lo escrito en el corazón)***

Momento 4 - CADENETA: (30 minutos)

Para este momento el/la agente educativo/a tendrá escrito en corazones de colores y pegados en la parte superior de la tela náutica algunos derechos y preguntas orientadoras seleccionadas.

Preguntas orientadoras:

Para ti ¿qué son los derechos de la mujer, la niña y la adolescente?

Para ti ¿qué significa derechos sexuales y reproductivos?

¿Crees que las mujeres pueden tener derechos sexuales y reproductivos?

Según tu punto de vista ¿quién debe exigir los derechos, sexuales y reproductivos ¿el hombre o la mujer?

¿Crees que es importante conocer los derechos sexuales y reproductivos y exigirlos?

Derechos sexuales y reproductivos:

Derecho a una vida sexual y reproductiva digna

Tengo derecho a decidir tener o no tener relaciones sexuales y a decidir tener o no tener hijos.

Tengo derecho a ser respetado en mi identidad sexual

Tengo derecho a decir “no” cuando no deseo que alguien toque mi cuerpo.

derecho a vivir libres de acoso, violación o abuso sexual

Tengo derecho a la intimidad sexual, la vida privada y el buen nombre.

Tengo derecho a las mismas oportunidades independientemente de mi género

Tengo derecho a una buena salud en el campo sexual y en el reproductivo.

El éxito en el logro o la prevención del embarazo, ejercer el derecho a elegir el momento de tenerlo o el método para prevenirlo.

Tengo derecho a tomar decisiones sexuales y reproductivas informadas, libres y responsables.

Tengo el derecho a decidir ser o no ser padre o madre.

Se le pedirá al grupo que se reúna nuevamente en los mismos equipos que jugaron el partido de futbol y se les dirá que cada equipo se ubique a un extremo del aula, a un espacio considerable la facilitadora tendrá un pito o corneta; cuando está indique saldrá un participante de cada equipo a tocar la corneta, para primero que lo haga su equipo tendrá la oportunidad de dar primero su punto de vista sobre la pregunta o derecho escrita en el corazón que le leerá el/la agente educativo/a (los corazones estarán ubicados en la parte de arriba de la tela náutica y tendrán un orden específico para darle el hilo conductor a la construcción conceptual); para ganar un punto el equipo tiene un minuto para explicar el derecho; luego se le dará la oportunidad al otro equipo para que de una mejor explicación y tenga la oportunidad de quedarse con el punto. (El punto lo ganará el equipo que de la respuesta más completa)

Se realizará la actividad hasta alcanzar todos los corazones seleccionados por el/la agente educativo/a, la cual deberá ir explicando cada derecho a través de lo expresado por las participantes y posibilitando el reconocimiento de este por parte de las niñas y las adolescentes. (Es importante el conocimiento generado en las niñas y adolescentes, por lo tanto el/la agente educativo/a/a debe tener apropiación del tema, utilizar palabras que las niñas entiendan y no dejar ningún tema abierto)

Momento 5 - EL DESPUNTE: (20 minutos)

Para este momento el/la agente educativo/a deberá escribir previamente en cartulina plana de colores derechos sexuales y reproductivos y derechos de la mujer. Cada derecho lo escribe en un color diferente y con letra mayúscula, grande y legible; luego lo recorta en varios trozos con tamaños y formas diferentes, guarda todos los trozos en una bolsa oscura, los revuelve y los lleva al encuentro. (la cantidad de trozos en los que se recorte la palabra será el número de integrantes por grupo)

Para iniciar la actividad se pedirá a cada niña o adolescente que saque un trozo de la bolsa, cuando todas tengan el suyo, el/la agente educativo/a les pedirá que se reúnan según el color que tienen, cuando estén en los sub grupos se les dice que los trozos de cartulina son las piezas de un rompecabezas que deben armar y descubrir un derecho. (El/la agente educativo/a puede ofrecer un estímulo para el equipo arme primero el rompecabezas, con el fin de motivar a las participantes y agilizar la actividad).

Se le entrega a cada grupo un cuartillo de cartulina, cuando todos hayan terminado se les pedirá dialogar sobre el derecho que descubrieron y escriban en la cartulina:

¿Qué significado tiene para ellas ese derecho?

¿Por qué es importante que las mujeres, las niñas y adolescentes lo conozcan?

¿Por qué es importante exigirlo?

Cada subgrupo escribe el nombre de las integrantes del equipo en la parte de atrás de la cartulina y comparte lo escrito con el resto del grupo. Al finalizar el/la agente educativo/a recoge los cuartillos de cartulina y lo guarda, ya que serán herramienta que debe llevar para el desarrollo del taller número dos del módulo.

Momento 6 - PUNTO DE FESTÓN: (15 minutos)

Cierre y apertura de nueva actividad vivencial – (evaluación): *La agente educativo realiza la evaluación del encuentro.*

Actividad vivencial: Se les pide a las participantes que para el próximo encuentro observen o lean en la televisión, revistas, periódico, radio o el internet, anuncios comerciales, sobre derechos sexuales y reproductivos.

MEDIOS:

- **Personal requerido:**
 - ✓ **Agente educativo**
 - ✓ **Participantes:** Niñas y adolescentes
- **Implementos para el/agente educativo:** La planeación del encuentro, tela náutica, aerosol, corazones de colores, Balón, pito o corneta,

	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Elementos para las participantes: Corazones de color rojo, marcadores delgados, cuartillos de cartulina plana. ▪ Espacio físico requerido: El dispuesto, preferiblemente un recinto amplio.
ALCANCES:	Que las participantes evidencien la importancia de conocer y exigir sus derechos como mujer, niña y adolescente y sus derechos sexuales y reproductivos.
FUENTES DE VERIFICACIÓN:	Registro fotográfico, lo producido durante el taller, diseño metodológico, registro de asistencia, encuestas de satisfacción diligenciadas, informe del proceso.
OBSERVACIONES:	<p>Identificar la información que reciben las niñas y adolescentes en su entorno con relación a los derechos sexuales y reproductivos y cómo la transmiten.</p> <p>Propiciar la reflexión de las niñas y adolescente la importancia de conocer y exigir sus derechos.</p> <p>Analizar la manera como la niña y adolescentes concibe su cuerpo y la relación que tienen con este.</p> <p>Identificar la dimensión cultural patriarcal y lo que para ellas representa el hombre en cuanto a autonomía de la mujer, paternidad y equidad.</p>

Me La Juego Por Mis Derechos

OBJETIVO:	Hacer reconocimiento de los derechos sexuales y reproductivos, la atención ante amenaza y vulneración de derecho.
PUNTADAS TEÓRICAS:	<ul style="list-style-type: none"> • Marco político • Derechos sexuales y reproductivos • Normatividad • Rutas de Atención a la vulneración de derechos a niñas y ad
HILO CONDUCTOR: <i>(El hilo conductor hace referencia a las preguntas que orientan, conectan y/o conducen el desarrollo del eje temático)</i>	<p>¿Qué es un derecho?</p> <p>¿Qué son los derechos sexuales y reproductivos?</p> <p>¿Cuáles son los derechos sexuales y reproductivos?</p> <p>¿Cómo puedo acceder a ellos?</p> <p>¿Cómo vivimos los niños, niñas y adolescentes nuestros derechos?</p> <p>¿para qué nos sirven los derechos sexuales y reproductivos?</p> <p>¿Cómo podemos identificar cuando uno de nuestros derechos con adolescentes está siendo vulnerado?</p> <p>¿Qué debemos hacer si se nos vulnera un derecho sexual y reproduc</p> <p>¿Cuáles son los principales problemas de salud sexual y reproductiva las jóvenes de la Región?</p> <p>¿Cómo influye la cultura en el disfrute o negación de estos derechos</p>
TIEMPO APROXIMADO:	4 horas
LUGAR:	Salón amplio o sitio con techo
RESPONSABLE:	Agente educativo
TEJIDO DE SABERES	
<p>Momento 1 - ENHEBRANDO: (20 minutos)</p> <p>Saludo y bienvenida</p> <p>Dinámica rompe hielo: (La profesional social realizará la dinámica de acuerdo al contexto sociocultural de las particip</p> <p>Encuadre: Se dan a conocer las actividades a desarrollar y se pactan acuerdos que faciliten el desarrollo de estas.</p>	

Momento 2 - HILVANANDO: (40 minutos)

Previamente el escenario debe estar decorado con los papeles de colores que contengan los derechos sexuales y reproductivos.

Se inflan globos con un poco de talco y un papelito un derecho sexual y reproductivo.

Se ubican sillas equivalentes a dos cifras menos del total de las asistentes.

Se les indica a las NA que jugaremos el baile de la silla, deberán bailar al ritmo de la música y en cuanto pare la música se sientan. Las dos NA que quedan en pie se les indicaran que escojan un globo, reventarlo de la forma que las demás acuerden. La NA que indique, tomaran el papel que está dentro leerán en voz alta y socializaran que contempla ese derecho, que significa para ellas. Se les dará espacio a las demás NA que deseen participar. Se hará con cada uno de los derechos.

Momento 3 - SOBRE HILADA: (40 minutos)

Previamente, en papeles de 4 colores diferentes se plasman situaciones que reflejen la defensa de derechos sexuales y reproductivos, se corta cada uno estilo rompecabezas y se esconden sus partes en los alrededores del lugar. Por otra parte se hacen pedacitos de papel de los mismos colores en los que se hicieron los rompecabezas, se guardan en una mochilita. Se les pide a cada NA que tome uno, al final se agruparan acorde a los colores que cada una tomo.

Se les informa a las NA que en los alrededores encontraran 4 piezas de un rompecabezas del color que las identifica, cuando tengan todas las partes se reunirán, las armaran y socializaran las situaciones.

Posteriormente se les entrega a las chicas una hoja de block y se les pide que socialicen la situación, analicen que derechos sexuales y reproductivos se ven inmersos, y vayan haciendo sus apuntes, luego que los hayan identificado y socializado, preparen una canción, trova, decima que en su contenido se vean reflejadas 1) la situación, 2) los derechos que allí se encuentran, 3) sus sentimientos personales frente al tema. Al finalizar se hace la presentación de cada grupo y se promueve la socialización de cómo se sintieron en el ejercicio y las emociones o sentimientos que despertaron en cada una.

Momento 4 - CADENETA: (40 minutos)

Se inicia un dialogo con las NA que conocimientos tienen frente a las entidades que regulan y velan por el cumplimiento de los derechos sexuales y reproductivos. Ya entablado el dialogo se les facilitan los materiales para que en una cartelera armada ellas consideren es la ruta de atención ante amenazas y vulneraciones de derechos. (si el grupo es muy grande preferiblemente divide en dos o tres). Luego de que se haya creado la ruta se expone y se invita hacer una evaluación dirigida de que tan buena es la ruta elaborada, se hacen los ajustes.

Momento 5 - EL PESPUNTE: (40 minutos)

Se les entregara a cada NA una hoja matriz y se les indica que deben llenarla acorde a lo que cada una considere, insistiendo en la importancia de consignar allí sus pensamientos y emociones. Al finalizar entregaran la matriz diligenciada a la facilitadora. Se pide a las NA que se sienten en el piso formando un circulo, se les entrega una de las hojas se lee la primera pregunta y ellas responden lo que está consignado en la hoja que se les entrego y de su posición personal frente a lo allí escrito. Se hace lo mismo con el resto de las preguntas. Al finalizar el facilitador hace la retroalimentación pertinente.

Momento 6 - PUNTO DE FESTÓN: (60 minutos)

Juego El inquilino, formar tríos en donde dos de estos conformaran con sus extremidades superiores (brazos extendidos), mientras el inquilino permanecerá en medio de estos dos, hay tres palabras claves que van a predominar en el juego, son casa, inquilino y terremoto.

Por consiguiente cuando el monitor diga casa, las casas deberán dejar al inquilino y buscar uno nuevo, cuando diga inquilino se queda en su lugar y los inquilinos deberán buscar una nueva casa, y por ultimo terremoto se desarma la casa incluyendo los inquilinos.

Lo que se quiere expresar con este juego es que los inquilinos son nuestros derechos, la casa somos nosotros y el terremoto las cosas que nos rodean, las personas; siempre debemos conocer nuestros derechos porque si no pasan como el inquilino sale de la casa, los podemos perder y mucho más cuando permitimos que personas ajenas a nosotros abusen de ellos en el terremoto.

Pasamos al juego El Ahorcado, el cual consiste en hacer un cuerpo humano en globos, cada globo lleva inmerso maicito y un papelito el cual tendrá situaciones en donde se vea reflejado violación de derechos y cómo actuar en un caso de estos, a cada una cartulina se colocara varios cuadritos en el cual se va a colocar una palabra o bien sea una frase, en la cual las niñas irán colocando, cada vez que digan una palabra incorrecta se explotara un globo y se presenta una situación.

Por último Los mellizos, en esta actividad se realiza por parejas, en donde estos llevaran un pie atado a su pareja y a la cintura lo cual no les permitirá moverse de forma individual, sino sincronizados, así mismo parten de un extremo al otro allí encontrarán un globo el cual deberán soplarla y cuando esté llena, intentar romperla con el pie que no está amarrado a la rompan encontrarán un papelito con una pregunta que deberán contestar para poder continuar.

Por ultimo se recogen los significativos de cada uno de los momentos, haciendo la profesional social los aportes pertinentes para reafirmar las temáticas o aclarar posibles dudas, para finalizar se promueve un espacio en el que las niñas verbalmente la actividad en contenido y evaluación, y se realiza la evaluación acorde a el método.

<p>MEDIOS:</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Personal requerido: <ul style="list-style-type: none"> ✓ <i>Facilitadora</i> ✓ <i>Equipo de apoyo:</i> Monitores deportivos ✓ <i>Participantes:</i> Niñas y adolescentes ▪ Implementos para el facilitador: La planeación del encuentro, forro y asistencia ▪ Elementos para las participantes: globos, rompecabezas, fichas de marcadores, lapiceros, papel craft, hojas de block, revistas, tijeras, colchoneta ▪ Espacio físico requerido: El dispuesto, preferiblemente un recinto amueblado y/o cancha.
<p>ALCANCES:</p>	<p>Que las NA reconozcan sus derechos, identifique las situaciones en las que se reconozca rutas de atención y entidades de apoyo.</p>
<p>FUENTES DE VERIFICACIÓN:</p>	<p>Registro fotográfico, lo producido durante el taller, diseño metodológico, rúbrica de asistencia, encuestas de satisfacción diligenciadas, informe del proceso.</p>
<p>OBSERVACIONES:</p>	<p>Se hará reconocimiento de las rutas de atención, promoviendo la adecuada atención de esta.</p>
<p>N° DE PARTICIPANTES:</p>	<p>30 a 45 niñas y adolescentes</p>

APRENDO CUANDO VULNERAN MIS DERECHOS	
OBJETIVO:	Reconocer las acciones que vulneran mis derechos sexuales y reproductivos y las rutas de atención para exigir su garantía.
PUNTADAS TEÓRICAS:	<ul style="list-style-type: none"> • Acciones que vulneran derechos. • Garantizando derechos (Instituciones rutas de atención)
HILO CONDUCTOR: <i>(El hilo conductor hace referencia a las preguntas que orientan, conectan y/o conducen el desarrollo del eje temático)</i>	¿Cómo se vulnera un derecho sexual y reproductivo? ¿Qué acciones vulneran un derecho sexual y reproductivo? ¿Cuáles son los derechos sexuales y reproductivos vulnerados con frecuencia?
TIEMPO:	2 horas
LUGAR:	Salón amplio
RESPONSABLE:	Agente educativo/a
TEJIDO DE SABERES	
<p>Momento 1 - ENHEBRANDO: (15 minutos) Saludo y bienvenida</p> <p>Dinámica rompe hielo: El/La agente educativo/a realizará la dinámica de acuerdo al contexto sociocultural de las participantes. A continuación se sugieren algunos sitios web con varias actividades para elegir:</p> <ul style="list-style-type: none"> • cajondeherramientas.com.ar/wp-content/uploads/2015/.../MANUAL-DINAMICAS.pdf • www.asocam.org/biblioteca/files/original/94bac566b9a2e9af34845ec144213e06.pdf • https://espanolparainmigrantes.files.wordpress.com/.../13-juegos-de-presentacion.pdf <p>Encuadre: Se dan a conocer las actividades a desarrollar y se pactan acuerdos que faciliten el desarrollo de estas.</p>	
<p>Momento 2 - HILVANANDO: (20 minutos) Esta actividad se realizará en los grupos conformados en el taller anterior a través de rompecabezas sobre derechos sexuales y reproductivos</p> <p>El/la agente educativo/a le recordará los nombres de las personas que conforman cada grupo y el derecho que armaron en el rompecabezas, seguidamente les pedirá que en 5 minutos retomen lo dialogado del taller anterior sobre el derecho luego les pedirá que cada subgrupo se sienten en círculo o se acuesten en el piso y cierren los ojos; con los ojos cerrados se les dirá que piensen en una situación que hayan vivido donde consideren que se les violó o vulneró ese derecho, se les dice si no recuerdan que les hayan vulnerado ese derecho a ellos, que piensen en alguien a quien crea que se lo han vulnerado, luego se les pregunta:</p> <p>¿Qué personas recuerdas que estuvieron presentes en ese momento? ¿Cómo te sentiste en ese momento? ¿Qué pensaste en ese momento? ¿Qué hiciste?</p> <p>¿Qué crees que pudiste haber hecho y no hiciste? ¿Por qué crees que no lo hiciste? Si te sucediera esa situación hoy ¿Qué harías?</p>	

Al finalizar las preguntas se les dice a las participantes que en estos momentos es el día (fecha en que se desarrolla el taller), ejemplo sábado 6 Agosto de 2016 y estamos en el encuentro de niñas y adolescentes, y podemos abrir los ojos. (Se sugiere un espacio con poco ruido, para facilitar la concentración de las participantes)

Se le entrega media hoja de block a cada participante para que escriba palabras o frases que describan lo que sintió durante la actividad.

Momento 3 - SOBRE HILADA: (20 minutos)

En este momento se le dice a las participantes que de acuerdo a lo vivenciado en la actividad anterior y utilizando las palabras escritas en la hoja deben dramatizar una escena de dos minutos donde se evidencie dónde y cuándo se evidencia el derecho correspondiente y las entidades encargadas de atender y garantizar los derechos a las mujeres, las niñas y las adolescentes (para organizar la escena tendrán 8 minutos), luego deberán dramatizar la escena a sus compañeros. (Animar utilizando vestuario). El/La agente educativo/a filmará lo dramatizado por las niñas.

Incentivar las niñas y adolescentes a desarrollar la creatividad.

El/La agente educativo/a deberá identificar las instituciones puestas en escena.

Momento 4 - CADENETA: (30 minutos)

Para el desarrollo de esta actividad la agente educativo/a deberá realizar con anterioridad un rastreo de instituciones que se encargan de la garantía de los derechos de las niñas y las adolescentes en la localidad donde viven las niñas (municipio, comuna, , barrio)

En esta actividad las niñas y adolescentes deben armar en un FLUJOGRAMA de las rutas de atención en su localidad para la salud sexual y reproductiva, la atención en caso que se vulnere algún derecho.

La orientadora tendrá ya listo cada FLUJOGRAMA en fichas para que las niñas y adolescentes lo armen. Cada uno en color diferente para evitar confundir las fichas.

La actividad se desarrollará de la siguiente manera:

Se conformarán dos grupos y a cada grupo se le asigna un tema y un color, según el color de las fichas de cada FLUJOGRAMA; se le dirá: en este lugar hay unas fichas de cartulina y cada grupo tiene el desafío de encontrar las correspondientes al color asignado, inmediatamente tengan todas las fichas deben armar un mapa conceptual o FLUJOGRAMA correspondiente al tema asignado, pegando las fichas sobre la tela náutica preparada con el aerosol, según el orden que ellas consideren se debe atender el caso. Ganará el grupo que lo arme primero en forma correcta, deben participar todos los integrantes del grupo en la actividad (la agente educativo/a puede incentivar al grupo que lo logre en el menor tiempo).

Se estipula un tiempo para el desafío. Si uno de los grupos o ninguno logra armarlo en el orden correspondiente, la profesional debe hacerlo con ayuda de todo el grupo y aterrizar los conceptos sobre cuándo y cómo se vulneran mis derechos como mujer niña y adolescente, la importancia de exigirlos y a qué instituciones se debe acudir en caso de vulneración de los mismos.

Tabla orientadora

Derecho	Acciones
Vulneración al derecho a la vida y la integridad personal	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Violencia intrafamiliar ✓ Violencia física ✓ Violencia psicológica ✓ Violencia sexual ✓ Violencia económica

Vulneración del derecho a la igualdad y libertad	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Discriminación por género ✓ Discriminación por orientación sexual 	
Vulneración del derecho a la educación e información	<ul style="list-style-type: none"> ✓ El personal de salud decide el método de anticoncepción que una mujer debe usar, sin brindarle la información sobre todos los métodos para que sea ella quien decida. ✓ Los adultos, como agentes socializadores, no educan para la sexualidad a niños, niñas y adolescentes. ✓ Las instituciones educativas reducen la información y educación en torno a la sexualidad a los métodos anticonceptivos, infecciones de transmisión sexual y aparato reproductor, y dicha información sólo se dirige a los grupos de grados superiores. ✓ Los medios masivos de información validan algunos estereotipos culturales que perpetúan imaginarios discriminatorios en torno al cuerpo, a prácticas sexuales, relaciones de pareja y roles de hombres y mujeres 	
Vulneración del derecho al acceso a servicios.	El establecimiento de barreras de acceso a los servicios de <u>salud, justicia, protección y educación</u> limitan el disfrute de los derechos sexuales y reproductivos	
<p>Momento 5 - EL PESPUNTE: (20 minutos)</p>		
<p>Para este momento se le pide a las participantes que conformen nuevamente los grupos iniciales según los cuartillos de cartulina diligenciados en el primer taller (para agilizar la conformación de los grupos el/la agente educativo/a puede leer los nombres escritos en cada cartulina).</p> <p>A cada grupo se le entrega un pliego de papel periódico, revistas, tijeras, marcadores, pegante, para que realice un cartel con una propaganda sobre la importancia que la mujer la niña y la adolescente conozca y exija sobre el derecho que cada grupo viene trabajando desde el primer taller del módulo. Para realizarlo se apoyará en lo escrito en el cuartillo de cartulina y lo vivenciado durante el desarrollo de las actividades del módulo.</p> <p>Las participantes deben representar el comercial ante el resto del grupo utilizando el cartel con la propaganda como anuncio. (El/la agente educativo/a estimulará a las participantes para que desarrollen la creatividad y grabará los comerciales realizados por las niñas y adolescentes)</p>		
<p>Momento 6 - PUNTO DE FESTÓN: (15 minutos)</p>		
<p>Cierre y apertura de nueva actividad vivencial – (evaluación): <i>La agente educativo elegirá la actividad para desarrollar este momento y realizar la evaluación del encuentro.</i></p> <p>Se les pide a las participantes que dialoguen con sus padres sobre los aprendizajes del módulo y compartir mínimo con dos personas (amigas, vecinas, compañeras, etc.) las rutas de atención construidas. Anotar los aspectos relevantes sobre la respuesta de la persona con que habló y compartir en el próximo encuentro.</p> <p>La profesional debe ser creativa para motivar las niñas y adolescentes a compartir lo construido.</p>		
MEDIOS:	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Personal requerido: <ul style="list-style-type: none"> ✓ Agente educativo ✓ Participantes: Niñas y adolescentes ▪ Implementos para el/la agente educativo: La planeación del taller, tela náutica, aerosol, cuartillos de cartulina con la construcción de las participantes en el taller anterior, cinta enmascarar. 	

	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Elementos para las participantes: Papel periódico, marcadores, tijeras, pegante, revistas, vestuario, hojas de block. ▪ Espacio físico requerido: preferiblemente un recinto amplio y con techo.
ALCANCES:	Identificar las acciones que vulneran los derechos de la mujer, la niña y la adolescente y conocer las rutas de atención nacional y local para la garantía de los derechos.
FUENTES DE VERIFICACIÓN:	Registro fotográfico, lo producido durante el taller, diseño metodológico, registro de asistencia, encuestas de satisfacción diligenciadas, informe del proceso.
OBSERVACIONES:	Establecer relación entre las rutas de atención nacional y local Propiciar la reflexión en las niñas y adolescentes sobre la importancia de conocer los derechos de la niña, la mujer, y la adolescente y exigirlos.

¿Cuál o cuáles derechos sexuales son para ti el más importante?		¿Por qué piensas esto?	
¿Cuál o cuáles derechos sexuales y reproductivos son los más vulnerados?		¿Qué sientes frente a esto.	
¿Cuál entidades crees que contribuyen al cuidado de tus derechos sexuales y reproductivos.		¿Que hacen para que sientas este respaldo?	
Sabes donde acudir en caso de amenaza o vulneración de derecho.		¿a cuáles?	

d. Previendo la violencia contra la mujer y la violencia intrafamiliar

TEMÁTICA: Concepto y legislación para la prevención de la violencia contra la mujer y la violencia intrafamiliar

OBJETIVO DE APRENDIZAJE: Desarrollar comprensión en las niñas y adolescentes sobre las acciones de violencia contra la mujer, violencia intrafamiliar, la importancia de prevenirlas y la restitución de derechos.

INDICADOR/ES: Las niñas y adolescentes tendrán claridad sobre el concepto de violencia contra la mujer y violencia intrafamiliar y las leyes que las protegen.
Las niñas y adolescentes reconocerán la importancia de prevenir la violencia contra la mujer y violencia intrafamiliar y restituir los derechos en cualquier caso que se presente.

Preguntas orientadoras para facilitadores

- ¿Cuándo pienso en este tema que siento?
- ¿Qué significa para mí la violencia contra la mujer y la VIF?
- ¿En el transcurso de mi vida he vivenciado casos de violencia contra la mujer y/o VIF?
- ¿En esta comunidad se observa con frecuencia acciones de violencia contra la mujer y VIF?
- ¿Creo que es importante trabajar este tema con niñas y adolescentes? ¿Por qué?
- ¿Cuáles son las ventajas y desventajas identificadas en el entorno sobre violencia contra la mujer y VIF para las niñas y adolescentes del grupo?

- ¿Cuáles son las debilidades y fortalezas que identifico en el grupo sobre violencia contra la mujer y VIF?
- ¿Considero necesario que las niñas y adolescentes de mi localidad identifiquen los actos de violencia contra la mujer y VIF y reconozcan la importancia de prevenirlas?
- ¿Cuáles son las ventajas en las niñas y adolescentes conocedoras que en Colombia hay leyes que amparan los casos de violencia contra la mujer y VIF?

Identifico la violencia contra la mujer y la violencia intrafamiliar

OBJETIVO:	Identificar los aspectos que caracterizan la violencia contra la mujer y violencia intrafamiliar.
PUNTADAS TEÓRICAS:	<ul style="list-style-type: none"> • Concepto de violencia contra la mujer • Concepto de violencia intrafamiliar • Tipos de violencia contra la mujer y violencia intrafamiliar (VIF)
HILO CONDUCTOR: (El hilo conductor hace referencia a las preguntas que orientan , conectan y/o conducen el desarrollo del eje temático)	<p>¿Cuándo se habla de violencia contra la mujer se hace referencia a?</p> <p>¿Qué es la violencia intrafamiliar?</p> <p>¿La violencia contra la mujer y la violencia intrafamiliar, se relacionan con la violencia de género?</p> <p>¿Cuáles son los tipos de violencia contra la mujer y violencia intrafamiliar?</p>
TIEMPO APROXIMADO:	2 horas
LUGAR:	Salón amplio o sitio con techo
RESPONSABLE:	Agente educativo

TEJIDO DE SABERES

Momento 1 - ENHEBRANDO: (15 min)

Saludo y bienvenida

Dinámica rompe hielo: (La agente educativo/a realizará la dinámica de acuerdo al contexto sociocultural de las participantes)

A continuación se sugieren algunos sitios web con varias actividades para elegir:

- cajondeherramientas.com.ar/wp-content/uploads/2015/.../MANUAL-DINAMICAS.pdf
- www.asocam.org/biblioteca/files/original/94bac566b9a2e9af34845ec144213e06.pdf
- <https://espanolparainmigrantes.files.wordpress.com/.../13-juegos-de-presentacion.pdf>

Encuadre: Se dan a conocer las actividades a desarrollar y se pactan acuerdos que faciliten el desarrollo de estas.

Momento 2 - HILVANANDO: (20 minutos)

Para este momento el/la agente educativo/a tendrá preparadas y pegadas en diferentes lugares del aula imágenes donde se observen casos de violencia contra la mujer violencia intrafamiliar (VIF).

Para dar inicio a la actividad a cada niña se le entrega un cuartillo de cartulina y un marcador, luego se les pedirá que se dirijan al centro del aula y bailen al ritmo de la música que él o la orientadora pondrá en una grabadora, equipo u otro dispositivo de sonido, se les dirá que al bailar deben desplazarse por todo el salón (es importante escoger música que les guste a las niñas y adolescentes de la región). Cuando la música se detenga deben correr hacia las imágenes pegadas en la

pared y se les pedirá que en silencio observen la imagen por un minuto, luego el o la orientadora realizará una de las siguientes preguntas (se recomienda conservar el orden de las preguntas):

1. ¿Qué observas en la imagen?
2. ¿Qué piensas sobre la imagen?
3. ¿Qué te hace sentir esa imagen?
4. ¿Qué piensas de la o las personas que observas en la imagen?
5. Si tuvieras la oportunidad ¿qué le dirías a las o la persona que está en la imagen?
6. Si estuvieras en una situación similar ¿qué harías?

Las participantes deben responder a través de una palabra escrita en uno de los cuartillos de cartulina entregados previamente y pegarlo rápidamente en la tela náutica ubicada en un espacio del aula; luego las participantes vuelven al centro del salón y repiten la misma dinámica 5 veces más hasta completar las 6 preguntas. (Se dice a las participantes que no pueden repetir imagen).

Al finalizar el/la agente educativo/a preguntará a las niñas y adolescentes cómo se sintieron con el ejercicio, que aspectos tuvieron en cuenta al momento de escribir la palabra en la cartulina y les dirá que de manera voluntaria si alguna de ellas quiere compartir lo experimentado al momento de observar las imágenes, lo puede hacer.

Nota: *Identificar lo que piensan, sienten y dicen las niñas y adolescentes, como se expresan frente al tema de violencia contra la mujer y VIF.*

Es importante la observación del/la agente educativo/a y la devolución que haga a las niñas y adolescentes sobre lo expresado.

Identificar los aspectos relevantes que conlleven al significado de violencia contra la mujer y VIF.

Momento 3 - SOBRE HILADA: (25 minutos)

Para este momento el o el/la agente educativo/a tendrá carteles con los siguientes anuncios: Norte, sur, este y oeste en cada extremo del lugar se pegará una.

El/la agente educativo/a inicia la actividad pidiendo a las participantes que formen una fila en el centro del aula y se agarren de la cintura de la compañera de adelante, seguidamente les dirá que son los pasajeros de un carro y mientras van en el viaje escucharán una historia que ella iniciará a contar y cuando diga **norte** todos deberán correr hacia el letrero **norte**, y así sucesivamente cuando se mencione cada punto cardinal, (**sur, este u oeste**) la participante que llegue de última será quien continúe con la historia; cuando se diga la palabra **tormenta** deberán correr hacia cualquiera de los puntos (en este momento para dirigirse a los cuatro puntos, se debe poner límite numérico de acuerdo al total de las participantes, de tal manera que conformen cuatro grupos, el/la agente educativo/a será la última en correr para que lidere el momento de la tormenta y divida los grupos). Así quedan conformados los grupos, seguidamente cada uno retira el cartel de la pared y detrás encontrarán un tipo de violencia que por ningún motivo los integrantes de otros grupos pueden saber; luego se les dirá que entre todos construyan un concepto sobre el tipo de violencia que les tocó y se les entrega una hoja de block para escribirlo (el/la agente educativo/a les dará entre 8 y 10 minutos para la construcción del concepto) se les dirá que tengan en cuenta las palabras escritas en la actividad anterior y lo experimentado en la misma.

Al finalizar se les dirá a las participantes que organicen un socio-drama donde den cuenta concepto que escribieron (por ningún motivo deben mencionar el tipo de violencia), ya que los demás grupos deben descubrirlo a partir de la interpretación del socio-drama. (Tendrán 8 minutos para preparar la puesta en escena)

Tipo de violencia:

- Violencia física
- Violencia psicológica (verbal)
- Violencia Económica
- Violencia sexual

Es necesario que la agente educativo/a estimule a las niñas y adolescentes, para que al realizar el socio-drama tengan en cuenta lo que se vive y se siente como mujer cuando se es víctima de violencia.

Momento 4 - CADENETA: (25 minutos)

En este momento cada grupo pondrá en escena el socio drama y dispondrá de 3 minutos para hacerlo; al finalizar cada socio drama, los participantes de los otros grupos deben adivinar cuál es el tipo de violencia, como hicieron para descubrirlo y si es fácil identificar en la comunidad cuando casos de violencia contra la mujer y violencia intrafamiliar; luego uno de los miembros

del grupo leerá lo escrito en la hoja de block y el/la agente educativo/a realizará el abordaje teórico a partir de lo expuesto por las niñas y adolescentes.

Nota: Es importante utilizar un lenguaje apropiado para las niñas y adolescentes y realizar la devolución sobre lo expresado por ellas.

Momento 5 - EL PESPUNTE: (20 minutos)

Previamente a la actividad el/la agente educativo/l dispondrá de una cuerda o lazo para saltar, una golosa o peregrina dibujada en el piso y cinco costales, ubicados a una distancia de 6 o 7 metros el uno del otro.

Para este momento se pide a los participantes tres equipos, cuando ya estén conformados, se les dirá que realizarán una competencia, la cual consiste en conseguir las piezas de un rompecabezas, en el que armarán una imagen, para ello deben superar una serie de obstáculos:

1. Brincar la peregrina, cuando todo el equipo lo logre sin pisar la raya, recibirán dos fichas del rompecabezas y pasarán al segundo obstáculo.
2. Saltar tres veces el lazo sin equivocarse, si uno del equipo se equivoca todos deben volver a saltar, cuando todo el equipo lo logre sin equivocarse recibirá dos fichas y pasarán al último obstáculo.
3. Todo el equipo dispondrá de 5 costales y cada uno debe saltar en un costal hasta llegar a la meta (la agente educativo/a decide la distancia entre el punto de partida y el punto de llegada); cuando todo el equipo lo logre recibirá las dos últimas fichas y armará la imagen del rompecabezas, en el cual descubrirán una pregunta que deben responder cada una en un cuartillo de cartulina blanca y depositarla en una canasta o recipiente que estará ubicado en un lugar estratégico donde se realice la actividad. El equipo que haga el recorrido en menor tiempo y tenga la respuesta correcta según el eje temático trabajado será el ganador.

Preguntas para los rompecabezas:

- Todo acto violento, fruto de las desigualdades de género, que tiene como resultado un daño físico, sexual o psicológico, incluidas las amenazas, los insultos y la privación de libertad es violencia contra la mujer y violencia intrafamiliar. Si, No ¿Por qué?
- ¿La violencia contra la mujer se presenta únicamente cuando un hombre pega o asesina? ¿Por qué?
- ¿Cómo se da cuenta una mujer que ella u otra persona está siendo víctima de violencia contra la mujer y violencia intrafamiliar?

Momento 6 - PUNTO DE FESTÓN: (15 minutos)

Cierre y apertura de nueva actividad vivencial – (evaluación): La agente educativo elegirá la actividad para desarrollar este momento y realizar la evaluación del encuentro.

1. Se les deja a las niñas y adolescentes el compromiso de compartir lo aprendido con sus padres o por lo menos con un miembro de la familia y junto con ellos responder la pregunta: *¿Qué debo hacer cuando identifico un caso de violencia contra la mujer y/o violencia intrafamiliar?* Deben traer la respuesta escrita en una hoja de block para el próximo encuentro.
2. Identificar en mi entorno algún caso de violencia contra la mujer o violencia intrafamiliar, escribirlo y traerlo para el próximo encuentro (pueden utilizar nombres ficticios)

MEDIOS:	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Personal requerido: <ul style="list-style-type: none"> ✓ Agente educativo ✓ Participantes: Niñas y adolescentes ▪ Implementos para el/la agente educativo/a: La planeación del encuentro, imágenes, lazos, costales, sonido, rompe cabezas elaborado en cartulina, canasta. ▪ Elementos para las participantes: Cartulina plana, marcadores, vestuario, maquillaje, papel periódico, hojas de block. ▪ Espacio físico requerido: El dispuesto, preferiblemente un recinto amplio y con techo y/o cancha.
ALCANCES:	Que las participantes tengan claridad sobre las acciones de violencia contra la mujer y violencia intrafamiliar.
FUENTES DE VERIFICACIÓN:	Registro fotográfico, lo producido durante el taller, diseño metodológico, registro de asistencia, encuestas de satisfacción diligenciadas, informe del proceso.

OBSERVACIONES:	Identificar como las prácticas culturales inciden en las manifestaciones de violencia contra la mujer, violencia intrafamiliar y las legitimadas. Posibilitar que las niñas y adolescentes más que repetir el concepto de violencia contra la mujer y violencia intrafamiliar, reconozcan las acciones que dan cuenta de éstas y cuando están siendo víctimas de violencia.
-----------------------	--

Prevengo, restituyo mis derechos y reconozco las rutas de atención en casos de violencia contra la mujer y violencia intrafamiliar

OBJETIVO:	Sensibilizar a las niñas y adolescentes sobre la importancia de prevenir, restituir sus derechos y reconocer las rutas de atención en casos de violencia contra la mujer y violencia intrafamiliar.
PUNTADAS TEÓRICAS:	Prevención de la violencia contra la mujer y la violencia intrafamiliar. Normatividad de la violencia contra la mujer y la violencia intrafamiliar. Rutas de atención para la violencia sexual y la violencia intrafamiliar.
HILO CONDUCTOR: <i>(El hilo conductor hace referencia a las preguntas que orientan, conectan y/o conducen el desarrollo del eje temático)</i>	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Cómo la prevengo? • ¿Quién me protege? (normatividad) • ¿Dónde acudo? (rutas de atención)
TIEMPO:	2 horas
LUGAR:	Salón amplio o sitio con techo
RESPONSABLE:	Agente educativo

TEJIDO DE SABERES

Momento 1 - ENHEBRANDO: (15 minutos)

Saludo y bienvenida

Dinámica rompe hielo: (La agente educativa/a realizará la dinámica de acuerdo al contexto sociocultural de las participantes)

A continuación se sugieren algunos sitios web con varias actividades para elegir:

- cajoneherramientas.com.ar/wp-content/uploads/2015/.../MANUAL-DINAMICAS.pdf
- www.asocam.org/biblioteca/files/original/94bac566b9a2e9af34845ec144213e06.pdf
- <https://espanolparainmigrantes.files.wordpress.com/.../13-juegos-de-presentacion.pdf>

Encuadre: Se dan a conocer las actividades a desarrollar y se pactan acuerdos que faciliten el desarrollo de estas.

Momento 2 - HILVANANDO: (20 minutos)

Para el desarrollo de esta actividad se le entregará a cada participante la siguiente matriz:

¿CÓMO REACCIONO?					
Situaciones	¿Qué pensaré yo?	¿Qué sentiré yo?	¿Qué haré yo?	¿Para mí esta acción es violencia de tipo?	¿Conozco alguna ley que sancione este tipo de violencia?

					a? ¿Cuál?
Una mujer no quiere tener relaciones sexuales, pero accede porque su pareja le dice que ese es su deber.					
Mi jefe me dice que estoy hermosa y que me ascenderá de cargo si mantenemos una relación amorosa a escondidas.					
Una de estas personas (papá, mamá, hermano, tío u otra) en ocasiones toca mi cuerpo sin mi permiso porque me quiere mucho.					
Mi pareja me dice que no me vista con blusas cortas porque estoy gorda y se me ven muy feas.					
A mi esposo le gusta que todo esté siempre en orden y cuando llega del trabajo y encuentra algo sucio o tirado se enoja mucho y me dice que no hago nada bien, incluso que la comida esta fría y no tiene buen sabor.					
Mi esposo o novio algunas veces revisa mi celular, correo o Facebook y si tengo alguna conversación con un amigo o amiga que no le guste me da una cachetada, pero yo pienso que soy culpable porque él me ha dicho que no le gustan mis amigos.					

En el momento que cada participante tenga la matriz, la agente educativo/ale dirá la grupo que en la hoja encontrarán varias situaciones que debe leer, luego responder las preguntas que aparecen en la parte de arriba, en la casilla según corresponda a cada situación. (Se dan 15 minutos o los que la profesional considere, según la agilidad de las participantes para que respondan las preguntas)

Al terminar el ejercicio la orientadora propiciara un espacio de reflexión en a partir de las respuestas de las siguientes preguntas:

¿Cómo se sintieron realizando la actividad?

¿Han evidenciado alguna de estas situaciones en la vida cotidiana?

Luego pasarán al siguiente momento.

Momento 3 - SOBRE HILADA: (20 minutos)

En este momento los participantes jugarán a los marineros para conformar sub grupos. El o la facilitadora explica que se deben imaginar que todos van en un barco del cual el/ella es la capitana y los demás son marineros, cuando se diga marineros todos deben responder en posición de saludo militar y fuerte **“a la orden mi capitán”** a lo cual el capitán les informara que el barco se está hundiendo y todos responderán **“ohhhh chanflee qué podemos hacer”** a la vez que hacen un movimiento curvo y en bajada con la cadera y se tapan la nariz. El capitán dará una orden y todos la deben cumplir. Algunas órdenes o consignas sugeridas son: Hacer como gorilas, gallinas u otro animal, saltar en un solo pie, entre otras, la última orden será conformar sub grupos. (El/la agente educativo/a dará el número de acuerdo al total de las participantes, de tal forma que se conformen cuatro sub grupos que estarán enumerados como sub grupo 1, 2, 3 y 4)

Las integrantes del sub grupo 1 y 2 deben socializar las primeras tres situaciones (*estas serán matriz 1*) y el grupo 3 y 4 las tres últimas (*estas serán matriz 2*):

Luego responderán las siguientes preguntas en una matriz plasmada en cartulina que le entregará el/la agente educativo/a:

¿Cuál es el tipo de violencia que se evidencia en cada situación?

¿Qué es lo verdaderamente apropiado hacer en caso que se presente?

¿Cuál es la ley que sanciona dicho comportamiento?

Situación:	¿Cuál es el tipo de violencia que se evidencia en cada situación?	¿Qué es lo más apropiado hacer en este caso?	¿Qué ley sanciona dicho comportamiento ?

Al finalizar pasarán a la siguiente actividad

Momento 4 - CADENETA: (30 minutos)

En este momento el/la agente educativo/a les pide que el grupo 1 se agrupe con el 3 y el 2 con el 4, conformando así dos equipos y le dice a cada equipo que se ponga un nombre y escogerá una representante para que sea la lanza-preguntas

Luego se les dice a las participantes que jugarán un partido de *softbol-pregunta*, para ello se deben organizar de la siguiente manera: El campo de **juego**, para lo cual a la redonda del lugar se dispondrá de tres bases enumerándolas de derecha a izquierda (pueden ser de cartón u otro objeto) y una que será el homeplay o base para el bateador, todas las bases separados por la misma distancia una de otra, se realizará así:

En la base uno estará visible (pegada en el piso o en la pared) la matriz 1 de cada equipo

En la base dos estará visible (pegada en el piso o en la pared) la matriz 2 de cada equipo (la profesional puede asignar color en la cartulina a cada equipo para que distingan las matrices)

En la base tres habrán estrellas pegadas en el piso o en la pared según el número de preguntas, cada vez que un participante llegue a la tercera base deberá coger una estrella.

Una lanza preguntas (lanzador), que estará parado sobre una silla u otro objeto en el centro de las cuatro bases; su función será leer al bate-preguntas, una a una las preguntas que tendrá escritas en cuartillos de hojas de block.

Una bate-preguntas (bateador), que estará parado en el homeplay o base para el bateador; su función será correr a la primera base cuando escuche la pregunta, debe llegar primero que el atrapa preguntas, si lo logra responde lo que escribieron en la matriz y se queda en allí, cuando la próxima bate-preguntas corra hacia primera, ella correrá a segunda, luego a tercera tomar la estrella y entregársela a su equipo y de esta manera acumulan los punto. (Si dos integrantes de un mismo equipo se encuentran en la misma base es au)

Una atrapa-preguntas (cacher), que estará ubicado al lado izquierdo de la bate-preguntas y a 5 pasos detrás; su función será escuchar la pregunta y correr a primera base de tras de la *bate-preguntas*, si llega primero a la base será ella quien debe dar la respuesta que escribieron en la matriz y se anotará un **AU** para el equipo bateador.

Cada vez que la lanza-preguntas, lance una pregunta y la bate-preguntas corra a primera las participantes que están en las bases deben correr a la siguiente. Las bate-preguntas y el atrapa-preguntas deben estar atentos, para saber en qué base se encuentra la matriz que contiene esa respuesta para correr allá, ejemplo: si la respuesta de la pregunta 1 está en la matriz ubicada en la primera base me quedo allí, pero si está en la segunda base, entonces corre a primera toco la base y sigue corriendo hasta llegar a segunda; en caso que la atrapa pregunta llegue primero a la primera base es ella quien debe seguir corriendo hasta la segunda base para leer la respuesta.

Cuando el equipo bateador haga dos AU pasará a la posición de lanzadores y atrapa preguntas.

Cada vez que las niñas y adolescentes respondan una pregunta la agente educativo/a desarrolla interviene con el abordaje temático a partir de las respuestas de las participantes.

Es necesario que a las niñas y adolescentes les quede claro el eje temático a desarrollar.

Momento 5 - EL PESPUNTE: (20 minutos)

En este momento la agente educativo/a en conjunto con las niñas debe construir las rutas de atención local para los casos de violencia sexual y violencia intrafamiliar.

Para ello utilizará papel periódico, marcadores, block de colores, hojas de block blancas y demás material que consideren necesario según, sería importante que utilicen material reciclable.

Nota: este momento será liderado por la profesional social, por lo tanto será el/ella quien decidirá la actividad a realizar con las niñas y adolescentes para la construcción de la rutas de atención.

Momento 6 - PUNTO DE FESTÓN: (15 minutos)

Cierre y apertura de nueva actividad vivencial – (evaluación): *La agente educativo elegirá la actividad para desarrollar este momento y realizar la evaluación del encuentro.*

<p>MEDIOS:</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Personal requerido: <ul style="list-style-type: none"> ✓ Agente Educativo ✓ Participantes: Niñas y adolescentes ▪ Implementos para el/la agente educativo: la planeación del taller, material elaborado (matrices de situaciones) ▪ Elementos para las participantes: cuartillos de cartulina plana, marcadores delgados, marcadores gruesos, tijeras, papelillos de colores, hojas de block de colores, hojas de block blancas, papel periódico, cartón, la profesional puede utilizar material reciclable. ▪ Espacio físico requerido: El dispuesto, preferiblemente un recinto amplio y con techo.
<p>ALCANCES:</p>	<p>Que las niñas y adolescentes identifiquen la violencia contra la mujer y la violencia intrafamiliar, conozcan las leyes que las protegen y cómo se atienden estos casos en su localidad.</p>

FUENTES DE VERIFICACIÓN:	Registro fotográfico, lo producido durante el taller, diseño metodológico, registro de asistencia, encuestas de satisfacción diligenciadas, informe del proceso.
OBSERVACIONES:	Es importante que las niñas y adolescentes tengan claridad y comprendan la importancia de denunciar cualquier caso de violencia contra la mujer y violencia intrafamiliar.

e. Estilos de vida saludable

TEMÁTICA: Hábitos saludables y alimentarios. Cuidados de sí.
OBJETIVO DE APRENDIZAJE: Desarrollar comprensión en las niñas y adolescentes sobre la importancia de incorporar hábitos saludables y alimentarios, así como el cuidado de sí, para mantener un estilo de vida saludable.
INDICADOR: Las niñas y adolescentes tendrán claridad sobre la importancia de incorporar hábitos saludables y alimentarios, así como el cuidado de sí, para mantener un estilo de vida saludable.

PREGUNTAS REFLEXIVAS PARA LOS AGENTES EDUCATIVOS

<ul style="list-style-type: none"> ▪ ¿Qué me insinúa este tema? ▪ ¿Me han hablado o explicado con claridad este tema en algún momento de la vida? ▪ ¿Considero importante trabajar este tema con niñas y adolescentes? ¿Por qué? ▪ ¿Cuáles considero que son las ventajas y desventajas de mantener un estilo de vida saludable? ▪ ¿A partir de mi observación a las niñas y adolescentes del grupo, considero que la mayoría mantienen un estilo de vida saludable? ▪ ¿De acuerdo con las costumbres culturales de mi región generalmente las niñas y adolescentes de mi comunidad mantienen hábitos alimentarios saludables? ▪ ¿Considero necesario que las niñas y adolescentes de mi localidad reconozcan la importancia de mantener hábitos saludables de alimentación, cuidado del cuerpo, descanso e higiene? ¿Por qué? ▪ ¿Creo que el deporte que practican las niñas o adolescentes las ha motivado adquirir un estilo de vida saludable? ¿Por qué? ▪ ¿Cuáles son las ventajas en las niñas y adolescentes que mantiene un estilo de vida saludable?
--

Hábitos alimentarios y de higiene.

OBJETIVO:	Sensibilizar a las niñas y adolescentes sobre la importancia de mantener hábitos alimentarios y de higiene.
PUNTADAS TEÓRICAS:	<ul style="list-style-type: none"> • Estilos de vida saludables en la adolescencia • Hábitos de alimentación • Higiene
HILO CONDUCTOR: <i>(El hilo conductor hace referencia a las preguntas)</i>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ ¿Los alimentos que consumo con más frecuencia son los provechosos para mi salud? ▪ ¿Tienen que ver los alimentos que consumo con mi cuerpo y mi estado físico?

que orientan, conectan y/o conducen el desarrollo del eje temático)	<ul style="list-style-type: none"> ▪ ¿Es importante la higiene y aseo personal para las niñas y adolescentes? ▪ ¿Tiene que ver mi aseo y presentación personal en la relación con mis amigos? ¿Por qué? ▪ ¿Cuáles deben ser los hábitos de higiene en las niñas y adolescentes? ▪ ¿Qué alimentos se deben consumir para mantenerse saludable y prevenir enfermedades?
TIEMPO APROXIMADO:	2 horas
LUGAR:	Salón amplio o sitio con techo
RESPONSABLE:	Agente educativo

TEJIDO DE SABERES

Momento 1 - ENHEBRANDO: (15 minutos)

Saludo y bienvenida

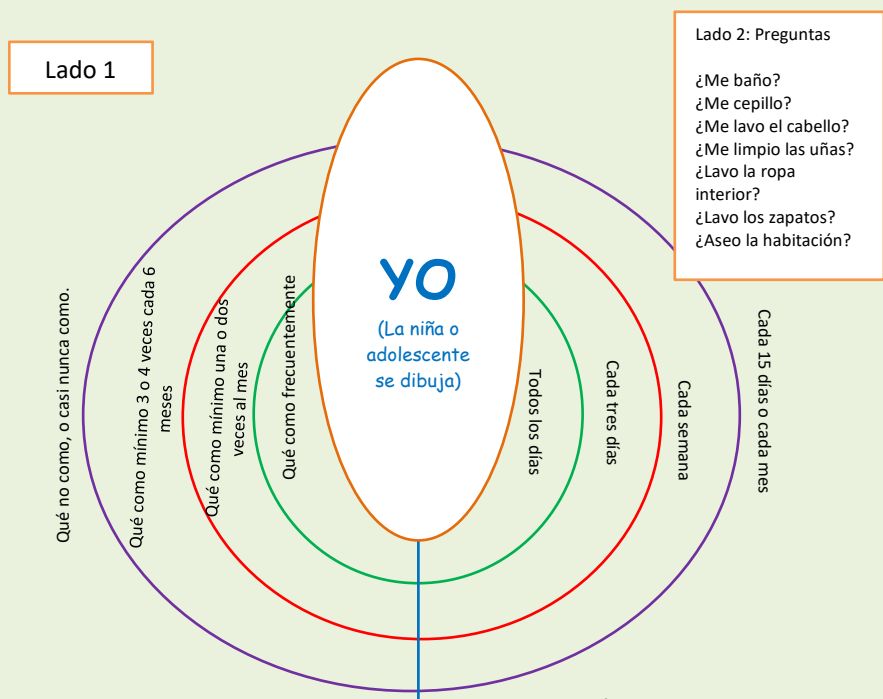
Dinámica rompe hielo: (La agente educativo/a realizará la dinámica de acuerdo al contexto sociocultural de las participantes) A continuación se sugieren algunos sitios web con varias actividades para elegir:

- cajondeherramientas.com.ar/wp-content/uploads/2015/.../MANUAL-DINAMICAS.pdf
- www.asocam.org/biblioteca/files/original/94bac566b9a2e9af34845ec144213e06.pdf
- <https://espanolparainmigrantes.files.wordpress.com/.../13-juegos-de-presentacion.pdf>

Encuadre: Se dan a conocer las actividades a desarrollar y se pactan acuerdos que faciliten el desarrollo de estas.

Momento 2 - HILVANANDO: (20 minutos)

Para este momento cada niña o adolescente dibujará en una hoja de block blanca la siguiente figura que el/la agente educativo/a tendrá plasmada y pegada en la pared del salón:



Dentro del ovalo naranja cada niña o adolescente se dibujará, luego escribe dentro de cada círculo las respuestas a las preguntas realizadas en cada lado según lo indica la imagen.

La agente educativo/a incentiva las niñas y adolescentes para que respondan con sinceridad.

Una vez la mayoría del grupo haya terminado de construir sus diagramas, entonces se sugiere que teniendo como base el ejercicio realizado, responda en el respaldo de la hoja las siguientes preguntas:

¿Qué opinas de los alimentos que consumes con más frecuencia?

¿Consideras que los alimentos que consumes con más frecuencia son provechosos para tu salud? ¿Por qué?

¿Tienen que ver los alimentos que consumo con mi cuerpo y mi estado físico?

¿Qué opino de mi aseo personal?

¿Considero que la frecuencia con la que me aseo es la necesaria para mantenerme limpio y presentado?

¿Tiene que ver mi aseo y presentación personal en la relación con mis amigos? ¿Por qué?

Al finalizar se pide a las participantes que de manera voluntaria pueden compartir ¿Qué opinan del ejercicio realizado? ¿Cómo se sintieron realizando este ejercicio?

Momento 3 - SOBRE HILADA: (25 minutos)

Para este momento el/el/la agente educativo/a pide a los participantes que formen un círculo, cuando el círculo este conformado pasará por cada participante y le dirá en el oído uno de los siguientes elementos: Árbol, nubes, jirafa, Luna, la/el/la agente educativo/a pide a las participantes no mencionar que elemento les corresponde; al finalizar le pide a los participantes expresar de alguna forma su elemento para que encuentre su grupo.

Conformados los grupos el/la agente educativo/a le entregará a cada uno, Papel kraf, marcadores, revistas, periódicos y papel de colores, luego les pedirá que realicen una cartelera, donde se evidencia lo siguiente:

Grupo árbol:

¿Cuáles son los alimentos que se consumen en su municipio o ciudad? y ¿Cuáles de estos les gusta más y consumen con mayor frecuencia las niñas y adolescentes de este municipio, vereda o ciudad?

Grupo nubes:

¿Qué alimentos consideran que se deben consumir para mantener saludables y evitar enfermedades y cuáles no?

Grupo jirafa:

¿Qué hábitos inadecuados han observado en el las niñas y adolescentes de su barrio, municipio o vereda con relación al aseo personal y cuidado del cuerpo?

Grupo luna:

¿Cuáles consideran ellas deben ser los hábitos de higiene en las niñas y adolescentes?

¿Consideran importante mantener hábitos de buena higiene? ¿Por qué?

Al finalizar cada grupo organiza con la cartelera un Stan en un lugar del aula o del espacio donde se desarrolle el encuentro, y se pasa al momento de la cadeneta.

Momento 4 - CADENETA: (25 min)

Para este momento se les dice a las participantes que asistirán a un evento, en el cual visitarán algunos Stan. En cada Stan las niñas y adolescentes del grupo correspondiente realizarán la exposición de lo plasmado en la cartelera. El resto de niñas pueden hacer preguntas y dar opiniones al respecto.

El/la agente educativo/a realizará el abordaje teórico del tema en cada Stan, haciendo la devolución clara y pertinente sobre lo expresado por las participantes.

Es importante que el/la agente educativo/a tenga en cuenta la presentación personal en cada encuentro con las niñas y adolescentes.

Momento 5 - EL PESPUNTE: (20 minutos)

En este momento se le entrega a cada niña y adolescente una hoja de block, en la cual plasmarán las acciones que consideren incorporar a partir de este momento en sus hábitos alimenticios y de higiene:

Para realizar este ejercicio las niñas dispondrán de marcador delgado, lápiz y regla o material con el que puedan hacer líneas rectas, para dibujar la siguiente matriz:

A partir de hoy incorporaré en mis hábitos alimenticios lo siguiente:	A partir de hoy incorporare en mis hábitos de higiene lo siguiente:

La/el agente educativo/a expresará a las niñas que lo escrito en la hoja es un plan que estarán revisando mensualmente para observar la incorporación de los nuevos hábitos.

Es importante que el/la agente educativo/a también realice el ejercicio con las niñas y adolescentes.

Momento 6 - PUNTO DE FESTÓN: (15 min)

Cierre y apertura de nueva actividad vivencial – (evaluación): *La agente educativo elegirá la actividad para desarrollar este momento y realizar la evaluación del encuentro.*

MEDIOS:	<ul style="list-style-type: none">▪ Personal requerido:<ul style="list-style-type: none">✓ Agente Educativo✓ Participantes: Niñas y adolescentes▪ Implementos para el/la agente educativo: La planeación del taller.▪ Elementos para las participantes: Cartulina plana, pegante, marcadores, bolígrafos, papel kraf, hojas de block, revistas, periódicos, hojas de colores, colores, lápices.▪ Espacio físico requerido: El dispuesto, preferiblemente un recinto amplio y con techo.
ALCANCES:	Que las participantes reconozcan la importancia de los hábitos alimentarios y de higiene para un estilo de vida saludable y los incorporen en sus hábitos diarios.
FUENTES DE VERIFICACIÓN:	Registro fotográfico, lo producido durante el taller, diseño metodológico, registro de asistencia, informe del proceso.
OBSERVACIONES:	Identificar los hábitos alimentarios y de higiene que prevalecen en la región evidenciados por las niñas y adolescentes. Incentivar a las niñas y adolescentes para que incorporen hábitos saludables en sus estilos de vida.

Porque me quiero me cuido y ¿tú?	
OBJETIVO:	Sensibilizar a las niñas y adolescentes sobre la importancia del descanso y la actividad física para mantener un estilo de vida saludable

PUNTADAS TEÓRICAS:	<ul style="list-style-type: none"> • Actividad física • La importancia del sueño y el descanso • Cuido y protejo mi cuerpo y mi salud
HILO CONDUCTOR: (El hilo conductor hace referencia a las preguntas que orientan , conectan y/o conducen el desarrollo del eje temático)	<p>¿Cuántas horas debe dormir una adolescente?</p> <p>¿Cuál es la importancia de la actividad física en la adolescencia?</p> <p>¿Tiene que ver la actividad física y el descanso apropiado con mi cuerpo y mi salud?</p>
TIEMPO:	2 horas
LUGAR:	Salón amplio o espacio con techo
RESPONSABLE:	Agente educativo
TEJIDO DE SABERES	
<p>Momento 1 - ENHEBRANDO: (15 min) Saludo y bienvenida</p> <p>Dinámica rompe hielo: El/La agente educativo/a realizará la dinámica de acuerdo al contexto sociocultural de las participantes. A continuación se sugieren algunos sitios web con varias actividades para elegir:</p> <ul style="list-style-type: none"> • cajondeherramientas.com.ar/wp-content/uploads/2015/.../MANUAL-DINAMICAS.pdf • www.asocam.org/biblioteca/files/original/94bac566b9a2e9af34845ec144213e06.pdf • https://espanolparainmigrantes.files.wordpress.com/.../13-juegos-de-presentacion.pdf <p>Acuerdos: Se dan a conocer las actividades a desarrollar y se pactan acuerdos que faciliten el desarrollo de estas.</p>	
<p>Momento 2 - HILVANANDO: (20 min)</p> <p>En este momento la agente educativo/a le entregará una hoja de block a las niñas y adolescentes, en la cual deben escribir:</p> <p>La descripción de lo que han hecho tres días de su vida desde que se levantan y se acuestan, enunciando actividades que realizan, los horarios y personas presentes en estos momentos sin omitir detalles. Se les dice que pueden escoger los días que quieran incentivándolos a escoger días en semana y en fin de semana.</p> <p>Al finalizar la agente educativo/a pide a las niñas y adolescentes que de manera voluntaria expresen:</p> <p>¿Cómo se sintieron escribiendo sobre lo que realizan cada día?</p> <p>¿Alguna de ustedes escriben diarios?</p> <p>¿Descubrieron alguna actividad que no se habían dado cuenta que realizaban?</p> <p>¿De acuerdo a lo que escribieron consideran que realizan actividades diferentes todos los días o son parecidas?</p> <p>¿Cómo se sienten con las actividades que realizan diariamente?</p> <p>¿Les gustaría hacer una actividad diferente hoy?</p> <p>Con esta última pregunta el/la agente educativo/a invita a las niñas y adolescentes a realizar un encuentro diferente. Les pide que cada una pegue la hoja con el escrito en la tela náutica y pasen al patio, cancha u otro lugar amplio.</p> <p>Con lo anterior se pasa al momento de la sobre hilada.</p>	
Momento 3 - SOBRE HILADA: (30 minutos)	

Para este momento se debe disponer de balones, pelotas, lazos y demás materiales para realizar juegos deportivos y/o autóctonos de acuerdo a la región.

Se les dice a las participantes, que se organicen poniendo en práctica lo aprendido en el módulo anterior y con los implementos disponibles, jueguen de manera libre por 30 minutos.

Al finalizar pasan al momento de la cadeneta

Momento 4 - CADENETA: (20 min)

En este momento la agente educativo/a en un lugar fresco y con ventilación inicia un dialogo con las niñas y adolescentes, preguntándoles si se divirtieron, ¿Qué fue lo que más les gustó de lo que hicieron? ¿Fue diferente a las actividades que realizan diariamente? ¿Se sienten cansadas?

Luego pide a algunas niñas y adolescentes 3 o 4 de manera voluntaria que lean lo escrito en la hoja (la profesional puede escoger en caso que no haya voluntarias); a través de la lectura la profesional social, desarrolla los conceptos temáticos que dan cuenta de la importancia del descanso, el sueño y la actividad física, partiendo del diario vivir de las niñas y adolescentes, así como de las costumbres culturales y la tendencia tecnológica.

Es importante resaltar de la importancia de los hábitos alimentarios y de higiene para el descanso y la actividad física. Luego se les dice a las niñas y adolescentes que están incorporando actividades diferentes en sus hábitos diarios y que las invita a preparar un alimento saludable.

Con ello pasa al momento del pespunte.

Momento 5 - EL PESPUNTE: (30 min)

Para este momento el/la agente educativo/al dispondrá de recipiente grande, frutas y demás ingredientes para preparar un delicioso salpicón con las niñas y adolescentes. Durante la preparación del salpicón el/el/la agente educativo/a entablará conversación con las niñas y adolescentes sobre los estilos de vida saludables, partiendo de lo manifestado por ellas en la descripción de las actividades escritas en la hoja.

(En este momento si alguna participante quiere contar sobre lo que escribió o hacer pregunta sobre el tema puede hacerlo)

Se les pide a las niñas que durante este ejercicio vayan escribiendo en el papel Kraf grande que tendrá la agente educativo/apegado en algún lugar del aula, ¿Cómo será su actividad física y sus hábitos de sueño y descanso a partir de este momento? Todas deben escribir y poner su nombre.

Se puede ambientar el momento con música suave
Se sirve el salpicón y pasan al momento de la evaluación.

Momento 6 - PUNTO DE FESTÓN:(15 min)

Cierre y apertura de nueva actividad vivencial – (evaluación): *La agente educativo elegirá la actividad para desarrollar este momento y realizar la evaluación del encuentro.*

Se realiza la evaluación mientras las niñas disfrutan del salpicón

MEDIOS:

- **Personal requerido:**
 - ✓ **Agente educativo**
 - ✓ **Participantes:** Niñas y adolescentes
- **Implementos para el/la agente educativo/a:** La planeación del taller, material elaborado, recipientes, papel kraf, tela náutica.

	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Elementos para las participantes: Hojas de block, lazos, pelotas, balones y demás implementos para juegos, lápices. ▪ Espacio físico requerido: El dispuesto, preferiblemente un recinto amplio.
ALCANCES:	Reconocer la importancia de la actividad física, el descanso y el sueño para mantener el desarrollo saludable en la adolescencia.
FUENTES DE VERIFICACIÓN:	Registro fotográfico, lo producido durante el taller, diseño metodológico, registro de asistencia, informe del proceso.
OBSERVACIONES:	Identificar la incidencia de la cultura y las tendencias tecnológicas en los estilos de vida de las niñas y adolescentes. Es importante realizar propiciar la reflexión en las niñas y adolescentes sobre los hábitos saludables.

f. El deporte y mi cuerpo

TEMÁTICA: Deporte, cuerpo y bienestar biopsicosocial.

OBJETIVO DE APRENDIZAJE: Desarrollar comprensión en las niñas y adolescentes sobre la relación entre deporte y cuerpo y la importancia de este para el bienestar y la calidad de vida.

INDICADOR: Las niñas y adolescentes tendrán claridad sobre la importancia que tiene el deporte en el desarrollo biopsicosocial del ser humano.

PREGUNTAS REFLEXIVAS PARA LA/EL AGENTE EDUCATIVO/A

- ¿Qué me insinúa este tema?
- ¿En mi adolescencia me sentía satisfecha con mi cuerpo?
- ¿Considero que el deporte y mi cuerpo se relacionan?
- ¿Considero que el deporte y el cuerpo incide en mi relación intrapersonal e interpersonal?
- ¿Considero importante trabajar este tema con niñas y adolescentes? ¿Por qué?
- ¿Cuáles son las ventajas y desventajas identificadas en el entorno sobre el tema, para las niñas y adolescentes del grupo?
- ¿Cuáles son las debilidades y fortalezas que identifico en el grupo sobre aspectos relacionados con el deporte y el cuerpo?
- ¿Considero necesario que las niñas y adolescentes conozcan sobre este tema? ¿por qué?
- ¿Cuáles son las ventajas en las niñas y adolescentes que tienen claridad sobre conceptos del deporte y el cuerpo?

Mi cuerpo siente, mi cuerpo expresa	
OBJETIVO:	Propiciar un espacio de reflexión en las niñas y adolescentes sobre el cuerpo y sus expresiones.
PUNTADAS TEÓRICAS:	<ul style="list-style-type: none"> • Deporte, bienestar y calidad de vida • Lo que siento lo expreso con mi cuerpo • Aportes del deporte en mi vida personal familiar y social
HILO CONDUCTOR: <i>(El hilo conductor hace referencia a las preguntas que orientan, conectan y/o conducen el desarrollo del eje temático)</i>	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Cómo me siento con mi cuerpo y por qué? • ¿Cuáles son los cuidados que considero debo tener con mi cuerpo? • ¿El deporte favorece mi estado de ánimo y fortalece mis relaciones familiares y sociales? • ¿Mis expresiones corporales hablan de mí? ¿por qué?
TIEMPO:	2 horas
LUGAR:	Salón amplio
RESPONSABLE:	Agente Educativo
TEJIDO DE SABERES	
<p>Momento 1 - ENHEBRANDO: (15 min) Saludo y bienvenida</p> <p>Dinámica rompe hielo: El/La agente educativo/a realizará la dinámica de acuerdo al contexto sociocultural de las participantes. A continuación se sugieren algunos sitios web con varias actividades para elegir:</p> <ul style="list-style-type: none"> • cajondeherramientas.com.ar/wp-content/uploads/2015/.../MANUAL-DINAMICAS.pdf • www.asocam.org/biblioteca/files/original/94bac566b9a2e9af34845ec144213e06.pdf • https://espanolparainmigrantes.files.wordpress.com/.../13-juegos-de-presentacion.pdf <p>Encuadre: Se dan a conocer las actividades a desarrollar y se pactan acuerdos que faciliten el desarrollo de estas.</p> <p>Para el desarrollo de este encuentro la agente educativo/atendrá organizado y preparado previamente cada momento en un Stan ubicados en diferentes partes del lugar donde se desarrolle el encuentro.</p>	
<p>Momento 2 - HILVANANDO: (20 minutos)</p> <p>El momento de la hilvanada se desarrollará en el Stan número 1, Se dispondrá de una mesa con los siguientes materiales, hojas de block, marcadores delgados, lápices, borradores, sacapuntas.</p> <p>Cada niña y adolescente dispondrá de una hoja de block, el agente educativo le dirá que se dibuje en la hoja. Cuando hayan realizado el dibujo les pedirá que escriban al lado de la cabeza de la cabeza lo que piensan de su cuerpo en este momento, en el corazón ¿cómo me siento con mi cuerpo y por qué? y en las manos ¿Cuáles son los cuidados que considero debo tener con mi cuerpo?</p> <p>La agente educativo/a orientará a las participantes quienes pegarán el dibujo en la pared o lugar disponible. Al finalizar el/la agente educativo/a les pedirá a las niñas y adolescentes que de manera voluntaria quieran expresar lo que sintieron al realizar la actividad, qué opinión tienen hoy de la forma como ven su cuerpo.</p> <p>Al finalizar las participantes escogerán una pareja, y se le entregará a cada pareja una cuerda o lazo corto, con el cual se amarrarán entre ellas, luego se les orienta diciéndoles que deben llegar atadas al Stan número 2 de lo contrario que por fuera.</p>	
<p>Momento 3 - SOBRE HILADA: (20 minutos)</p>	

En este Stand de la sobre hilada, las participantes se encontrarán una exposición de imágenes colgadas o pegada, de momentos vividos durante el proceso, donde ellas puedan observar y reconocerse como parte del proceso adelantado.

Se les recuerda a las participantes que están atadas a una compañera y deben desarrollar esta actividad sin soltarse. Luego se les indica que pasarán de foto en foto observando todas las imágenes (a la profesional puede escoger la opción de proyectar imágenes en diapositivas si se le facilita) al finalizar escribirán en un corazón de colores hecho en papel silueta, lo que se llevan hoy de todo lo vivido con relación al cuerpo, al deporte, a las relaciones con familiares y sociales, (sentimientos y aprendizajes) y lo dejarán pegado en la tela náutica.

Las participantes se desatarán rápidamente organizaran en un trencito una tras la otra para llegar al próximo Stan; si alguna compañera se suelta debe regresar todo el grupo.

Momento 4 - CADENETA: (30 min)

En este Stand las niñas y adolescentes se encontrarán un papel kraf grande pegado en la pared, en el escribirán con marcadores la respuesta a la pregunta:

De todo lo que he aprendido con relación al cuerpo, al deporte, a la sexualidad, a las relaciones con los demás y con mi familia, a los valores humanos, entre otros que considere el facilitador/a. Escriben en el mural ¿Qué le dejo a otras niñas y adolescentes?

Al finalizar el facilitador/a retoma lo vivido en los Stand y le pregunta a las niñas y adolescentes sobre lo que sintieron en los tres momentos, y los aprendizajes. A partir de lo expresado por las participantes la agente educativo/a realizará devoluciones sobre el eje temático abordado.

Es importante propiciar en las niñas y adolescentes la importancia de la familia con relación al eje temático abordado.

Momento 5 - EL PESPUNTE: (20 min)

Para este momento el agente educativo tendrá una mesa disponible con materiales decorativos como: hojas de colores, cinta de colores para decorar, colbón, tijeras, mirellas papel celofán entre otros disponibles.

La facilitadora les entregará una hoja de color a cada a niña y adolescente que le hagan una carta para sus padres, utilizando los materiales disponibles

Las niñas y adolescentes realizarán las cartas de manera libre, la profesional social, orientará para, expresen sentimientos de amor, se disculpen por errores, realicen compromisos de mejora en los aspectos negativos y manifiesten lo importante, significativo que son en su vida, expresen lo que les gusta y les disgusta, lo que esperan de ellos y les expresen su proyecto de vida.

Es importante que la agente educativo/a propicie un momento de confianza en las niñas y adolescentes para que expresen sus sentimientos con sinceridad, además de manifestarles que las cartas solo las leerán sus padres y madres.

Momento 6 - PUNTO FESTÓN: (15 min)

Cierre y apertura de nueva actividad vivencial – (evaluación): *La agente educativo/a elegirá la actividad para desarrollar este momento y realizar la evaluación del encuentro.*

MEDIOS:	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Personal requerido: <ul style="list-style-type: none"> ✓ Agente educativo ✓ Participantes: Niñas y adolescentes ▪ Implementos para el agente educativo: La planeación del taller, papel kraf para mural, corazones de colores. ▪ Elementos para las participantes: Marcadores, hojas de block, lápices, bolígrafos, cinta para decorar, pegante, hojas de colore, papel silueta, cuerdas, mirellas, colores. ▪ Espacio físico requerido: El dispuesto, preferiblemente un recinto amplio y con techo.
ALCANCES:	Identificar, la relación entre deporte y cuerpo

FUENTES DE VERIFICACIÓN:	Registro fotográfico, lo producido durante el taller, registro de asistencia, informe de proceso.
OBSERVACIONES:	Es importante aterrizar el abordaje conceptual a partir de las manifestaciones de las niñas y adolescentes.

Mi cuerpo y mi deporte	
OBJETIVO:	Propiciar en las niñas y adolescentes un espacio de reflexión sobre la importancia del cuerpo y la influencia del deporte en el desarrollo de este.
PUNTADAS TEÓRICAS:	<ul style="list-style-type: none"> • Conociendo mi cuerpo. • Cuerpo, sensaciones y sentimientos • Influencia del deporte en mi cuerpo.
HILO CONDUCTOR: <i>(El hilo conductor hace referencia a las preguntas que orientan, conectan y/o conducen el desarrollo del eje temático)</i>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ ¿Concepto de deporte? ▪ ¿Cuál es la importancia del cuerpo? ▪ ¿Es importante el deporte para mi bienestar físico, social y emocional? ▪ ¿Tiene que ver mi cuerpo en mi bienestar físico, social y emocional?
TIEMPO APROXIMADO:	2 horas
LUGAR:	Salón amplio o sitio con techo

TEJIDO DE SABERES

Momento 1 - ENHEBRANDO: (15 minutos)

Saludo y bienvenida

Dinámica rompe hielo: Jugo de limón

Para realizar la dinámica se les pide a las participantes pararse en el centro del salón o espacio donde se realice el encuentro. Se les dice que se tomen de las manos de tal manera que conformen un círculo. Juegan la ronda jugo de limón, que consiste en cantar la canción jugo de limón, vamos a jugar, el que quede solo, solo quedará, jé, jugo de limón vamos a jugar el que quede solo, solo quedará, je, repiten la canción cuantas veces el/la agente educativo/a lo considere necesario, mientras cantan giran a la derecha y a la izquierda y la/el agente educativo/adirá un número para que conformen grupos; los que queden sin grupo, o con menos números de integrantes en el grupo, conforman uno entre ellos. El/el/la agente educativo/a repite la dinámica cuantas veces lo considere. Al finalizar deben quedar conformados dos grupos. (grupo 1 y grupo 2).

Con los grupos conformados se pasa al momento hilvanando.

Encuadre: Se dan a conocer las actividades a desarrollar y se pactan acuerdos que faciliten el desarrollo de estas.

Momento 2 - HILVANANDO: (20 minutos)

Para este momento la agente educativo/a le pedirá al grupo 1 hacer un círculo en el centro del aula, luego dar media vuelta sin salirse del círculo; posteriormente les pide a las participantes del grupo 2 que se paren frente a una de las compañeras del grupo 1 quedando todas en parejas.

Estando de frente y en pareja, la agente educativo/ales dice a las participantes que le cuenten a su compañera ¿Cuál es el deporte que practican? ¿Por qué lo practica? ¿Qué es lo que más les gusta de practicar ese deporte y por qué? (Un minuto).

Seguidamente el/la agente educativo/a pide a las integrantes del grupo 2 que giren a la derecha,

Les dice que dialoguen con su compañera ¿Cómo se sienten cuando practican su deporte? giran nuevamente a la derecha

Se cuentan entre ellas Cuáles creen que son las ventajas y las desventajas de practicar este deporte? Giran a la derecha

Se cuentan ¿Qué es lo que más les gusta de su cuerpo? giran a la derecha

Le digo a la compañera tres cualidades que tengo; giro a la derecha

Le digo a la compañera tres cualidades que veo en ella. Giro a la derecha

A las participantes del grupo 1 se les entrega una venda para que le venden los ojos a la compañera del grupo 2. Se les dice a las participantes que a partir de este momento girarán los números 1

La participante del grupo 1 tocará la silueta del cuerpo de la compañera del grupo 2 que tiene en frente con los ojos vendados, desde la cabeza hasta los pies de una manera respetuosa, en silencio y pausada. Giran a la izquierda y repiten la acción con la siguiente compañera. Este ejercicio se realiza 4 veces. Luego se les dice a las integrantes del grupo 2 quitarse la venda y ponérsela a la compañera del grupo 1 que tienen al frente. Los números 2 giran a la derecha y repiten el ejercicio con la compañera que tengan al frente, el/la agente educativo/a indicará la señal de cambio, rotarán a la derecha y repiten la acción con la siguiente compañera que tengan al frente. Repiten el ejercicio 4 veces.

Al finalizar la actividad se les dice a las participantes que tomen un cuartillo de cartulina que el/la agente educativo/a pondrá previamente en algunas sillas y que escriba en este lo que cada una sintió realizando la actividad. Pegan la cartulina con lo escrito en la tela náutica.

Momento 3 - SOBRE HILADA: (15 minutos)

Para este momento el/la agente educativo/a tendrá pegado en cuatro lugares del aula una cartulina de un color diferente cada una. (Escoger colores que llamen la atención de las niñas y adolescentes)

Se le dice al grupo que cuando hayan pegado lo escrito en la tela náutica, se ubiquen al frente de la cartulina del color que más les guste. Se les pide que dialoguen sobre la actividad realizada en el momento anterior (el/la agente educativo/a les dará 3 o 4

minutos). Luego les entregará una frase escrita en un cuartillo de hoja de block y les pedirá, que escriban en la cartulina, palabras claves que ellas consideren completan la frase entregada al grupo (son 4 frases y a cada grupo se le entregará una)

Frases:

1. Para mí el deporte significa...
2. Mi cuerpo es importante para mí porque...
3. El deporte es importante para mi cuerpo porque...
4. Practicar deporte y hacer actividad física me ha ayudado a mejorar en.... (las relaciones con los demás en el colegio, en la familia, en el barrio, en el ciberespacio; la relación conmigo misma, mi bienestar físico, entre otras que el profesional considere necesario mencionar)

Momento 4 - CADENETA: (20 min)

Para este momento el/la agente educativo le pide a las integrantes del grupo al cual le entregó la frase número 1 que lean la frase que les corresponde y las palabras claves con la que la completan. Seguidamente lo hará el grupo 2, luego el 3 y por último el 4.

A partir de lo expresado por las niñas y adolescentes en cada frase la profesional desarrolla el abordaje teórico con relación al cuerpo, al deporte, a la actividad física, a la relación deporte y cuerpo, a la importancia del deporte y el cuerpo en la vida de todas las personas.

Al finalizar se pasa al momento del despunte

Momento 5 - EL PESPUNTE: (30 minutos)

Para este momento la agente educativo/a pide a las niñas y adolescentes reunirse nuevamente en los grupos uno y dos conformados en el momento inicial. Luego les dice que se sienten en el piso conformando un círculo. En la mitad del círculo el/la agente educativo/a les pondrá algunos objetos que les recuerde los momentos vividos durante el programa inclusión educación deporte y género “reconstruyendo tejidos de vida” pueden ser fotografías, implementos deportivos, frases construidas por ellas durante las actividades, una prenda representativa, entre otras que considere el/la profesional. Luego les dirá a las niñas y adolescentes que disponen de 5 minutos para que observen y expresen entre ellas los momentos que más recuerdan, los más importantes y los más difíciles para ellas de todo lo vivido en el programa.

Terminados los 5 minutos el/la agente educativo/a les entregará hojas de block blancas marcadores delgados, lápices o bolígrafos y les dirá que le escribirán una carta a una niña o adolescente de otro lugar del país, contándole su experiencia sobre lo vivido durante el proceso.

Carta de mis experiencias

Ciudad de origen:

Fecha:

Ciudad de destino:

Hola mi nombre esy quiero contarte que cuando llegue al programa yo era una persona.....

Las actividades que más me gustaron en los talleres socio-educativo/as fueron..... Y las actividades que más me gustaron en los entrenamientos fueron.....

Pienso que este programa me ayudó a aprender a tomar decisiones acertadas sobre mi cuerpo, mi sexualidad y mi vida enseñándome.....

<p>También pienso que el programa me ayudo a mejorar mis competencias sociales y deportivas enseñándome cosas como.....</p> <p>Por otra parte, quiero contarte que para que sea más rico participar en este programa yo le sugiero que.....</p> <p>La agente educativo orientará a las niñas y adolescentes y las estimulará a escribir la carta, sin darles sugerencias ni opiniones sobre lo que ella considera fue el proceso.</p> <p>Al finalizar la agente educativo/a recogerá todas las cartas y las entregará a la asesora del equipo nacional que acompañe el próximo encuentro.</p>	
<p>Momento 6 - PUNTO DE FESTÓN: (15 minutos)</p> <p>Cierre y apertura de nueva actividad vivencial – (evaluación): <i>La agente educativo elegirá la actividad para desarrollar este momento y realizar la evaluación del encuentro.</i></p>	
<p>MEDIOS:</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Personal requerido: <ul style="list-style-type: none"> ✓ Agente educativo ✓ Participantes: Niñas y adolescentes ▪ Implementos para el/la agente educativo: La planeación del taller, tela náutica, aerosol. ▪ Elementos para las participantes: Cartulina de colores, cinta, marcadores, bolígrafos, lápices, marcadores de colores punta delgada, hojas de block, cuartillos de cartulina. ▪ Espacio físico requerido: El dispuesto, preferiblemente un recinto amplio y con techo.
<p>ALCANCES:</p>	<p>Que las niñas y adolescentes reflexiones sobre la importancia del deporte y el cuerpo y la relación de estos con mi desarrollo emocional y social.</p>
<p>FUENTES DE VERIFICACIÓN:</p>	<p>Registro fotográfico, lo producido durante el taller, registro de asistencia, informe del módulo.</p>
<p>OBSERVACIONES:</p>	

3. El COSTURERO O CAJA DE COSTURA



Test de Amor Familiar

Lee cada una de las afirmaciones de "el amor es...". Después, auto-evalúate en un rango del 1 al 10 de acuerdo a la frecuencia con que compartes cada cualidad del amor con tu compañero o compañera. (1= Nunca; 10= siempre)

1. El amor es paciente.

Soy paciente con mi compañera(o). Trato de ver las cosas desde su punto de vista para entender que es lo que la/lo motiva. Me hace enojar.

Nunca 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 Siempre

2. El amor es bondadoso.

Soy atento y considerado con mi tu compañera(o). Busco lo mejor para ella o para él. Aprecio lo que hace por mí y se lo hago saber.

Nunca 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 Siempre

3. El amor no es envidioso.

No me enfado cuando mi compañera(o). Hace algo que no puedo hacer. No llevo la cuenta de las cosas que mi compañera(o). Tiene la oportunidad de hacer (o tener).

Nunca 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 Siempre

4. El amor no es pretencioso

No pretendo ser la persona más importante en mi familia. No quiero recibir demasiada atención. Trato de hacer que mi compañera(o) se sienta importante.

Nunca 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 Siempre

5. El amor no es orgulloso.

No pienso que soy mejor que mi compañera(o). No hago sentir mal a mi compañera(o) cuando siento que no cumple con mis expectativas.

Nunca 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 Siempre

6. El amor no se comporta con rudeza.

No le contesto de mala manera a mi compañera(o). No trato deliberadamente de herir a mi compañera(o) con mis acciones o con palabras.

Nunca 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 Siempre

7. El amor no es egoísta.

No trato que mi compañera(o) haga siempre las cosas a mi manera. No pido que mi compañera(o) se amolde a mis deseos solo para hacer las cosas más fáciles para mí.

Nunca 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 Siempre

8. El amor no se enoja fácilmente.

No exploto con mi compañera(o) cuando no hace lo que deseo. Hago enojar intencionalmente a mi compañera(o).

Nunca 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 Siempre

9. El amor no guarda rencor.

Perdono a mi compañera(o). No le guardo rencores, ni me burlo de sus errores.

Nunca 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 Siempre

10. El amor no se deleita en la maldad, sino que se regocija con la verdad.

No me río de los errores de mi compañera(o). La/lo apoyo cuando pasa por momentos difíciles.

Nunca 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 Siempre

11. El amor jamás se rinde.

Cuando me enojo con mi compañera(o), no dejo que eso se interponga en nuestra relación. Me esfuerzo por resolver sanamente nuestros problemas.

Nunca 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 Siempre

Carta de Amor a mi hija

Querida _____

En ocasiones me es difícil compartir mis sentimientos contigo. No siempre sé que decir. Espero que con esta carta comprendas todo lo que me haces sentir.

Te amo. Aunque quizá no te lo digo muy seguido. Porque...

Realmente aprecio el modo en que tu...

Recuerdo la vez que tu...

...y nunca te dije cuánto significo para mí.

Aprecio tu paciencia como...

Nunca te dije cuanto te admiro por...

Deseo que pudiéramos...

Porque creo que eso podría mejorar nuestra relación...

Pienso que nuestro mayor conflicto en estos momentos es sobre...

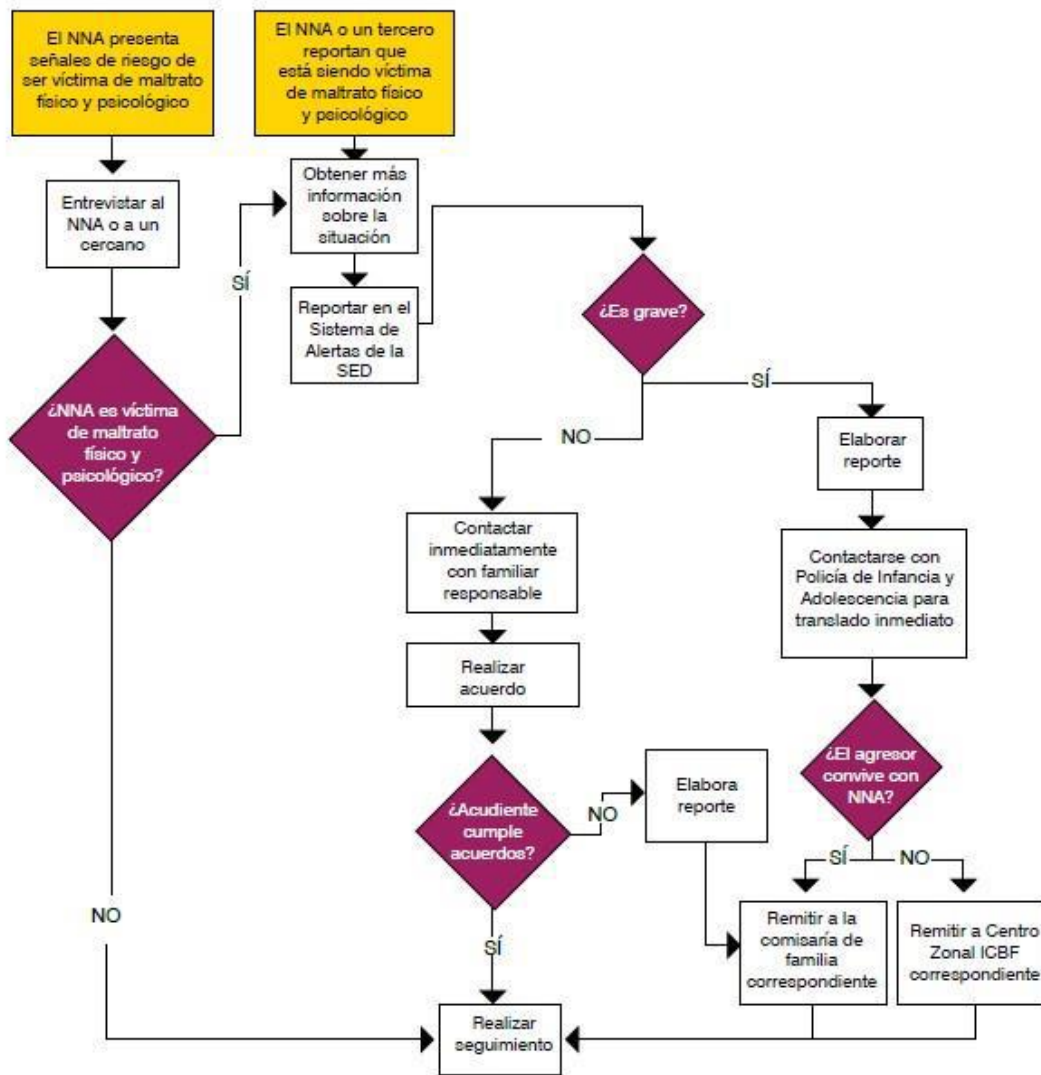
...podríamos hablar sobre eso en algún momento?

En ocasiones me pregunto...

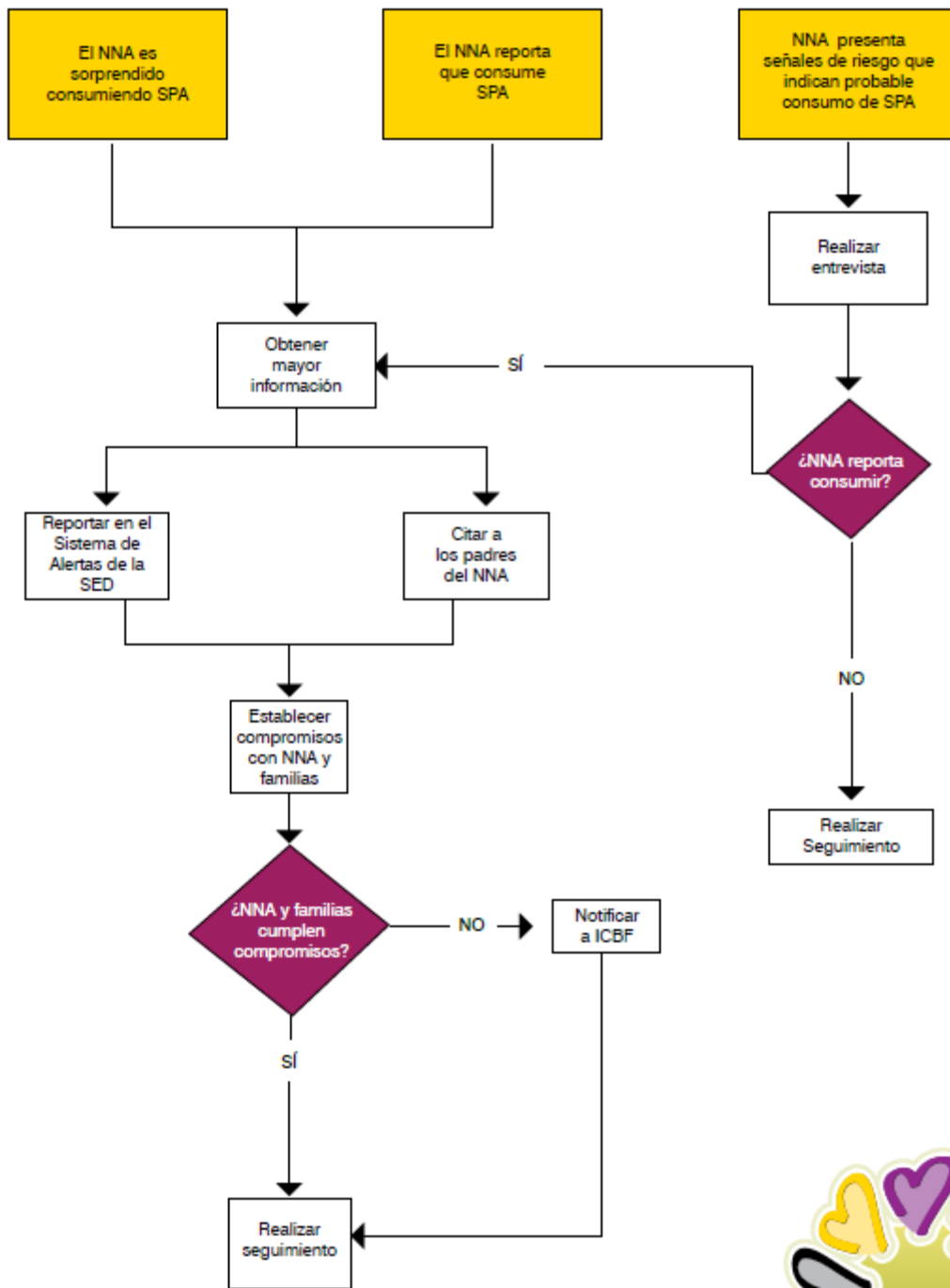
Quiero que sepas que estoy muy feliz de que seas parte de mi vida.

Con amor,

RUTA DE ATENCIÓN PARA SITUACIONES DE MALTRATO INFANTIL POR CASTIGO, HUMILLACIÓN, MALOS TRATOS, ABUSO FÍSICO O PSICOLÓGICO

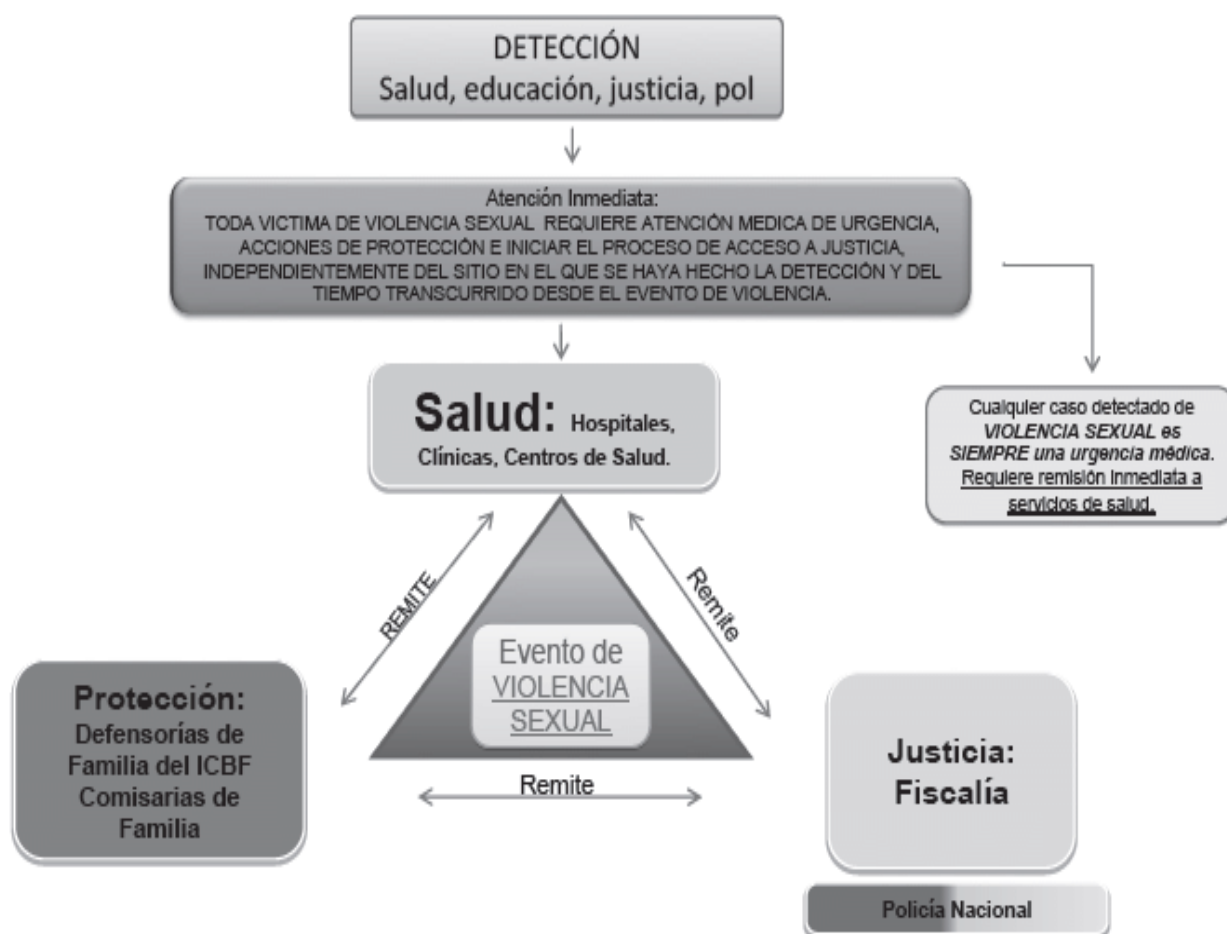


RUTA DE ATENCIÓN PARA NIÑOS, NIÑAS Y ADOLESCENTES CON CONSUMO O PRESUNCIÓN DE CONSUMO DE SPA



RUTA DE ATENCIÓN A VÍCTIMAS DE ABUSO SEXUAL

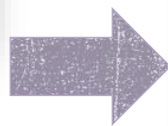
Es importante y necesario que la víctima acuda a una persona o entidad que puedan dar información y ayuda correcta en el momento en que se presente un caso de abuso con el fin de promover que este tipo de situaciones no se vuelvan a presentar.



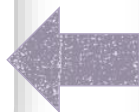
RUTA DE ATENCIÓN ANTE VULNERACION DERECHOS



Agente educativo/comunidad



Profesional social



BIBLIOGRAFIA

- Bermejo Fernández, María Ángeles. Hábitos de vida y adolescencia. Diseño y pilotaje de un cuestionario sobre hábitos de vida en un grupo de adolescentes guipuzcoanos (13-17 años). 2013. Disponible en: <http://www.euskomedia.org/PDFAnlt/zainak/34/34075105.pdf>
- Cabral, J. Cruz, C. Ramos U y Ruiz, P. () Atlas de ITS. Manifestaciones Clínicas Diagnósticos y Tratamientos. Disponible en: http://www2.paho.org/mex/dmdocuments/pub_atlasits.pdf
- Carlos, R. Liderazgo: Conceptos, teorías y hallazgos relevantes. Revista cuadernos hispanoamericanos de psicología. Vol-2. Disponible en: http://www.uelbosque.edu.co/sites/default/files/publicaciones/revistas/cuadernos_hispanoamericanos_psicologia/volumen2_numero2/articulo_5.pdf Agosto de 2016
- Claudia, C. (2005). Documento Lucha contra la violencia intrafamiliar: perspectivas desde la Experiencia colombiana. Disponible en: <http://www.cifedhop.org/Fr/Publications/Thematique/thematique13/Caicedo.pdf>
- Diaz, S. Schiappacasse, V Disponible. (2011). Qué y Cuáles son los Métodos Anticonceptivos. Instituto Chileno de Medicina Reproductiva. Disponible en: http://www.icmer.org/documentos/anticoncepcion/Que_y_cuales_son_met_antic_02_05_2011.pdf.
- Documento derechos de la mujer (2002). Convención sobre la eliminación de todas las formas de discriminación contra la mujer. Bogotá D.C. Disponible en: <http://www.hchr.org.co/publicaciones/seriestematicas/Derechos%20de%20la%20Mujer.pdf>
- Documento manejo de grupos, Servicio nacional de Aprendizaje SENA, Formación en ambientes virtuales. Disponible en: https://senaintro.blackboard.com/bbcswebdav/institution/semillas/634122_1_VIRTUAL-2015/OAAPs/OAAP3_Fase2/swf/aa4_oa1/oc.pdf Agosto de 2016
- El problema de la violencia: Conceptualización y perspectivas de análisis desde las ciencias sociales. Eduardo Gonzales calleja.
- Fundación Escuela de gerencia social ministerio del poder popular para la planificación y desarrollo. Embarazo en adolescencia. 286.28.31/286.25.51/286.30.74/283.91.70/Fax: (58-212) 283.18.33 Página Web: www.gerenciasocial.org.ve Correo electrónico: infofegs@gerenciasocial.org.ve Apartado Postal: 69.2
- Germán Ruuggio, La corporeidad: el nuevo paradigma como formador de la identidad humana. Universidad naval Argentina.
- Guía de Práctica Clínica en el SNS: UETS N° 2009/8. Aprendiendo a conocer y manejar los problemas de sueño en la infancia y adolescencia. Elaborada en el marco del Plan de Calidad para el Sistema Nacional de Salud del Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad. 2010. Disponible en: http://www.guiasalud.es/GPC/GPC_489_Trastorno_sue%C3%B1o_infadol_Lain_Entr_paciente.pdf
- ICBF, (2008). Módulo conceptual derechos sexuales y reproductivos. Disponible en: <http://www.icbf.gov.co/portal/page/portal/PortallCBF/RecursosMultimedia/Publicaciones/Editoriales1/Drechossexualesyreproductivos.pdf>
- ICBF, OIM. Análisis de los factores de riesgo que inciden en la fecundidad adolescente en Colombia. Observatorio del bienestar de la niñez. Edición Enero de 2014. Bogotá D.C. Disponible en: www.icbf.gov.co
- ICBF, OIM. Embarazo en Adolescentes Generalidades y percepciones. Observatorio del bienestar de la niñez. Edición octubre de 2015. Disponible en: www.icbf.gov.co

Informe mundial sobre la violencia y la salud (2003), Organización Panamericana de la Salud, Oficina Sanitaria Panamericana, Oficina Regional de la Organización Mundial de la Salud. Washington, D.C. Disponible en:

http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/112670/1/9275315884_spa.pdf

- Ives-Alain Michaud, (1978), *Violence et politique*, París, Gallimard. Consultado en: <http://www.scielo.org.mx/pdf/polcul/n32/n32a2.pdf>
- La construcción social del cuerpo de la mujer en el deporte Disponible en: http://www.reis.cis.es/REIS/PDF/REIS_068_07.pdf
- Ley 1257 de 2008 (diciembre 4) "Por la cual se dictan normas de sensibilización, prevención y sanción de formas de violencia y discriminación contra las mujeres, se reforman los Códigos Penal, de Procedimiento Penal, la ley 294 de 1996 y se dictan otras disposiciones" Disponible en: http://fundacionsimujer.org/wp/wpcontent/themes/Aggregate/images/Ley_1257%20dic%204%20de%202008.pdf
- Lucía, Negrete. Valores universales <http://www.anuvprogramas.org/resources/VALORES%20UNIVERSALES.pdf> Agosto de 2016
- Maletín educativo de salud. Guía básica de higiene y cuidado del cuerpo. Ministerio de salud. Disponible en: http://salud.mendoza.gov.ar/wp-content/uploads/sites/16/2014/09/higiene_cuidado_cuerpo.pdf
- Melchor Gutiérrez. El valor del deporte en la educación integral del ser humano. Disponible en: http://www.revistaeducacion.mec.es/re335/re335_10.pdf
- Michel M, *Essais sur la violence banale et fondatrice*, París, Librairie des Meridiens, 1984, p. 155. Tomado de: http://sisbib.unmsm.edu.pe/bibvirtualdata/publicaciones/inv_sociales/n17_2006/a08n17.pdf
- Ministerio de sanidad y consumo y Ministerio de educación y ciencia. *Actividad física y salud en la infancia y adolescencia. Una Guía para todas las personas que participan en su educación.* Salud pública. Grafo S.A

FINANCIA



APOYOTÉCNICO Y ADMINISTRATIVO



PROPONE Y EJECUTA



Instituto Colombiano de Bienestar Familiar



LÍNEA DE PROTECCIÓN A NIÑOS, NIÑAS Y ADOLESCENTES

Línea gratuita nacional ICBF:
01 8000 91 80 80
www.icbf.gov.co

ICBFColombia @ICBFColombia @icbfcolombiaoficial