

CARTILLA #6

EDUCACIÓN CON EQUIDAD DESDE LOS DERECHOS SEXUALES Y LOS DERECHOS REPRODUCTIVOS

HERRAMIENTA PEDAGÓGICA PARA UNA EDUCACIÓN NO SEXISTA EN BOGOTÁ
ESTRATEGIA PARA AVANZAR EN LA TRANSVERSALIZACIÓN DE LA
IGUALDAD DE GÉNERO EN INSTITUCIONES EDUCATIVAS DISTRITALES



ALCALDÍA MAYOR
DE BOGOTÁ D.C.

BOGOTÁ
HUMANANA

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ

SECRETARÍA DE EDUCACIÓN DEL DISTRITO

Alcalde Mayor de Bogotá
Gustavo Petro Urrego

Secretario de Educación
Óscar Sánchez Jaramillo

Subsecretaria de Integración Interinstitucional
Gloria Mercedes Carrasco Ramírez

Subsecretaria de Calidad y Pertinencia
Nohra Patricia Buriticá Céspedes

Subsecretaria de Gestión Institucional
Olga Beatriz Gutiérrez Tobar

Directora General de Educación y Colegios Distritales
Clara Inés Pérez Gómez

Directora de Participación y Relaciones Interinstitucionales
Deidamia García Quintero

Directora de Inclusión e Integración de Poblaciones
Támara Paola Ávila Hernández

Dirección de Talento Humano
Celmira Martín Lizarazo

Oficina Asesora de Comunicación y Prensa
Rocío Jazmín Olarte

Equipo Funcional de Género 2015
Blanca Cecilia Gómez López – Dimensión Organizacional
Paola Gálvez Osorio – Eje Transformaciones Curriculares
Adriana Paola Ternera Pulido – Componente Vida Escolar Libre de Violencias
Jessica Nathalie Corpas Figueroa – Componente Ciudadanía y Convivencia
Guiset Stephanny Parra Ordoñez – Componente Ciudadanía y Convivencia
Marlen Cuestas Cifuentes – Dinamizadora REDEG
Sonia Mireya Torres Rincón – Coordinación Equipo de Género 2015

Elaboración de textos

Jessica Nathalie Corpas Figueroa – Componente Ciudadanía y Convivencia
Guiset Stephanny Parra Ordoñez – Componente Ciudadanía y Convivencia
Sonia Mireya Torres Rincón – Coordinación Equipo de Género 2015
Blanca Cecilia Gómez López – Dimensión Organizacional
Marlen Cuestas Cifuentes – Dinamizadora REDEG

Revisión de textos

Sonia Mireya Torres Rincón

Edición de textos para la publicación

Jessica Nathalie Corpas Figueroa – Componente Ciudadanía y Convivencia
Guiset Stephanny Parra Ordoñez – Componente Ciudadanía y Convivencia

CONTENIDO

| Pg. | |
|-----------|--|
| | ESTRATEGIA PARA AVANZAR EN LA TRANSVERSALIZACIÓN DE LA IGUALDAD DE GÉNERO EN INSTITUCIONES EDUCATIVAS DISTRITALES |
| | CARTILLA 6: EDUCACIÓN CON EQUIDAD DESDE LOS DERECHOS SEXUALES Y LOS DERECHOS REPRODUCTIVOS |
| 4 | PRESENTACIÓN |
| 9 | 1. CALENDARIO POR LA IGUALDAD DE GÉNERO |
| 11 | 2. Cuadro temático, cartilla 6: Educación con equidad desde los derechos sexuales y los derechos reproductivos |
| 14 | 3. ORIENTACIONES CONCEPTUALES |
| 19 | OBJETIVOS GENERALES |
| 20 | 4. SUGERENCIAS A DOCENTES, EQUIPOS DE ORIENTACIÓN ESCOLAR Y PERSONAS QUE FACILITEN LAS ACTIVIDADES EN EL COLEGIO |
| 22 | 5. ACTIVIDADES PEDAGÓGICAS POR CICLOS ACADÉMICOS |
| 22 | Ciclo 1: Me conozco mejor. |
| 25 | Ciclo 2: Construyendo ciudadanías desde la diversidad. |
| 33 | Ciclo 3: Conversando sobre sexualidad. |
| 44 | Ciclo 4: Menos amor romántico, más autonomía. |
| 56 | Ciclo 5: Mi sexualidad mi proyecto de vida. |
| 70 | GLOSARIO |
| 72 | Referencias |
| 74 | Material digital |

PRESENTACIÓN

La herramienta pedagógica para una educación no sexista se estructura desde el Plan Educativo de Transversalización de la Igualdad de Género 2014-2024 (en adelante PETIG) y particularmente desde el componente de Ciudadanía y Convivencia hacia la Igualdad de Género. El PETIG, como apuesta política del sector proyectada a una década, es responsabilidad de la sección en su conjunto, donde todas las instancias y personas de la entidad y de la comunidad educativa son las encargadas de materializar dicha apuesta. En esa lógica, el Equipo Funcional de Género de la SED, presenta esta estrategia como parte del compromiso por avanzar en la transversalización de género en el sector.

Asimismo, el PETIG como parte del Plan Sectorial de Educación 2012-2016, se armoniza con el Proyecto Educación para la Ciudadanía y la Convivencia (PECC) específicamente en su apuesta por la **“construcción de una ciudadanía capaz de realizar las transformaciones necesarias para construir una sociedad justa y equitativa (...)”** (Secretaría de Educación del Distrito, 2014b, p 13). Se orienta al fomento de análisis crítico de las relaciones establecidas en el ámbito escolar y la reconfiguración de prácticas pedagógicas basadas en el respeto, la igualdad de oportunidades y la equidad de género.

Esta herramienta pedagógica reconoce las particularidades individuales y colectivas presentes en los colegios del Distrito, así como situaciones/condiciones de identidad (origen, pertenencia étnica, edad, orientación sexual, capacidad, etc.) que caracterizan a las comunidades educativas. Reconoce que no hay verdades únicas ni

universales, se propone construir y re-significar elementos básicos sobre el género en la lógica de avanzar en la garantía de los derechos de las niñas, jóvenes y mujeres para una vida digna y libre de violencias hacia ellas, como base para la transformación de una sociedad más justa en términos de relaciones de género, lo cual, por supuesto atañe e involucra de igual manera a los niños, los jóvenes y los hombres.

La herramienta pedagógica para una educación no sexista, se fundamenta en la escasez de materiales pedagógicos existentes para hacer tangible en las instituciones educativas distritales el abordaje de las problemáticas de género. Surge de las demandas de las instituciones para dar respuesta a las dinámicas y relaciones de género presentes en los diferentes estamentos de las comunidades educativas.

Desde lo político – normativo se gesta; desde la Política Pública Distrital de Mujeres y Equidad de Género del Distrito se materializa en el sector educativo a través de la Resolución 800 de 2015, mediante la adopción del Plan Educativo para la Transversalización de la Igualdad de Género –PETIG–, y retoma del PETIG sus tres enfoques:

***“Enfoque de derechos de las mujeres:** referido a la decisión deliberada de hacer un énfasis desde la gestión de lo público en proteger de manera específica los derechos de las mujeres que han sido, sujetos históricamente, oprimidas y excluidas de escenarios efectivos de exigibilidad de derechos. Como mujeres, se considera aquellas personas que se reconocen como tal, independientemente de cómo haya sido su proceso de asignación sexual social.*

***Enfoque de género:** como marco de referencia teórico y metodológico que permite ver la realidad desde las particularidades individuales y colectivas que se crean a partir de las diferencias de género, de acuerdo a cada sociedad, específicamente en el sector educativo. Apuntando a visibilizar las formas en las que dentro del sector educativo estas diferencias se transforman en desigualdades sociales, resaltando los mecanismos culturales y estructuras sociales que operan en su mantenimiento y transmisión a lo largo de la historia, en particular dentro del ámbito escolar.*

Un enfoque de género como apuesta ética fundamentada en el valor de la igualdad y la no discriminación como condición indispensable para la construcción de una democracia centrada en los seres humanos. Asumiendo, que los derechos humanos de las mujeres son universales, indivisibles e interdependientes, los cuales se efectivizan mediante la igualdad real entre mujeres y hombres.

Enfoque diferencial: *como una apuesta política que promueve un escenario de reconocimiento de la diversidad e inclusión de quienes han sido invisibilizadas y excluidas en la sociedad por su origen o condiciones étnico raciales, de generación, situación de discapacidad, por identidades sexuales y de género, por situación de clase, de relación con el conflicto armado, por su lugar en los entornos laborales, entre otras.*

Asumir a las niñas, jóvenes, mujeres indígenas, afrocolombianas, en situación de discapacidad, víctimas del conflicto armado, LBT, etc., en los colegios, en su identidad particular, con demandas y propuestas diferenciadas, reconociendo las discriminaciones que recaen sobre ellas, es una forma de no reproducir la discriminación en el desarrollo del PETIG. En el Plan se otorga visibilidad a quienes han sido doble o triplemente excluidas por el hecho de ser mujeres, ser pobres y ser afros, indígenas, jóvenes o víctimas, posicionándolas en todas las acciones como sujetas de derechos en los escenarios públicos y privados.”
(SED, 2015a, p. 25)

La herramienta pedagógica para una educación no sexista, se construye desde el PETIG y específicamente de su componente de Ciudadanía y Convivencia hacia la igualdad de Género, cuyo objetivo es “*la re-significación de prácticas, saberes y relaciones establecidas entre los miembros de las comunidades educativas y sus entornos, desde el enfoque de derechos de las mujeres, hacia la potenciación de las capacidades ciudadanas en niñas, jóvenes y mujeres adultas desde las diversidades que las constituyen.*”

Dentro de este componente, la herramienta responde a las líneas de acción **Transformación de roles y estereotipos de género hacia la construcción de nuevas masculinidades y feminidades**, que promueve un *“Escenario de acción orientado a la reflexión, la crítica y la toma de postura para la transformación de las prácticas que han instalado modelos hegemónicos de “ser mujeres” y de “ser hombres” en la sociedad, específicamente en el escenario educativo.”* Y a la línea **Participación y representación política de niñas y mujeres jóvenes**, orientada a *“reconocer y potenciar las capacidades de las niñas, jóvenes y mujeres del Sector Educativo, para que se garanticen sus derechos a la participación plena y a la representación, que redunde en el ejercicio del liderazgo femenino y en la toma de decisiones colectivas den las comunidades educativas”.* (SED, 2015a, p. 104)

Por lo anterior, es indispensable avanzar en la construcción de estrategias de reflexión y acción que produzcan transformaciones en las comunidades educativas al respecto del tema que nos convoca. Desde allí se propone esta herramienta pedagógica, como uno de los caminos para avanzar con la transversalización de la igualdad de género en el ámbito educativo, aportando un marco conceptual y metodológico específico para abordar las dinámicas de género presentes en las comunidades educativas de forma crítica, reflexiva y propositiva.

La presente cartilla se propone como una herramienta pedagógica para ser implementada en el aula y, como base para orientar reflexiones en los ciclos académicos 1 a 5, que facilite acercar el tema a las diferentes etapas vitales de las y los estudiantes de las instituciones educativas distritales.

La cartilla está organizada a partir del “calendario por la igualdad de género”, el cual fue diseñado por el equipo funcional de género para facilitar el posicionamiento del tema en los colegios con base en el calendario académico y de fechas relacionadas con género; esto, a su vez, permite situar a las y los facilitadores sobre el mes y temática abordada.

Seguidamente, se presenta un cuadro, que a partir de un título específico para cada ciclo académico, explicita dos actividades propuestas para cada uno de ellos. Se sugieren dos actividades para ofrecer alternativas de desarrollo del ejercicio de reflexión sobre el tema, acorde a las expectativas, necesidades y recursos existentes en cada institución educativa distrital.

Posteriormente, se presentan unas orientaciones conceptuales útiles para la reflexión y abordaje del tema en todos los ciclos académicos, dichas orientaciones se expresan en lenguaje claro, conciso y general, con el objetivo que cualquier persona pueda dinamizar las actividades.

Luego de ello, se realizan unas sugerencias metodológicas para las personas que faciliten cada cartilla en las instituciones educativas distritales, que permitan adaptar las dinámicas propias de cada colegio y tomar en cuenta los recursos con los que se cuenta para sacar adelante el proceso de transversalización de género.

Finalmente, se describen las actividades desagregadas para cada uno de los ciclos académicos. El diseño de las actividades está armonizado con el método reflexión, acción, participación RAP desde el que se enmarca el Proyecto de Educación para la Ciudadanía y Convivencia. Por ello la estructura de cada actividad ofrece: título del ciclo académico, objetivos específicos de las actividades para cada ciclo, nombre de la actividad, materiales requeridos, duración, metodología a partir de los momentos del RAP (pensarse y pensarnos, diálogo de saberes, transformando realidades) y material de apoyo específico a cada actividad, este material pueden ser lecturas complementarias, fichas, guías, imágenes, entre otros.

El método RAP tiene 4 momentos, el último, “resignificando saberes”, será el resultado del proceso de sistematización de las actividades propuestas en esta cartilla, de tal forma que permita dar cuenta de los caminos recorridos para avanzar en el proceso de transversalización de la igualdad de género, evidenciando las fortalezas, aspectos por mejorar, participantes, impacto en la comunidad educativa, así como otros elementos relevantes.

1. Calendario por la igualdad de género

La herramienta pedagógica para una educación no sexista, se fundamenta en el conocimiento situado como el lugar pedagógico y metodológico que la orienta. Las experiencias y saberes de las personas involucradas en el desarrollo de este material son determinantes en la construcción conjunta de conocimiento. Por lo cual, busca articularse con las dinámicas propias de la escuela y las construcciones sociales y culturales que la caracterizan. Es así como, cada ejercicio pedagógico planteado en el calendario por la igualdad de género se diseñó a partir de fechas emblemáticas de cada mes.

Este calendario fue diseñado por el equipo funcional de género de la SED conmemorando temas y fechas emblemáticas; estas últimas se usan como vehículo para posicionar las discusiones y reflexiones en torno

a la igualdad de género en los colegios. Es importante señalar, que este calendario puede ser implementado en los días sugeridos o en otros, dado la versatilidad de las actividades sugeridas.

¿Cómo incorporar la herramienta pedagógica en género dentro de cada colegio?

La herramienta pedagógica para una educación no sexista, tiene diferentes formas de ser incorporada a las dinámicas institucionales de cada colegio. A partir de la experiencia de implementación de la misma en algunas instituciones educativas distritales se sugiere cualquiera de las siguientes vías o todas en conjunto:

| | |
|-----------------------|--|
| Febrero | Transformemos los roles y estereotipos de género en el colegio. |
| Marzo | 8 de marzo: Día Internacional por los Derechos de las Mujeres. |
| Abril | 23 de abril: Día del Idioma. |
| Mayo | 28 de mayo: Día Internacional de Acciones por la Salud de las Mujeres Día de las Madres. |
| Julio y agosto | 20 de julio y 7 de agosto: Luchas independentistas en Colombia, aportes y participación de las niñas y las mujeres en la independencia. |
| Septiembre | 4 de septiembre: Día Mundial de la Salud Sexual. 26 de septiembre: Día Internacional de la Prevención del Embarazo Adolescente. 28 de septiembre: Día Internacional de la Despenalización del Aborto. Fechas asociadas a los derechos sexuales y los derechos reproductivos. |
| Octubre | 11 de octubre: Día Internacional de las Niñas. |
| Noviembre | 25 de noviembre: Día internacional de la no violencia contra las Niñas, Jóvenes y Mujeres. |

- Puede ser implementada como proceso a través de su vinculación a los proyectos institucionales o transversales de cada colegio y posicionarse por esa vía en la agenda política y en la dinámica de cada institución.
- Como una estrategia para dinamizar la resolución 4210 de 1996 dispuesta por el Ministerio de Educación Nacional, que reglamenta servicio social estudiantil obligatorio, cuyo objetivo es, entre otros, sensibilizar a los y las estudiantes frente a las necesidades, intereses, problemas y potencialidades de la comunidad, para que adquieran y desarrollen compromisos y actitudes en relación con el mejoramiento de la misma.
- En el desarrollo de actividades puntuales de conmemoración de fechas emblemáticas, mediante direcciones de curso.

2. Cuadro temático, cartilla 6: Educación con equidad desde los derechos sexuales y los derechos reproductivos

La Cartilla 6 aporta insumos para la dinamización del tema de derechos sexuales y derechos reproductivos. Estos se conmemoran en diversas fechas en el mes de septiembre; pero, pueden ser trabajados en cualquier momento del año escolar en las instituciones educativas del distrito, como parte del PETIG.

La escuela es un escenario de socialización privilegiado en el que se deben promover el desarrollo de habilidades, actitudes y conocimientos que posibiliten a los sujetos el ejercicio de su sexualidad plena –afectiva, comunicativa, erótica y reproductiva–, fundada en la convivencia pacífica, el establecimiento de acuerdos consensuados y la inclusión a partir de la pluralidad¹.

Es en el aula donde se reproducen las formas de interacción humana, reforzando o desafiando estereotipos sociales, a través del tipo de organización, de los modos de resolver los conflictos o de las estrategias adoptadas en la toma de decisiones.

La escuela debe ser un espacio que propicie el reconocimiento de la diversidad, para que de manera autónoma y responsable, se potencie la capacidad de elegir sobre las formas de vivir y sentir la pertenencia a un género, los comportamientos culturales y la orientación sexual. Esto supone el trabajo de toda la comunidad educativa en pro de:

¹ Proyecto piloto de Educación para la Sexualidad y Construcción de Ciudadanía: hacia la formación de una Política Pública, Ministerio de Educación Nacional, Fondo de Población de las Naciones Unidas, 2006.

- El fortalecimiento de la identidad de cada integrante de la comunidad, lo que incluye fortalecer el autoestima, y la creación de un proyecto de vida, para la realización plena y libre del sujeto en sociedad.
- El análisis crítico de los roles y la construcción de comportamientos culturales de género flexibles, igualitarios y dignificantes, que permitan a hombres y mujeres desarrollarse en todos los aspectos de la vida, como individuos, como familia, como pareja y como integrantes activos de una sociedad.
- La construcción de ambientes pluralistas, donde los y las integrantes de la comunidad puedan elegir y vivir una orientación sexo-erótica y/o sexo-afectiva determinada, de forma autónoma y libre de discriminación, riesgos, amenazas, coerciones o violencia.

12

La presente cartilla se estructura como guía para orientar análisis y reflexiones en los ciclos académicos 1 a 5, acerca de la equidad de género, los derechos sexuales y los derechos reproductivos en los estudiantes y docentes de las instituciones educativas distritales.

| CICLOS | ACTIVIDAD 1 | ACTIVIDAD 2 |
|---|--|---|
| <p>Ciclo 1 Me conozco mejor.</p> | <p>Reconozco mi cuerpo y la importancia de sus partes.</p> | <p>Cartografiando nuestro cuerpo.</p> |
| <p>Ciclo 2 Construyendo ciudadanías desde la diversidad.</p> | <p>Las diferencias construyen diversidad.</p> | <p>Respeto propio y respeto por las demás personas.</p> |
| <p>Ciclo 3 Conversando sobre Sexualidad.</p> | <p>Nuestra sexualidad.</p> | <p>Expresando nuestra sexualidad.</p> |
| <p>Ciclo 4 Menos amor romántico, más autonomía.</p> | <p>¿Cuándo ser padres o madres? Reflexionando sobre el amor romántico.</p> | <p>Los derechos sexuales y derechos reproductivos, son un ejercicio de la ciudadanía plena.</p> |
| <p>Ciclo 5 Mi sexualidad, mi proyecto de vida.</p> | <p>El perfil de las decisiones.</p> | <p>La IVE con conocimientos y sin prejuicios.</p> |

3. Orientaciones conceptuales

14

La Educación para la Sexualidad es la “formación del ciudadano y la ciudadana para la democracia sexual y como tal debe estar enmarcada en un contexto de profundo conocimiento de los derechos humanos y de máxima valoración del respeto a los derechos de los demás, como regla máxima de convivencia humana y de sentido de justicia y ética. Esto implica profundo respeto por los estilos de vida sexual, de pareja, y de moldeamiento del género” (Giraldo, 2006, p. 28).

La Educación para la Sexualidad no es optativa; ocurre a través de los gestos, de las actitudes y de los silencios, o de manera deliberada cuando se transmiten creencias propias. Por lo tanto, debe incluir la reflexión constante sobre la forma en que se lleva a cabo y propender por el desarrollo del juicio moral de la comunidad educativa.

El desarrollo moral se entiende como el avance cognitivo y emocional que permite a cada persona tomar decisiones, cada vez más autónomas y realizar acciones que reflejen un mayor bienestar por el bien común de las y los demás. Estas decisiones y acciones no implican, necesariamente, la renuncia a los intereses personales, sino más bien, la construcción de un diálogo y una comunicación permanente con las demás personas, que permita encontrar balances justos y maneras de hacer compatibles los diversos intereses involucrados.

La empatía, es decir, la capacidad para involucrarse emocionalmente con la situación de las y los otros (sentir su dolor, por ejemplo) o la capacidad de juicio moral para poder analizar, argumentar y dialogar sobre dilemas de la vida cotidiana, se dan de manera

permanente y son una oportunidad para reflexionar, ya que necesitamos estas habilidades para relacionarnos con las demás personas (Ministerio de Educación Nacional, 2006).

Los compromisos, adquiridos por Colombia en el marco de las Conferencias Internacionales, constituyen el bloque constitucional para el desarrollo de políticas en educación, salud sexual y reproductiva en el país; estas se apoyan en la Conferencia Mundial sobre Educación para Todos (Jomtien, 1990), que declaró el derecho de los hombres y las mujeres de todas las edades a la educación, así como el imperativo de transformar los sistemas para alcanzar una educación de calidad, superar la falta de equidad y de oportunidades, a partir de la pedagogía de la diversidad y la satisfacción de las necesidades básicas de aprendizaje.

Los derechos sexuales y reproductivos se encuentran protegidos por la legislación internacional referente a derechos humanos y por otros documentos de las Naciones Unidas; entre los principales instrumentos legales internacionales que los apoyan están:

- Declaración Universal de los Derechos Humanos (1948).
- Pacto Internacional de Derechos Civiles y Políticos (1976).

- Pacto de Derechos Económicos y Sociales (1976).
- Convención Internacional para la Eliminación de todas las Formas de Discriminación contra la Mujer (1981).
- Convención sobre los Derechos del Niño (1990).
- Declaración y Programa de Acción de la Conferencia Internacional de Derechos Humanos, Viena (1993).
- Programa de Acción de la Conferencia Internacional de Población y Desarrollo, El Cairo (1994).
- Programa de Acción de la Conferencia Mundial de la Mujer, Beijing (1995).

Derechos sexuales y reproductivos

Los derechos sexuales permiten a las personas regular y tener control autónomo y responsable sobre todas las cuestiones relativas a la sexualidad, sin ningún tipo de coacción, violencia, discriminación, enfermedad o dolencia.

Para las mujeres, los derechos sexuales tienen un especial significado, pues en este se contempla el derecho a ser tratadas como personas integrales y no como seres reproductivos; y, a ejercer la sexualidad de manera placentera sin que esta conlleve necesariamente un embarazo.

Los derechos sexuales y derechos reproductivos se han definido recientemente y son los mismos derechos humanos interpretados desde la sexualidad y desde la reproducción.

Se ha dicho que los derechos sexuales y derechos reproductivos son los más humanos de todos los derechos y representan el pilar fundamental para el ejercicio de la ciudadanía, entendida más allá de la simple posibilidad de tomar decisiones en el ámbito público (elegir y ser elegido); ya que implica la posibilidad de mujeres y hombres de tomar decisiones autónomas sobre su propio cuerpo y vida en los campos de la sexualidad y la reproducción.

Según lo expuesto, surge una reflexión: si a los hombres y mujeres como ciudadanos y ciudadanas les es permitido decidir el destino de sus países, cómo se les puede privar de tomar decisiones acerca del destino de sus cuerpos.

¿Cuál es el alcance de los derechos sexuales?

El alcance de estos derechos permite regular y tener control autónomo y responsable sobre todas las cuestiones relativas a la sexualidad, sin ningún tipo de coacción, violencia, discriminación, enfermedad o dolencia.

Estos derechos se apoyan básicamente en:

- La capacidad de hombres y mujeres de disfrutar de relaciones sexuales satisfactorias.
- La ausencia de toda clase de violencia, coacción o abuso.
- El acceso a servicios de salud sexual que permitan atender y prevenir las infecciones, dolencias y enfermedades que afecten el ejercicio placentero de la sexualidad, incluidas las de transmisión sexual y el VIH/Sida.
- La posibilidad de separar el ejercicio de la sexualidad con el de la reproducción.

Los derechos sexuales implican, entre otros:

- El derecho a reconocerse como seres sexuados.
- El derecho a fortalecer la autoestima y autonomía para adoptar decisiones sobre la sexualidad.
- El derecho a explorar y a disfrutar de una vida sexual placentera, sin vergüenza, miedos, temores, prejuicios, inhibiciones, culpas, creencias infundadas y otros factores que impidan la libre expresión de los derechos sexuales y la plenitud del placer sexual.
- El derecho a vivir la sexualidad sin violencia, coacción, abuso, explotación o acoso.

- El derecho a escoger las y los compañeros sexuales.
- El derecho al pleno respeto por la integridad física del cuerpo y sus expresiones sexuales.
- El derecho a decidir si se quiere iniciar la vida sexual o no, o si se quiere ser sexualmente activa/o no.
- El derecho a tener relaciones sexuales consensuadas.
- El derecho a decidir libremente si se contrae matrimonio, se convive con la pareja o si permanece sola/o.
- El derecho a expresar libre y autónomamente la orientación sexual.
- El derecho a protegerse del embarazo y de las infecciones y enfermedades de transmisión sexual.
- El derecho a tener acceso a servicios de salud sexual de calidad.
- El derecho a tener información sobre todos los aspectos relacionados con la sexualidad, conocer cómo funciona el aparato reproductor de los dos sexos, y cuáles son las infecciones y enfermedades que se pueden adquirir a través de las relaciones sexuales.

¿Qué alcance tienen los derechos reproductivos?

Permiten a las personas tomar decisiones libres y sin discriminaciones sobre la posibilidad de procrear o no, de regular la fecundidad y de disponer de la información y medios para ello. También implica el derecho a tener acceso a servicios de salud reproductiva que garanticen una maternidad segura, la prevención de embarazos no deseados, la previsión y tratamiento de dolencias del aparato reproductor como el cáncer de útero, mamas y próstata.

Estos derechos se apoyan en dos principios fundamentales:

- Autodeterminación reproductiva, entendida como el derecho básico de todas las personas de decidir sobre su posibilidad de procrear o no, y en ese sentido planear su propia familia.
- Atención de la salud reproductiva, que incluye medidas para promover una maternidad sin riesgos, tratamientos de infertilidad, acceso a toda la gama de métodos anticonceptivos (incluyendo la anticoncepción de emergencia) y programas de atención de cáncer uterino, de mamas y próstata.

Los derechos reproductivos implican específicamente:

- El derecho a decidir libre y responsablemente el número de hijos y el intervalo entre ellos; y, a disponer de la información, educación y medios para lograrlo.
- El derecho de hombres y mujeres de decidir de manera libre y responsable la posibilidad de ser padres o madres.
- El derecho a decidir libremente el tipo de familia que se quiere formar.
- El derecho a acceder a métodos anticonceptivos seguros, aceptables y eficaces (incluyendo la anticoncepción de emergencia).
- El derecho de las mujeres a no sufrir discriminaciones o tratos desiguales, por razón del embarazo o maternidad, en el estudio, trabajo y dentro de la familia.

- El derecho a tener acceso a servicios de salud y atención médica que garanticen una maternidad segura, libre de riesgos en los períodos de gestación, parto y lactancia y se brinde las máximas posibilidades de tener hijos sanos.
- El derecho a contar con servicios educativos e información para garantizar la autonomía reproductiva.

Tomado de: Profamilia (2006). Guía para la formación en Derechos Sexuales y Reproductivos para población en situación de desplazamiento con énfasis en violencia intrafamiliar y delitos sexuales. Convenio Defensoría del Pueblo – OIM.

OBJETIVOS GENERALES

- Aportar elementos para la discusión y el posicionamiento de los derechos sexuales y de los derechos reproductivos, como base de la educación integral y de calidad en los colegios distritales, desde un enfoque de género.
- Promover espacios de reconocimiento de los derechos sexuales y reproductivos propios y de las demás personas, orientados a la transformación de estereotipos y prejuicios alrededor de la sexualidad de niñas, niños y adolescentes.
- Dinamizar estrategias para fortalecer los Proyectos de Educación Sexual de las instituciones educativas distritales, desde un enfoque de género.

4. Sugerencias a docentes, equipos de orientación escolar y personas que faciliten las actividades en el colegio

20

El grupo docente o de orientación que dinamice esta herramienta pedagógica, seguramente identifica las dificultades propias al abordar el tema de igualdad de género en el colegio. Sin embargo, iniciamos este apartado señalando que existen barreras de todo tipo para posicionar el tema en las instituciones educativas distritales y, por eso, es necesario contar con argumentos concretos para avanzar con la propuesta de trabajo.

Visibilizar, de manera permanente en la comunidad educativa, el hecho de que esta herramienta pedagógica responde a un marco político distrital y sectorial, que para nuestro caso es la Política Pública de Mujeres y Equidad de Género y la resolución 800 de 2015, por la cual se adopta en nuestro sector el Plan Educativo para la Transversalización de la Igualdad de género.

Inicialmente, sugerimos identificar a las y los docentes sensibles al tema que se pueden convertir en personas estratégicas para involucrar las discusiones sobre las relaciones de género en los colegios de manera crítica. Estas personas, pueden convertirse en dinamizadoras de la herramienta pedagógica por una educación no sexista y apoyar el posicionamiento de los temas desde lo pedagógico y lo político en la institución.

De igual manera, esta herramienta pedagógica se constituye en un oportunidad para que los y las estudiantes repliquen las actividades a la comunidad educativa como una estrategia para fortalecer sus saberes y experiencias.²

² Para el caso puntual del servicio social, se propone que los y las estudiantes puedan replicar los talleres y hacer campañas de sensibilización en el colegio, esto por supuesto requiere del acompañamiento constante del equipo de orientación.

En cuanto a lo metodológico, sugerimos planear las actividades con antelación, toda vez que lo que se aporta son actividades que ya han sido implementadas en el aula y han dado resultados exitosos; sin embargo, como las dinámicas de cada institución son distintas, sugerimos que en la planeación se puedan evaluar y ajustar las actividades si llegase a ser necesario, a la luz de las demandas de cada comunidad educativa.

Este proceso de planeación, requiere prever aquellos aspectos logísticos necesarios para la óptima realización de las actividades, tales como el lugar donde se realizará (iluminado, suficiente espacio, permanente, etc.), la fecha y jornada escolar de realización, la convocatoria, las clases en donde se hará la réplica de los talleres, la disposición de insumos y materiales (películas, proyectores, televisores, tablero, lecturas impresas, etc.) entre otros.

5. Actividades pedagógicas por ciclos académicos

Ciclo 1. Me conozco mejor

Objetivos específicos:

- Promover en las niñas y los niños el interés por conocer su cuerpo, a partir de la exploración del mismo, hacia el reconocimiento de sus diversas posibilidades de acción.
- Aprender a escuchar al otro y a expresarse; entendiendo que cada individuo es único.

ACTIVIDAD 1. Reconozco mi cuerpo y la importancia de sus partes.

Materiales:

- Papel craft.
- Hojas de colores
- Lápices de colores.
- Marcadores.

Metodología

1. **Pensarse y pensarnos:** las y los estudiantes se organizarán en grupos de cuatro, se les entregará un pliego de papel craft para que dibujen una de las siguientes partes del cuerpo, indicándoles que grafiquen las de un niño y de una niña:

- Extremidades inferiores (piernas y pies).
- Extremidades superiores (hombros, tronco y brazos).
- Cabeza y cuello.
- Cintura y genitales.

2. Diálogo de saberes: la o el docente pegará los carteles en lugares visibles a todo el grupo y cada grupo presentará su dibujo expresando la parte del cuerpo que le correspondió y la función que tiene, por ejemplo: son las piernas y nos sirven para correr.

La o el docente completará la información sobre las funciones de cada parte del cuerpo, y reflexionará sobre las diferencias anatómicas entre niños y niñas que determinan el sexo (se sugiere ser explícito en nombrar los genitales sin poner apodos a estas partes), es importante ser claro en que los genitales son una parte más del cuerpo, tienen funciones y reconocerlos.

3. Transformando realidades: en las hojas de colores cada grupo anotará tres ideas que den cuenta de prácticas o acciones de autocuidado de la parte del cuerpo dibujada. Para finalizar la o el docente expresará la importancia de cuidar cada una de las partes del cuerpo. Así mismo, hará énfasis en que ninguna persona puede tocar de manera inapropiada nuestros cuerpos, mientras tanto las niñas y los niños se colocan en círculo de pie y se van moviendo a manera de danza levantando los brazos, haciendo círculos en su puesto, estirándose, encogiéndose, agachándose y desplazándose en círculo, con la intención de hacer un reconocimiento corporal (sería ideal tener música de fondo, que acompañe el movimiento, o se puede seguir con las palmas de las manos).

ACTIVIDAD 2. Cartografiando nuestro cuerpo.

Materiales

- Papel craft.
- Plumones o marcadores de punta delgada.

Metodología

1. Pensarse y pensarnos: se organizará al grupo en parejas, tratando que en lo posible las parejas sean de un niño y una niña. Cada pareja se pondrá de espaldas y de esa manera establecerán un diálogo para conocerse mejor, a través de las siguientes preguntas:

- ¿Qué es lo que más te gusta hacer?
- ¿Te gusta ser niño o niña (según corresponda)? ¿Por qué?
- ¿Cuál es la parte de tu cuerpo que más te gusta?
- ¿Cuál es tu juego favorito?
- ¿Qué te gusta comer?
- ¿Quién te cuida en tu familia?

2. Diálogo de saberes: después del diálogo en parejas, se entregará a cada estudiante medio pliego de papel craft y marcadores, se les solicitará que se pongan de frente y se observen bien. A continuación, cada estudiante dibujará la silueta de su pareja en el papel craft y anotará las características que más le llamen la atención de su aspecto físico y del diálogo que sostuvieron previamente. Cada silueta deberá ir marcada con el nombre de la persona a quien corresponde.

3. Transformando realidades: cada pareja pegará sus dibujos y explicará al resto del grupo lo que más le gustó de ser niño o niña, según las respuestas de su pareja; y compartirá la información que más le interesó de su pareja. Así mismo la o el docente orientará la presentación para que las y los estudiantes expresen qué los hace diferentes a las demás personas resaltando el valor de la diversidad. Cada pareja o grupo pegará sus imágenes coloreadas en el tablero o en las paredes del salón.

Ciclo 2. Construyendo ciudadanía desde la diversidad

Objetivos específicos

- Promover la reflexión sobre el valor de las diversidades en la construcción de una sociedad respetuosa y justa.
- Fortalecer el reconocimiento propio como base para relacionarse con otros y otras.

ACTIVIDAD 1. Las diferencias construyen diversidad.

Materiales

- Trabajo previo de indagación del origen de cada estudiante.

Metodología

- 1. Pensarse y pensarnos:** desde el día anterior se pedirá a las niñas y niños que hablen con su mamá y su papá y/o su familia, sobre su historia particular. Se proponen las siguientes preguntas: ¿dónde nacimos?, ¿cuándo nacimos?, ¿cuál es mi género?, ¿cuál es mi color de piel?, el nombre completo que nos dieron al nacer, y el por qué escogieron ese nombre.
- 2. Diálogo de saberes:** se les solicitará que la anterior consulta la expresen en una cartelera pequeña que el niño o la niña compartirán con su grupo. Si alguien no lleva la cartelera, se le pide que comparta con un grupo su nombre y qué sabe acerca de su origen.
- 3. Transformando realidades:** luego en grupos de cinco estudiantes, todas y todos situarán sus manos en el centro del grupo y hablarán acerca del color de la piel, de los ojos, de las diferencias y semejanzas que encuentran entre sí. La o el docente reflexionará sobre el valor de las diversidades en la construcción de una sociedad respetuosa y justa, donde todas las personas tienen los mismos derechos.

ACTIVIDAD 2. Respeto propio y respeto por las demás personas.

Materiales

- Lecturas de apoyo para distribuir las grupalmente.
- Papel craft.
- Marcadores,
- Plumones
- Colores.

Metodología

- 1. Pensarse y Pensarnos:** se dividirá a las y los estudiantes en grupos de seis personas y se les entregará la lectura de apoyo de esta actividad. Se les pedirá que realicen la lectura y en plenaria se reconstruirán los principales elementos de dicho material.
- 2. Diálogo de saberes:** se solicitará a cada grupo que resuelvan las preguntas expresadas en cada lectura de apoyo, y con base en las respuestas recreen e ilustren en una caricatura que exprese alguna de las siguientes situaciones: el amor propio, el respeto por las demás personas y la presión de grupo. Es importante que quien facilita el ejercicio lea previamente las lecturas de apoyo para poder distribuir las en su grupo de acuerdo al número de estudiantes, de tal forma que todos los temas se aborden. Las caricaturas deben reflejar situaciones que viva el grupo, se vivan en sus familias o en el colegio; por ejemplo, casos que hayan escuchado o visto.
- 3. Transformando realidades:** cada grupo pegará su caricatura y explicará el tema que le correspondió, así como las reflexiones y conclusiones a las que llegaron. La persona que facilita el ejercicio reforzará ideas a partir del material de lectura aportado (material de apoyo). Las caricaturas se pueden utilizar para hacer campaña de sensibilización del tema en el colegio, pegándolas en lugares visibles.

Material de apoyo: ciclo 2, actividad 2.
Respeto propio y respeto por las demás personas.
Lecturas de Apoyo

Lectura 1. La Autoestima

La autoestima es el amor que siento por mí, por mi cuerpo, por mis cualidades y por todas las cosas que hago. Este amor me lleva a cuidarme, proteger mi cuerpo, a escoger bien a mis amistades, a estudiar bastante para aprender muchas cosas, a alimentarme bien para estar fuerte y saludable, a tomarme todos los medicamentos cuando me enfermo para poderme aliviar, a no jugar brusco ni con personas, ni con cosas que me pueden hacer daño, a no ver programas de televisión que me pueden perjudicar porque no me enseñan cosas buenas, a saber decir NO cuando una persona me invita a hacer algo que no está bien; a cuidarme en todos los aspectos, porque SI ME QUIERO MUCHO, ME CUIDO MUCHO.

La cantidad de amor que me tengo puede ser mucha o poca: cuando es mucha (autoestima alta) me valoro, me siento feliz con mis habilidades y comportamientos, tengo confianza en mí, conozco cuáles son mis mayores cualidades y me alegro mucho por ser como soy, pues también me acepto con mis defectos y procuro corregirlos. Cuando es poca (autoestima baja) me siento triste, pienso que no sirvo para nada y que todo lo hago mal; siento pena y culpa por mis defectos y generalmente no me esfuerzo lo suficiente por mejorar, no tengo confianza en mí, no conozco mis cualidades, no las tengo en cuenta o no son importantes para mí, tengo pocas amistades, me dejo arrastrar por las malas compañías y me cuido poco.

Tener mucho amor por mí, es muy importante porque gracias a este deseo lo mejor para mí y puedo tomar las mejores decisiones que traigan cosas muy buenas para mi vida, por ejemplo: si un compañero me dice siempre que soy “lento” y “burro”, en vez de creérmelo y sentirme mal, me evalúo, mejoro en lo que esté regular y tomo la decisión de alejarme de ese compañero porque no es un verdadero amigo, no me respeta, no me da consejos con amor, no tiene en cuenta mis cualidades y me hace sentir triste.

Además, ten siempre presente que si te quieres mucho, los demás también te aceptarán y querrán de la misma manera; si te respetas, también te respetarán; si te cuidas, también te cuidarán; así lograrás ser muy feliz y ser una mejor persona, a quien todos admirarán y querrán ser tus amigos.

Lectura 2. Diez consejos para mejorar el amor propio

1. No tengas pensamientos negativos sobre ti, empieza a pensar en tus cualidades y todo lo positivo que tienes.
2. Busca lograr lo que te propones, así otras personas piensen que no eres capaz. Métete en la cabeza que sí sabes y que sí eres capaz de hacer muchas cosas, lucha con todas las ganas, y si en algunas áreas tienes dificultades, esfuérzate más hasta conseguirlo. Así te mostrarás a ti y a las demás personas que sí puedes.
3. Piensa que los errores son normales y que todas las personas los cometen. Lo importante es verlos, aceptar que los cometiste para poderlos corregir y aprender a no volverlos a hacer. Acéptate con tus defectos, lucha por mejorarlos y no busques ser perfecto(a).
4. Prueba cosas nuevas, actividades diferentes a las que siempre haces y siéntete feliz de las nuevas habilidades que has aprendido.
5. Observa bien qué cosas de ti no te hacen feliz y quisieras cambiar, si es algo que no puedes hacer tú, como cambiar el color de tus ojos, empieza a aceptarte tal y como eres, porque eres fuerte, tienes una gran belleza interna y externa y vales mucho.
6. Ponte una meta u objetivo, piensa qué te gustaría conseguir y luego has el plan para poderlo lograr.
7. Siéntete orgulloso(a) de tus opiniones e ideas. No tengas miedo de expresarlas. Pregunta cuando no entiendas, porque tienes todo el derecho de hacerlo, no pienses que por eso eres “bruto” y no permitas que nadie te lo diga.

8. Explícale a quien no entienda un tema, ayuda a limpiar tu casa, participa en actividades como los “buenos días” o “buenas tardes”. Sentir que das algo y que se reconoce tu ayuda hace que te sientas mucho mejor contigo
9. Haz ejercicio, así te relajas, estarás saludable y feliz.
10. Disfruta pasando tu tiempo con personas que te importan y haciendo cosas que te gustan. Relájate y diviértete.

Lectura 3. Respeto propio 1

El respeto es quererse a sí mismo(a) y a las demás personas, es no hacer cosas que nos hacen sentir mal o que nos hacen daño, es pensar en lo que las otras personas sienten cuando yo les hago algo, y por eso las debo tratar con cariño y amabilidad. Para poder respetarnos, debemos aprender cómo cuidar nuestro cuerpo, pues este es el que nos permite ver todo lo que nos rodea, aprender en el colegio, disfrutar de los sabores y los olores deliciosos que vienen de la naturaleza; correr, saltar, jugar, nadar, bailar y compartir con las personas que queremos. Por esto el cuerpo es un tesoro que nos permite existir en el mundo.

Para cuidar el cuerpo hay que comer bien para poder tener las energías suficientes para jugar y estudiar, bañarse todos los días, lavarse las manos después de usar el sanitario y antes de comer, cepillarse los dientes, visitar al médico y al odontólogo periódicamente, entre otras actividades. También debes recordar que tienes que cuidar tu cuerpo, haciéndolo respetar de todas las personas que te rodean ya sean amigos, vecinos, familiares o cualquiera, así le tengas mucha confianza.

No debes hacer cosas en contra de tu voluntad, como:

- Desvestirte y mostrar tus órganos genitales.
- Ver programas de personas desnudas.
- Ver a otras personas desnudarse frente a ti.
- Que una persona te tome fotos desnudo/a o te pida tomarle fotos desnudo/a.
- Que te dejes acariciar o que acaricies a esa persona.
- Que veas revistas de personas o niños y niñas desnudas.
- Que te dejes besar tu cuerpo o que beses a esa persona.

Recuerda que si algo de esto te llega a ocurrir, no debes mantenerlo en secreto. Acude a tus padres, a algún docente, al departamento de orientación u otra persona mayor en la que confíes y te pueda ayudar.

Lectura 4. Respeto propio 2

El respeto es quererse a sí mismo(a) y a las demás personas, es no hacer cosas que nos hacen sentir mal o que nos hacen daño, es pensar en lo que las otras personas sienten cuando yo les hago algo, y por eso las debo tratar con cariño y amabilidad. Para poder respetarnos, debemos aprender cómo cuidar nuestro cuerpo, pues este es el que nos permite ver todo lo que nos rodea, aprender en el colegio, disfrutar de los sabores y los olores deliciosos que vienen de la naturaleza; correr, saltar, jugar, nadar, bailar y compartir con las personas que queremos. Por esto es el cuerpo un tesoro que nos permite existir en el mundo.

Todos debemos querer nuestro cuerpo y la mejor manera de hacerlo es cuidándolo, respetándolo y haciéndolo respetar de los demás; igualmente, dando buen ejemplo es una forma de enseñarle a los amigos cómo cuidar y respetar su cuerpo y el de las otras personas.

Ten en cuenta:

- Hablar con mamá y papá sobre nuestro cuerpo y pedirles toda la información que no sepamos o que no entendamos.
- Mantener limpio nuestro cuerpo bañándonos, cepillándonos los dientes, peinándonos, etc.
- No permitir que alguien nos toque nuestras partes íntimas, ni tocar las partes íntimas de otros.
- No recibir de extraños u otras personas, regalos o dulces, a cambio de dejarse tocar, desnudar o guardar un secreto.
- Contarle a mamá o papá o a otra persona adulta de confianza cuando alguna persona te insista para que hagas algo que tú sabes que no está bien.
- Salir de la casa siempre en compañía de alguna persona adulta de confianza.
- Decir **¡no!**, cuando alguna de las situaciones anteriores te suceda.

Es importante que niños y niñas conozcan sus derechos sexuales y de esta forma evitar que les sean vulnerados. La falta de información puede ser un factor de riesgo. Si prestas atención a señales o situaciones que atenten contra tu cuerpo, podrás estar más seguro o segura. Recuerda siempre buscar el apoyo de las personas adultas en las que confíes (docente, orientación escolar, algún familiar, etc.).

Lectura 5. Reconozco mis emociones y los límites

Escuchar y estar atento al propio cuerpo es aprender a descifrar cuando este siente “que sí” y cuando siente “que no”; respetar eso que se siente y estar en disposición de descubrir qué hay detrás de esas sensaciones es una tarea que debemos emprender a diario.

Por ejemplo, una niña o niño bien puede decidir si tiene ganas o no de devolverle el beso que le da su tía. Aceptar que siempre no se tiene la misma disposición o ganas de hacer las cosas, nos permite no sentirnos con la obligación

a besar siempre y en cualquier circunstancia, a identificar a quién quiere expresarle su afecto con besos y caricias y a quien **no**, a descubrir en qué condiciones le gusta besar, cómo le gusta y cómo no le gusta expresarse a través del contacto físico. En definitiva, aprender a conocer y respetarse.

Todas las personas tenemos la libertad de demostrar nuestro afecto a los demás mediante una palabra, un beso o una caricia; pero, siempre y cuando esto no implique nuestra incomodidad o la de otras personas. Cuando somos muy cariñosos o por el contrario, groseros o desobedientes sin fijarnos en el lugar, el momento y a qué personas está dirigido nuestro comportamiento, podemos ser muy molestos y hasta agresivos con ellas, lo que no habla muy bien de nosotros mismos.

32

Se debe aceptar que los niños y las niñas no han de sentirse obligados a decir palabras que no sienten, estar con quien no quieren o dar besos o abrazos si ese no es su deseo. Este es un aprendizaje fundamental, ya que nos ayuda a reconocer nuestras emociones y sentimientos, así como los límites con las personas, y a tener una mejor percepción ante las cosas que son incómodas o la violencia que puedan ejercer sobre niños o niñas y por tanto, aprender a decir ¡no!, con más firmeza y a buscar ayuda cuando la necesitamos.

Esto significa que cualquier encuentro entre dos seres humanos ha de ser buscado y agradable para ambos. Para ello, hace falta aprender, no sólo a decir ¡sí! o a decir ¡no! en función de cuáles sean las propias sensaciones o deseos, sino también a manejar la propia frustración cuando es la otra persona la que dice que no³.

³ Liceo Salazar y Herrera. Cartilla de Educación para la sexualidad y construcción de la ciudadanía para alumnos de jardín a 11 grado. 2014. Ver en: <https://www.salazaryherrera.edu.co>

Ciclo 3. Conversando sobre sexualidad

Objetivos específicos

- Generar un espacio de diálogo acerca de mitos, interrogantes y experiencias asociadas con la sexualidad.
- Reflexionar sobre las diferentes formas de vivir y expresar la sexualidad en la niñez y la adolescencia.

ACTIVIDAD 1. Nuestra sexualidad.

Materiales:

- Cuento *Los seis ciegos y el elefante*.
- Papeles de colores medianos para las preguntas.

Metodología:

1. Pensarse y pensarnos: quien facilite la reflexión, iniciará ubicando al grupo de estudiantes, sobre la temática que se va abordar, haciendo un llamado a conversar sobre la sexualidad, sin miedos ni vergüenzas, aludiendo que se trata de un ejercicio de confianza para despejar dudas y expresar nuestras percepciones. Es necesario que se genere un ambiente de confidencialidad y seguridad para los y las estudiantes.

Se solicitará que se formen grupos de cuatro personas, especialmente con aquellas con quienes se sienta más confianza para hablar. En equipo discutirán alrededor de las preguntas: ¿qué es la sexualidad? y ¿cómo vivimos nuestra sexualidad?

Sin hacer plenaria, se solicitará que escriban de manera anónima las preguntas que se tienen sobre la sexualidad, estas serán recogidas, por quien facilita, en papeles de colores medianos.

2. Diálogo de saberes: luego de recoger las preguntas, y manteniendo los grupos, se entregará la lectura: *Los seis ciegos y un elefante* (ver material de apoyo) y se solicita que discutan alrededor de la siguiente pregunta: ¿cuál es el problema real?

A partir de las respuestas de las y los estudiantes, en plenaria, quien facilita orientará la reflexión teniendo en cuenta las diferentes formas de percepción que cada uno tiene sobre la sexualidad de acuerdo a sus concepciones, creencias, experiencias y posibilidades.

Posteriormente, el facilitador(a) retomará algunas de las preguntas anónimas que se escribieron con anterioridad, podrán ser agrupadas para generar una conversación con los y las estudiantes. Es importante tener claridad sobre las definiciones de algunos conceptos, para dinamizar el diálogo, como:

La sexualidad: *es inseparable de la persona humana y está presente desde el nacimiento hasta la muerte. En cada etapa del desarrollo: niñez, adolescencia, juventud, adultez y ancianidad, hay distintas formas y características de expresar la sexualidad.*

Nuestra sexualidad se relaciona con las características biológicas que diferencian e identifican el cuerpo de un hombre y de una mujer: los órganos sexuales, el sistema hormonal, la reproducción, la gestación y el parto, entre otras.

Así mismo, la sexualidad está estrechamente relacionada con los aspectos sociales, culturales y afectivos tales como: actitudes, comportamientos, sentimientos, relaciones con las demás personas, roles, entre otros. De igual forma, tiene que ver con las creencias, tradiciones y costumbres de cada cultura, así como con los valores de las personas. Por ello, decimos que la sexualidad integra las dimensiones: reproductiva, socioafectiva, ética y moral.

Enamorarse: *es el encuentro afectivo entre dos personas que desean conocerse mejor, llegar a una intimidad y confianza mayor. El enamoramiento permite descubrir la necesidad de amar y ser amados.*

Cuando somos adolescentes experimentamos fantasías y soñamos románticamente con la persona de quien nos enamoramos. Asimismo, deseamos compartir tiempo, intimidad y secretos con esa persona.

Algunos enamoramientos pueden ser intensos y duraderos, otros pueden ser breves. Cuando la persona se siente correspondida le invade el entusiasmo y la alegría, y cuando no, experimenta dolor, desilusión e inseguridad.

Cuando las y los adolescentes viven la experiencia de romper la relación con su pareja, pueden recuperar de ella las vivencias enriquecedoras y descubrir que en otro momento es probable que se interesen en otras personas y establezcan nuevas relaciones afectivas. (Ministerio de Educación del Perú, 2010).

Otras ideas para orientar el diálogo:

- La sexualidad está relacionada con prácticas, ideas y creencias adoptadas por cada cultura a lo largo de su historia.
- Al hablar específicamente de estas ideas y creencias sobre sexualidad nos referimos a un conjunto de concepciones, actitudes y prejuicios que se apoyan en interpretaciones sobre nuestros comportamientos o prácticas sexuales, que se oponen a los conocimientos científicos basados en investigaciones.
- Existen ideas y creencias que no favorecen el desarrollo saludable de la sexualidad.
- La dimensión ética y moral de la sexualidad permite reconocer y valorar las diversas expresiones de la sexualidad en cada cultura y grupo social.
- Una educación sexual integral que contribuya al desarrollo de una sexualidad plena, saludable y responsable de niñas, niños y adolescentes debe basarse en el conocimiento científico, que nos permita revisar ideas y creencias relacionadas con la sexualidad.
- Los derechos humanos son prerrogativas y libertades fundamentales de todas las personas sin distinción de raza, edad, sexo, idioma, orientación sexual, opinión política, origen social, condición económica u otra condición. Son valores sociales que señalan normas para la convivencia en igualdad y armonía.

- Los derechos sexuales y los derechos reproductivos son derechos humanos relevantes que garantizan el desarrollo libre, saludable, responsable, seguro y satisfactorio de la sexualidad.
- Es importante que las niñas, niños y adolescentes conozcan, defiendan y exijan sus derechos.
- En ese sentido, el rol como madres y padres es favorecer los procesos de autonomía de nuestras hijas e hijos, promoviendo el ejercicio de su ciudadanía.
- Los hechos demuestran que no siempre los hombres y las mujeres podemos ejercer nuestros derechos en condiciones de igualdad con respecto a nuestra sexualidad. Ello se explica porque desde el nacimiento se han establecido diferencias de género, atribuyendo a la masculinidad ciertas capacidades, cualidades y ventajas por el hecho de ser hombres. Sin embargo, las mujeres han demostrado tener capacidades y la posibilidad de tomar decisiones en las mismas condiciones que ellos.
- Nuestra época abre la posibilidad para una mejor convivencia entre hombres y mujeres, superando estereotipos de género que establecen desigualdades entre ellos y ellas. (Ministerio de Educación del Perú, 2010).

3. Transformando realidades para cerrar el ejercicio, se solicitará a los grupos de trabajo que construyan de manera creativa en un octavo de cartulina, una definición de las siguientes palabras, para exponerlas en un lugar visible dentro del salón.

- Sexualidad, enamoramiento, relaciones sexuales.

Material de apoyo: actividad 1, ciclo 3.

Lectura: *Los 6 ciegos y el elefante*, cuento popular.



En la Antigüedad, vivían seis hombres ciegos que pasaban las horas compitiendo entre ellos para ver quién era el más sabio. Exponían sus saberes y luego decidían entre todos quién era el más convincente.

Un día, discutiendo acerca de la forma exacta de un elefante, no conseguían ponerse de acuerdo. Como ninguno de ellos había tocado nunca uno, decidieron salir al día siguiente en la búsqueda de un ejemplar, y así salir de dudas.

Puestos en fila, con las manos en los hombros de quien les precedía, emprendieron la marcha enfilando la senda que se adentraba en la selva. Pronto se dieron cuenta que estaban al lado de un gran elefante. Llenos de alegría, los seis sabios ciegos se felicitaron por su suerte. Finalmente podrían resolver el dilema.

El más decidido, se abalanzó sobre el elefante con gran ilusión por tocarlo. Sin embargo, las prisas hicieron tropezar y caer de bruces contra el costado del animal. “El elefante –exclamó– es como una pared de barro secada al sol”.

El segundo avanzó con más precaución. Con las manos extendidas fue a dar con los colmillos. “¡Sin duda la forma de este animal es como la de una lanza!”.

Entonces avanzó el tercer ciego justo cuando el elefante se giró hacia él. El ciego agarró la trompa y la resiguió de arriba a abajo, notando su forma y movimiento. “Escuchad, este elefante es como una larga serpiente”.

Era el turno del cuarto sabio, que se acercó por detrás y recibió un suave golpe con la cola del animal, que se movía para asustar a los insectos. El sabio agarró la cola y la resiguió con las manos. No tuvo dudas, “Es igual a una vieja cuerda” exclamo.

El quinto de los sabios se encontró con la oreja y dijo: “Ninguno de vosotros ha acertado en su forma. El elefante es más bien como un gran abanico plano”.

El sexto sabio que era el más viejo, se encaminó hacia el animal con lentitud, encorvado, apoyándose en un bastón. De tan doblado que estaba por la edad, pasó por debajo de la barriga del elefante y tropezó con una de sus gruesas patas. “¡Escuchad! Lo estoy tocando ahora mismo y os aseguro que el elefante tiene la misma forma que el tronco de una gran palmera”.

Satisfecha así su curiosidad, volvieron a darse las manos y tomaron otra vez la senda que les conducía a su casa. Sentados de nuevo bajo la palmera que les ofrecía sombra retomaron la discusión sobre la verdadera forma del elefante. Todos habían experimentado por ellos mismos cuál era la forma verdadera y creían que los demás estaban equivocados.

ACTIVIDAD 2. Expresando nuestra sexualidad.

Materiales:

- Papel
- Lámina con preguntas
- Lápiz,
- Esferos
- Caja en forma de urna.

Metodología:

- 1. Pensarse y pensarnos:** favoreciendo un ambiente tranquilidad, seguridad y confianza se pedirá a los y las estudiantes, que expongan sus opiniones sobre ¿qué es la sexualidad?
- 2. Diálogo de saberes:** se pedirá a los y las estudiantes que formen grupos de 4 o 5 personas, a cada grupo se le hará entrega de una lámina con unas preguntas, para ser conversadas.

Posteriormente, en plenaria cada grupo presentará las reflexiones sobre la pregunta que orientó el análisis de la lámina asignada.

3. Transformando realidades: para cerrar el ejercicio se pide a los y las estudiantes que, a manera de carta, escriban para un/a adolescente de su edad, donde le exprese algunos consejos sobre cómo vivir su sexualidad en esta etapa de la adolescencia y le aconseje para seguir construyendo su proyecto de vida. Las cartas se depositarán en una caja o urna de manera anónima y se entregarán aleatoriamente a otros y otras compañeras del curso. Cada uno(a) debe quedar con una carta. Se leerán algunas en voz alta.

Material de apoyo: actividad 2, ciclo 3.

Expresando nuestra sexualidad

Tomado de: Guía del Uso del Rotafolio: Dialogando sobre Sexualidad ⁴

Lámina 1

- ¿Qué formas existen para expresar la sexualidad?



⁴ Ministerio de Educación Nacional, Guía del Uso del Rotafolio: Dialogando sobre Sexualidad, Lima- Perú, 2010.

Lámina 2

- ¿Cuáles son las expresiones que caracterizan la sexualidad de las y los adolescentes?
- ¿Cómo expresábamos nuestra sexualidad siendo niñas o niños?



Lámina 3

- ¿Por qué decimos que las y los adolescentes deben demostrar autonomía y responsabilidad?
- ¿Las y los adolescentes disfrutan de los cambios propios de esta etapa del desarrollo?



Lámina 4

- ¿Qué relación hay entre nuestra imagen corporal y la autoestima?
- ¿Puede la actitud u opinión de los demás influir en nuestra imagen corporal?



Lámina 5

- ¿Por qué la información es importante para ejercer nuestros derechos?
- ¿Si alguna persona incumple sus deberes podría perder sus derechos?



Ciclo 4. Menos amor romántico, más autonomía

Objetivos específicos:

- Reflexionar y debatir en torno a las consecuencias de la maternidad y la paternidad, desde un enfoque del afecto.
- Cuestionar los mitos del amor romántico como insumos de las relaciones afectivas, que justifican la preeminencia del establecimiento de familias como parte de la realización personal.
- Reconocer los derechos sexuales y los derechos reproductivos como ejercicio de una ciudadanía plena.

ACTIVIDAD 1. ¿Cuándo ser padres y madres? Reflexionando sobre el amor romántico.

Materiales:

- Fichas con información de los mitos del amor romántico.
- Hojas blancas para la dinámica del reloj.

Metodología:

- 1. Pensarse y pensarnos:** se desarrollará una dinámica de integración que permita formar cuatro grupos mixtos, máximo de 5 personas. Una vez formados los grupos, a cada uno se le entregará una ficha que contiene un grupo de mitos del amor romántico.

1. El amor todo lo puede

**2. El verdadero amor
es predestinado**

**3. El amor requiere
entrega absoluta**

**4. El amor es posesión
y exclusividad**

45

La orientación que deberá dar al grupo es: leer uno a uno y discutir al interior qué opinan de cada mito, ¿es verdad?, ¿lo hemos vivido?, ¿qué situaciones conocemos?

Luego se hará una plenaria para reflexionar de manera crítica sobre los mitos de acuerdo a las ideas que se plantean en el material de apoyo.

2. Diálogo de saberes:



Dinámica del reloj: se organizará a las y los estudiantes en parejas mixtas. Indicando que deben dibujar en una hoja un reloj. Cada pareja deberá hacer la programación de las actividades que realizarían si tuvieran un(a) bebé de un año de edad.

Se expondrán algunas de las rutinas y se reflexionará teniendo en cuenta las siguientes preguntas ¿qué cosas cambiarían en tu vida si actualmente fueras padre o madre? ¿Cuáles de las actividades situadas en el reloj te resultan agradables y cuáles no? ¿Por qué?, ¿cómo afectaría tu proyecto de vida?

3. Transformando realidades: al finalizar las actividades planeadas se realizará una ronda de preguntas que permitan reflexionar sobre la situación de las y los jóvenes con relación a su sexualidad y a la posibilidad de ser padres o madres:

- ¿Ha pensado ser padre o madre en este momento de su vida? Sí, no. ¿Por qué?
- ¿Conoce a alguien de su misma edad que haya quedado embarazada?
- ¿Cómo enfrentó la situación? ¿Qué actitud tuvo su pareja?
- ¿Habla con sus padres de estos temas? ¿Qué le dicen ellos?
- ¿Habla con sus amigos y amigas de estos temas? ¿Qué piensan ellos y ellas?
- ¿Qué le dicen en el colegio sobre estos temas?

Material de apoyo: actividad 1, ciclo 4.

Mitos del amor romántico.

Grupo 1 - mitos de amor romántico: “el amor todo lo puede”.

1. Falacia de cambio por amor.
2. Mito de la omnipotencia del amor .
3. Normalización del conflicto.
4. Los polos opuestos se atraen y entienden mejor.
5. Mito de la compatibilidad del amor y el maltrato.
6. Creencia en que el amor “verdadero” lo perdona y aguanta todo.

Grupo 2 - mitos de amor romántico: “el amor verdadero predestinado”.

7. Mito de la “media naranja”.
8. Razonamiento emocional.
9. Creencia en que solo hay un amor “verdadero” en la vida.
10. Mito de la perdurabilidad, pasión eterna o equivalencia.

Grupo 3 - mitos de amor romántico: “el amor es lo más importante y requiere entrega total”.

11. El amor es el centro y la referencia de la existencia personal.
12. Atribución de la capacidad de dar la felicidad .
13. Falacia de la entrega total.
14. Creencia en que si se ama debe renunciarse a la intimidad.

Grupo 4 - mitos de amor romántico: “el amor es posesión y exclusividad”.

15. Mito del matrimonio.
16. Mito de los celos.
17. Mito de la fidelidad y de la exclusividad

Material de apoyo: actividad 1, ciclo 4

Guía de reflexión para la o el docente sobre amor romántico.

1) - Falacia de cambio por amor. Este es uno de los mitos más típicos y uno de los que más refuerza el maltrato en la relación. La idea de que nuestra pareja, por muchos fallos que tenga, cambiará para complacernos y así poder ser felices eternamente. Es decir, si mi pareja es una persona celosa y controladora, cambiará por mí, si siempre está de mal humor y llora al discutir, cambiará por mí... todo por amor.

2) - Mito de la omnipotencia del amor. Nos han educado diciendo que el amor lo puede todo, pero no es así. El amor no tiene la capacidad de resolverle la vida a personas con problemas graves simplemente porque aparezca en sus vidas. “Tus parejas no resuelven todos tus problemas; ni tú, los de tu pareja”. El amor no puede lograrlo todo porque no es una fuerza omnipotente e indestructible.

3) - Normalización del conflicto. Este se relaciona con los puntos 1 y 2 y tiene que ver con que el amor lo puede todo, e incluso lograr que las personas cambien, normalizando actitudes que no son respetables ni sanas pretendiendo que el amor lo arreglará todo.

4) - Los polos opuestos se atraen y se entienden mejor. Esta creencia normaliza y promueve las relaciones de poder y maltrato. Es decir, no importa las diferencias y los problemas de la pareja, el amor lo arregla todo. “Si se quieren y si se atraen con la misma intensidad con la que discuten es porque los polos opuestos se atraen”. Esto NO quiero decir que sea imposible enamorarse de alguien que es muy diferente, pero pensar que este mito justifica la violencia es peligroso.

5) - Mito de la compatibilidad del amor y el maltrato. La creencia en que discutir a menudo es normal, se fundamenta en que hace parte de las relaciones afectivas y todas las personas lo hacen. Hay algunas actitudes que se deben soportar y otras perdonar para no perder “el amor eterno”.

6) - Creencia de que el amor verdadero lo perdona y aguanta todo. Esta creencia tiene que ver con algunas de las siguientes afirmaciones: da igual cuántas veces te insulte, puede ser que ha tenido un mal día. No importa cuánto te controle, lo hace por qué tiene miedo a perderte. No importa cuanto discutan, tú estarás ahí para perdonar. De hecho, en el amor romántico, terminar una relación es prácticamente un ultraje puesto que *no has aguantado lo suficiente o te has rendido a la mínima*.

“Les costaba ponerse de acuerdo. De hecho, rara vez estaban de acuerdo. Discutían todo el tiempo y se desafiaban todos los días. Pero a pesar de sus diferencias tenían algo importante en común: estaban locos el uno por el otro.” (*Diario de Noa*)

7) - Mito de la media naranja. La idea de que una persona va a completar a otra porque está incompleta y, que además, cada individuo debe encontrarla; si no alcanza ese ideal habrá fracasado en el amor. “La persona que encuentre me llenará de felicidad y solucionará todos mis problemas”. “Aún no tengo pareja, estoy solo, todo el mundo tiene pareja menos yo”.

8) - Mito del razonamiento emocional. Creer que cuando una persona está enamorada de otra, es porque ha sido activada por esa persona, hay una “química especial”.

9) - Creencia de que solo hay un amor “verdadero” en la vida. Este mito está centrado en la idea de que solo hay una persona que puede hacer feliz a otra, complementarla y hacerla descubrir el verdadero amor. “Solamente una vez se ama en la vida, así que más vale asegurarse que no se escape”.

10) - Mito de la perdurabilidad, pasión eterna o equivalencia. El amor es una llama que nunca se debe apagar, de no ser así, no es amor verdadero o es la persona equivocada. Es decir, la pareja debe ser hasta la muerte siempre debe desear al otro y permanecer a su lado. “Si no se muere por ti, si no está siempre deseando de verte, contando los minutos para que llegue el momento, deseando tener sexo continuamente, entonces se ha apagado la llama del amor y algo va mal”.

11) - El amor es el centro y la referencia de la existencia personal. Consiste en la creencia de que solo se puede ser feliz con pareja, de que la felicidad eterna se encuentra en otra persona, por lo tanto sin pareja se está en continuo deseo de encontrar a la persona adecuada. El amor de pareja a partir de esta creencia se constituye en el centro y único motivo de la existencia.

12) - Atribución de la capacidad de dar la felicidad. Este mito corresponde a la idea de que la felicidad puede ser otorgada por otra persona y que las diferentes situaciones conflictivas de cada persona, pueden ser resueltas por el amor. “Aunque tenga pareja, esto no quiere decir que la felicidad llegará a mi de manera automática, ya que tengo mis propios problemas, frustraciones y desiluciones.

13) - Falacia de la entrega total. Este es el mito se refiere a la creencia de que el amor requiere entrega y dedicación total. Es decir, que de ser necesario se debe renunciar a los tiempos y aficiones personales para mantener las relaciones afectivas. “Tengo que dedicarte todo mi tiempo, todos mis pensamientos, abandonar mis hobbies y mis relaciones interpersonales, para poder estar más tiempo aún contigo”

14) - Creencia que si se ama debe renunciarse a la intimidad. Este mito representa la creencia de que el amor implica ceder el espacio personal y la intimidad “si me amas, tienes que dejarme ver tus mensajes y darme tus claves, entre nosotros no deben haber secretos.

16) - Mito del matrimonio. “casémonos y seamos felices el resto de la existencia” Este es un mito muy común y se basa en la promesa del amor eterno. Se constituye además en el rito socialmente aceptado para legitimar las relaciones de pareja “el matrimonio es para toda la vida” El matrimonio promueve una imagen de amor perfecto e ideal que dura eternamente.

17) - Mito de los celos. Este consiste en la naturalización de los celos como una muestra de amor, “si no te cela, es por que no te quiere” Lo que justifica acciones violentas de control sobre la vida del otro(a).

18) - Mito de la fidelidad y de la exclusividad. Este mito dice que el amor tiene que ser exclusivo, que es imposible querer a varias personas a la vez, o que si se está enamorado o enamorada y se tiene relaciones sexuales con otras personas es que no es amor verdadero. Este mito tiene un claro origen económico, el origen de la monogamia no es ni romántico ni espiritual. La monogamia y el matrimonio no son más que un contrato que surgió cuando se empezó a manejar la propiedad privada. Fue entonces necesario regular las propiedades y los hombres, que eran quienes las manejaban, querían que solamente su prole recibiera en herencia los bienes. (Amor libre, 2015).

ACTIVIDAD 2. Los derechos sexuales y derechos reproductivos son un ejercicio de la ciudadanía plena.**Materiales:**

- Video para reproducir.
- Fichas bibliográficas.
- Papel periódico.
- Marcadores.

Metodología:

- 1. Pensarse y pensarnos:** se presentará el video *Guía Pedagógica Amor Propio - Derechos Sexuales y Reproductivos para Adolescentes y Jóvenes*
- 2. Diálogo de saberes:** luego de mirar el vídeo, se pedirá a las y los estudiantes que organicen grupos de cuatro personas, para analizar las siguientes situaciones que se entregarán en fichas bibliográficas:
 - a. Una pareja de jóvenes adolescentes llevan casi un año de noviazgo. El joven le plantea a su pareja el deseo de tener relaciones sexuales con ella. Le dice que un hombre no puede abstenerse por mucho tiempo. Por lo tanto, si ella no quiere, él tendrá que buscarse otra persona, porque además, su negativa significa que ella no lo quiere.
 - b. La mayor parte de los y las adolescentes tiene relaciones sexuales.
 - c. El amor es duradero y verdadero cuando se comparte la “pruebita de amor”.
 - d. Las mujeres con período menstrual irregular no se embarazan.
 - e. Un hombre es más maduro si tiene relaciones sexuales con su pareja.

Posteriormente, en plenaria se socializarán las opiniones que se han expresado en los grupos.

3. Transformando realidades: partiendo de la idea que la sexualidad no está ligada exclusivamente a la función de la reproducción de la especie, sino que todos y todas tenemos derecho a una sexualidad plena, se entregará a cada grupo el listado de derechos sexuales y derechos reproductivos. Luego, se pedirá, que en un pliego de papel periódico se clasifique al lado derecho cuáles serían los derechos sexuales. Y al lado izquierdo cuáles serían los derechos reproductivos, agregando la reflexión sobre ¿cómo se puede acceder y ejercer cada uno de estos derechos?

52

1. Derecho a la información y uso de métodos anticonceptivos.
2. Derecho a decidir tener hijos, cuántos y en qué momento.
3. Derecho a la atención de la salud sexual y reproductiva.
4. Derecho a compartir la responsabilidad que implican los hijos entre mujeres y hombres.
5. Derecho a la confidencialidad de la información en la atención en salud sexual y reproductiva.
6. Derecho al control y atención del parto.
7. Derecho a la prevención de infecciones de transmisión sexual y el VIH/SIDA.
8. Derecho a la anticoncepción de emergencia o píldora del día después en caso de violación.
9. Derecho a no ser expulsados de un espacio educativo o laboral por estar en embarazo.
10. Derecho a conocer el propio cuerpo y al autoerotismo.

La o el docente orientará el cierre a partir de aclaración de las dudas que puedan surgir durante el taller, para lo cual puede apoyarse en las orientaciones conceptuales. Para finalizar se formulará la siguiente pregunta para la reflexión, ¿por qué el reconocimiento de los derechos sexuales y los derechos reproductivos se inscribe en el ejercicio de una ciudadanía plena?

Material de apoyo: actividad 2, ciclo 4.

Los derechos sexuales y derechos reproductivos un ejercicio de la ciudadanía plena. Retomado de <http://www.profamilia.org.co/avise/derechos2.php>

Los derechos sexuales y derechos reproductivos son de conceptualización reciente y son los mismos derechos humanos interpretados desde la sexualidad y desde la reproducción.

Se ha dicho que los derechos sexuales y derechos reproductivos son los más humanos de todos los derechos y representan el pilar fundamental para el ejercicio de la ciudadanía, entendida más allá de la simple posibilidad de tomar decisiones en el ámbito público (elegir y ser elegido); ya que implica la posibilidad de mujeres y hombres de tomar decisiones autónomas sobre su propio cuerpo y vida en los campos de la sexualidad y la reproducción.

Si a los hombres y mujeres como ciudadanos y ciudadanas les es permitido decidir el destino de sus países, ¿cómo se les puede privar de tomar decisiones acerca del destino de sus cuerpos?

¿Cuál es el alcance de los derechos sexuales?

Puede decirse que son aquellos que permiten regular y tener control autónomo y responsable sobre todas las cuestiones relativas a la sexualidad, sin ningún tipo de coacción, violencia, discriminación, enfermedad o dolencia.

Para las mujeres los derechos sexuales tienen un especial significado, pues involucran el derecho a ser tratadas como personas integrales y no como seres exclusivamente reproductivos y a ejercer la sexualidad de manera placentera sin que esta conlleve necesariamente un embarazo.

Estos derechos se apoyan básicamente en:

- La capacidad de hombres y mujeres de disfrutar de relaciones sexuales satisfactorias.
- La ausencia de toda clase de violencia, coacción o abuso.
- El acceso a servicios de salud sexual que permitan atender y prevenir las infecciones, dolencias y enfermedades que afecten el ejercicio placentero de la sexualidad, incluidas las de transmisión sexual y el VIH/SIDA.
- La posibilidad de separar el ejercicio de la sexualidad, de la reproducción.

Los derechos sexuales implican, entre otros:

- El derecho a reconocerse como seres sexuados.
- El derecho a fortalecer la autoestima y autonomía para tomar decisiones sobre la sexualidad.
- El derecho a explorar y a disfrutar de una vida sexual placentera, sin vergüenza, miedos, temores, prejuicios, inhibiciones, culpas, creencias infundadas y otros factores que impidan la libre expresión de los derechos sexuales y la plenitud del placer sexual.
- El derecho a vivir la sexualidad sin violencia, coacción, abuso, explotación o acoso.
- El derecho a escoger las y los compañeros sexuales.
- El derecho al pleno respeto por la integridad física del cuerpo y sus expresiones sexuales.
- El derecho a decidir si se quiere iniciar la vida sexual o no, o si se quiere ser sexualmente activa/o no.
- El derecho a tener relaciones sexuales consensuadas.
- El derecho a decidir libremente si se contrae matrimonio, se convive con la pareja o si permanece sola/o.
- El derecho a expresar libre y autónomamente la orientación sexual.
- El derecho a protegerse del embarazo y de las infecciones y enfermedades de transmisión sexual.
- El derecho a tener acceso a servicios de salud sexual de calidad.
- El derecho a tener información sobre todos los aspectos relacionados con la sexualidad, conocer cómo funciona el aparato reproductor femenino y masculino y cuáles son las infecciones y enfermedades que se pueden adquirir a través de las relaciones sexuales.

¿Qué alcance tienen los derechos reproductivos?

Permiten a las personas tomar decisiones libres y sin discriminaciones sobre la posibilidad de procrear o no, de regular la fecundidad y de disponer de la información y medios para ello. También, implica el derecho de tener acceso a servicios de salud reproductiva que garanticen una maternidad segura, la prevención de embarazos no deseados y la prevención y tratamiento de dolencias del aparato reproductor como el cáncer de útero, mamas y próstata.

Estos derechos se apoyan en dos principios fundamentales:

- Autodeterminación reproductiva, entendida como el derecho básico de todas las personas de decidir sobre su posibilidad de procrear o no, y en ese sentido planear su propia familia.
- Atención de la salud reproductiva, que incluye medidas para promover una maternidad sin riesgos, tratamientos de infertilidad, acceso a toda la gama de métodos anticonceptivos (incluyendo la anticoncepción de emergencia) y programas de atención de cáncer uterino, de mamas y próstata.

Los derechos reproductivos implican específicamente:

- El derecho a decidir libre y responsablemente el número de hijos y el intervalo entre ellos, y a disponer de la información, educación y medios para lograrlo.
- El derecho de hombres y mujeres de decidir de manera libre y responsable la posibilidad de ser padres o madres.
- El derecho a decidir libremente el tipo de familia que se quiere formar.
- El derecho a acceder a métodos anticonceptivos seguros, aceptables y eficaces (incluyendo la anticoncepción de emergencia).
- El derecho de las mujeres a no sufrir discriminaciones o tratos desiguales por razón del embarazo o maternidad, en el estudio, trabajo y dentro de la familia.
- El derecho a tener acceso a servicios de salud y atención médica que garanticen una maternidad segura, libre de riesgos en los períodos de gestación, parto y lactancia y se brinde las máximas posibilidades de tener hijos sanos.
- El derecho a contar con servicios educativos e información para garantizar la autonomía reproductiva.

Tomado de: Profamilia (2006). Guía para la formación en Derechos Sexuales y Reproductivos para población en situación de desplazamiento con énfasis en violencia intrafamiliar y delitos sexuales. Convenio Defensoría del Pueblo – OIM.

Ciclo 5. Mi sexualidad, mi proyecto de vida

Objetivos específicos:

- Identificar la relación entre las decisiones sobre la sexualidad y el proyecto de vida de cada estudiante.
- Reflexionar sobre la Intervención Voluntaria de el Embarazo (IVE) en el marco de los derechos humanos de las mujeres

56

ACTIVIDAD 1. El perfil de las decisiones.

Materiales:

- Imágenes con perfiles de Facebook de hombres y mujeres.
- Papel craft.
- Marcadores punta delgada.
- Revistas.
- Tijeras.
- Pegante.

Metodología:

- 1. Pensarse y pensarnos:** en grupos de cinco estudiantes se entregarán las revistas, el papel craft y los marcadores, para que realicen por medio de un collage la “pareja ideal” tanto para los hombres como para las mujeres. En el collage se deben identificar y escribir a un lado de la imagen las características físicas y de la personalidad de la “pareja ideal”.

2. Diálogo de saberes: cada grupo socializará su collage al resto de los grupos. La o el docente reflexionarán sobre la influencia de los medios de comunicación en los imaginarios de las “parejas ideales” y de los estereotipos de género para la elección de esta “pareja ideal”. Se pide a las y los estudiantes que observen los collages contruidos y reflexionen acerca de la realidad de hombres y mujeres de su contexto. En la reflexión deben evidenciar si estos cumplen con las expectativas y las características de la “pareja ideal”. Se invitará a pensar acerca de los estereotipos de género, a construir relaciones basadas en la realidad y en la diversidad de hombres y mujeres.

3. Transformando realidades: en los mismos grupos se solicita que lean la siguiente situación:

“tengo 17 años y llevo un año con mi pareja, fui a una fiesta con mis amigas y amigos, fui sin mi pareja y allá había mucha gente chévere, yo me tomé unos tragos de más y el grupo con el que estaba me presentó a una persona que me estuvo echando los perros toda la noche. Me propuso vacilar un rato en la parte de atrás de la casa donde estábamos, yo lo hice y la pasé muy bien en el momento (eso creo)... hoy tengo un poco de guayabo por mí, porque no me acuerdo de todo, por mi pareja y porque no me protegí.”

Con base en la situación anterior, a partir de los perfiles de Facebook, los estudiantes elegirán e identificarán con quién estuvo la persona. Luego, en grupos compartirán su elección y la justificarán. La o el docente hará la lectura del complemento de los perfiles de las personas seleccionadas enfatizando sobre la vida sexual de estos.

Esto permitirá reflexionar sobre la necesidad de valorar y cuidar el cuerpo como clave para la toma de decisiones asertivas y el establecimiento de relaciones interpersonales. Asimismo, enfatizar en la necesidad de sostener relaciones sexuales responsables (protegerse en todos los encuentros sexuales con preservativos) y de no hacerlo puede conllevar a contraer enfermedades que cambiarían la vida radicalmente (SIDA, sífilis, herpes, etc.).

Material de apoyo: actividad 1, ciclo 5. El perfil de las decisiones.
Perfiles de Facebook

facebook.



De: Medellín
Vive: Bogotá
Nació: 10 agosto de 1995
Jugó: Farm Heroes Saga
Tiene: 20 seguidores
3 amigos en común

Amigos: 539
Música: Nicky Jam, Ñengo Flow, Snoop Dog
Programas de TV: Los Simpsons, El Capo
Deportes: Fútbol

Relación: **Es complicado** [Agregar a amigos](#) **Andrés Santamaría**

facebook.

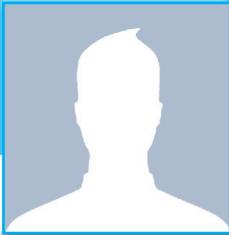


De: Bogotá
Vive: Centro
Nació: marzo 1999
Jugó: Criminal Case
Tiene: 5 seguidores
1 amigo en común

Amigos: 396
Música: Zion y Lenox
Programas de TV: Dragon Ball Z
Deportes: Skate

Relación: **En una relación** [Agregar a amigos](#) **Jjjhon cAstro**

facebook.



De: Quibdó
 Vive: Bogotá
 Nació: enero 20 de 1994
 Jugó:
 Tiene: 5 seguidores
 1 amigo en común

Amigos: 1297
 Música: 50 cent, Damian Marley, Chocquibtown
 Programas de TV:
 Deportes: grafitti

Relación: Soltero

Agregar a amigos **Freddy dj Lescano**

facebook.



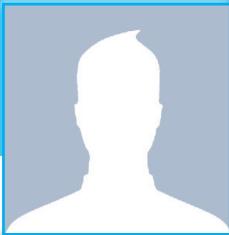
De: Villavicencio
 Vive: Bogotá
 Nació: 18 junio de 1991
 Trabaja: Wish Bar
 Tiene: 100 seguidores
 Nigún amigo en común

Amigos: 1642
 Música: electronic fest, djParis
 Visitó Panamá hace dos semanas
 Deportes: BMX

Relación: En una relación abierta

Agregar a amigos **Pablo Gutiérrez**

facebook.



Vive: Bogotá
 Nació: octubre de 1997
 Estudia: Colegio Policarpa Salavarrieta
 Tiene: 44 seguidores
 10 amigos en común

Amigos: 215
 Música: metal, trash metal
 Le gusta: Tocar bajo y la guitarra
 Lugares: Tunja, Pasto

Relación: Soltero

Agregar a amigos **Jairo Subachoque**

facebook.



Vive: Bogotá
Nació: 3 de abril de 1998
Estudia: Colegio La Paz
Tiene: 150 seguidores
4 amigos en común

Amigos: 982
Música: Diana Avella, gotas de rap
Le gusta: viajar
Trabaja: Tornamesista

Relación: Soltera

Agregar a amigos Jay Rodríguez

facebook.



Vive: Bogotá
Nació: julio 1997
Trabaja: Cine Colombia
Tiene: 10 seguidores
Ningún amigo en común

Amigos: 95
Música: Calle 13, Rihanna
Programa TV: en cine nos vemos
Le gusta: Acampar

Relación: Tiene una relación

Agregar a amigos Lilita Sinesterra

facebook.



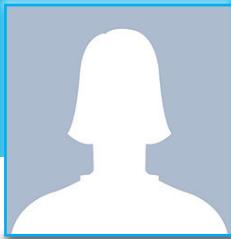
Vive: Usme
Nació: 8 de diciembre de 2000
Estudia: Colegio Latinoamérica
Tiene: 0 seguidores
7 amigos en común

Amigos: 396
Música: Rebeca Lane, Choquibtown,
Lugares: la playa y la montaña
Le gusta: Bailar y ver tv

Relación: Es complicado

Agregar a amigos Nancy Pérez

facebook.



Vive: Bogotá
Nació: febrero 1995
Estudia: Universidad Central
Tiene: 100 seguidores
0 amigos en común

Amigos: 1765
Música: Enrique Iglesias,
Shakira, Aterciopelados
Lugares: Santander
Le gusta: Estudiar y el teatro

Relación: Soltera

Agregar a amigos Ana karolina

facebook.



Vive: el Tunal
Nació: 14 septiembre 1998
Estudia: Colegio San
Francisco
Tiene: 250 seguidores
15 amigos en común

Amigos: 348
Música: Camila, Sin Bandera,
Luis Fonsi, The mills
Actividades: patinaje,
ajedrez, murales
Le gusta: leer y rumbear

Relación: Comprometida

Agregar a amigos Angie bonita López

Material de apoyo: actividad 1, ciclo 5. El perfil de las decisiones.
Complemento perfiles de Facebook (vida sexual afectiva).

- **Andrés Santamaría:** ha tenido 15 parejas sexuales, solo con cinco de ellas ha usado preservativo. Él piensa que está sano y por eso no usa preservativo, la frase que siempre les ha dicho a las chicas y a sus amigos es que “tener sexo con preservativo es como comerse un dulce con papel”. Aunque no lo sabe está contagiado del Virus del Papiloma Humano y lo ha transmitido a cinco chicas con las que tuvo relaciones sexuales sin protección. Tiene una novia desde hace cinco años pero no ve ningún problema en tener sexo con otras chicas; obvio, la novia no se puede enterar de eso.
- **Jhon Castro:** fuiste su primera experiencia sexual, él estuvo contigo porque en el grupo en el que estaban los presionaron para que tuvieran algo. Aunque le gustaste, él no estaba del todo convencido de estar contigo, porque sabe que tienes novio y porque él también tiene novia, con la que aún no ha tenido relaciones sexuales. Él no llevaba preservativo y tú tampoco, y su falta de experiencia, sumada al alcohol le hace pensar que tienen riesgo de un embarazo... ¡Uppsss! Él no quiere ser papá a los 16.
- **Fredy Lescano:** él siempre te dijo que era soltero, pero no te dijo que tiene una niña de un año y una denuncia por alimentos de la madre de la bebé, que es una chica de 17 años. Es un chico súper buena onda, pero irresponsable a la hora de establecer relaciones sexuales y de pareja. La madre de la bebé sigue enamorada, y él la busca únicamente cuando no está saliendo con nadie más, es decir, juega con los sentimientos de ella.
- **Pablo Gutiérrez:** Pablo ha tenido siete parejas sexuales en toda su vida; su lema es “con preservativo o nada”, pero justo el día que estuvo contigo no llevaba protección y como le gustaste tanto no le importó, le pareciste una chica “sana”. Lo que Pablo desconoce es que es portador del VHI, pues en una ocasión se le rompió el preservativo y estuvo en contacto con una mujer cero positiva. Si escogiste a Pablo ya estás contagiada.
- **Jairo Subachoque:** tú no te acuerdas de cómo fueron las cosas con este chico, pero él te cuidó y te llevó a tu casa porque tus amigos y amigas te dejaron botada en la fiesta. Si bien se dieron unos besos muy intensos, él se dio cuenta de que estabas embriagada y decidió respetarte. Él quedó tragado y aunque le dijiste que tienes novio, desea salir de nuevo contigo y en otro plan que no sea tomar, te quiere invitar a un toque que tiene la próxima semana.

- **Jay Rodríguez:** lleva con su novio dos años y él ha sido su única pareja sexual. Jay tiene sus defensas bajas y ha tenido varias infecciones urinarias, su novio la contagió de herpes genital y varias veces ha tenido que tratarse por esa enfermedad contagiosa, ya que le salen raspaduras o llagas en sus genitales, y es muy dolorosas.
- **Lilita Sinesterra:** ella accedió a estar contigo un rato porque quería darle celos a su novio que estaba en la fiesta, fuiste para la parte de atrás de la casa y cruzaste un par de caricias. Ella solo quería darle celos a su novio, pero las cosas se salieron de control y el novio, que es entrenador de gimnasio, los vio y no dudo en darte una golpiza que te dejó con quince días de incapacidad.
- **Nancy Pérez:** Nancy no había tenido ninguna relación sexual y decidió hacerlo contigo, porque le gustas mucho desde hace tiempo atrás. Ella tiene 15 años y le da pena decir que es virgen. Es posible que no te acuerdes, pero ella te pidió que usaran preservativo, ella tenía uno. Tú le dijiste que la primera vez no pasaba nada y que se relajara que la iban a pasar muy bien. Sin embargo, al no tomar las precauciones necesarias, Nancy quedó embarazada justo ese día en su primera relación sexual y su familia la echó de la casa cuando se enteró, ella no tiene a donde ir y te pide que la dejes quedar contigo en la casa de tu familia. Obvio tu novia te termina. Y ahora te toca ver cómo van a hacer para solventarse.
- **Ana Karolina:** Ana es una chica muy responsable; sin embargo, ese día un por despecho por presión de grupo decidió estar contigo. Ella es madre de gemelas y actualmente se encuentra en proceso de separación del padre, con quien las tuvo en la adolescencia. La semana pasada terminó su tratamiento médico para curarse de la gonorrea que contrajo por su ex pareja, pero tiene temor de haberte contagiado.
- **Angie bonita López:** ella ha tenido varias parejas sexuales, su única preocupación es quedar embarazada por lo que utiliza un método de planificación hormonal. Cree que las mujeres que quedan embarazadas les pasa por bobas. El día que estuvieron no utilizaron preservativo, ella no lo sabe aún, pero está contagiada de VIH. Si eligiste a Angie, es probable que te hayas contagiado y como ninguno lo sabe, detectar y tratar la enfermedad será mucho más difícil.

ACTIVIDAD 2. La Interrupción Voluntario del Embarazo –IVE– con conocimientos sin prejuicios.

Materiales:

- Video “Un derecho Sin Barreras: IVE” del Ministerio de Salud.
- Lecturas de apoyo
- Papel craft.
- Marcadores

Metodología:

- 1. Pensarse y pensarnos:** se dividirá el grupo en equipos de de 5 estudiantes y se les entregará un papel craft y marcadores, para que respondan las siguientes preguntas ¿qué es la interrupción voluntaria del embarazo?, ¿la interrupción voluntaria del embarazo es legal en nuestro país?, ¿qué opinan al respecto?
- 2. Diálogo de saberes:** cada grupo presentará sus opiniones en plenaria y se tomará nota de los principales tópicos expuestos: acuerdos y desacuerdos con la IVE expresados por los grupos.

Se realizará la proyección del video “Un derecho Sin Barreras: IVE” y se les solicitará a las y los estudiantes que de manera individual respondan las siguientes preguntas:

- Explique los siguientes derechos en relación con la IVE: la vida, la salud, la integridad, la autodeterminación, la dignidad, la autonomía y la decisión personal de las mujeres colombianas
- ¿Cuáles son las barreras de acceso para la IVE?
- ¿Cuáles son los requisitos para un procedimiento de IVE?
- ¿Cuáles son las prácticas prohibidas?
- ¿Cuáles son los casos en que se encuentra despenalizada la IVE en Colombia?

Los estudiantes reflexionarán acerca de su opinión sobre la IVE e identificarán si corresponde con: estigmatizar, por ejemplo, si las mujeres abortan una vez, lo tomarán como método de planificación; juicios de valor, por ejemplo, no está bien que las mujeres aborten, podrían dar a los hijos en adopción; culpabilizar, por ejemplo, usted está matando una vida; señalamiento, por ejemplo, es una mala persona si decide abortar; cuestionar, por ejemplo, ¿porqué no lo pensó bien antes de tener relaciones para evitar esto?

3. Transformando realidades: en los mismos grupos se realizarán las lecturas del material de apoyo y se presentará en plenaria los comentarios en relación al tema de la IVE en Colombia. La o el docente guiará el tema de la IVE desde de los derechos humanos y, por lo tanto, de los derechos sexuales y reproductivos.

Material de apoyo: actividad 2, ciclo 5.
La IVE con conocimientos sin prejuicios

El aborto es una práctica frecuente en Latinoamérica. Se realiza en la clandestinidad, con prácticas inseguras e insalubres. Las mujeres que mueren por malas prácticas de aborto son las más pobres. Pero de esto no se habla.

Sobre el aborto se dice que...

1- “Debe ser penalizado porque es un crimen. Se está matando a un bebé.”

En realidad...

El embrión aún no es un bebé. Tiene el potencial de serlo. Todavía es parte del cuerpo de la mujer. Sólo si se sigue desarrollando y nace, será un ser social separado. La penalización del aborto no salva a nadie, en cambio, sí mueren las mujeres más pobres.

Sobre el aborto se dice que...

2- “Las mujeres que abortan son irresponsables y egoístas”.

En realidad...

Tener un hijo no deseado no es un acto responsable ni generoso. La maternidad debe ser un acto gozoso o por lo menos, conscientemente aceptado. Muchas veces se llega al aborto por miedo a la condena social que vincula el embarazo con una “conducta inmoral”, incluso en caso de violación.

Tener relaciones sexuales sin la intención de procrear no significa ser irresponsable ni egoísta. Un fácil acceso a los métodos anticonceptivos permite decidir sobre la maternidad y, al mismo tiempo, reducir el número de abortos.

Sobre el aborto se dice que...

3- “La educación sexual traerá más embarazos y abortos en la adolescencia”.

En realidad...

Negar información sobre sexualidad a los adolescentes les impide manejar responsablemente su vida sexual y reproductiva. Los embarazos adolescentes se producen, en su mayoría, por no conocer el propio cuerpo y por los prejuicios machistas sobre el uso de anticonceptivos. La educación sexual ayuda a prevenir los embarazos no deseados, las enfermedades de transmisión sexual y a disminuir los casos de aborto.

Sobre el aborto se dice que...

4- “Si se legaliza, las mujeres se harán más abortos”.

En realidad...

La penalización no disminuye su práctica, sólo la hace clandestina, con trágicas consecuencias para las mujeres más pobres. En países donde es legal y hay fácil acceso a la anticoncepción, baja el número de abortos. Europa occidental: 8 abortos cada mil mujeres; América del Norte: 21 cada mil (datos OMS); Argentina: 61 cada mil (datos Ceneq-Cedes).

Sobre el aborto se dice que...

5- “No es necesario despenalizar el aborto: con acceso a la anticoncepción y a la educación sexual, es suficiente”.

En realidad...

Brindando educación y anticonceptivos la práctica del aborto disminuiría mucho. Pero esos métodos no son infalibles. Siempre habrá embarazos inoportunos e indeseados. El aborto como realidad social seguirá presente. Además, mientras haya varones que violenten sexualmente a las mujeres, habrá quienes se nieguen a seguir con un embarazo involuntario y recurran al aborto.

Sobre el aborto se dice que...

6- “La mayoría de las religiones lo condenan”.

En realidad...

Sólo para la Iglesia Católica y algunas iglesias protestantes el aborto es un homicidio en cualquier situación. La tradición judía lo permite en algunos casos y no considera al feto como persona. El Islam lo permite en algunos casos. Iglesias protestantes (bautistas, luteranas) conceden el derecho al aborto, a la libertad de decisión y convicción de las mujeres..

Material de apoyo: actividad 2, ciclo 5
La IVE con conocimientos sin prejuicios.
El caso Uruguay.

Por: Tomas Bravo

Retomado de: <http://actualidad.rt.com/sociedad/165695-uruguay-despenalizacion-aborto-redujo-interrupcion-embarazo>

Uruguay: la despenalización del aborto redujo drásticamente tasa de interrupción de embarazos.

Dos años después de que Uruguay sancionara la Ley de Interrupción Voluntaria del Embarazo, el país ha registrado una tasa de abortos que se ubica entre las más bajas del mundo.

Esta ley establece que se puede realizar el aborto en los centros de salud estatales, de forma gratuita y hasta la semana 12 de gestación. El Parlamento uruguayo estableció que **la mujer interesada deberá agotar todos los recursos posibles** antes de llegar al aborto y dispondrá de cinco días de reflexión previos para tomar la decisión final.

“Hay un plazo de reflexión y nosotros lo incorporamos al plazo de reflexión porque la realidad muestra que cuando se da esa reflexión muchas veces las mujeres desisten. De hecho, la experiencia que venimos cosechando en el Uruguay con la aplicación de esta ley es que **una quinta parte de las mujeres que consultan para practicarse un aborto terminan desistiendo**”, explicó Iván Posada, diputado del Partido Independiente.

Mientras muchos médicos del país plantean la objeción de conciencia, otros profesionales de la salud trabajan a destajo para orientar a las mujeres que analizan abortar. El Estado uruguayo se suma a este objetivo y además entiende **que despenalizar ayuda a erradicar las muertes que se producían en la ilegalidad.**

“El que puedan consultar por esta causa es bien importante. Al principio las mujeres venían con mucho miedo, con temor a ser denunciadas, les daba miedo consultar por esto. Ahora se están animando más a compartir con el equipo de salud que realmente tienen un problema y ver de qué forma podemos ayudarlas”, dijo la psicóloga de Iniciativas Sanitarias, Cecilia Stapff.

Por su parte, el subsecretario de Salud, Leonel Briozzo, expresó que el Gobierno es “próvida” porque “nosotros **queremos que las mujeres no mueran en los abortos inseguros** y estamos en contra del aborto, justamente por eso lo despenalizamos”.

El debate sobre la despenalización del aborto despertó una discusión ya existente en la sociedad uruguaya. En 2001 se registró un incremento de muertes por abortos clandestinos. Esto derivó en extensas deliberaciones hasta convertir al país sudamericano en el cuarto que autoriza esta práctica en América.

A pesar de los avances que ha habido en el acceso a los derechos individuales, **muchos uruguayos se muestran escépticos ante esta iniciativa**. “No estoy de acuerdo con el aborto pero sí con la despenalización porque me parece que cada cual tiene que decidir sobre su cuerpo”, comentó una montevideana. “Depende de la situación, de casos como violaciones”, señaló otra.

Con base en estadísticas de organizaciones feministas, el promedio de edad de las mujeres que consultan por el aborto legal oscila los 27 años. En su mayoría, manifestaron que **el embarazo interfería en su proyecto de vida**. Desde la vigencia de la nueva ley, se practican 9 abortos cada 1.000 mujeres de 15 a 44 años, lo que convierte a **Uruguay en uno de los países con cifras más bajas en este controvertido tema**.

Glosario

70

Sexualidad: aspecto central del ser humano, presente a lo largo de su vida. Abarca al sexo, las identidades y los papeles de género, el erotismo, el placer, la intimidad, la reproducción y la orientación sexual. Puede incluir todas estas dimensiones, no obstante, no todas ellas se vivencian o se expresan siempre. . .” (OMS, 2006)

Corresponsabilidad doméstica: reparto equitativo de las responsabilidades entre mujeres y hombres.

Discriminación de género: situación de marginación sistemática hacia las mujeres, está profundamente arraigada en la sociedad patriarcal. Implica que no se otorgan iguales derechos, responsabilidades y oportunidades a hombres y mujeres.

Estereotipo sexual: construcción cultural que un grupo o una sociedad asigna a hombres y mujeres,

estableciendo para cada sexo distintos papeles, actitudes, comportamientos y características.

Género: construcción cultural según la cual se asigna a las personas determinados papeles, ocupaciones, expectativas, comportamientos y valores por el hecho de haber nacido mujeres u hombres.

Igualdad de género: igualdad de derechos y oportunidades entre mujeres y hombres supone la ausencia de toda discriminación, directa o indirecta, por razón de sexo.

Igualdad de oportunidades: la igualdad es un derecho que implica que todos los seres humanos deben tener las mismas oportunidades para conseguir equivalentes condiciones de vida a nivel personal y social, independientemente de su sexo, etnia, religión, opinión o cualquier otra condición.

Lenguaje sexista: uso del lenguaje que utiliza exclusiva o mayoritariamente uno de los dos géneros (habitualmente el masculino) para referirse a ambos. Esta forma de lenguaje excluye sistemáticamente a uno de los dos géneros y fomenta la discriminación.

Machismo: conjunto de actitudes, conductas, prácticas sociales y creencias destinadas a justificar y promover el mantenimiento de actitudes discriminatorias contra las mujeres, así como contra aquellos que tienen comportamientos de tipo femenino no siendo mujeres.

Roles de género: actitudes, capacidades, comportamientos, funciones sociales y limitaciones diferenciadas para hombres y mujeres, adquiridas socialmente por medio de la socialización y la educación en un entorno determinado. Llegan a considerarse como naturales a pesar de tener un origen cultural.

Violencia de género: todo acto de violencia sexista que tiene como resultado posible o real un daño de naturaleza física, sexual, psicológica, incluyendo las amenazas, la coerción o la privación arbitraria de la libertad de las mujeres, ya sea en la vida pública o en la privada.

Referencias

- Amorós, C. (1997). *Tiempo de feminismo*. Madrid: Cátedra.
- Berbel Sánchez, S. (s.f.). *escueladefeminismo*. Obtenido de Escuela abierta de feminismo. Recuperado de: <http://www.escueladefeminismo.org/spip.php?rubrique35>
- Deconceptos. (s.f.). *deconceptos*. Recuperado de: <http://deconceptos.com/ciencias-sociales/autonomia#ixzz3gjQfp65V>
- De Beauvoir, S (1949). *El segundo sexo*. Recuperado de: http://ifdc6m.juj.infd.edu.ar/aula/archivos/repositorio/0/114/Beauvoir_Simone_de-El_segundosexo.pdf
- Dirección General de la Mujer. Vicepresidencia. Gobierno de Cantabria. (2009) *Juegos y Juguetes para la Igualdad. Guía didáctica para una educación no sexista dirigida a madres y a padres*. Cantabria.
- Giraldo, O. (2006). La educación sexual: El aprendizaje desde la cuna. *Revista Javeriana*. Enero-Febrero, núm. 721, p. 28.
- Gómez, E. (s.f.). Día de la mujer en Colombia: entre flores y Dolores. Recuperado de: <http://elpueblo.com.co/dia-de-la-mujer-en-colombia-entre-flores-y-dolores/>
- Instituto Jalisciense de las Mujeres. (2008) *Mujeres y Hombres ¿qué tan diferentes somos? Manual de sensibilización en perspectiva de género*.
- Jha, R. (2014). *La menstruación: el tabú que excluye a las mujeres en India*. *BBC Digital*. Recuperado de: http://www.bbc.com/mundo/noticias/2014/10/141028_salud_menstruacion_india_tabu_mujeres_egn
- Lagarde, M. (s.f.). *Guía para el empoderamiento de las mujeres. Proyecto Equal 10 Metal. Cuaderno 1*.
- *Los seis ciegos y el elefante*. Cuento popular. Recuperado de: <http://www.caminsdecreixement.com/blog-videos-gestalt/112-los-6-ciegos-y-el-elefante-cuento-popular.html>
- Mendizabal, G., López, M. (2013). *Empoderamiento de las mujeres: de lo individual a lo social*. Ayuntamiento de Ortuella.
- Ministerio de Educación Nacional, Colección Bicentenario. *Castas, mujeres y sociedad den la independencia*. Recuperado de: http://www.colombiaaprende.edu.co/html/productos/1685/articles-200229_viajeros.pdf
- Ministerio de Educación Nacional (2004). *Estándares básicos de Competencias Ciudadanas*. Serie Guías No 6. Bogotá, p. 5 - 8. Citado en Proyecto piloto de Educación para la Sexualidad y Construcción de Ciudadanía: hacia la Formación de una Política Pública, Ministerio de Educación Nacional, Fondo de Población de las Naciones Unidas.
- Ministerio de Educación Nacional (2006). *Proyecto piloto de Educación para la Sexualidad y Construcción de*

Ciudadanía: hacia la Formación de una Política Pública. Fondo de Población de las Naciones Unidas.

- Ministerio de Educación del Perú (2010). *Conversando de Sexualidad con nuestro hijos e hijas.*
- Ocampo, A, y Cuesta, G. Comp (2010). Antología de mujeres poetas afrocolombianas. Bogotá: Ministerio de Cultura. Recuperado de: http://www.banrepcultural.org/sites/default/files/87970/16-antologia-de-mujeres_afrocolombianas_.pdf
- ONU Mujeres. (s.f.). *UNWOMEN.* Recuperado de: <http://colombia.unwomen.org/es/como-trabajamos/liderazgo-y-participacion-politica#sthash.X4xRQMyV.dpuf>
- Organización de Naciones Unidas. (2015). *Curso enfoque de derechos e igualdad de género en políticas, programas y proyectos.* Módulo 2 conceptos y marcos de acción del enfoque de derechos y de género.
- Organización de Naciones Unidas para la educación, las ciencia y la cultura. (2005). *Diversidad cultural, materiales para la formación docente y el trabajo de aula.* Santiago de Chile: UNESCO.
- Secretaría Distrital de Educación. (2014a). *Lineamiento pedagógico Educación para la Ciudadanía y la Convivencia.* Bogotá: SED.
- Secretaría Distrital de Educación. (2014b). *Marco Educación para la Ciudadanía y la Convivencia.* Bogotá: SED.
- Secretaría Distrital de Educación. (2015a). *Plan Educativo de Transversalización de la Igualdad de Género (PETIG).* Bogotá: SED.
- Secretaría Distrital de Educación. (2015b) *Resolución 800 por medio de la cual se adopta el Plan Educativo de Transversalización de la Igualdad de Género.* Bogotá: SED.
- Sedae. *Servicio de Información Juvenil al Estudiante. Guía de actividades para fomentar la igualdad de oportunidades entre niños y niñas.* Recuperado de: http://www.iimas.unam.mx/EquidadGenero/papers/GUIA_DE_ACTIVIDADES_DE_IGUALDAD.pdf
- Sierra, A y Escobar, M. (2011). Débora Arango: reveladora. *Revista Diners.* Recuperado de: http://revistadiners.com.co/articulo/39_211_debora-arango-reveladora
- Torres, I. (2003, julio 21). Marco jurídico de la protección internacional de los derechos humanos de las mujeres. Querétaro, México.
- Tzul, G. (2015). El Patriarcado del salario: “Lo que llaman amor nosotros lo llamamos trabajo no pagado “. Revista digital Prensa comunitaria Km. 169. Recuperado de: <https://comunitariapress.wordpress.com/2015/04/21/el-patriarcado-del-salario-lo-que-llaman-amor-nosotros-lo-llamamos-trabajo-no-pagado/>
- Zapata, J. (2015). La corresponsabilidad doméstica como opción de transformación. Recuperado de: <http://www.mujeresdigitales.org/index.php/mis-derechos/item/29-la-corresponsabilidad-domestica-como-opcion-de-transformacion>

Material digital

CARTILLA

CARTILLA 1. Transformemos los roles y estereotipos de género en el colegio

ENLACES DE INTERÉS

[http://www.educatolerancia.com/pdf/171_cuentos-madres-padres-pdf\[1\].pdf](http://www.educatolerancia.com/pdf/171_cuentos-madres-padres-pdf[1].pdf)

<https://koeducacion.files.wordpress.com/2010/08/elartedebarrerprejuiciosweb.pdf>

<https://koeducacion.files.wordpress.com/2010/08/lamunecatrapoweb.pdf>

<https://koeducacion.files.wordpress.com/2010/08/lasninc2a6c3a2astienenelcabellolargoweb.pdf>

http://www.educatolerancia.com/pdf/Diversidad%20y%20genero_Manual%20de%20ciudadania%20y%20convivencia%20desde%20la%20construccion%20colectiva%20de%20sentidos%20y%20redes.pdf

<https://www.youtube.com/watch?v=xaKmXni-0xc>

https://www.youtube.com/watch?v=PSyEJf_A4A

<https://www.youtube.com/watch?v=IXJMD0kuKdk>

<https://www.youtube.com/watch?v=qo6NRAPWWCc>

[http://www.flora.org.pe/web2/images/stories/bonnie/PDF/CuentosFlora-completa%20Folder%20\(3\).pdf](http://www.flora.org.pe/web2/images/stories/bonnie/PDF/CuentosFlora-completa%20Folder%20(3).pdf)

CARTILLA 2. Día internacional por los derechos de las mujeres y la lucha por la equidad de género

<http://es.slideshare.net/monitorestudiantil/intervencion-florence-thomas>

CARTILLA 3. El lenguaje no sexista y los aportes de las mujeres a la literatura

<https://www.youtube.com/watch?v=m5prYc6UAAY>

<https://www.youtube.com/watch?v=et80H7tfWps>

https://www.youtube.com/watch?v=0gEhB_S3Wlo

http://portal.uned.es/pls/portal/docs/PAGE/UNED_MAIN/LAUNIVERSIDAD/VICERRECTORADOS/GERENCIA/OFICINA_IGUALDAD/GUIA_LENGUAJE.PDF

<https://www.youtube.com/watch?v=pzXYrenyGbU>

<https://www.youtube.com/watch?v=pAYMdXrhwcs>

<https://www.youtube.com/watch?v=I0aWCo8BD6g>

CARTILLA 4. ¡Nos movemos por la salud de las niñas, las jóvenes y las mujeres!

<https://www.youtube.com/watch?v=sK-MNdxSqns>

<http://www.sdmujer.gov.co/inicio/254-28-de-mayo-dia-internacional-de-la-accion-por-la-salud-de-las-mujeres>

CARTILLA 5. Luchas independentistas con enfoque de género

http://www.colombiaaprende.edu.co/html/productos/1685/articles-200229_ninos.pdf

http://revistas.udem.edu.co/index.php/Ciencias_Sociales/article/view/945/949

<http://www.nottingham.ac.uk/genderlatam/documents/jeannette-uribe-las-socorranas3.pdf>

76

CARTILLA 6. Educación con equidad desde los derechos sexuales y los derechos reproductivos

<https://www.youtube.com/watch?v=hkNRDKRR9rg>

<https://www.youtube.com/watch?v=PxW7zLyRHLU>

https://www.youtube.com/watch?v=V_hBwqyCxBw

<https://www.youtube.com/watch?v=OLMuNIGW0p8>

CARTILLA 7. Comunidades educativas comprometidas con la no violencia contra las niñas, las jóvenes y las mujeres

<http://www.sdmujer.gov.co/Sofia/>

https://www.youtube.com/watch?v=8K_mkMx5vX4

<https://www.youtube.com/watch?v=FbBxxj0Zy7o>

<https://www.youtube.com/watch?v=Sz4hiquormE>

<https://www.youtube.com/watch?v=al6U0JD0Dq4>

<https://www.youtube.com/watch?v=i3yA11qPjVI>

<https://www.youtube.com/watch?v=bFZM1kNKaIM>
