

# **Prevención de Embarazos en Adolescentes y Fortalecimiento de la Salud Integral de Adolescentes en la República Dominicana**

(Fase III) PMC – Materiales de sesiones educativas para Instructores e instructoras del segundo ciclo



GOBIERNO DE LA  
REPÚBLICA  
DOMINICANA

MINISTERIO  
DE LA MUJER

## Manual de trabajo para instructores e Instructoras del 2do ciclo

### Presentación

Este manual de trabajo contiene las sesiones educativas que corresponden al segundo ciclo de la capacitación para Multiplicadoras/es del proyecto “Prevención de Embarazos en Adolescentes y Fortalecimiento de la Salud Integral de Adolescentes en República Dominicana”, que se ejecuta desde el Ministerio de la Mujer a través del Centro de Promoción de Salud Integral de Adolescentes (CPSIA) y que cuenta con los auspicios de la Agencia de Cooperación Internacional del Gobierno de Corea(KOICA) y el soporte de la ONG Good Neighbors República Dominicana.

Este material educativo, profundiza en los contenidos presentados en el primer ciclo, con seis sesiones, centradas en el interés de sensibilizar en los temas vinculados al desarrollo humano, los derechos sexuales, una salud sana y dotar de herramientas teóricas y prácticas para que los y las adolescentes sepan enfrentar su sexualidad con responsabilidad, tomando en cuenta siempre los recursos que disponen para prevenir los embarazos en una etapa tan importante de sus vidas.

Este manual de trabajo, es un instrumento de apoyo para que los y las instructores/as puedan desarrollar las jornadas de capacitación, orientadas a profundizar en los diferentes temas en la búsqueda permanente de estrategias útiles para que las Multiplicadoras y Multiplicadores puedan realizar su trabajo de difusión de lo aprendido de manera sencilla y directa. Este texto es una guía que debe ser enriquecida en el proceso de revisión y uso, donde la experiencia de cada uno/a es un punto de partida para lograr los vínculos para un trabajo permanente.

El rol del instructor/a es, orientar, informar, acompañar, facilitar el crecimiento y abrir la puerta de conocimiento en todos los aspectos de la vida para que cada persona tome las mejores decisiones a partir de información veraz, no sesgada ni ideologizada o con tendencias personales, y de manera más específica, buscamos, ante todo, fomentar que las Multiplicadoras y Multiplicadores se involucren en lo que se está compartiendo y, participen en la construcción de los conocimientos y valores que contribuyan a su formación, desarrollo y crecimiento personal.

Invitamos a los y las instructores/as a que se apropien de los contenidos y metodología de este manual para que la salud integral y la educación sexual sean una práctica, pensada de manera propositiva, sin ningún tipo de sesgos, y de esta forma

## Prevención de Embarazos en Adolescentes y Fortalecimiento de la Salud Integral de Adolescentes en la República Dominicana (Fase III) PMC – Materiales de sesiones educativas para Instructores/as del segundo ciclo

fortalecer la capacidad de las personas adolescentes de vivir esta etapa de sus vidas de manera plena conocedores de las herramientas que garanticen su seguridad.

La educación sexual y reproductiva integral se define como una acción formativa que está presente en todo el proceso educativo de niños, niñas, y adolescentes, la cual busca que desarrollen conocimientos, capacidades y actitudes para que valoren y asuman su sexualidad en el marco del ejercicio de sus derechos y de sus responsabilidades, consigo y con los demás.

Ministerio de la Mujer  
Centro de Salud Integral de Adolescentes (CPSIA)

### **Objetivo:**

Proporcionar a los y las instructores, las herramientas teóricas y prácticas, para el abordaje de los contenidos de educación sexual integral de apoyo al programa de formación de multiplicadores/as de pares.

### **Metodología:**

La metodología se plantea de tal forma que lleva el/la estudiante a confrontarse con sus prácticas habituales en educación sexual, con énfasis en prevención del embarazo en la adolescencia, a través de dinámicas que le hagan reflexionar, cuestionarse y aprender en conjunto; de esta manera si colaboramos en la transformación de la educación sexual es posible que tengamos una población mejor informada, con capacidad de decidir y planificar su vida redundando en beneficios físicos y mentales para sí mismo y su entorno. Es importante que cada sesión de aprendizaje inicie con una actividad que permita al grupo introducirse en un clima de confianza y comodidad emocional; partiendo de un diagnóstico inicial sobre los conocimientos y actitudes sobre el tema que se va a analizar. Una vez que se ha iniciado la sesión de aprendizaje, es importante estar atentos a reorientar y a aprovechar cualquier situación para que el clima de confianza se mantenga y para que el aprendizaje sea efectivo.

## Descripción de las sesiones

---

### Sesión de inducción al programa.

El Programa de Multiplicadores/as, se basa en la estrategia de pares, la cual está dirigida a estudiantes/líderes escolarizados y no escolarizados seleccionados, con la que se promueve la participación del y la estudiante en su propio proceso educativo, acompañados por un profesional calificado, quienes a través de un proceso de capacitación en temas de educación sexual los forman para promover entre sus compañeros (pares) conocimientos, actitudes y valores que apoyen la prevención del embarazo en adolescentes y otros aspectos de la salud que contribuyan al fortalecimiento de la salud integral de este segmento de la población.

### Contenidos del programa

El programa de formación para las/los multiplicadores/as se divide en 1er y 2do ciclo. El primer ciclo se presentan los conceptos generales sobre los contenidos y en el segundo ciclo, se profundizan los contenidos educativos que les aportan mayor capacidad y habilidades para convertirse en multiplicadores con mayor liderazgo y reconocimiento social.

La responsabilidad de la implementación y seguimiento de las/los multiplicadores en formación es transmitir mensajes a sus pares, en el marco de una estrategia y una metodología definida por el programa.

Los contenidos del Programa de formación de multiplicadores/ras segundo ciclo son los siguientes:

	Sesión	Tema	Contenido
Segundo ciclo		Orientación	<ul style="list-style-type: none"><li>♦ Dar bienvenida a las/los multiplicadores y presentar a las/los maestros.</li><li>♦ Presentar el propósito y la composición general del programa en el segundo año</li><li>♦ Volver a compartir reglas de actividad (curso profundo)</li><li>♦ Revisar el conocimiento sobre sexualidad y sensibilidad de género (verificar el grado de cambio)</li></ul>
	1. Desarrollo humano	Imagen corporal	<ul style="list-style-type: none"><li>♦ Mi cuerpo, pensamientos sobre el cuerpo, la belleza según mi opinión, el cuerpo que deseo</li></ul>

**Prevención de Embarazos en Adolescentes y Fortalecimiento de la Salud Integral de Adolescentes en la República Dominicana (Fase III) PMC – Materiales de sesiones educativas para Instructores/as del segundo ciclo**

	Rol de género, identidad de género	♦ Rol de género y estereotipos sobre rol de género
2. Salud sexual y reproductiva	Prevención del embarazo en la adolescencia	♦ Embarazo a temprana edad
	Tipos y métodos anticonceptivos	♦ Comportamiento sexual responsable ♦ La necesidad de anticoncepción, tipos y métodos de anticonceptivos
3. Comportamiento sexual	Deseo sexual	♦ Psicología y deseo sexuales en hombres y mujeres, deseo sexual en adolescencia, deseo sexual, responsabilidad
4. Relaciones humanas	Relaciones durante la adolescencia	♦ Amor y amistad en adolescencia, diversas formas de amor, relación deseable, separación
5. Técnica de reacciones adecuadas	Violencia y Manejo de conflictos	♦ Limite y respeto en las relaciones interpersonales ♦ Violencia y tipos de violencia, manejo de conflictos
	Prevención de violencia sexual y reacción adecuada	♦ Prevención de la violencia
6. Sociedad y cultura	Embarazos en adolescente	♦ Problemas sociales del embarazo en adolescentes ♦ Consecuencias del aborto
	Comercialización de la sexualidad, medios de comunicación, pornografía	♦ Cultura sexual representada en medios de comunicación, comercialización de sexualidad ♦ Prevención de pornografía y reacción adecuada

## Sesión de orientación

### 1. Apertura del curso formación de multiplicadores/as de pares

El o la instructora se presenta y da la bienvenida a los/ las estudiantes, los felicita por la decisión de continuar en el programa, los motiva a integrarse de manera activa y entusiasta hasta completar la formación, destacando los beneficios de ser multiplicadores.

## 2. Presentación de las o los facilitadoras/es y de los y las participantes

Invite a los/las participantes a presentarse a través de una dinámica: sentados/as en círculo, invite a cada participante a presentarse de manera breve diciendo: Su nombre, de donde viene, grado escolar y qué es lo que más disfruta de ser joven.

## 3. Expectativas de los y las estudiantes para el segundo ciclo.

Expectativas
¿Qué te motivó a continuar en la formación como multiplicador/a?
¿Qué esperas del programa del segundo ciclo de formación de multiplicadores/as?
¿Tienes alguna preocupación antes de empezar el programa de formación de multiplicadores/as?
¿A qué te comprometes durante este segundo ciclo en el programa de formación de multiplicadores/as?
¿Cuáles son tus puntos fuertes para cumplir con esta fase del programa de formación de multiplicadores/as?
¿Qué le dirías a otros compañeros/as del programa de formación de multiplicadores/as para motivarlos a continuar?
¿Tienes algún comentario sobre los temas presentados y los que se van a abordar en el programa de formación de multiplicadores durante el segundo ciclo?

## 4. Presentación del programa

El instructor o instructora realiza una presentación del programa segundo ciclo, detallando objetivos, contenidos, metodología y resultados esperados. Utiliza una PPT. El instructor o instructora realiza una retroalimentación del primer ciclo y explora las expectativas de los y las estudiantes para el segundo ciclo.

## 5. Propuesta de normas o reglas de la actividad (compromisos de todos y todas)

### 6. Acuerdo de confidencialidad

Nos comprometemos a no comentar con personas ajenas a los participantes en el programa de formación de multiplicadores/as lo que hemos visto, escuchado y aprendido, de nuestros/as compañeros/as y facilitadores/as, para que podamos ser confiables para nuestros pares y nuestra comunidad.

#### 1) No están permitidas las expresiones discriminatorias

Cuidémonos de no usar expresiones discriminatorias u odiosas sobre la edad, orientación sexual, identidad de género, apariencia, color de piel, discapacidad o relaciones románticas.

## 2) Escuchar y hablar

Escuchemos con atención y respeto cuando alguien habla sobre su historia personal.

No impongamos nuestras ideas a los/las demás.

Expresemos respeto al comentar sobre la historia de alguien.

Si es una historia que el compañero o la compañera no quiere compartir, o si parece que es difícil de contar, le recomendamos que, si no estás preparado para compartir su experiencia, lo haga en otro momento si lo considera. Le hacemos énfasis que no es obligatorio compartir experiencias personales.

## 3) Seguridad

No hagamos nada que pueda ser considerado como violencia emocional o física a los/las compañeras. Tales acciones incluyen maldecir, ignorar, culpar, golpear y empujar. Si un/una compañero o compañera realiza una acción de violencia emocional o física, le informamos al facilitador o autoridad responsable para que tome las medidas correspondientes.

## 4) Pretest

Tabla 1) Lista de verificación sobre mi conocimiento de sexualidad – segundo ciclo

Núm.	Contenido del cuestionario	Sí	No
		1	2
1	La imagen corporal se refiere solo a la idea de mí mismo/a.		
2	Salud sexual, es un proceso continuo de bienestar físico, psicológico y sociocultural relacionado con la sexualidad.		
3	Los derechos sexuales no permiten a los seres humanos construir y ejercer libremente múltiples identidades sexuales de acuerdo con sus intereses.		
4	La anticoncepción retrasa la paternidad hasta que decidas y permite planear el embarazo		
5	Los roles de género son asignados por la sociedad en que vivimos y, como consecuencia, las personas se desarrollan como mujeres o como hombres.		
6	La anticoncepción es una forma de prevenir el embarazo no planificado.		
7	Una decisión responsable, es cuando la pareja quiere y decide usar algún método anticonceptivo.		
8	Los derechos sexuales comprenden la capacidad de mujeres y hombres de expresar y disfrutar de manera autónoma y		

**Prevención de Embarazos en Adolescentes y Fortalecimiento de la Salud Integral de Adolescentes en la República Dominicana (Fase III) PMC – Materiales de sesiones educativas para Instructores/as del segundo ciclo**

	responsable su sexualidad, sin riesgo de infecciones transmitidas sexualmente, embarazos no deseados, coerción, violencia y discriminación.		
9	Los métodos anticonceptivos son solo para mujeres.		
10	El condón solo se usa para prevención de infecciones de transmisión sexual.		
11	El deseo sexual es igual en hombres y mujeres.		
12	La abstinencia (no tener relaciones sexuales) es una forma de controlar el deseo sexual.		
13	La homosexualidad y la heterosexualidad son formas de expresar el amor.		
14	Es importante delimitar y respetar claramente los límites en una relación amorosa.		
15	La violencia es un problema social que puede manifestarse de múltiples maneras, no solo se refiere a golpes, violaciones e insultos.		
16	En República Dominicana existe una Ley que castiga la violencia intrafamiliar.		
17	El embarazo en adolescente se considera un problema social en República Dominicana.		
18	Comercialización del sexo, se refiere a cuando los medios de comunicación visuales enfatizan solo las partes del cuerpo de una persona que estimula la curiosidad sexual.		
19	Los hombres son más expuestos a la comercialización del sexo.		

**Tabla 2) Lista de verificación sobre mi sensibilidad de género**

¿Cómo es mi sensibilidad de género?

En cada observación, coloca V si consideras verdadero o F si consideras falso.

Núm.	Contenido de cuestionario	Sí	No
1	Los trabajos de decoración deben ser realizado solo por mujeres		
2	Las mujeres no deben conducir vehículos pesados		
3	Aunque tanto el hombre como la mujer tengan empleos solo la mujer se debe encargar de los quehaceres del hogar		
4	Si un hombre llora es porque es débil		
5	El acoso sexual hacía las mujeres ocurre porque los hombres no pueden controlarse		
6	Estudiar física o matemática es solo para hombres		
7	Si, nos estamos conociendo al salir, los gastos deben ser responsabilidad solo del hombre		
8	Debería ganar más un hombre por realizar el mismo trabajo que una mujer		
9	Son mejores políticos los hombres que las mujeres		



Prevención de Embarazos en Adolescentes y Fortalecimiento de la Salud Integral de Adolescentes en la República Dominicana  
(Fase III) PMC – Materiales de sesiones educativas para Instructores/as del segundo ciclo

10	La pelota es un deporte solo de hombres		
<p><b>Resultados del ejercicio:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Si tienes de 1-3 artículos marcados como verdadero: solo necesitas un poco más de esfuerzo.</li><li>• Si tienes de 4-6 artículos marcados como verdadero: necesitas mejorar tu sensibilidad de género.</li><li>• Si tienes de 7-10 artículos marcados como verdadero: ¡necesitas esforzarte diligentemente!</li></ul>			

## Sesión 1. Desarrollo humano - Imagen corporal / Rol de género, identidad de género

### 1. Contenido de la sesión: Imagen corporal e identidad de género

### 2. Objetivos de sesión:

- Identificar el significado de la imagen corporal misma y de los demás, aprender sobre la imagen corporal positiva.
- Comprender la identidad de género e identificar roles de género socialmente formados y estereotipos de roles de género en nuestra sociedad.

### 3. Planificación de la sesión

Paso	Contenido y actividad	Método educativo	Medios y materiales para la sesión	Duración	Nota
	Instructor/a y estudiantes				
Introducción	<p><b>Orientación para multiplicadores/ras del segundo año</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Compartir las experiencias del primer año (contenidos que les gustaron, temas que no conocían, contenidos que es necesario reforzar)</li> <li>- Compartir las expectativas para actividades de multiplicadores/a del segundo ciclo</li> <li>- Revisar el resumen de contenidos para multiplicadores/a del segundo ciclo.</li> <li>- Enfatizar el compromiso y las normas de comportamiento durante el programa de formación.</li> </ul>	Sesión	Texto	20 minutos	El/la instructor/a felicita a las/los estudiantes por continuar en el programa y le da la bienvenida al segundo ciclo. Inicia la sesión socializando los resultados del primer ciclo mediante lluvia de ideas. Registra las opiniones y las comparte al final. Pregunta contenidos que les gustaría reforzar, levanta las expectativas para este segundo ciclo y presenta los contenidos del segundo año de formación.

Prevención de Embarazos en Adolescentes y Fortalecimiento de la Salud Integral de Adolescentes en la República Dominicana  
(Fase III) PMC – Materiales de sesiones educativas para Instructores/as del segundo ciclo

Desarrollo	<p><b>Tema 1. Imagen corporal</b>  <b>Objetivos de la sesión:</b></p> <p>1. Comprender la imagen corporal y aprender a construir una imagen corporal positiva.</p> <p>2. Comprender la identidad de género y los roles de género en la adolescencia. La imagen corporal se refiere a la idea no solo de mí mismo/a, sino también de cómo me ven los demás. En especial a los/las adolescentes les interesan sus cambios físicos y son sensibles a la apariencia de su cuerpo en comparación con los demás. A través de este período los/las adolescentes establecen su propia imagen física. La imagen corporal en adolescentes tiene la característica de cambiar continuamente por considerar no solo los pensamientos internos sobre el propio cuerpo sino también los pensamientos de los demás.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Sentidos, sentimientos y actitudes sobre mi cuerpo</li> <li>- Una imagen de la apariencia general, incluida el tamaño, la apariencia y la función del cuerpo, forma a través de evaluaciones de los demás.</li> <li>- Se forma influyéndose de un entorno social y cultural. Es subjetiva y variable.</li> <li>- La imagen corporal es una base del autodesarrollo e influye en la formación de la personalidad</li> </ul> <p><b>[Ejercicio para estudiantes 1]</b></p>	Sesión	PPT, Texto	70 minutos	<p>¿El/la instructor/a pregunta qué han escuchado sobre la imagen corporal?</p> <p>Comenta sus opiniones. Explica conceptos sobre autoestima e imagen corporal con la finalidad de promover la construcción de una imagen corporal positiva.</p>
		Actividad individual	Texto		<p>El/la instructor/a entrega a cada estudiante una lista de chequeos sobre sus sentimientos relacionados con diversos aspectos sobre su imagen.</p> <p>Al final ofrece orientación sobre las respuestas.</p> <p>Motive a expresar los pensamientos sobre su</p>
		Actividad grupal	Lista de chequeos Hojas,		

Prevención de Embarazos en Adolescentes y Fortalecimiento de la Salud Integral de Adolescentes en la República Dominicana (Fase III) PMC – Materiales de sesiones educativas para Instructores/as del segundo ciclo

	<p><b>Compartir opiniones sobre el cuerpo</b> (ver el contenido abajo)</p> <p><b>[Ejercicio para estudiantes 2]</b> <b>Explorar mi imagen corporal</b></p> <p>A. Sobre mi apariencia, yo _____ _____.</p> <p>B. Tengo complejo de mi apariencia _____ _____.</p> <p>C. Para cuidar mi apariencia o figura corporal, yo _____ _____.</p> <p>D. Cuando trato o veo a alguien, yo _____ _____.</p> <p><b>[Ejercicio para estudiantes 3]</b> <b>¿Cómo quiero ser?</b></p> <p>Formar grupos de 4 personas del mismo sexo y dibujar libremente el cuerpo que quiero y el cuerpo que desea tener por grupo. Expresar de varias maneras, incluyendo las partes que normalmente creía ideal.</p>	<p>Actividad individual</p> <p>Actividad individual</p>	<p>lápices</p> <p>Hoja grande, Crayola, Plumón, Cinta adhesiva</p> <p>Papel, lápiz,</p>		<p>cuerpo.</p> <p>Enfatice la importancia de la sinceridad en expresar los pensamientos habituales sobre su apariencia.</p> <p>Enfatice los pensamientos positivos y oriente sobre pensamientos negativos.</p> <p>El/la instructor/a orienta para identificar el cuerpo que quieren y desean tener.</p> <p>Clasifica las características enunciadas por los grupos.</p> <p>Reflexionan respecto a la construcción única e irrepetible de los seres humanos. La autoestima es clave para el auto concepto y la aceptación de las características propias.</p> <p>El/la instructor/a motiva mediante preguntas de reflexión sobre las cualidades positivas de su cuerpo y la de sus compañeros.</p> <p>Reflexión grupal, a través de lluvia de ideas respecto a la construcción única e irrepetible de cada ser humano.</p>
--	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------	--	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Prevención de Embarazos en Adolescentes y Fortalecimiento de la Salud Integral de Adolescentes en la República Dominicana (Fase III) PMC – Materiales de sesiones educativas para Instructores/as del segundo ciclo

	<p>Pegar los dibujos de cada grupo en la pizarra.          El/la presentador/a de cada grupo explica el dibujo y comparte sus sentimientos.          Buscar los puntos comunes de los dibujos en cada sexo.          Mujeres: jeans ajustados, minifalda, silueta femenina, cara aguileña, cara pequeña, 11 cuadritos de abdominales de la forma 11, caderas, etc.          Hombres: 6 packs de abdominales, hombros anchos, estatura alta y piernas largas, Piel clara, etc.          En la realidad no hay mucha persona de con esas características a nuestro alrededor. Asegúrese de que la imagen corporal que desea tener no es un estándar absoluto.          La imagen corporal no se basa en una evaluación objetiva sino subjetiva, por lo que debe aceptarse tal como es.</p> <p><b>[Ejercicio para estudiantes 4]</b>  <b>Buscar mi propia belleza</b>          Encontrar las cualidades de mi cuerpo          Encontrar las cualidades corporales de mis amigos/as en el grupo.</p> <p>Motivar a los/las estudiantes a aceptar y amar su cuerpo tal y como es.</p> <p><b>Tema 2. Rol de género, Identidad de género</b>          (Comprensión en rol de género y estereotipos de rol de género)</p> <p><b>[Lluvia de ideas]</b></p>	<p>Actividad individual</p> <p>Actividad</p>	<p>Papel y lápiz</p> <p>Papelógrafo, creyones</p>		<p>Enfatiza el concepto de autoestima y la aceptación propia.</p> <p>El/la instructor/a presenta los conceptos de género, identidad de género y roles de género.</p> <p>Motive a expresar las opiniones, solicite poner ejemplos de cada concepto. Refuerce las respuestas correctas. Motive a que todos participen.</p> <p>El/la instructor/a entrega una hoja para completar por los estudiantes.</p> <p>El/la instructor/a enfatiza la influencia de la cultura en la promoción de la identidad de género.</p> <p>El/la instructor/a revisa las respuestas en colectivo y realizan discusiones y llegan a conclusiones que refuerzan los contenidos.</p>
--	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------	---------------------------------------------------	--	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Prevención de Embarazos en Adolescentes y Fortalecimiento de la Salud Integral de Adolescentes en la República Dominicana (Fase III) PMC – Materiales de sesiones educativas para Instructores/as del segundo ciclo

	<p>¿Cuándo escuchas la palabra rol de género en que piensas?</p> <p>Propiciar la reflexión y el análisis sobre cómo se crean los roles de género a partir de las diferencias entre hombres y mujeres. Los roles de género son el conjunto de papeles y expectativas diferentes para mujeres y hombres que marcan la diferencia respecto a cómo ser, cómo sentir y cómo actuar. Estos roles son asignados por la sociedad en que vivimos.</p> <p><b>[Ejercicio para estudiantes 5] Compartir opiniones sobre la identidad de género</b></p> <p>Identidad de género: autoconciencia interna sobre género.</p> <p>Pensar en ¿cuál es su género y cuáles son las ventajas y desventajas de su género?</p> <p><b>[Ejercicio para estudiantes 6] Evaluación de V/F en identidad de género</b></p> <table border="1" data-bbox="420 1063 1045 1396"> <tr> <td data-bbox="420 1063 924 1209">1. La identidad de género puede verse como la aceptación psicológica y el reconocimiento de ‘Soy un hombre’ o ‘Soy una mujer’.</td> <td data-bbox="924 1063 974 1209">V</td> <td data-bbox="974 1063 1045 1209"></td> </tr> <tr> <td data-bbox="420 1209 924 1356">2. Los/las adolescentes pueden reconocer la identidad de género en sus experiencias y comportarse acorde a las normas sociales para su edad.</td> <td data-bbox="924 1209 974 1356">V</td> <td data-bbox="974 1209 1045 1356"></td> </tr> <tr> <td data-bbox="420 1356 924 1396">3. La identidad de género se forma en</td> <td data-bbox="924 1356 974 1396">F</td> <td data-bbox="974 1356 1045 1396"></td> </tr> </table>	1. La identidad de género puede verse como la aceptación psicológica y el reconocimiento de ‘Soy un hombre’ o ‘Soy una mujer’.	V		2. Los/las adolescentes pueden reconocer la identidad de género en sus experiencias y comportarse acorde a las normas sociales para su edad.	V		3. La identidad de género se forma en	F		<p>grupal</p> <p>Actividad grupal</p>	<p>Papelógrafo, creyones</p>	<p>El/la instructor/a introduce reforzando los términos. Motiva a los/las estudiantes a participar. Escribe la respuesta de los estudiantes en un papelógrafo, identificando las preguntas. Al final revisa cada respuesta y refuerza y aclara dudas.</p> <p>Organice a los/las estudiantes en grupos para responder a las preguntas. Cada grupo escribe las respuestas a cada pregunta. El/la instructor/a supervisa las respuestas de los grupos. Al final cada grupo presenta sus respuestas a las preguntas. El/la instructor/a felicita a los/las estudiantes por el trabajo realizado y el resultado se presenta a las autoridades de la escuela. El/la instructor/a hace una reseña de la situación de cada pregunta y motiva la reflexión y discusión en los/las estudiantes. Enfatiza la necesidad de adoptar una actitud crítica hacia el respeto de la identidad de género, como base del respeto de los derechos individuales.</p> <p>El/la instructor/a hace referencia a los estereotipos de género, explica el concepto, con ejemplos asociados a la</p>
1. La identidad de género puede verse como la aceptación psicológica y el reconocimiento de ‘Soy un hombre’ o ‘Soy una mujer’.	V												
2. Los/las adolescentes pueden reconocer la identidad de género en sus experiencias y comportarse acorde a las normas sociales para su edad.	V												
3. La identidad de género se forma en	F												

Prevención de Embarazos en Adolescentes y Fortalecimiento de la Salud Integral de Adolescentes en la República Dominicana (Fase III) PMC – Materiales de sesiones educativas para Instructores/as del segundo ciclo

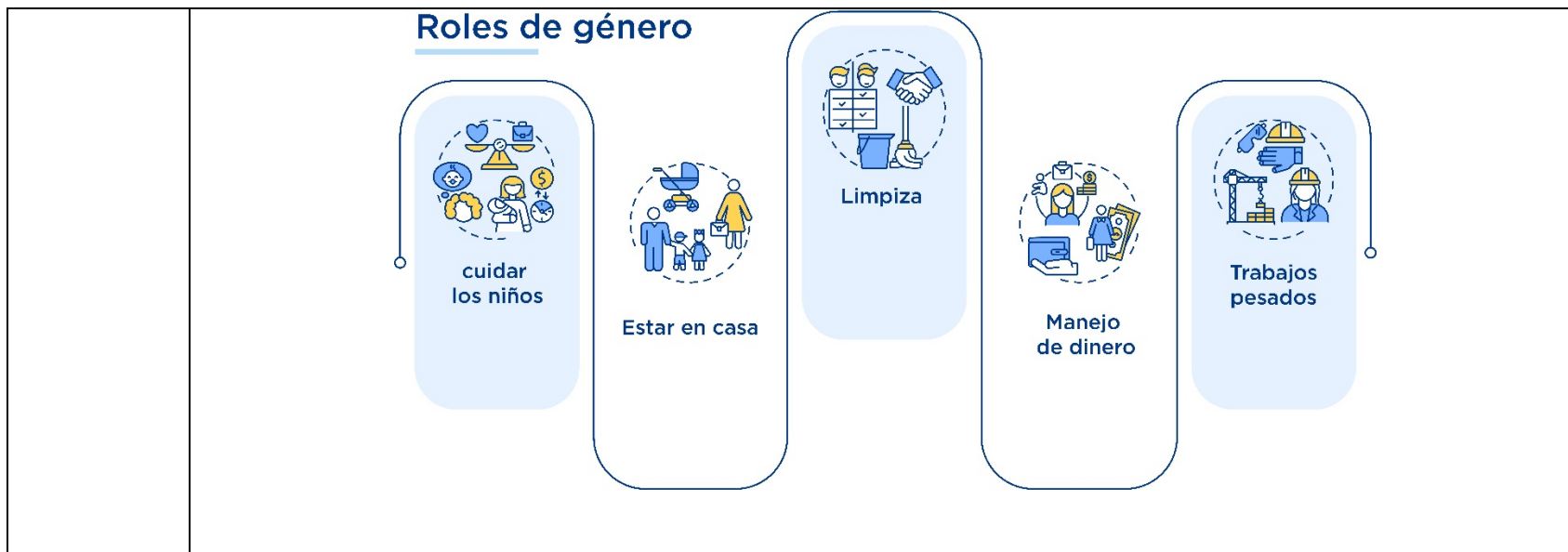
	la adolescencia.						sexualidad de hombres y mujeres.
	4. El cumplimiento de los estereotipos de género y las normas sociales vigentes tienen un efecto negativo en la formación de la identidad de género.	V					Realiza una actividad orientada a identificar los estereotipos de género en los medios de comunicación, propone acciones para romper con esquemas discriminatorios para hombres y mujeres y crear frases para promover la igualdad de género.
	<p><b>[Ejercicio para estudiantes 7] Discusión</b></p> <p>¿Cuál es la característica de la cultura de género en la República Dominicana?          ¿Cuáles son las expectativas específicas que tenemos los hombres y las mujeres en la República Dominicana?          ¿Cuál cultura de género tenemos que mejorar en la República Dominicana?</p> <p><b>[Ejercicio para estudiantes 8] Salir de la discriminación de género</b></p> <p>Encontrar ejemplos de romper los estereotipos de género en los medios de comunicación como la televisión, las películas y los comerciales.          Escribir las discriminaciones que has recibido porque “ser hombre” o “ser mujer”, y como reacciones a ellas.          Crear un eslogan para la igualdad de género (mujeres con el punto de vista de hombres y hombres con el punto de vista de mujeres).</p>						

Prevención de Embarazos en Adolescentes y Fortalecimiento de la Salud Integral de Adolescentes en la República Dominicana (Fase III) PMC – Materiales de sesiones educativas para Instructores/as del segundo ciclo

Finalización	<p>Organizar los significados de la imagen corporal</p> <p>- Lecciones aprendidas: pensar en más de dos puntos para recordar sobre los puntos fuertes de mi cuerpo</p> <p>Planificar la actividad sobre los estereotipos de género y promueva la igualdad de género.</p> <p>Ejemplo: ¡también las niñas pueden ser buenas científica y matemática.</p> <p>Utilizar eslogan para igualdad de género</p>			5 minutos	<p>Cierra la sesión mediante una lluvia de ideas sobre los puntos fuertes de su cuerpo y un compromiso con la igualdad de género.</p> <p>Coloca las frases (eslogan) en un papelógrafo para compartirlas con el grupo.</p>
Campaña	<p style="text-align: center;">[Gender mapping]</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Por grupo, realice dibuje “un mapa del género de la comunidad donde vivimos o la que conocemos y pasamos usualmente”.</li> <li>2. Visitamos e intentamos observar cuáles diferencias hay en los lugares más comunes como las principales instalaciones de conveniencia, oficinas gubernamentales tanto en la ciudad como en el pueblo y supermercados. Y luego, pensamos y compartimos sobre las ocupaciones o roles que se distinguen por género.</li> <li>3. En la próxima sesión presentamos a los amigos sobre el mapa y repasamos el estereotipo de género que se acepta desde hace tiempo tradicionalmente en la sociedad de qué problema hay y de qué cambio debe modificarse para mejorar.</li> </ol>				



Prevención de Embarazos en Adolescentes y Fortalecimiento de la Salud Integral de Adolescentes en la República Dominicana (Fase III) PMC – Materiales de sesiones educativas para Instructores/as del segundo ciclo



**4. Contenido**

**Ejercicio para estudiantes 1 Lista de chequeo**

Responde honestamente sobre lo que piensas sobre tu cuerpo. Marque según considere.

Pienso que...	No en absoluto	A veces sí	Sí en general
1. Mi figura corporal (contextura) es genial.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Mi peso es apropiado.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Si fuera posible, hay muchas partes de mi cuerpo que quisiera cambiar.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Soy atractivo/a.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Mi estatura es apropiada.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

**Prevención de Embarazos en Adolescentes y Fortalecimiento de la Salud Integral de Adolescentes en la República Dominicana (Fase III) PMC – Materiales de sesiones educativas para Instructores/as del segundo ciclo**

6. Mi apariencia atrae a los/las demás	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. Tengo mucho acné y manchas y no es importante.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. Me gusta la apariencia de mis dientes.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. El color de mi piel es muy oscuro.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. Tengo miedo de presentarme frente a mis amigos/as del sexo opuesto debido a mi apariencia.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. La mayoría de las personas tiene una mejor apariencia que yo.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

## **Sesión 2. Salud sexual y reproductiva**

### **1. Contenido de la sesión: salud sexual y reproductiva, anticonceptivo y prevención del embarazo en la adolescencia**

#### **2. Objetivos de sesión:**

- Comprender el significado de la salud sexual y reproductiva y los derechos sexuales y reproductivos en la adolescencia.
- Identificar las necesidades de anticonceptivo en la adolescencia.
- Conocer los métodos anticonceptivos disponibles.
- Aprender sobre la prevención del embarazo en la adolescencia.

### 3. Planificación de la sesión

Paso	Contenido y actividad	Método educativo	Medios y materiales para la sesión	Duración	Nota
	Instructor y estudiantes				
Introducción	<p><b>Introducción a la sesión</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Los/las estudiantes comprenden el significado de la salud y los derechos sexuales y reproductivo en la adolescencia</li> <li>2. Comprender la importancia, aprender los métodos anticonceptivos.</li> <li>3. Identificar las causas y consecuencias del embarazo a temprana edad y las implicaciones que puede tener para tu proyecto de vida.</li> </ol>	Sesión	Texto, PPT	110 minutos	
Desarrollo	<p>Tema 1. Salud Sexual y reproductivos y derechos sexuales y reproductivos</p> <p>Salud sexual</p> <p>Es un proceso continuo de bienestar físico, psicológico y sociocultural relacionado con la sexualidad. La salud sexual se evidencia en las expresiones libres y responsables de las capacidades sexuales que conducen al bienestar personal y social, enriqueciendo la vida individual y social. No es simplemente la ausencia de enfermedad y/o malestar. Para poder conseguir y mantener la salud sexual es necesario que se reconozcan y defiendan los derechos sexuales de todas las personas.</p>		PPT	70 minutos	El/la instructor/a introduce los conceptos de salud y derechos sexuales y reproductivos. Realiza una evaluación sobre salud y derechos sexuales y reproductivos, mediante preguntas y refuerza los conocimientos correctos y aclara dudas al respecto.

Prevención de Embarazos en Adolescentes y Fortalecimiento de la Salud Integral de Adolescentes en la República Dominicana (Fase III) PMC – Materiales de sesiones educativas para Instructores/as del segundo ciclo

	<p>[Ejercicio para estudiantes 1] Juego de verificación V/F</p> <p>A. ¿El bienestar físico, psicológico y socio cultural son dimensiones de la salud sexual? (V)</p> <p>B. ¿Salud sexual es igual a ausencia de enfermedad? (F)</p> <p>C. ¿El reconocimiento de los derechos sexuales y reproductivos son un requisito para la salud sexual? (V)</p> <p>[Parte 2] Los derechos sexuales y reproductivos</p> <p>Los derechos sexuales comprenden la capacidad de mujeres y hombres de expresar y disfrutar de manera autónoma y responsable su sexualidad, sin riesgo de infecciones transmitidas sexualmente, embarazos no planificados, coerción, violencia y discriminación.</p> <p>Los derechos sexuales permiten a los seres humanos construir y ejercer libremente múltiples identidades sexuales de acuerdo con sus intereses, convicciones y proyecto de vida, como requisito para la libertad.</p> <p>Los derechos reproductivos</p> <p>Son aquellos derechos humanos que buscan proteger la libertad y autonomía de todas las personas para decidir con responsabilidad si tener hijos/a o no, cuantos, y en qué momento de sus vidas</p>	<p>Actividad individual</p>       <p>Actividad grupal</p>	<p>Notas adhesivas, Hoja grande</p>        <p>PPT</p>	<p>Promueve mediante ejercicio escrito que los/las estudiantes identifiquen sus derechos sexuales y reproductivos. Al final completa, si es necesario.</p>        <p>Introduce el tema de la anticoncepción con una pregunta generadora: ¿qué es y para qué sirve?, ¿Quiénes deben usarla? ¿Y cuáles son los métodos que</p>
--	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------



Prevención de Embarazos en Adolescentes y Fortalecimiento de la Salud Integral de Adolescentes en la República Dominicana (Fase III) PMC – Materiales de sesiones educativas para Instructores/as del segundo ciclo

	<p>comportamiento sexual?</p> <p>C. ¿Es un comportamiento sexual voluntario y no por la presión de la otra persona, impulso sexual o curiosidad?</p> <p>D. ¿Conocen y pueden usar los métodos anticonceptivos disponibles?</p> <p>E. ¿Conocen los riesgos y las consecuencias de un embarazo no planificado?</p> <p>F. ¿Pueden tener y criar a un bebé en caso de un embarazo?</p> <p>Diferentes métodos anticonceptivos</p> <p>1) Píldora anticonceptiva Evita que el óvulo crezca y hace que la mucosidad del cuello uterino sea pegajosa, tomando continuamente medicamentos que contienen estrógenos y progesterona para evitar que los espermatozoides se muevan al útero. Hay 2 ciclos uno de 21 y otro de 28 tabletas, y se debe tomar todos los días a una hora determinada.</p> <p>2) Píldora anticonceptiva de emergencia Es un método para evitar que los óvulos fertilizados se implanten en el útero, tomando una gran cantidad de progesterona dentro de las 24 a 72 horas posteriores a una relación sexual. Este</p>	<p>Exposición</p>			<p>presenta imágenes y conceptos sobre los diferentes métodos anticonceptivos.</p> <p>El/la instructor/a refuerza y aclara dudas.</p>
--	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------	--	--	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Prevención de Embarazos en Adolescentes y Fortalecimiento de la Salud Integral de Adolescentes en la República Dominicana  
(Fase III) PMC – Materiales de sesiones educativas para Instructores/as del segundo ciclo

	<p>método también se puede usar para prevenir el embarazo en caso de violación.</p> <p>4) Condón Es una herramienta que cubre el pene durante la relación sexual e impide que los espermatozoides puedan entrar en la vagina. Es un método anticonceptivo para los hombres. Los condones se usan para prevenir el embarazo y las infecciones de transmisión sexual.</p> <p>5) Dispositivo intrauterino (DIU) Se inserta un dispositivo hecho de plástico o cobre en el útero para interferir con la implantación del óvulo fertilizado.</p> <p>6) Esterilización La esterilización femenina o ligadura o cortadura de trompas consiste en el corte o amarre de las Trompas de Falopio para impedir que el óvulo llegue al útero.</p> <p>La vasectomía o esterilización masculina consiste en el corte de los conductos deferentes para evitar que los espermatozoides salgan a través de la eyaculación. En este último caso el hombre sigue produciendo semen, pero sin espermatozoides. No afecta su capacidad de erección o de eyaculación.</p>				
--	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--	--	--	--

Prevención de Embarazos en Adolescentes y Fortalecimiento de la Salud Integral de Adolescentes en la República Dominicana (Fase III) PMC – Materiales de sesiones educativas para Instructores/as del segundo ciclo

	<p>7) Parche anticonceptivo          Tiene la misma sustancia que la píldora anticonceptiva y es un medicamento anticonceptivo de tipo parche para la piel. Para usarlo, debe ser recetado por un ginecólogo.          Se adhiere al área designada (espalda, muslos, etc.) y se cambia el mismo día de cada semana. Se usa durante tres semanas consecutivas y no debe aplicarse la cuarta semana.</p> <p>[Ejercicio para estudiantes 5] Diferente métodos anticonceptivos          Averiguar los diferentes métodos de anticoncepción donde están disponibles y los requerimientos para tener acceso a ellos.</p> <p>Tema 3 Prevención del embarazo en la adolescencia Embarazo a temprana edad          La sexualidad es un aspecto central del ser humano presente a lo largo de su vida. Abarca el sexo, las identidades, los papeles de género, el erotismo, el placer, la intimidad, la reproducción y la orientación sexual, cómo las relaciones sexuales genitales y otras formas de contacto sexual.</p> <p>Las relaciones sexuales seguras y responsables implican tomar buenas decisiones y entender las consecuencias</p>	<p>Actividad grupal</p>			<p>Introduce la sesión con una pregunta. ¿Qué han escuchado sobre el embarazo en la adolescencia? Anota las respuestas en un papelógrafo.</p> <p>El/la instructor/a explica que el embarazo adolescente, no solo afecta a la pareja. El momento de hablar con los padres de ambos para darles la noticia, implica una confrontación con ellos, ya que seguro se enojarán.</p>
--	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------	--	--	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------



Prevención de Embarazos en Adolescentes y Fortalecimiento de la Salud Integral de Adolescentes en la República Dominicana (Fase III) PMC – Materiales de sesiones educativas para Instructores/as del segundo ciclo

	<p>que conllevan. Las consecuencias pueden ser tan graves como un embarazo en la adolescencia, infecciones de transmisión sexual/ VIH/SIDA.</p> <p>[Ejercicio para estudiantes 6] Discusión: Embarazo a temprana edad</p> <p>A. Equipo 1: María tiene 14 años y Luis 15 años, son novios desde hace 3 meses y se conocen desde hace un año. Son compañeros de escuela. Sus papás no lo saben. María se ha sentido mal, con náuseas, se duerme en clases, no ha hecho tareas porque se siente cansada. Una amiga le recomienda se haga una prueba de embarazo y resulta positiva.</p> <p>El equipo deberá discutir:</p> <p>a. ¿Qué creen que sienta María al saber que está embarazada?</p> <p>b. ¿Qué creen que pasará con ambos y con sus familias?</p> <p>B. Equipo 2: Susy y Dany, son novios desde hace 6 meses, ambos tienen 16 años. Pelean todo el tiempo, discuten mucho porque Dany es muy celoso. Inclusive, le ha llegado a pegar a Susy cuando la ha visto platicando con sus compañeros de la escuela. Hace 15 días, Dany estaba muy enojado y además había tomado algunas cervezas, fue por Susy y la obligó a tener relaciones</p>	<p>Actividad grupal</p>			
--	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------	--	--	--

Prevención de Embarazos en Adolescentes y Fortalecimiento de la Salud Integral de Adolescentes en la República Dominicana (Fase III) PMC – Materiales de sesiones educativas para Instructores/as del segundo ciclo

	<p>sexuales. Ahora ella está embarazada. El equipo deberá discutir: a. ¿Qué consideran deberá hacer Susy? b. ¿Qué debería hacer Dany?</p>				
Finalización	<p><b>[Ejercicio para estudiantes 7]</b> <b>Evaluación de V/F sobre la anticoncepción</b> A. Cualquier persona puede comprar condones sin importar la edad ni el sexo. (V) B. El embarazo no deseado no se puede prevenir a través de la anticoncepción. (F) C. Los condones pueden ayudar a prevenir las infecciones de transmisión sexual. (V) D. La anticoncepción hace que sea difícil tener relaciones sexuales de manera segura. (F) E. En la pareja solo uno tiene la responsabilidad de la anticoncepción no requiere de comunicación con el otro. (F) F. Puedo cuidar y respetar la salud del otro a través de la anticoncepción. (V) G. El embarazo se puede producir con solo una relación sexual. (V) H. Todos los métodos anticonceptivos son seguros y no presentan efectos secundarios. (F)</p>	Actividad individual		10 minutos	<p>El/la instructor/a distribuye los cuestionarios a los estudiantes para responder V/F, Al final revisar las respuestas y aclarar dudas.</p> <p>Lo importante es usar el método anticonceptivo para prevenir el embarazo a temprana edad sin importar el sexo.</p>
Campaña	<p>[Crear Pictograma]</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Cada grupo produce un pictograma sobre “Entrega de mensajes de prevención del embarazo en adolescencia”.</li> <li>2. El/la instructor/a presenta a los y las estudiantes sobre el significado o la importancia de un pictograma mostrando unos ejemplos de pictogramas.</li> <li>3. El/la instructor/a propone el plazo de producción como una semana. El/la instructor/a selecciona la mejor obra y da compensación debido a que es la sesión más clave entre todo.</li> </ol>				



#### 4. Contenido: Prevención del embarazo en adolescencia

##### 1) ¿Cómo ocurre un embarazo?

Un embarazo se puede producir si la eyaculación del hombre se realiza directamente dentro de la vagina de la mujer cuando hay penetración o también durante los juegos sexuales si se eyacula fuera de la vagina, depositando el semen en los labios o en la entrada de la vagina. Entonces, los espermatozoides contenidos en el semen ascienden hacia el útero, llegando a las trompas donde se encuentran con el óvulo. A partir de este momento, el óvulo fecundado avanzará hasta llegar al útero donde "anidará", es decir se implantará en la pared del útero, dando lugar a un embarazo.

##### 2) ¿En qué día del ciclo menstrual se puede producir un embarazo?

En mujeres con ciclos menstruales regulares la ovulación suele tener lugar en aproximadamente el día 14 del ciclo, pero esto no ocurre siempre igual en todas las mujeres ni a lo largo de la vida fértil de una mujer. Recuerda que un embarazo se puede producir si tienes relaciones sexuales sin protección, aunque sea sólo una vez.

### 3) ¿Cómo evitar un embarazo?

La única forma 100% segura de evitar un embarazo es la abstinencia. La abstinencia es el no tener relaciones sexuales, y es segura emocional y físicamente. Si eres sexualmente activo, asegúrate de que tú y tu pareja usen condón para protegerse de un embarazo y de una infección de transmisión sexual (ITS). También debes buscar ayuda de un establecimiento de salud. Hay muchos tipos de métodos que son perfectamente seguros para adolescentes.

## Sesión 3. Comportamiento sexual

### 1. Contenido de la sesión: deseo sexual

#### 2. Objetivos de sesión

- Aprender sobre el deseo sexual adecuadamente en la adolescencia.
- Conocer los riesgos y sus resultados conforme al embarazos en adolescentes.
- Reflexionar por si mismos si pueden asumir la responsabilidad de las consecuencias de una relación sexual sin protección.

### 3. Planificación de la sesión

Paso	Contenido y actividad	Método educativo	Medios y materiales para la sesión	Duración	Nota
	Instructor/a y estudiantes				
Introducción	<p>El/la instructor/a explica sobre la psicología del deseo sexual.</p> <p>El/la instructor/a menciona que es importante tener una actitud del deseo sexual apropiado durante esta etapa de la adolescencia.</p> <p>El/la instructor/a menciona las maneras del control del deseo</p>	Sesión	Texto	70 minutos	<p>En este período, los/las estudiantes deben aprender a identificar el deseo sexual y los mecanismos para controlarlos en la edad adulta y crear una actitud saludable hacia ellos.</p> <p>Enfatizar que el deseo sexual es un aspecto de la sexualidad</p>

Prevención de Embarazos en Adolescentes y Fortalecimiento de la Salud Integral de Adolescentes en la República Dominicana (Fase III) PMC – Materiales de sesiones educativas para Instructores/as del segundo ciclo

	sexual.				inherente , tanto a los hombres como las mujeres
Desarrollo	<p><b>Tema 1. Deseo sexual</b></p> <p>El/la instructor/a introduce postergar la primera relación sexual como una forma de mantener una salud sexual durante la adolescencia</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- El/la instructor/a explica que postergar la primera relación sexual es la forma más deseable en la adolescencia.</li> <li>- Las relaciones sexuales con coito. El/la instructor/ar enfatiza las consecuencias de tener relaciones sexuales sin protección durante la adolescencia. Ejemplo: embarazos en adolescentes, e ITS/VIH, etc.</li> </ul> <p><b>[Ejercicio para estudiantes 1]</b> ¿Es responsable mi comportamiento sexual?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>A. Pensar si es puramente mi voluntad, no por obligación o amenaza.</li> <li>B. Preguntarme si es una persona que quiero y tenemos una relación íntima. Preguntarme nuevamente si el otro también la quiere.</li> <li>C. Discutir con el/la otro/a sobre la</li> </ul>	Sesión	Texto, Ver video	30~40 minutos	<p>El/la instructor/a debe explorar mediante lluvia de ideas sobre las formas de control del deseo sexual. Ofrecer información al respecto para que puedan tomar decisiones adecuadas.</p> <p>El/la instructor/a inicia el ejercicio, entrega una hoja para que cada estudiante conteste. Enfatiza que son preguntas para reflexionar antes de tomar la decisión de llegar a una relación sexual con coito.</p> <p>El embarazo en adolescentes puede ser el resultado de un comportamiento sexual irresponsable, que puede limitar el desarrollo del adolescente, porque es quien carga la responsabilidad de las consecuencias del acto sexual imprudente. Ponga énfasis para que los varones sepan que ellos también deben ser responsables de sus acciones.</p> <p>Al terminar el ejercicio, el/la instructor/a aclara las dudas</p>

Prevención de Embarazos en Adolescentes y Fortalecimiento de la Salud Integral de Adolescentes en la República Dominicana  
(Fase III) PMC – Materiales de sesiones educativas para Instructores/as del segundo ciclo

	<p>prevención del embarazo y de las infecciones de transmisión sexual,</p> <p>D. Reflexionar si puedo responder a un embarazo o a una infección de transmisión sexual, si se presentara.</p> <p>E. Estoy seguro si mi pareja y yo, o ambos ha tomado la decisión de tener relaciones sexuales bajo los efectos de alguna droga o el alcohol.</p>				de los/las estudiantes y toma una conclusión de del ejercicio.
Finalización	<p>El/la instructor/a explica el concepto de responsabilidad en relación con la sesión anterior.</p> <p><b>[Ejercicio para estudiantes 2]</b> Juego de Carta</p> <p>El/la instructor/a empieza con el ejercicio para estudiantes 2 con cartas de situación. (ver al contenido abajo)</p> <p>Proponga estrategias de solución a cada caso. Y discuta las posibles opciones de abordaje de cada caso.</p> <p><b>[Ejercicio para estudiantes 3]</b> ¿Cuáles son las similitudes y diferencias entre el amor adolescentes y el amor adulto y cuál es el punto común?</p>	<p>Actividad grupal</p> <p>Actividad grupal</p>	<p>Papel y lápiz</p> <p>Papel y lápiz</p>		<p>El/la instructor/a motiva a los estudiantes sean libres de expresar sus opiniones, a tomar las de los demás en serio y determinar comportamientos sexuales responsables que puedan cumplir.</p> <p>El/la instructor/a entrega cartas de casos para discutir en grupos. Un representante del grupo presenta la conclusión para cada caso.</p> <p>Proponga estrategias de solución a cada caso. Y discuta las posibles opciones de abordaje de cada caso</p> <p>Organice grupos de estudiantes de acuerdo con edades similares. Propicie una discusión sobre la</p>

Prevención de Embarazos en Adolescentes y Fortalecimiento de la Salud Integral de Adolescentes en la República Dominicana (Fase III) PMC – Materiales de sesiones educativas para Instructores/as del segundo ciclo


	<p>El/la instructor/a continúa el ejercicio para estudiantes          ¿Cuáles son las similitudes y diferencias entre el amor adolescente y el amor adulto y cuál es el punto común?          Ejemplo de respuesta          A. Piense en cuáles son las similitudes y diferencias entre el amor adolescente y el amor adulto.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Punto común: Tener sentimientos de querer alguien y preocuparse por alguien.</li> <li>- Diferencia: En la adolescencia, los altibajos emocionales pueden llevar a comportamiento sexual desfavorable al estar menos preparado/a económica, social y psicológica puede llevar a más consecuencias. Pueden perder la oportunidad de disfrutar la etapa de la adolescencia, acelerando las responsabilidades propias de los adultos, sin la preparación que se requiere.</li> </ul> <p><b>[Ejercicio para estudiantes 4]</b> ¿Hasta qué punto es apropiado mi comportamiento sexual de acuerdo a mi edad?          Ver el contenido abajo</p>	<p>Actividad grupal</p>	<p>Papelografo, crayones</p>		<p>pregunta, los comentarios escribirlos en el papelógrafo y explicar por qué consideran apropiado los comportamientos sexuales descritos. Los demás grupos retroalimentan.</p>
--	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------	------------------------------	--	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Prevención de Embarazos en Adolescentes y Fortalecimiento de la Salud Integral de Adolescentes en la República Dominicana  
(Fase III) PMC – Materiales de sesiones educativas para Instructores/as del segundo ciclo

	<p>&lt;85 puntos o más: señal verde&gt;          Usted es una persona con mente abierta hacia el sexo y trata de comprender los sentimientos y los deseos sexuales de la otra persona. No olvide que expresar sus sentimientos honestamente y escuchar las historias de la otra persona es una forma para mantener una relación equitativa. Además, comparte lo que sabe con sus amigos.</p> <p>&lt;61 puntos ~ 85 puntos: señal amarilla&gt;          intenta aprender sobre tus emociones, tu cuerpo y su sexo, y trata de ser honesto/a sobre tus deseos, y considera a la otra persona. Sin embargo, todavía le falta un poco de esfuerzo. Mejorar la toma de decisiones sexuales depende de cuán bien conozca tu cuerpo y mente, comprenda sus deseos sexuales y cuán sensible sea para prestar atención a la otra persona. Intente un poco más.</p> <p>&lt;60 puntos o menos: señal roja&gt;          Se necesita capacitación para mejorar la toma de decisiones sexuales. Por lo tanto, es importante tener el conocimiento</p>				
--	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--	--	--	--



**Prevención de Embarazos en Adolescentes y Fortalecimiento de la Salud Integral de Adolescentes en la República Dominicana (Fase III) PMC – Materiales de sesiones educativas para Instructores/as del segundo ciclo**

	<p>sexual ampliamente y aprender sobre su cuerpo, mente y la relación con los demás.</p>				
<p>Campaña</p>	<p style="text-align: center;">Ejemplo 1. [Escribir una respuesta de la carta de mis amigos/as]</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Escriba una canción sobre los riesgos, responsabilidades o consecuencias de un embarazo no planificado.</li> </ol> <p style="text-align: center;">Ejemplo 2. [Buzón de preocupaciones]</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Instala un buzón en el liceo en donde cualquiera pueda acceder y dejar las notas de manera anónima sobre su inquietud o preocupación.</li> <li>2. Motiva a los multiplicadores/as para que recojan las cartas del buzón y coleccionen los cuestionarios de preocupación o inquietud de sus amigos/as. Y los comparte entre los multiplicadores/as.</li> <li>3. Guía para el personal del Centro PSIA responde sobre los cuestionarios de inquietud preocupación o cualquier pregunta que hayan dejado los/las estudiantes.</li> </ol> <div data-bbox="997 760 1486 1141" style="text-align: center;">  </div>				

#### 4. Contenido

##### 4-1 Ejercicio para estudiantes 2 Cartas de casos

Actividad grupal. El/la instructor/a entrega cartas de casos para discutir en grupos. Un/a representante del grupo presenta la conclusión para cada caso.

Proponga estrategias y solución a cada caso. Y discuta las posibles opciones de abordaje.

**Prevención de Embarazos en Adolescentes y Fortalecimiento de la Salud Integral de Adolescentes en la República Dominicana (Fase III) PMC – Materiales de sesiones educativas para Instructores/as del segundo ciclo**

1) Caso de sueño húmedo o eyaculación nocturna y preocupación por eso	2) Caso de preocupación por el tamaño de los senos	3) Caso de preocupación en el deseo sexual de una/o estudiante
<p>En las noches sueño con las escenas eróticas que he visto en los videos. Y cuando me levanto por la mañana, mi ropa interior tiene secreción blanca.</p> <p>Siento vergüenza tener que lavar la ropa interior a escondidas de mis padres, pero me estoy volviendo loco porque todo el día pienso en las imágenes de los sueños.</p> <p>Tengo esa clase de sueños muy frecuente....</p> <p>Me siento mal, siento que no es correcto.</p>	<p>Tengo una preocupación creciente en estos días.</p> <p>Mis senos son más pequeños que los de mis amigas.</p> <p>Mis amigas me dicen que con senos más grandes me vería muy bien y puedo ser popular entre mis amigos.</p> <p>Así que sigo viendo mis senos y me siento avergonzada...</p> <p>Dicen que hay una cirugía para agrandar los senos hoy en día.</p> <p>¿Debería hacerlo?</p>	<p>Tengo novio.</p> <p>Tenemos más o menos 3 meses de relación.</p> <p>Cuando estoy con mi novio, tengo un fuerte deseo de que toque mi cuerpo.</p> <p>Al principio culpé a mi novio, pero poco a poco me he dado cuenta de que yo quiero que me toque. Creo que no soy prudente como otras chicas...</p> <p>Es muy vergonzoso que mi deseo sexual sea más fuerte que el de mi novio y me siento culpable.</p> <p>¿Soy extraña?</p>

**4-2 Ejercicio para estudiantes 3**

Lee lo siguiente y califica cada pregunta.

(Totalmente de acuerdo: 5, De acuerdo: 4, Normal: 3, No: 2, No en absoluto: 1)

**Tabla 2 Prueba de capacidad en decisiones sexuales**

Núm.	Preguntas	Punto				
		5	4	3	2	1
1	Conozco mis sentimientos como alegría, tristeza, ira y ansiedad.					
2	Conozco por qué surgen mis sentimientos.					
3	Reconozco y acepto que puede haber sentimientos que cambien entre querer y no querer.					
4	Me esfuerzo en expresar sentimientos a mi pareja al enojarme o agradecerle.					
5	Cuando tengo a alguien que me gusta le puedo decir que me gusta.					
6	Conozco mis deseos sexuales.					
7	Si a la otra persona no le gusto puedo retirarme, aunque me gustara y estuviera triste.					
8	Puedo hablar acerca de la anticoncepción antes de la relación sexual.					

**Prevención de Embarazos en Adolescentes y Fortalecimiento de la Salud Integral de Adolescentes en la República Dominicana (Fase III) PMC – Materiales de sesiones educativas para Instructores/as del segundo ciclo**

9	Puedo hablar con mi pareja sobre deseos sexuales o conocimientos sexuales.					
10	Puedo decir ‘no’ al contacto físico no deseado.					
11	Pregunto y escucho específicamente para saber qué quiere la otra persona.					
12	Respeto los sentimientos y las emociones de la otra persona.					
13	Puedo decir que no si así lo deseo ante las demandas de la otra persona.					
14	Si la otra persona no quiere el contacto sexual, no lo fuerzo, aunque quiero.					
15	No intento tocar el cuerpo cuando la otra persona está borracha o se ha dormido.					
16	Durante el contacto físico acordado (un beso o un abrazo) me puedo detener si la otra persona no está de acuerdo o me rechaza.					
17	Conozco un método anticonceptivo apropiado para mí.					
18	Conozco mi orientación sexual.					
19	Conozco las zonas erógenas de mi cuerpo.					
20	Conozco los fenómenos que pasan en mi cuerpo y soy sensible al respecto.					

## **Sesión 4. Relaciones – relaciones humanas**

### **1. Contenido de la sesión: Relaciones humanas**

### **2. Objetivos de sesión:**

- Explicar las relaciones de pareja deseables en la adolescencia.
- Comprender varias formas del amor.

### 3. Planificación de la guía de sesión

Paso	Contenido y actividad	Método educativo	Medios y materiales para la sesión	Duración	Nota
	Instructor/a y estudiantes				
Introducción	<p><b>Tema 1. Relaciones de pareja</b></p> <p><b>La amistad</b> Ver al contenido abajo</p> <p><b>[Lluvia de ideas]</b> Dibuja un mapa mental (imagen o idea) de lo que piensas cuando escuchas la palabra amistad o la palabra amor y preséntalo a tus amigo/as.</p> <p>El/la instructor/a motiva a los y las estudiantes a presentar el ejercicio. El/la instructor/a compara las similitudes y diferencias entre el mapa mental de la amistad y el mapa mental del amor. (Ejemplo) Cuando una persona nace y crece, experimenta varios amores. Comienza a reconocer las personas que la rodea, desde el amor de los padres y a medida que sus relaciones se expanden, sus intereses se amplían. Este cambio de interés se manifiesta en varias formas de amor. En la pubertad, aumenta el interés y la curiosidad por la relación de pareja, así como la importancia de los compañeros en los que pueden confiar sus proyectos y preocupaciones.</p>	Sesión, Presentación.	Texto	70 minutos	El/la instructor/a explica el concepto de amor y motiva a los y las estudiantes a explorar sus opiniones sobre lo que piensan sobre el amor y los tipos de amor que reconocen haciendo énfasis en el amor romántico y sus características.

Prevención de Embarazos en Adolescentes y Fortalecimiento de la Salud Integral de Adolescentes en la República Dominicana  
(Fase III) PMC – Materiales de sesiones educativas para Instructores/as del segundo ciclo

	<p>El/a instructor/a explica sobre los cambios del amor en la adolescencia.                  El/la instructor/a explica la cortesía que debe mantenerse entre los amigos.                  El/la instructor/a explica el concepto de los límites (boundary). Luego hace que los y las estudiantes reconozcan que el comportamiento que no respeta los límites puede conducir a la violencia sexual.                  El/la instructor/a explica las diversas formas de relación de pareja (estas formas están relacionadas con la orientación sexual de la persona.</p>				
<p>Desarrollo</p>	<p><b>Proceso de relación</b>                  Ver al contenido abajo</p> <p><b>[Ejercicio para estudiantes 1]</b>  <b>Discusión</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>A. ¿Qué beneficios aportan las relaciones de pareja durante la adolescencia?</li> <li>B. ¿Qué desventajas presentan las relaciones de pareja en la adolescencia?</li> <li>C. Comente sus opiniones sobre si una relación de pareja en la adolescencia es necesaria o no y escriba la razón.</li> <li>D. ¿Cómo te gustaría que fuera mi relación de pareja?</li> <li>E. ¿Cómo me gustaría que fuera el final o la separación de mi relación de pareja?</li> </ol> <p>El/la instructor/a explica cuáles son las formas de relación, que se recomienda en la</p>	<p>Sesión</p>          <p>Actividad individual</p>	<p>Texto</p>          <p>Hoja, lápiz</p>	<p>30-40 minutos</p>	<p>Al mencionar sobre las diversas formas de amor, tenga cuidado de no hacer juicios de valor. La heterosexualidad es solo una de las formas más comunes de amor que se puede observar. No es adecuado decir que la heterosexualidad es 'normal'. (Porque hace que las otras formas de amor sean anormales).</p>

Prevención de Embarazos en Adolescentes y Fortalecimiento de la Salud Integral de Adolescentes en la República Dominicana (Fase III) PMC – Materiales de sesiones educativas para Instructores/as del segundo ciclo

	<p>adolescencia, destacando los beneficios de posponer las relaciones sexuales hasta alcanzar la madurez física y emocional. El/la instructor/a lee &lt;Principios en relación de pareja&gt; junto con los estudiantes. El/la instructor/a explica también sobre la separación.</p> <p><b>[Ejercicio para estudiantes 2] Vamos a imaginar sobre mi futura relación de pareja</b></p> <p>A. ¿Cuál es mi tipo/a ideal? B. ¿Qué quiero que haga mi novio/a por mí? O ¿qué quiere hacer mi novio/a por mí? C. ¿Qué quiero hacer con mi novio/a? D. ¿Hasta qué nivel del contacto físico voy a permitir? E. ¿Qué actividades realizaríamos durante las relaciones de pareja? F. En caso de separación ¿Cómo hablarle a él/ella?</p>				<p>El/la instructor/a enfatiza las ventajas de las relaciones de pareja en la adolescencia.</p> <p>Enfatice la importancia de delimitar y respetar claramente los límites.</p> <p>La separación es tan importante como el amor. Señale que en una relación madura es necesario terminar respetuosamente la relación, respetando las opiniones de la otra persona y las propias</p>
Finalización	<p>El/la instructor/a colecciona de cada pregunta desde la A hasta la G y motiva a los estudiantes para que presenten sus respuestas.</p> <p>Motiva a los estudiantes para que compartan sus opiniones, aunque sean diferentes y pregunta cómo se sienten escuchando</p>	Sesión	Texto	15 minutos	

Prevención de Embarazos en Adolescentes y Fortalecimiento de la Salud Integral de Adolescentes en la República Dominicana (Fase III) PMC – Materiales de sesiones educativas para Instructores/as del segundo ciclo

	diferentes pensamientos.  El/la instructor/a debe tomar una conclusión de la sesión enfatizando en la necesidad de consideración o esfuerzo para comprender a su pareja a fin de realizar una relación deseada.				
Campana	<p style="text-align: center;">Ejemplo 1. [Crear un póster/cartel]</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Cada grupo crea un póster o cartel sobre el tema de sesión.</li> </ol> <p style="text-align: center;">Ejemplo 2. [Discusión luego de leer un libro]</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Crear un tik tok sobre el tema.</li> <li>2. Lo cómprate en sus rede sociales.</li> </ol> <p style="text-align: center;">Ejemplo 3. [Crear un video]</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Cada grupo crea un video relacionado de 2-3 minutos con el tema de sesión que pueda influir a los amigos positivamente.</li> <li>2. Lo comparte con sus amigos.</li> </ol> <p style="text-align: center;">Ejemplo 4. [Juego de rol]</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. El instructor presenta unos ejemplos que los multiplicadores hagan un juego de rol ( de parejas).</li> </ol>				

## 1. Contenido

### La amistad

La amistad es una relación afectiva entre dos o más personas, es una de las relaciones interpersonales más comunes en el transcurso de la vida de los seres humanos. Es un sentimiento convenido con otra persona, donde se busca confianza, consuelo, amor y respeto. Se da en distintas etapas de la vida y en diferentes grados de importancia.

Los/las adolescentes se sienten cómodos entre sus compañeros, quienes atraviesan los mismos cambios físicos y psicológicos que ellos. Es de mucha ayuda tener amigos que estén viviendo las mismas experiencias y que pueden disminuir las ansiedades de los momentos difíciles. Cuando cuestionan las ideas o normas de los adultos, recurren a ellos para pedirles consejo, y

## Prevención de Embarazos en Adolescentes y Fortalecimiento de la Salud Integral de Adolescentes en la República Dominicana (Fase III) PMC – Materiales de sesiones educativas para Instructores/as del segundo ciclo

cuando se plantean ideas o valores nuevos, pueden hablarles abiertamente sin temor a ser ridiculizados por los adultos o sentirse fuera de lugar. El grupo de compañeros/as también es un lugar donde establecer relaciones cercanas, que sirven como base para la intimidad en la edad adulta. Además, los amigos/a proveen diversión y emoción a los adolescentes con su compañía y recreación.

La amistad es más intensa en la adolescencia que en cualquier otra época de la vida. En la adolescencia, los/las amigos/as son más íntimos/as y se prestan más apoyo que a edades anteriores; también exigen una mayor lealtad, compiten menos entre sí y comparten más con sus amigos/as que los/las niños/as.

Estos cambios se deben en parte a su mayor desarrollo cognitivo. Los y las adolescentes son capaces de expresar mejor sus pensamientos y sentimientos, compartiéndolos con sus amigos/as. También son más capaces de entender el punto de vista, emociones y pensamientos de otras personas.

Los varones, tanto adolescentes como adultos, suelen tener un mayor número de amigos que las mujeres, pero las amistades entre ellos rara vez son tan cercanas como las femeninas. Entre las mujeres, un aspecto fundamental de la amistad consiste en brindarse apoyo emocional y compartir experiencias.

Los/las adolescentes tienden a escoger amigos/as con rasgos muy similares a los suyos, de manera que la influencia que ejerce el uno en el otro los hace más parecidos. En la adolescencia, esta similitud entre amigos/as es más importante que en cualquier otra época de la vida, tal vez porque los adolescentes luchan para diferenciarse de sus padres y les resulta necesario contar con el apoyo de personas que se parezcan a ellos/as. Por este motivo tienden también a imitar los comportamientos de sus compañeros/as y recibir su influencia. Los amigos y las amigas influyen en la forma de vestir, actividades sociales, comportamiento sexual y consumo o rechazo de drogas. Sin embargo, los padres y madres ejercen una mayor influencia sobre temas más profundos, como qué hacer ante un dilema moral, qué educación buscar o qué empleo elegir.

La amistad puede ayudar en ese proceso de descubrimiento sobre una misma esencia para el desarrollo de nuestra identidad personal. Sin embargo, la dependencia puede desvirtuar esas relaciones en una amistad las opiniones deben de ser respetadas. Pero muchas veces preferimos callar y solo seguir la corriente por no estar solos y no perder la amistad. Identificarse con los amigos es bueno para la construcción de nuestra identidad. No obstante, una identificación excesiva con los amigos siendo como ellos o imitándoles en forma constante dificulta la identidad propia como personas.



### **A. Una mala amistad**

- a. Te sientes incómoda/o con esa persona.
- b. No te sientes en confianza de expresar libremente tus opiniones.
- c. No te alienta.
- d. Se alegra por tus fracasos.
- e. No pregunta ¿cómo estás?
- f. No guarda tus secretos.
- g. Te juzga y hace sentir mal con sus comentarios.

### **B. Una buena amistad**

- a. Te apoya siempre en las buenas y en las malas.
- b. Te sientes libre de expresar tus opiniones y sentimientos.
- c. Nos acepta como somos.
- d. No te juzga.
- e. No sólo habla de sus problemas, también te escucha y pregunta ¿cómo estás?
- f. Te comparte alternativa para resolver tus problemas

### **C. Componentes de la amistad**

- g. Dar ánimos y ponerse en el lugar del otro/a.
- h. Empatía y simpatía.
- i. Fidelidad.
- j. Lealtad.
- k. Agrado por compartir una o más actividades, ideas, recuerdos o la vida.
- l. Amor.
- m. Confianza: facilita el hablar y actuar.
- n. Sinceridad.
- o. Reciprocidad: apoyarse en las buenas y en las malas.
- p. Comprensión: aceptación de los caracteres del otro/a.
- q. Respeto: valorar su opinión, no imponer pensamientos, no chantaje.

## **D. Tipos de amistad**

- a. Conocido: relación circular.
- b. Compañero: relación circular, con objetivos en común a corto plazo.
- c. Pana: compañero de entretenimiento.
- d. Amigo/a: relación de afinidad profunda.
- e. Amigo/a Íntimo/a: relación de afinidad con compromisos, puedo confiar absolutamente en él/ella y la confianza es recíproca.

La amistad es un valor universal. El/la adolescente, necesita a alguien de su misma edad y sexo, para compartir la pesada carga, de todas las dudas que le surgen constantemente. Ha de ser alguien que él/ella vea como «un igual», con sus mismos problemas e inquietudes.

## **Proceso de relación**

### **A. Principios en relación de pareja**

- a. Tener conversaciones para compartir ideas y concerns.
- b. Definir claramente los acuerdos para el contacto físico.
- c. Poder expresar opiniones honestamente.
- d. Atracción física, compatibilidad y respeto a las diferencias.

### **B. Comportamiento en relación de pareja**

- a. Respetar las opiniones del otro y usar el lenguaje correcto.
- b. Es mejor encontrarse en lugares públicos y de fáciles accesos por su seguridad
- c. Compartir el costo de las citas en la medida en que no exceda el nivel de estudiante.
- d. No obligar demandas o regalos irrazonables entre sí.

### **C. La separación**

- a. Pensar profundamente si realmente quieres separarse y decidirlo.
- b. Comunicar la separación con tranquilidad, pero con certeza y claridad.
- c. No culparse entre sí y desear el desarrollo del otro/a.

**Prevención de Embarazos en Adolescentes y Fortalecimiento de la Salud Integral de Adolescentes en la República Dominicana (Fase III) PMC – Materiales de sesiones educativas para Instructores/as del segundo ciclo**

- d. Aceptar la realidad tal como es después de la separación.
- e. Desarrollar acciones para continuar con sus actividades cotidianas sin necesidad de involucrarse en una nueva relación de manera inmediata.

**D. Consejos para tener la intimidad emocional**

- a. No culpar al otro/a.
- b. No bloquear las palabras del otro/a.
- c. Respetar los sentimientos del otro/a.
- d. No pensar que el otro está en mi posesión.

**Sesión 5. Técnicas de reacciones adecuadas**

**1. Contenido de la sesión: Técnica de reacciones – Reclamaciones en sexualidad y gestión de crisis/ Prevención de violencia sexual y reacción adecuada**

**2. Objetivos de la sesión**

- Comprender y explicar los conceptos de límite y respeto.
- Comprender la definición de violencia de género y resolver conceptos erróneos.
- Aprender técnicas en situaciones de crisis sexual y su gestión en la vida diaria.
- Explicar el concepto de violencia en relación con la autodeterminación sexual.
- Conocer cómo reaccionar a la violencia sexual.

### 3. Planificación de la sesión

Paso	Contenido y actividad		Medios y materiales para la sesión	Duración	Nota	
	Instructor/a	estudiantes				
Introducción	El/la instructor/a explica el concepto de la autodeterminación y límites sexuales.  [Ejercicio para estudiantes 1] Identificar la relación entre violencia sexual, el consentimiento y la autodeterminación sexual Ver el contenido abajo  El/la instructor/a realiza ejercicio para estudiantes. Concepto de límite El/la instructora explica que solo se puede reconocer que la otra persona ha violado el límite, cuando se han establecido claramente, ¿qué acepto y qué no?, porque los límites verbales y no verbales se pueden interpretar de forma errónea por el otro, y es muy importante que no se dejen a lo que el otro entienda o suponga.	Sesión	Texto	90 minutos	En caso de la autodeterminación sexual, se ha tratado en el primer ciclo y mencione brevemente y explique conceptos relacionados con los límites.  Lo importante es que desde el “yo” es el sujeto que determina hasta donde pueda actuar la otra persona.  Motive a los/las estudiantes a identificar límites en las relaciones con otras personas, especialmente con amigos cercanos y en la relación amorosa.  Refuerce si son claros y precisos.	
Desarrollo	Tema 1	Violencia y Manejo de	Sesión Ver video,	Texto	35~40 minutos	Enfatice que la causa de la violencia sexual no es

Prevención de Embarazos en Adolescentes y Fortalecimiento de la Salud Integral de Adolescentes en la República Dominicana (Fase III) PMC – Materiales de sesiones educativas para Instructores/as del segundo ciclo

	<p><b>conflictos</b> El/la instructor/a presenta la definición "¿Qué es la violencia?"</p> <p><b>La Violencia (Ver al contenido abajo)</b> En su nivel más básico, la violencia es una forma de tener control, poder sobre otra persona o grupo.</p> <p>- El/la instructor/a explica la violencia de género (y guía a pensar sobre las diferencias entre la violencia de género violencia general.</p> <p>Discusión: El/la instructor/a pregunta a los y las estudiantes si creen que la violencia de género puede ocurrir entre parejas y escucha la respuesta.</p> <p><b>[Ejercicio para estudiantes 2]</b> <b>Discusiones de cada caso</b></p> <p>El/la instructor/a empieza el ejercicio entregando cada carta para que los/las estudiantes discutan sobre cada caso y compartir las opiniones. Ver el contenido abajo</p> <p><b>La violencia de género</b></p> <p><b>Tema 2 prevención de violencia sexual y reacción adecuada</b> (Ver al contenido abajo)</p>	<p>Presentación y discusión</p> <p>Lluvia de ideas</p>			<p>responsabilidad de las víctimas sino de quien ejerce la violencia</p> <p>Personalizar el tema de la violencia sexual dificulta la formulación de una agenda social, y la formulación de políticas de prevención de la violencia sexual.</p> <p>El/la facilitador/a inicia con una pregunta generadora, sobre el concepto de violencia y violencia de género, solicitando la opinión de manera espontánea.</p> <p>La violencia de género no se visibiliza debido a la idea errónea de que la violencia sexual no puede ocurrir entre parejas, esposos ni familia por normas sociales y aspectos culturales aún vigentes, lo que tolera la violencia sexual derivada de relaciones de poder desiguales entre hombres y mujeres. Enfatiza y explica que el comportamiento sexual contra la voluntad de la otra persona es</p>
--	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------	--	--	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Prevención de Embarazos en Adolescentes y Fortalecimiento de la Salud Integral de Adolescentes en la República Dominicana (Fase III) PMC – Materiales de sesiones educativas para Instructores/as del segundo ciclo

<p>- El/la instructor/a explica el concepto de violencia sexual en relación con el consentimiento y la autodeterminación sexual.</p> <p>- El/la instructor/a explica las categorías y tipos de violencia sexual.</p> <p><b>[Ejercicio para estudiantes 3] ¿Es un mito o es un Realidad?</b></p>					<p>obviamente la violencia sexual y es un delito grave que ignora y viola la personalidad.</p>
1	Mayormente, los agresores de violación sexual son personas que la víctima conoce, en lugar de desconocidos.	MITO		REALIDAD	
2	El abuso físico es más grave que el abuso verbal.	MITO		REALIDAD	
3	Burlarse o insultar a los demás a través del ciberespacio como Facebook no es tan grave como molestar a los demás directamente.	MITO		REALIDAD	
4	En una pareja, se espera que los hombres tomen la iniciativa para tener relaciones sexuales.	MITO		REALIDAD	
5	La violencia sexual ocurre debido al deseo sexual "impulsivo" de los hombres que no pueden controlarse.	MITO		REALIDAD	
6	Los hombres no sufren violencia sexual.	MITO		REALIDAD	
7	A veces, las mujeres provocan violencia sexual por usar ropas provocativas o con un comportamiento inapropiado.	MITO		REALIDAD	
8	Es difícil curar las heridas emocionales de los niños/a si han experimentado violencia sexual.	MITO		REALIDAD	
9	Quizás, una persona que ha sido	MITO		REALIDAD	
					<p>Ponga el ambiente abierto y libre para que los estudiantes puedan expresar y compartir sus opiniones libremente debido a que no hay una respuesta correcta ni incorrecta.</p> <p>Corrija y explique claramente si hay algún malentendido.</p> <p>Reflexione con los estudiantes las causas sociales de la violencia analizando un caso.</p>

Prevención de Embarazos en Adolescentes y Fortalecimiento de la Salud Integral de Adolescentes en la República Dominicana (Fase III) PMC – Materiales de sesiones educativas para Instructores/as del segundo ciclo

	maltratada que no comparte su experiencia es porque quiere que el abuso continúe.			AD		
10	La violación no puede ocurrir entre personas que se aman mutuamente.	MITO		REALIDAD		
	<p>[Ejercicio para estudiantes 4]  <b>Vemos los videos</b>                  Ver al contenido abajo</p> <p>A. Video para grados inferiores:  <a href="https://www.youtube.com/watch?v=KILWo9TCWiU">https://www.youtube.com/watch?v=KILWo9TCWiU</a></p> <p>B. Video para grados superiores:  <a href="https://www.youtube.com/watch?v=oQbei5JGiT8">https://www.youtube.com/watch?v=oQbei5JGiT8</a></p>					
Finalización	El/a instructor/a explica cómo prevenir y reaccionar a la violencia sexual. El/la instructor/a lee tres reacciones clave con los estudiantes:	Sesión	Texto	20 minutos	El/la instructor/a pregunta cómo tomar medidas en la República Dominicana cuando ocurre violencia sexual e introduce las instituciones nacionales responsables como de protección, policía y etc.	

Prevención de Embarazos en Adolescentes y Fortalecimiento de la Salud Integral de Adolescentes en la República Dominicana (Fase III) PMC – Materiales de sesiones educativas para Instructores/as del segundo ciclo

Campana	[Producir nuestro propio calendario]
	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Agrupar en 4 grupos.</li><li>2. Cada grupo produce su propio calendario con el tema de “prevención de violación sexual” o “prevención del embarazo” a temprana edad.</li><li>3. Cada grupo produce un calendario de 3 meses. 4 grupos se juntan su parte del calendario para que sea de un ciclo completo.</li></ol>



Imagen de la obra A MI NO ME PASA del CPSIA, que trata los temas de Prevención del embarazo y las ITS durante la adolescencia.



## 4. Contenido

### La Violencia

#### A. Reclamaciones en sexualidad

La autodeterminación generalizada en la edad moderna significa que un individuo puede elegir libremente sus acciones en la esfera privada sin coerción externa. Esto incluye el derecho a pensar, reflexionar y tomar decisiones sobre el sexo, que es la autodeterminación sexual.

Para ejercer la autodeterminación sexual correctamente, debemos respetar la autodeterminación de los demás y cumplir con nuestras responsabilidades y deberes por nuestras acciones. Por lo tanto, la autodeterminación sexual no es el derecho para actuar sexualmente de manera irresponsable sin importar la voluntad de la otra persona. La autodeterminación sexual es decidir mis comportamientos u orientaciones sexuales, respetando las decisiones e intenciones de la otra persona.

Tipo de violación en límite	Ejemplo
Límite físico	Tocar o tomar los bienes de la otra persona, entrar a la habitación de alguien sin tocar, tomar y ver las cosas de la otra persona (libros de texto, etc.)
Límite corporal	Patear o golpear como expresiones amistosas, tocar partes de mi cuerpo que no quiero, tirar del cabello
Límite lingüístico y emocional	Culpar, avergonzar, reírse, palabrotas, amenazar, burlarse, perseguir, aunque no le gustara
Límite visual	Echar un vistazo furtivo al cuerpo, mostrar el cuerpo unilateralmente, subir fotos o videos sin permiso en internet o redes sociales, mostrar pornografía unilateralmente

## Prevención de Embarazos en Adolescentes y Fortalecimiento de la Salud Integral de Adolescentes en la República Dominicana (Fase III) PMC – Materiales de sesiones educativas para Instructores/as del segundo ciclo

El concepto de límite (boundary) está estrechamente relacionado con la autodeterminación sexual. Hay un territorio privado entre las personas que debe mantenerse de acuerdo con la intimidad de la relación, que es el límite. Es ‘yo’ quien decide el límite que debe mantenerse. Toda persona tiene derecho a garantizar sus propios límites y no debe infringir los límites de los demás sin su consentimiento. Debo respetar los límites que ha decidido la otra persona y debe ser respetado el límite que he decidido por la otra persona.

Generalmente las personas reconocen fácilmente límites físicos o corporales, pero son menos sensibles a los límites lingüísticos y emocionales. El lenguaje abusivo, las burlas y las culpas son violaciones en límites que hieren a la víctima. Es necesario verificar los hábitos y actitudes de lenguaje para ver si no ha violado los límites de la otra persona sin saber.

### **B. Violencia sexual y manejo de conflicto**

La violencia sexual se hace presente en la vida de los y las adolescentes, el abuso sexual, la pornografía y la prostitución son expresiones de la misma, para la Organización Mundial de la Salud la Violencia Sexual es “todo acto sexual, la tentativa de consumir un acto sexual, los comentarios o insinuaciones sexuales no deseados, o las acciones para comercializar o utilizar de cualquier otro modo la sexualidad de una persona mediante coacción por otra persona, independientemente de la relación de ésta con la víctima, en cualquier ámbito, incluidos el hogar y lugar de trabajo”. Particularmente los adolescentes tienen más probabilidades de estar expuestos a la crisis de violencia sexuales y son mucho más difíciles de tratar que los adultos.

La violencia sexual es una situación urgente y peligrosa porque puede causar severos problemas de salud, física, mental y social, y puede conducir a situaciones graves como el suicidio. En una situación de violencia sexuales, nadie puede tomar decisiones racionales debido a miedos y temores extremos, por lo que es esencial buscar activamente la ayuda de los demás. Por lo tanto, conocer adultos confiables, amigos/a multiplicadores e instituciones que ofrezcan apoyo como son: el ministerio de la mujer, CONANI y Procuraduría de niños/a y adolescentes, que pueden ayudar en caso de una crisis de violencia sexuales, es el comienzo de la gestión.

No es fácil buscar ayuda de otros cuando hay violencia sexual. Esto requiere valentía y es el primer paso para resolver problemas.

¿Cómo puedo ayudar si alguien a mí alrededor está en una situación de crisis de violencia sexual y me pide ayuda?

Esta persona o personas deberán actuar bajo las siguientes pautas y principios generales de conducta:

- a) Generar confianza con las personas que expongan hechos o conductas de Hostigamiento y Acoso sexuales;
- b) No cuestionar la denuncia, queja o dicho de la víctima.
- c) Respetar, sin emitir juicios de valor, la expresión de sentimientos y emociones;
- d) Actuar con empatía ante la situación que enfrenta la persona;
- e) Mostrar tranquilidad y proyectar seguridad;
- f) Tener equilibrio entre distancia y cercanía emocional;
- g) Comunicar a la presunta víctima con precisión y claridad que no tiene injerencia en la resolución de la problemática planteada;
- h) Expresar con pertinencia el alcance de su función y del acompañamiento que puede otorgar;
- i) Utilizar comunicación asertiva y Escuchar de forma activa

Elaborado por: Elizabeth Ferreras Blanco.  
Defensa jurídica y Educación para mujeres Vereda Themis (2019)

## Prevención de Embarazos en Adolescentes y Fortalecimiento de la Salud Integral de Adolescentes en la República Dominicana (Fase III) PMC – Materiales de sesiones educativas para Instructores/as del segundo ciclo

Para que la víctima de violencia sexual pueda de alguna manera continuar hacia adelante, es necesario desarrollar resiliencia.

La resiliencia es una fuerza interna con la que puede resistir o superar dificultades o sufrimientos. Es la capacidad con la que pueda superar las dificultades y adaptarse con éxito al medio ambiente frente a riesgos o crisis, lo que significa que son menos sensibles a los riesgos y pueden volver a los niveles anteriores de adaptación.

Para aumentar la resiliencia, es necesario reforzar la positividad. Sin embargo, es bastante difícil para una víctima que ha experimentado una crisis pensar positivamente o tener una mente esperanzada. Por esta razón, se debe ayudar activamente las personas que la rodean a desarrollar resiliencia.

### **Principios para ayudar a amigos/as**

- Comunicar a amigos/as que quiere ayudar.
- Escuchar bien lo que dicen.
- No reírse.
- No intervenir hasta que le pidan ayuda.
- Confiar y guardar secretos.

### **Maneras para desarrollar resiliencia**

- Identificar la causa: ayudar a identificar la situación y encontrar una solución.
- Controlar emociones: ayudar a controlar las emociones negativas, alentar el pensamiento positivo y controlar los impulsos.
- Desarrollar habilidades interpersonales: mostrar empatía y apoyo suficiente y ayudar a garantizar una comunicación clara. Buscar el consejo de alguien que pueda ayudar.

## **La violencia de género**

La violencia de género se refiere a los actos de violencia contra los derechos humanos, que se especifican legalmente debido a las diferencias de género, género definido socialmente (UN Women).

La violencia de género contra la mujer es «todo acto de violencia de género que resulte, o pueda tener como resultado un daño físico, sexual o psicológico para la mujer, inclusive las amenazas de tales actos, la coacción o la privación arbitraria de libertad, tanto si se producen en la vida pública como en la privada»

## Prevención de Embarazos en Adolescentes y Fortalecimiento de la Salud Integral de Adolescentes en la República Dominicana (Fase III) PMC – Materiales de sesiones educativas para Instructores/as del segundo ciclo

El 35% de las mujeres del mundo han sido agredidas sexualmente por más de una vez en su vida (sin incluir el acoso y el abuso sexuales).

Más del 70% de las mujeres del mundo han experimentado violencia física y sexual por parte de sus parejas más de una vez en su vida.

Se ha encontrado que el 51% de las víctimas de trata son mujeres adultas. Esto se aumenta significativamente al 71% si se adjunta la cantidad de niños añadidos. Y 3/4 de víctimas de mujeres son explotadas sexualmente.

650 millones de mujeres y niñas del mundo se casan antes de cumplir 18 años. Casarse a la temprana edad aumenta el riesgo de aislamiento social y violencia doméstica. Además, hay más posibilidad de que las niñas mueren durante el parto o se infectan con el VIH/SIDA o embarazos a la temprana edad.

Alrededor de 200 millones de mujeres experimentan la mutilación genital femenina (MGF). La razón es simplemente porque es "una tradición" o porque las mujeres no deberían sentir placer sexual.

La violencia causa problemas de salud fatales porque es un acto deliberado que tiene la intención de dañar el cuerpo y la mente de otra persona. Con violencia extrema, causa lesiones y la muerte misma, y aumentan las enfermedades crónicas como traumatismos, cicatrices físicas y trastornos mentales. También puede afectar la salud de la reproducción sexual, como el embarazo no deseado, el aborto inseguro y las infecciones de transmisión sexual. La violencia de género es un problema social grave que debe abordarse en la salud pública, ya que las mujeres violentadas no pueden aislarse involuntariamente de las actividades sociales y vivir una vida normal. (UN WOMEN, 2011).

## Tema 2. Prevención de violencia sexual y reacción adecuada

### A. Respeto

Acto mediante el cual una persona tiene consideración por otra y actúa teniendo en cuenta sus intereses, capacidades, preferencias, miedos o sentimientos.

### B. Pasos para practicar el respeto

- a. Practica el respeto hacia ti mismo. El respeto empieza por uno mismo. ...
- b. Trata a los demás como te gustaría que te traten. Debes ser amable hacia los demás si quieres que ellos sean amables contigo.

## Prevención de Embarazos en Adolescentes y Fortalecimiento de la Salud Integral de Adolescentes en la República Dominicana (Fase III) PMC – Materiales de sesiones educativas para Instructores/as del segundo ciclo

- c. Ponte en el lugar de los demás.
- d. Reconoce el valor intrínseco de cada persona.

### **C. Estableciendo límites:**

Es necesario ser educado y amable con los demás si queremos relacionarnos con los demás. De otro modo, será muy difícil que podamos establecer relaciones personales satisfactorias, que nos llenen y que formen una parte importante de nuestra vida, ya sean de pareja, familiares o de amistad. El problema surge cuando somos demasiado buenos/as y educados/as e incapaces de decir no cuando queremos decirlo o de poner alguna de nuestras prioridades por encima de las de los y las demás. Esta situación no se debe a que no sepamos relacionarnos, sino a que no sabemos establecer límites en nuestras relaciones personales.

Para establecer relaciones basadas en límites sanos, es necesario seguir una serie de pautas:

- Explicar lo que nos molesta: si algo nos molesta en nuestra pareja o en un amigo debemos decírselo, siempre de forma calmada y respetando los sentimientos del otro, para lograr resolver la situación.
- Aprender a negociar: no siempre podremos conseguir nuestros objetivos, por lo que podemos establecer acuerdos con las personas con las que mantenemos diferencias.

### **D. Violencia Intrafamiliar y de Género**

La violencia está definida por la Organización Mundial de la Salud (2002:3) como el uso deliberado de la fuerza física o el poder, ya sea en grado de amenaza o en un hecho efectivo, contra uno mismo, otra persona, o un grupo o comunidad, que cause o tenga muchas probabilidades de provocar lesiones, muerte, daños psicológicos, trastornos del desarrollo o privaciones. La violencia es un problema social y de salud pública que puede manifestarse de múltiples maneras, no solo se refiere a golpes, violaciones e insultos, sino a cualquier acción que limita o impida que una persona pueda disfrutar de sus derechos. En un sentido amplio puede decirse que existe violencia económica, social, política, emocional, entre otras.

La violencia está relacionada con el sometimiento y el uso de la fuerza.

## Prevención de Embarazos en Adolescentes y Fortalecimiento de la Salud Integral de Adolescentes en la República Dominicana (Fase III) PMC – Materiales de sesiones educativas para Instructores/as del segundo ciclo

Un estudio mundial sobre la violencia contra los niños del UNICEF ha evidenciado que las principales formas de violencia que sufren niñas, niños y adolescentes son: el castigo físico y psicológico, el acoso, la violencia sexual y de género y en sus manifestaciones externas a las aulas, las de bandas, o aquellas que derivan de conflictos armados<sup>1</sup>.

Uno de los ámbitos donde se expresan con mayor intensidad las desigualdades de género, es en las relaciones de pareja, donde con frecuencia una persona somete a la otra. En el ámbito familiar se refleja sobre la base del poder que ejerce una parte sobre la otra, y que afecta directamente a los niños, niñas y adolescentes como entes vulnerables. En la mayoría de los casos quien somete es el hombre y quien está sometida es la mujer.

Según la Ley 24-97 contra la Violencia Intrafamiliar, la violencia contra las mujeres es toda acción o conducta pública o privada en razón de su género que cause daño o sufrimiento físico, sexual o psicológico a la mujer mediante el empleo de fuerza física o violencia psicológica, verbal, intimidación o persecución.

Según esta Ley, la violencia que se ejerce en el ámbito familiar es la Violencia intrafamiliar que es toda conducta que emplee la fuerza física, violencia psicológica, verbal, intimidación o persecución dentro del hogar, ya sea contra uno o varios miembros de la familia, o cualquier otra persona con la que se mantenga una relación de convivencia, o persona bajo cuya autoridad o cuidado se encontraba la familia. Es importante destacar que dentro de la violencia intrafamiliar están considerados el maltrato infantil, la violencia hacia las personas adultas mayores, hacia las personas con discapacidad, y entre cónyuges.

### **a. Tipos de violencia intrafamiliar**

La violencia intrafamiliar se desarrolla de diferentes formas, según quien es el que la está empleando y hacia quién está destinada. Además, consigue desplegarse de diferentes maneras, según el tipo de abuso que se utilice.

Existen diferentes tipos y modalidades de violencia que es necesario prevenir, atender y denunciar:

---

<sup>1</sup> Centro de Estudios de Género del INTEC(2019),Guía para la Prevención de la Violencia, elaborado para la Dirección de Género y Desarrollo del MINER. 2019.

### **b. Violencia física**

Hay violencia física cuando una persona te patear o da golpes a otra, le empuja, le arrincona e inmoviliza a la fuerza, le arroja objetos, entre otras manifestaciones; en algunos casos usa armas u otros objetos. En la violencia física, la persona que agrede genera miedo y daño corporales.

### **c. Violencia emocional**

Cuando una persona humilla, descalifica, amenaza, insulta, excluye o limita a otra. También se habla de violencia emocional cuando una persona vigila de forma permanente a otra o la ceba demasiado. Este tipo de violencia afecta las emociones, la seguridad en sí mismo y la autoestima.

### **d. Hay violencia sexual**

Cuando a una persona se le exige tener relaciones o contacto del tipo sexual, sin que ésta lo desee. La persona que agrede tiene una actitud de dominación, provocadora y ofensiva.

### **e. Abuso sexual**

Se produce cuando una persona le exige a otra que realice prácticas sexuales, ya sea con penetración, tocamiento o exposición de los genitales u de otras partes del cuerpo, sin su voluntad. Ej. le obliga a tener sexo, le exige que realice prácticas sexuales contra su voluntad, se niega a usar el preservativo, le obliga a tener sexo con otra persona.

### **f. Incesto**

En el código penal dominicano, se define incesto a todo acto de naturaleza sexual realizado por un adulto mediante engaño, violencia, amenaza, sorpresa o constreñimiento en la persona de un niño, niña o adolescentes con el cual estuviere ligado por lazos de parentesco natural legítimo o adoptivo hasta el cuarto grado o por lazos de afinidad hasta el tercer grado.

### **E. Violencia patrimonial o económica:**

Se relaciona con el abuso del poder financiero en el hogar, donde quien provoca esta violencia impone sanciones de tipo financieras a sus familiares, privándoles de dinero y del acceso a bienes materiales. Algunos ejemplos de violencia económica se dan cuando una persona priva de dinero a la pareja y a sus hijos, cuando se queda con los ingresos de ambas partes, cuando se opone a que la otra persona trabaje para ganar su propio dinero, cuando oculta la existencia de bienes.



## **F. Acoso entre pares (bullying).**

La violencia que se expresa en el ámbito escolar tiene un fuerte impacto en este ámbito. El acoso entre pares o bullying se refiere a cualquier forma de maltrato de tipo psicológico, físico o verbal producido entre estudiantes o pares, de manera reiterada a lo largo de un tiempo determinado, con el objeto de someterlo, opacarlo, asustarlo y amenazarlo, lesionando así la dignidad de niños, niñas y adolescentes (MINERD, 2013). Esta acción sitúa a las víctimas en posiciones de las que difícilmente pueden salir por sus propios medios. La continuidad de estas relaciones provoca en las víctimas efectos claramente negativos: descenso en su autoestima, estados de ansiedad e incluso cuadros depresivos, lo que dificulta su integración en el medio escolar y el desarrollo normal de sus aprendizajes.

## **G. Las dimensiones del bullying son:**

- a. tiene que ocurrir entre compañeros y compañeras,
- b. tiene que darse en un marco de desequilibrio de poder,
- c. tiene que ser reiterativo y sostenido en el tiempo.
- d. tiene que ser intimidatorio.

## **H. El bullying se expresa a través de diferentes formas**

- a. Física: la que está relacionada a golpes, empujones, trompadas, utilización de diferentes objetos para herir o dañar a su víctima.
- b. Verbal: que tiene que ver con burlas físicas e intelectuales, ridiculizaciones, insultos y menosprecio.
- c. Psicológica: que es el abuso de poder, intimidación, humillación, anulación, amenaza y manipulación.
- d. Social: que es la segregación y aislamiento del grupo.

## **I. Nuevas tecnologías y violencia**

Existen riesgos en el uso de las nuevas tecnologías en la comunicación, ya que pueden ser utilizadas como una herramienta más de manifestación de violencia.

Una manifestación de esa violencia a nivel de las nuevas tecnologías es el cyber-acoso, que se define como la acción de llevar a cabo amenazas, hostigamiento, humillación u otro tipo de molestia realizadas de una persona a otra por medio de tecnologías de comunicación, es decir: Internet, telefonía móvil, correo electrónico, mensajería instantánea, juegos online, redes sociales, etc. También está el cyber-bullying, que es un cyber acoso aplicado en un contexto en el que únicamente están implicados

## Prevención de Embarazos en Adolescentes y Fortalecimiento de la Salud Integral de Adolescentes en la República Dominicana (Fase III) PMC – Materiales de sesiones educativas para Instructores/as del segundo ciclo

menores, y supone el uso y la difusión de información de datos difamatorios y discriminatorios a través de dispositivos electrónicos, como: correos, mensajería instantánea, redes sociales, mensajería de texto, o la publicación de videos o fotos.

Este tipo de violencia tiene consecuencias negativas para todos los involucrados e involucradas. Aquél que agrede puede creerse poderoso o superior, y pensar que esa es una buena manera de resolver problemas, o de conseguir lo que quiere. Los que son testigos de este tipo de conducta pueden sentirse solos o culpables, especialmente si no saben qué hacer al respecto, y también pueden sentir miedo porque pueden ser también víctimas.

Para la persona acosada las consecuencias pueden ser múltiples, pues se siente humillada, con vergüenza, depresiva y con baja autoestima e incluso el suicidio. Esto impacta en su comportamiento y en la forma de relacionarse, pues tienden al aislamiento y a desarrollar sentimientos de soledad y angustia.

### **J. Autodeterminación**

Hace referencia a nuestra capacidad para tomar decisiones sobre nuestras identidades y nuestro futuro, definir por nosotros mismos quiénes somos y quiénes deseamos ser sin el control de personas o fuerzas externas.

### **K. Manejo de conflictos y alternativas de solución**

Entendemos el conflicto como una incompatibilidad entre conductas, objetivos o afectos entre personas y/o grupos que definen estas metas como mutuamente incompatible, podemos decir que en este intervienen conducta y afectos, elementos básicos del conflicto.

En todas partes donde hay personas interactuando se generan situaciones de desacuerdos; es decir, los conflictos son parte de nuestra realidad. Se habla de un conflicto cuando, entre personas o grupos de personas, hay intereses, deseos u objetivos contrarios. El conflicto empieza cuando una parte percibe que la otra afecta de manera negativa algunos de sus intereses. Frente un conflicto se podrá llegar a acuerdos a través de la negociación. Se puede distinguir entre conflictos positivos y negativos (Departamento de residencias estudiantiles, 2004) 35.

#### **a. Manejo de conflicto de manera adecuada:**

- Estimula la discusión.
- Aclara puntos de vista.

## Prevención de Embarazos en Adolescentes y Fortalecimiento de la Salud Integral de Adolescentes en la República Dominicana (Fase III) PMC – Materiales de sesiones educativas para Instructores/as del segundo ciclo

- Obliga a buscar nuevos enfoques.
- Fomenta la creatividad.
- Es fuente de autoestima.

### **b. Un conflicto puede tener consecuencias negativas cuando:**

- Dificulta la comunicación.
- Disminuye la cooperación.
- Limita la habilidad de escuchar.
- Destruye la unidad.
- Reduce el nivel de confianza.

## **L. La asertividad**

La actitud que se asuma para enfrentar la aparición de un conflicto determinará la forma en cómo se va a resolver. Un elemento importante para la resolución de conflictos es la asertividad.

Se entiende por asertividad la capacidad de enfrentar con calma y seguridad situaciones tensas, y la predisposición a resolver los conflictos a través del dialogo, la búsqueda de alternativas justa para ambas partes, la voluntad de entender y hacerse entender.

Las personas asertivas tienen generalmente una buena autoestima y aceptan las críticas como constructivas, sin contraatacar; expresan lo que sienten y hacen peticiones; dicen que “no”, “tengo que pensarlo”, o “no sé”, y “no entiendo” sin sentirse culpables. La asertividad es útil para encontrar soluciones no violentas a los conflictos.

## **M. Resolución no violenta de los conflictos**

Siempre se debe de tratar de buscar formas no violentas para resolver las diferencias que se presentan de manera cotidiana en las relaciones; ya sean familiares, de pareja, laborales, noviazgo, etc. En el caso de las familias deben establecerse relaciones armoniosas, fomentando la comunicación, el respeto y reglas claras que permitan reconocer el rol que cada integrante tiene. Existen diferentes técnicas que posibilitan la resolución de situaciones conflictivas, como son la negociación, la mediación, conciliación y el arbitraje.

### **a. Mediación**

Es un procedimiento en el que una persona o grupo de personas, ajenas al conflicto, ayuda a los involucrados en este, a llegar a un acuerdo y/o resolución del problema sin establecer sanciones ni culpables, sino buscando el acuerdo para restablecer la relación y la reparación, cuando sea necesaria. La mediación no es aplicable en casos de uso ilegítimo de la fuerza o el poder (MINERD, 2013). La mediación es un intento de colaborar con la otra persona y no de estar en contra de esta, en busca de una vía pacífica y equitativa para afrontar el conflicto. La mediación se caracteriza por la aceptación y el respeto mutuo.

### **b. Negociación**

Es el proceso mediante el cual se intenta solucionar un problema o influir en una persona o grupo de personas mediante el uso del diálogo y la intervención activa de diferentes partes con intereses en juego. Implica una comunicación de ida y vuelta, diseñada para alcanzar un acuerdo entre las partes que, si bien pueden compartir algunos intereses, tienen otros opuestos entre sí (MINERD, 2016). Una buena negociación promueve que los involucrados queden satisfechos con la solución del problema.

#### **Algunos puntos importantes para tener en cuenta en la negociación son:**

- Definir bien los objetivos y mantenerlos siempre presentes;
- Tratar de encontrar los intereses comunes o complementarios;
- Priorizar el tema de la comunicación, planificando todos los detalles de esta;
- Poner y sentir la mesa de la confianza;
- Flexibilidad y tolerancia, para poder adaptarse y comprender las diferentes versiones.

#### **N. ¿Cómo evitar la violencia?**

- Tratar de ocupar el lugar de otro para entender por qué reacciona de tal o cual forma, y no actuar de la misma forma.
- Escuchar a la otra persona.
- Evitar imponer nuestros criterios.
- Aprender a callar.

Prevención de Embarazos en Adolescentes y Fortalecimiento de la Salud Integral de Adolescentes en la República Dominicana (Fase III) PMC – Materiales de sesiones educativas para Instructores/as del segundo ciclo

- No dejarnos provocar por insultos.
- No intentar tener relaciones sexuales ni contacto físico contra la voluntad de la pareja.
- Cultivar la confianza y el respeto entre las amistades.
- Aprender a expresar afecto positivamente.

#### 4-1) [Ejercicio para estudiantes 1]

Identificar la relación entre violencia sexual, el consentimiento y la autodeterminación sexual

Lee la siguiente oración y escribe el nombre de la persona que se me ocurre y la relación que tengo con esa persona.

A. persona que pueda saludarme con la mano (Nivel de intimidad 1)

---

B. La persona que pueda estar con los brazos sobre mis hombros (Nivel de intimidad 2)

---

C. La persona que pueda abrazarme (Nivel de intimidad 5)

---

D. La persona que pueda besarme (Nivel de intimidad 10)

---

#### 4-2) [Ejercicio para estudiantes 2] Discusiones de cada caso

Caso de violencia 1	Caso de violencia 2	Caso de violencia 3
Julio y su esposa Martina	Miguel y sus amigos	Marlene y su jefe
Llega el marido a la casa y no encuentra la comida en la mesa. Se acerca a la mujer que está en la cocina y diciendo maldiciones le dice:	Miguel llega corriendo y les dice a sus amigos... Muchachos, tengo un cuento que hacerles, uno que me acaban de contar, ocurre que...	Marlene trabaja en una fábrica de zona franca. Alex, el jefe del departamento, desde que llego no

Prevención de Embarazos en Adolescentes y Fortalecimiento de la Salud Integral de Adolescentes en la República Dominicana  
(Fase III) PMC – Materiales de sesiones educativas para Instructores/as del segundo ciclo

<p>Ni para eso sirves, para preparar una comida a tiempo. Ella le responde con la cabeza baja: es que tuve que salir... Cállate, que no sirves para nada, le grita.</p>	<p>No sigas, no sigas, que a ninguno de nosotros le interesan tus cuentos, le contesta uno de los amigos. Cállate, que tú no tienes gracia para hacer cuentos, le dice otra. Y así, continuaron los comentarios. Miguel, como en otras ocasiones, guardo silencio y se fue a su casa.</p>	<p>le quita los ojos de encima. Se acerca cada vez que tiene la oportunidad. Marlene hasta el momento ha podido esquivar la situación. Pero ocurre que ayer en la tarde, Alex le dice calladamente que después de terminar el trabajo se quede, pues tiene algo importante que decirle. Ella accede porque ella no noto el tono insinuante que el usa siempre. Cuando termina el trabajo todos se van y se quedan los dos en la fábrica. Ella va a la oficina y cuando entra ve dos vasos sobre el escritorio. Él le dice que tome y ella lo rechaza. el insiste a lo cual ella le responde con determinación: ¿cuál es el punto tan importante que quería tratarme? Oh es que quiero hacerte supervisora general, y mientras le habla, se le acerca y le dice: necesitamos una persona como tú, fuerte, decidida, está muy cerca, le echa el brazo en el hombro con inclinación sexual, y hasta bonita... Marlene, con un ademan fuerte le quitó el brazo de encima, da media vuelta y sale de allí tirando la puerta.</p>
---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

**Compartimos las opiniones de cada caso**

- ¿Cuál era el problema?
- ¿Cuál era el origen del problema?
- ¿Cómo se sentían los personajes?
- ¿Se ha solucionado el conflicto? ¿Cómo?
- ¿Cómo se sienten después los personajes?
- ¿Cuál es la mejor forma para resolver el conflicto? ¿Por qué?

**4-3) [Ejercicio para estudiantes 4] Plan de orientación**

Ejercicio 4. Mire el video y discuta sobre el significado del consentimiento o la autodeterminación sexual.

- Objetivo: Los y las estudiantes comprenden el consentimiento o la autodeterminación sexual después de ver el video.
- Dirección de orientación.
  - El instructor pone los videos a los y las estudiantes.
  - el instructor hace que los estudiantes presenten o discutan sus respuestas.
  - Haga énfasis en que tomar té y practicar relaciones sexuales están relacionados con la voluntad autónoma del individuo “la autodeterminación” y respetarlo es importante.
  - Explique que las situaciones hipotéticas (sin el consentimiento de la otra persona) como obligar a alguien dormido a tomar té o considerar que la otra persona querría tomar té ayer y, hoy también va a querer tomarlo sin preguntarle no son situaciones diferentes de las relacionadas con relaciones sexuales sin la autorización de la otra persona.
- Notas
  - Debido a que no hay una respuesta correcta o incorrecta, es importante crear un ambiente donde los estudiantes puedan expresar sus opiniones libremente.
  - En caso de algo inapropiado, corríjalo.
- Duración: aproximadamente 15-20 minutos

## Sesión 6. Sociedad y cultura

### 1. Contenido: Embarazos en adolescentes, comercialización sexual, los medios de comunicación, pornografía

### 2. Objetivos de la sesión:

- Discutir los problemas sociales causados por embarazos en adolescentes y comprender por qué se necesita estar preparado para un embarazo.
- Prestar atención a la cultura sexual representada en los medios de comunicación y señalar los errores.
- Comprender los efectos y problemas de la pornografía.

### 3. Planificación de la sesión

Paso	Contenido y actividad		Método educativo	Medios y materiales para la sesión	Duración	Nota
	Instructor/a y estudiantes					
Introducción	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Identificar los problemas de embarazos en adolescentes.</li> <li>- Identificar aspectos sexuales de la cultura mal representados en los medios de comunicación.</li> <li>- Comprender el impacto de la pornografía y cómo lidiar con ella.</li> </ul> <p>Las adolescentes tienen un alto riesgo de embarazos no deseados, es una característica frecuente de los países en desarrollo, como consecuencia de la falta de educación en sexualidad y salud reproductiva. La baja condición socio económica, el bajo nivel educativo y una cultura más conservadora, entre otros factores, impiden que los/las adolescentes ejerzan de manera responsable sus derechos reproductivos. La información sobre planificación familiar es limitada para los adolescentes, además una</p>		Sesión	Texto	90 minutos	



Prevención de Embarazos en Adolescentes y Fortalecimiento de la Salud Integral de Adolescentes en la República Dominicana (Fase III) PMC – Materiales de sesiones educativas para Instructores/as del segundo ciclo

	<p>falta de formación del núcleo familiar para abordar estos temas.</p> <p>Las embarazadas adolescentes tienen más probabilidades que las mujeres mayores de tener un parto prematuro, un aborto espontáneo y de tener óbito fetal y es cuatro veces mayor la mortalidad materna, debida a complicaciones del embarazo.</p> <p>Dentro de las consecuencias de un embarazo no deseado en la adolescencia se encuentran el aumento de la mortalidad materna, la deserción escolar, el desempleo, y un mayor riesgo de divorcio y trastornos mentales. Para el hijo de la madre adolescente existe mayor riesgo de muerte, bajo peso al nacer, retardo del crecimiento y desarrollo, y maltrato físico.</p> <p>Ver un video relacionado con la situación actual de embarazos en adolescentes en la República Dominicana</p> <p><a href="https://www.youtube.com/watch?v=9Eh7owth6VY&amp;list=PLczDHfi42KL1-ebeFzvJF16IuCi0GCdDV&amp;index=3&amp;t=459s">https://www.youtube.com/watch?v=9Eh7owth6VY&amp;list=PLczDHfi42KL1-ebeFzvJF16IuCi0GCdDV&amp;index=3&amp;t=459s</a></p>				
Desarrollo	<p><b>Tema 1. Embarazos en adolescentes</b></p> <p><b>[Ejercicio para estudiantes 1] Si ocurre un embarazo en adolescentes</b></p> <p>Lea un caso sobre embarazos en adolescentes y motive la reflexión al respecto</p> <p>Ver al contenido abajo</p> <p><b>Echamos un vistazo a la situación de los embarazos en adolescentes en RD</b></p> <p>El 95% de los partos de adolescentes suceden en los</p>	Actividad grupal	PPT	70 minutos	El/la instructor/a conduce la sesión presentando información sobre la situación de los embarazos en adolescentes en el país. Solicita a los estudiantes que participen

Prevención de Embarazos en Adolescentes y Fortalecimiento de la Salud Integral de Adolescentes en la República Dominicana (Fase III) PMC – Materiales de sesiones educativas para Instructores/as del segundo ciclo

	<p>países en desarrollo. República Dominicana se encuentra entre los 5 países con mayor proporción de embarazos en adolescentes de América Latina. En República Dominicana, 1 de cada 4 mujeres (24%) de entre 20 y 49 años tuvo un hijo antes de los 18 años y casi la mitad (41%) antes de los 20 años</p> <p><b>Las complicaciones durante el embarazo y el parto son la</b> En la Republica Dominicana, se estima que los abortos inducidos en circunstancias inseguras ocasionan el 13% (OMS, 2011) de las muertes maternas (4ta causa de muerte materna).</p> <p>Las principales causas relacionadas con la deserción escolar son el embarazo, el cuidado infantil y la inserción laboral. El 61.4% de las adolescentes alguna vez embarazadas en el país pertenecen a los sectores más pobres. Las adolescentes con nivel de instrucción básico o primario presentan un porcentaje de embarazos casi seis veces mayor a las que tienen nivel superior.</p> <p><b>Consecuencias del embarazo en la adolescencia</b> Mayor riesgo para la madre de morir o sufrir toxemia, hipertensión inducida por el embarazo, anemia grave, parto prematuro o placenta previa, Prematuridad y retraso en el crecimiento intrauterino del niño. - Mayor probabilidad de que el bebé nazca con bajo peso. Mayor probabilidad de muerte del niño antes del primer año. Generalmente, se dedican al trabajo doméstico por el bajo nivel escolar.</p>	Actividad individual	Papel y lápiz	<p>presentando su conocimiento sobre el tema.</p> <p>Divida los estudiantes en grupos por género para ver las diferencias de pensamientos.</p> <p>Enfatice que el problema de embarazos en</p>
--	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------	---------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Prevención de Embarazos en Adolescentes y Fortalecimiento de la Salud Integral de Adolescentes en la República Dominicana (Fase III) PMC – Materiales de sesiones educativas para Instructores/as del segundo ciclo

	<p><b>Consecuencias del aborto en adolescentes</b></p> <p>El 26% de los abortos atendidos en los centros de salud publico ocurrieron en adolescentes de 10 a 19 años y las más afectadas son las adolescentes residentes de provincia con mayor pobreza, zona rurales y bateyes (ONE 2014).</p> <p>El aborto inseguro es un de la principal causa materna en adolescentes de acuerdo con la OMS.</p> <p>En la Republica Dominicana, se estima que los abortos inducidos en circunstancias inseguras ocasionan el 13% (OMS, 2011) de las muertes maternas (4ta causa de muerte materna).</p> <p>Los métodos de inducción de aborto mas conocidos son las preparaciones caseras de tomas abortivas (69.4%); fármacos (50.7%), siendo el fármaco denominado Citotec (misoprostol).</p> <p>Según los datos del estudio situación del aborto en República Dominicana, que los grupos de edades con mayor concentración de mujeres con experiencia en abortos inducidos o espontaneo oscilan entre los 15 y los 25 años, ya que el aborto inducido se reporta en el 82.6% en las estudiantes que tenían menos de 25 años al momento de este.</p> <p>De acuerdo con ENDESA-2013 y en ambos estudios se observa que inicio de las relaciones sexuales a una edad temprana esta presente entre las mujeres que han experimentado algún tipo de aborto.</p> <p>De modo que al comparar la variable inicio temprano</p>	<p>Actividad individual</p>	<p>Artículo para leer</p>	<p>adolescentes afecta también a los estudiantes hombres Dirija claramente que los problemas de las madres y los padres adolescentes solteros pueden conducir a varios problemas tanto para ellos mismos como para sus hijos.</p> <p>Designa a un/a amigo/a como testigo, cada estudiante lea su juramento</p> <p>Señale que los medios de comunicación a menudo conducen a priorizar el propósito de ganar dinero sobre el papel educativo.</p> <p>Antecedentes de. Promoción</p>
--	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------	---------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Prevención de Embarazos en Adolescentes y Fortalecimiento de la Salud Integral de Adolescentes en la República Dominicana (Fase III) PMC – Materiales de sesiones educativas para Instructores/as del segundo ciclo

	<p>de relaciones sexuales y ocurrencia de algún tipo de aborto, la relación es inversamente proporcional, pues a menor edad en el inicio, mayor la ocurrencia de abortos. Situación del aborto en la República Dominicana, PROFAMILIA, 2016</p> <p><b>Consecuencias socio económicas y psicológicas</b></p> <p>Ambos adolescentes para asumir su responsabilidad se verán obligados a dejar la escuela, se presenta la necesidad de trabajar para asumir sus roles de padres/madres, conseguirán trabajos poco remunerado, empobrecimiento, postergar su proyecto de vida, rechazo de sus compañeros/a, abandono de las actividades cotidiana propia de su adolescencia y depresión.</p> <p><b>[Ejercicio para estudiantes 2]</b></p> <p>2-1) Escribir tu opinión sobre el embarazo en adolescentes.</p> <p>2-2) Escribir el compromiso de ser padre/madre Ver al contenido abajo.</p> <p><b>Tema 2. Promoción de la sexualidad a través de los medios de comunicación</b></p> <p>Piense en comerciales o programas de los medios que enfatizan el contenido sexual. Haga y discuta la pregunta “¿Son necesarias esas escenas?”</p> <p><b>Imágenes sexuales mostrados en los medios</b></p>			<p>de la sexualidad a través de los medios de comunicación, cultura sexual centrada en el hombre, materialismo derivado de la industrialización , cultura sexual con hedonismo, acceso fácil a información de sexo poco saludable debido al desarrollo de los medios de comunicación e Internet, Uso del sexo como medio para obtener ganancias comerciales sin importar las consecuencias.</p> <p>¿Cuál es la escena que salió más? Una escena de sexo entre un hombre y una mujer. ¿Qué</p>
--	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--	--	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Prevención de Embarazos en Adolescentes y Fortalecimiento de la Salud Integral de Adolescentes en la República Dominicana (Fase III) PMC – Materiales de sesiones educativas para Instructores/as del segundo ciclo

	<p><b>de comunicación</b></p> <p>Enfatiza solo las partes del cuerpo de una persona que estimula la curiosidad sexual, especialmente enfoca el cuerpo femenino como un instrumento sexual, que infunde valores sexuales inapropiados. Estimula la curiosidad de los adolescentes y promueve y difunde las imágenes asociadas al consumo de productos y esto contribuye en la valoración del cuerpo de la mujer como objeto sexual.</p> <p>Establece estereotipos de roles de género</p> <p>Transmite la idea de que las mujeres pueden tener éxito social y ser amadas por los hombres solo cuando la sociedad la considera ideal. Con eso, las mujeres piensan en una dieta excesiva o cirugía plástica, y los hombres también basan el criterio de belleza en estas condiciones.</p> <p>Los hombres también piensan que deben tener la capacidad económica y cuerpo musculoso para atraer a las mujeres. También aprende el rol de género equivocado al observar las características del hombre ideal considerado por la sociedad.</p> <p>Justifica la violencia sexual</p> <p>Los medios de comunicación promueven una visión que no considera que los hombres y las mujeres deben respetarse entre sí.</p> <p>Los medios de comunicación tienden a dar relevancia a los sentimientos y expresiones de satisfacción y alegría de las mujeres y no permitir sentimientos de disgusto, rabia, frustración ante actitud tosca e irrespetuosa de los hombres. Esto puede dar a los espectadores una visión permisiva a los conceptos inapropiados de</p>			<p>parte corporal se destaca o se exagera? Los aparatos genitales de hombre y mujer o los senos femeninos.</p> <p>¿Cuál es la imagen de una mujer o un hombre en la pornografía? Los hombres están obsesionados con la superioridad masculina, con fuertes representaciones violentas y sádicas. Las mujeres son pasivas y retratadas como si les gustara ser violadas sexualmente por hombres.</p> <p>Dirija a los estudiantes para que reconozcan el impacto de la pornografía en los adolescentes, tengan posturas críticas para escapar de la</p>
--	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--	--	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

	<p>género.</p> <p><b>[Ejercicio para estudiantes 3]</b>                  Lean juntos sobre cosas que deben recordar para lidiar con la promoción inadecuada de la sexualidad a través de los medios de comunicación. (buscar ejemplo por medio de videos, imágenes etc.)</p> <p><b>Prevenir el acceso a la pornografía</b>                  Pregunta: ¿Cómo podemos juzgar la pornografía?                  El Dr. Víctor Klein, profesor de psicología clínica en la Universidad de Utah, trataba a pacientes con problemas físicos y mentales causados por la pornografía y ha descubierto que sus síntomas aparecen en cuatro etapas:</p> <p>① Etapa de adicción                  - Encuentras la pornografía al azar, luego la buscas a propósito. Al final la pornografía ocupa mucho tiempo y la controla.</p> <p>② Etapa de ascenso                  - Busca pornografías más fuertes y provocativas. Se aumenta el deseo de llevar a la práctica las escenas que y piensa en el sexo solo por placer. Esto produce confusión en las relaciones normales.</p> <p>③ Insensibilidad                  - Considera la pornografía como normal. Se desaparecen las sorpresas, nada impresiona, desaparece el remordimiento que sentía al principio y luego acepta y asume la pornografía como algo</p>				<p>tentación de pornografías.</p>
--	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--	--	--	-----------------------------------

Prevención de Embarazos en Adolescentes y Fortalecimiento de la Salud Integral de Adolescentes en la República Dominicana  
(Fase III) PMC – Materiales de sesiones educativas para Instructores/as del segundo ciclo

	<p>ordinario y natural.</p> <p>④ Etapa de comportamiento sexual - Es la etapa en la que el deseo de practicar los actos sexuales, representados en la pornografía como la violencia sexual. Esto causa colapso físico, mental y social.</p> <p><b>Señalar los problemas de la pornografía</b></p> <p>Señalar los problemas que se producen como consecuencia de estar expuesto a la pornografía durante la adolescencia.</p> <p><b>[Ejercicio para estudiantes 4]</b> Escriba qué puedes hacer para no exponerte a la pornografía. Seleccione dos de los actos que se compromete a cumplir y preséntelos a sus compañeros. Ver al contenido abajo</p>				
Finalización	<p><b>[Ejercicio para estudiantes 5] ¿Qué haría si un/a amigo/a me pide que veamos pornografía juntos?</b></p> <p>Mi interés en el sexo ha aumentado, y hay muchas oportunidades para encontrar pornografía a través de varios medios. Si un/a amigo/a me pide que veamos pornografía juntos, ¿qué haría? Escríbalo utilizando expresiones auto afirmativas.</p>	Individual	Hojas, lápices	10 minutos	El/la instructor/a identifica compromisos individuales de no acceder a pornografía enumerando dos razones.

Prevención de Embarazos en Adolescentes y Fortalecimiento de la Salud Integral de Adolescentes en la República Dominicana (Fase III) PMC – Materiales de sesiones educativas para Instructores/as del segundo ciclo

Campaña	[Campaña para concienciar al públicos]  1. Al final del programa de multiplicadores, planea una actividad de campaña masiva que pueda transmitir efectivamente el mensaje de "prevención del embarazo en adolescentes". 2. Proporcione diversos ejemplos de actividades de campaña implementadas por el Ministerio de la Mujer y planifique detalladamente cómo realizarlas; métodos específicos de implementación que sean factibles de acuerdo con las regionales y estudiantiles. (Ejemplo) Concierto, drama, maratón, zona de fotos, marcha callejera, etc.
---------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

## 4. Contenido

### 4-1) [Ejercicio para estudiantes 1] Consecuencias del embarazo en los/las adolescentes.

- ¡En ese momento me di cuenta oops!... que no me ha llegado la menstruación. ¿Qué debería hacer, decirle a? Mi madre noooo me matara, ummm a María (Mejor amiga), Pedro (Novio)...ummm... Bueno creo que mejor iré a una farmacia que este bien lejos de casa donde no me reconozcan y comprare una prueba de embarazo.
- ‘Noooo lo que temía, ahora noooo porque, esto arruinara mi vida y futuro ¡Muere! ¡Muere! Me levanté y me golpeé el estómago con dos puños como locas. Hasta que se formaron manchas moradas en mi vientre.
- Pienso todos los días como resolver esto. Debo resolverlo con Pedro por algo él es responsable de esto también, solo nosotros dos. “estoy embarazada” “! Quéee que tú queii ¿en serio? ¿pero ese muchacho no es mío verdad?” porque no me dirás que soy el único con el que has estado... Pedro se va sin escuchar a Julissa.
- “waooo, no he tenido noticias de Pedro, desde ese día me ha dejado sola y es el único con el que he estado y ahora me ha dejado sola, tanto que decía amarme. ¿Qué hare ahora? Ayy no sé. Tan solo pensarlo me da Dolor de cabeza.” “Maldita sea, si Pedro sigue así, voy a abortar a este bebé. O no tal vez mejor voy a gritar que Pedro es el padre y no se quiere hacer responsable” “Carajo, haz lo que quieras Pedro. Ya lo que quiero es morir”, bueno iré a un centro de salud.



Prevención de Embarazos en Adolescentes y Fortalecimiento de la Salud Integral de Adolescentes en la República Dominicana (Fase III) PMC – Materiales de sesiones educativas para Instructores/as del segundo ciclo

- “(Julissa) doctor Por favor, necesito salir de esto, si en mi casa se entera me matan y mi novio no se quiere hacer responsable” (doctor) “El aborto es muy peligroso y en este país es ilegal, debes saber que como eres adolescente tu cuerpo no se ha desarrollado completamente, si abro demasiado el útero, se puede romper o perforar” “Si abortas el feto, podrías luego tener el remordimiento, es una decisión que debes pensarla bien.”
- “Pasado dos días regreso Pedro y dice ¿Por qué no tenemos el bebé? ¿podría trabajar después de clase y los fines de semana? ¿no se podríamos vivir juntos lejos de aquí?” al Parecer Pedro estuvo también preocupado mientras tomaba alcohol y sin saber que hacer con tremenda responsabilidad.
- Ya casi terminan las vacaciones. ¿Qué voy a hacer ahora? Me pongo muy triste cada vez que lo pienso y no le he contado a mi madre.

Fuente: Novela ‘Kissing my life’ adaptada

### 4-2 Ejercicio para estudiantes 2-2 Escribe sobre el compromiso de ser padre/madre adolescente

Compromiso

Querido yo ( \_\_\_\_\_ ) en mi edad ( \_\_\_\_ )  
 ( \_\_\_\_\_ ) física, mental y socialmente  
 y me dedico a ( \_\_\_\_\_ ) ya por ( \_\_\_\_\_ ) meses/años.  
 me casé con la persona que amo, y ( \_\_\_\_\_ ) año(s) después de esperar un bebé  
 prometo que voy a ser un padre / una madre más ( \_\_\_\_\_ )  
 a mi bebé que cualquier otra persona en el mundo

Día        / Mes        / año

\_\_\_\_\_

(Firma)

Testigo: \_\_\_\_\_ (Firma)

### 4-3) [Ejercicio para estudiantes 4

**Tabla 3 ¿Qué puedo hacer para protegerme de la pornografía?**

1. Dejo la computadora en ( _____ ) donde la comparte toda la familia
2. Instalo el programa de ( _____ ) contra pornografía en la computadora.
3. Elimino el correo electrónico ( _____ ) ilegal sin abrirlo.
4. Si un/a amigo/a me ( _____ ) para ver pornografía juntos, rechazo de plano.
5. Conozco ( _____ ) de la pornografía y no la veo.
6. Tengo pasatiempos saludables como ( _____ ), ir al concierto, tocar instrumentos musicales.
7. ( _____ ) activamente los correos electrónicos obscenos e ilegales mientras uso internet, teléfonos o móviles.
8. Estoy consciente que me vuelve ( _____ ), si sigo viendo pornografía.

**Prevención de Embarazos en Adolescentes y Fortalecimiento de la Salud Integral de Adolescentes en la República Dominicana (Fase III) PMC – Materiales de sesiones educativas para Instructores/as del segundo ciclo**

**Ejercicio 4.1 Escribe qué puedes hacer para no exponerte a una red de pornografía.**

El código de niñas, niño y adolescente (Ley 135-06), prohíbe la comercialización, prostitución la utilización en pornografía de niñas, niños y adolescentes. Se entiende como actividades pornográficas, toda representación por cualquier medio, dedicada a actividades sexuales explícitas, reales o simuladas o toda representación de las partes genitales de niñas, niños y adolescentes con fines primordialmente sexuales.

**Tabla 4.1 ¿Qué puedo hacer para no exponerme a una red de pornografía?**

1. Si alguien me obliga a mostrar mis partes íntimas (hablo con una persona adulta y de confianza) para pedir ayuda.
2. Si una persona quiere que le envíe fotos de mis partes íntimas a cambio de (dinero o cualquier otro regalo) digo (NO) y lo hablo con mi padre, madre, tutor o cualquier persona de mi confianza.
3. Evito tener secretos y no dejo que obligue (a hacer cosas a escondidas).
4. Si un/a amigo/a me invita a visitar a una persona para ver (videos pornográficos), rechazo la propuesta y le digo que debe alejarse de esa persona.
5. Si alguien me ofrece ayudarme para practicar un deporte o cualquier actividad extracurricular, y luego me pide realizar otro tipo de juegos pornográficos, (lo denuncio) aunque me amenace.
6. Cuando conozco a alguien solo a través de las redes sociales si me invita a un encuentro para conocernos yo (lo rechazo y busco ayuda de un familiar)

## Prevención de Embarazos en Adolescentes y Fortalecimiento de la Salud Integral de Adolescentes en la República Dominicana (Fase III) PMC – Materiales de sesiones educativas para Instructores/as del segundo ciclo

### Lista de referencia

- 1) Liderazgo Juvenil, Valores y Sexualidad. Guía de orientación para estudiantes multiplicadores y multiplicadoras entre pares. (Versión preliminar para validación). MINERD
- 2) Ministerio de Igualdad de Género y Familia, Instituto Coreano para la Promoción de la Igualdad de Género y Educación (2016). Primera captura. Derechos de género. Los derechos de género en la escuela media. 13-50. Instituto de Corea para la Promoción de la Igualdad de Género y la Educación: Seúl.
- 3) Ministerio de Igualdad de Género y Familia, Ministerio de Igualdad de Género y Familia (2016). Tercera captura. Ambiente y cultura de género. Los derechos de género en el Bachillerato. 109-170. Instituto de Corea para la Promoción de la Igualdad de Género y la Educación: Seúl.
- 4) Ministerio de Educación de República Dominicana (MINERD), Guía para la Educación Integral en Sexualidad con personas jóvenes y adultas, versión para validación, 2016.
- 5) Barrios, Andrea, y Pinto, Bismarck. (2008). EL CONCEPTO DE AMOR EN LA PAREJA. Ajayu Órgano de Difusión Científica del Departamento de Psicología UCBSP, 6(2), 21-41. Recuperado en 06 de mayo de 2020, de [http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2077-21612008000200002&lng=es&tlng=es](http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2077-21612008000200002&lng=es&tlng=es)
- 6) UNESCO (2018). Orientaciones técnicas internacionales sobre educación sexual: Un enfoque basado en la evidencia. UNESCO: París.
- 7) UNESCO (2009). Todo es uno, Libro de Actividades. Volumen 2: Actividades para un enfoque unificado de la educación en sexualidad, género, VIH y derechos humanos. Obtenido de [www.itsallone.org](http://www.itsallone.org).
- 8) AeRee Sohn (2002). 6to capítulo. Amor e intimidad. El bello sexo en el ser humano. Editorial Samyong: Seúl
- 9) Asociación de estudio en clase de educación sexual (2016). Educación sexual en la escuela secundaria (1er grado). Materiales de enseñanza de educación sexual en la escuela secundaria basados en las Normas Nacionales de Educación Sexual. 11-98. Oficina de Educación en la ciudad metropolitana de Ulsan.
- 10) Educación para la salud en la escuela media (2011). Cuarta captura. Sexo y salud. Educación sexual en la escuela media. pp. 104-147. Instituto para una mejor educación: Seúl.

**Prevención de Embarazos en Adolescentes y Fortalecimiento de la Salud Integral de Adolescentes en la República Dominicana (Fase III) PMC – Materiales de sesiones educativas para Instructores/as del segundo ciclo**

11) Educación para la salud en la escuela media (2011). Cuarta captura. Sexo y salud. Guía del profesor de salud en la escuela media. 149-207. Instituto para una mejor educación: Seúl.

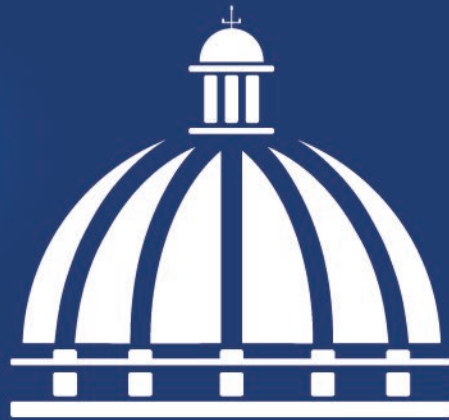
12) Educación para la salud en la escuela media (2011). Cuarta captura. Sexo y salud. Educación sexual en la escuela secundaria. Guía del profesor de salud en la escuela secundaria. 107-141. Instituto para una mejor educación: Seúl

13) Educación para la salud en la escuela media (2011). Cuarta captura. Sexo y salud. Educación sexual en la escuela secundaria. Guía del profesor de salud en la escuela secundaria. 174-220. Instituto para una mejor educación: Seúl

14) (Asociación incorporada) Foro de Educación para la Salud. Cuarto patio. Sexo y Salud. Una guía para profesores de salud juntos. 72-103. YBM: Seúl.

15) KOICA, Diccionario de cooperación internacional para el desarrollo: <http://www.oda.go.kr/opo/inva/infoCntrOdaWordDicaryList.do>

16) Texto para el programa de multiplicadores De joven a joven (2018), Good Neighbors República Dominicana.



GOBIERNO DE LA  
REPÚBLICA DOMINICANA

MINISTERIO DE LA MUJER



Centro de Promoción  
Salud Integral  
de Adolescentes

**KOICA**  
Korea International  
Cooperation Agency

  
Good  
Neighbors  
República Dominicana