

Índice

¿Por qué trabajar con familias?	3
Introducción	5
Presentación	5
Objetivos	6
Destinatarios	6
Primera Parte	7
Trabajando para la salud	7
Actividad N° 1	8
Pensando en la familia	9
¿Cómo se ejerce la autoridad?	11
Actividad N° 2	12
Actividad N° 3	12
Intentemos resolver conflictos	13
Actividad N° 4	14
El poder de la comunicación	15
Actividad N° 5	16
Apreciando los valores	17
Actividad N° 6	17
Actividad N° 7	18
Actividad N° 8	19
Segunda Parte	
El amor y el sexo en nuestros hijos	20
Actividad N° 9	25
Hablando de sexualidad con un hijo adolescente	26
Un tema embarazoso...	29
Actividad N° 10	32
Y si de prevenir se trata...	33
Actividad N° 11	35
Actividad N° 12	36
Hablando con nuestros hijos sobre abuso	37
Tercera Parte	
Proyectando para mi comunidad	40
¿Cómo realizar un proyecto?	40
Evaluación	43
Conclusiones	47
¿Hacia dónde vamos?	47
¿Cómo lo pensamos hacer?	47
Bibliografía	48

¿POR QUÉ TRABAJAR CON FAMILIAS?

La SADA comprometida con la salud y el bienestar de la comunidad bonaerense, reconoce en la **educación continua**, un proceso fundamental en el mejoramiento y la calidad de la atención, como así también en la promoción de los factores de protección frente al consumo.

El aprendizaje es siempre una construcción colectiva, basada en la evidencia y la realidad y con la certeza de que su desarrollo sea accesible, eficiente y equitativo.

La Escuela para Padres se constituye en un espacio para la formación de mediadores sociales, sujetos implicados activamente en la vida de su comunidad y con capacidad de liderar estratégicamente su dinámica. Una persona con estas características, se constituye seguramente en un agente de cambio social.

La Escuela para Padres propone una forma de intervención preventiva centrada en el sujeto que se potencia junto al rol primario de socialización y función educativa que cumple la familia en la evolución humana.

Lic. Patricia Segovia

Subsecretaria de Atención a las Adicciones

Introducción

Esta publicación que denominamos "Lineamientos básicos para la organización de la Escuela para Padres y Madres", tiene por objetivo acercarse a todos aquellos familiares que configuren el rol de padres y madres, sean biológicos o no y proponerles un espacio de reflexión, formación e información, para colaborar con ellos en la función cuidadora, educadora y socializadora que cumple la familia.

Esta estrategia se integra de manera amplia al proyecto educativo que viene desarrollando la SADA en el territorio bonaerense y pretende convertirse en una mínima contribución a la tarea de proteger a nuestros niños y jóvenes.

Toda aquella estrategia que se configura desde la SADA, se sustenta en una lectura de la realidad en nuestras comunidades. Y es por ello que la Escuela para Padres y Madres es una respuesta al acercamiento de las familias que integran las organizaciones comunitarias, desde el ámbito barrial o escolar, con el objetivo de reflexionar en conjunto, como también aumentar los factores de protección frente al consumo en un marco de prevención y promoción de la salud.

No solamente la inserción directa de nuestras Unidades Prestacionales en las diferentes localidades de nuestra provincia, sino los datos que se recogen desde los diferentes programas, evidencian que la familia, a pesar de las variaciones históricas y culturales a las que está constantemente sometida, se constituye aún como un espacio inalterable destinado al cuidado, crecimiento y transmisión de pautas culturales.

Así lo demuestra nuestro Departamento de Epidemiología donde se extrae de los datos evaluados en el año 2005, que el 60% de nuestros consultantes, continúa residiendo con su familia de origen, donde el 52% tiene características de familia abandonónica y el 22% presenta una dinámica conflictiva.

El Servicio de Orientación Telefónica aporta otro dato interesante, donde las consultas efectuadas corresponden en un 45% a algún tipo de vinculación familiar con el potencial paciente.

En esta tarea de construir un aprendizaje integrando redes sociales naturales, nos beneficiamos todos.

Presentación

El Programa Provincial **Escuela Para Madres y Padres** se propone reducir los factores de riesgo y aumentar los factores de protección, en lo que respecta al consumo de sustancias y los problemas sanitarios que éstas acarrearán, mediante la reflexión, la información y la formación de los grupos familiares, diseñado especialmente para los que ejercen las funciones parentales y maternas.

Su marco de referencia lo constituye el concepto de "prevención integral", entendiendo por ésta toda aquella propuesta que se desarrolle a través de acciones donde participen las diversas instituciones y sectores de la comunidad, entendiendo a las adicciones como un problema complejo que trasciende el ámbito de la salud pública, para involucrarse en cuestiones de seguridad, legalidad, factores económicos, etc.

Dicho marco persigue como objetivos: mejorar la calidad de vida de las familias bonaerenses, promover un adecuado cuidado de la salud, prevenir el consumo de drogas y alcohol y favorecer las redes de comunicación humanas.

Objetivos

1. Generar espacios de reflexión y capacitación con padres y madres para mejorar la calidad de vida y promover la participación de las familias bonaerenses en la construcción colectiva de la salud, favoreciendo desde la Subsecretaría de Atención a las Adicciones, la coordinación y articulación de todas las organizaciones de la comunidad.
2. Detectar y contactar organizaciones comunitarias a fin de facilitarles el apoyo necesario para conformar las **Escuelas para Padres y Madres**.
3. Capacitar a los padres y madres en prevención y promoción de la salud mediante la metodología de taller, configurando un espacio de aprendizaje mutuo.
4. Articular y coordinar a dichas organizaciones con los grupos conformados por los programas de la SADA: voluntariado en adicciones, grupos de proximidad, talleres para familias en el ámbito escolar, jóvenes en prevención.
5. Generar desde la Subsecretaría proyectos estratégicos de capacitación para la comunidad, desde un enfoque integral de la prevención.

Destinatarios

- Padres y Madres o todos aquellos sujetos que ejerzan ese rol dentro de la población general.
- Comunidad en general.

Trabajando para la salud

Cuando hablamos de **salud** y especialmente cuando abordamos el fenómeno de las drogas, sabemos que existen **factores** que actúan sobre las **personas**, las **familias** y las **sociedades**, que pueden considerarse de **riesgo o de protección** de acuerdo a cómo las influyan.

Vamos a mencionar algunos ejemplos sobre los factores de protección dado que nuestra intención es que los grupos construyan el concepto debatiendo en conjunto. Son aquellos que involucran: la **identidad** (el proceso de ser persona), la **autoestima** (alcanzar un juicio positivo de sí mismo), el **autocuidado** (las prácticas de protección de la salud), la **tolerancia a la frustración** (poder tolerar y aprender de nuestros errores) la **toma de decisiones** (algo tan importante como poder decidir), el **tiempo libre** (todas las posibilidades saludables para su utilización), la **comunicación** (la gran clave para comprendernos)

Mencionemos algunos ejemplos:

INDIVIDUALES

- Baja autoestima
- Crisis vitales
- Sobreprotección
- Falta de afecto
- Depresión
- Abandono escolar
- Aburrimiento.

FAMILIARES

- Incomunicación
- Problemas de pareja.
- Desorganización familiar.
- Falta de disciplina.
- Permisividad.
- Falta de valores.
- Violencia familiar

SOCIALES

- Corrupción.
- Analfabetismo.
- Consumismo.
- Exclusión social.
- Oferta de drogas legales e ilegales

ACTIVIDAD N°1

Seguramente seremos capaces de distinguir más factores de riesgo, pero les vamos a pedir que en grupo identifiquen los **factores de protección** para cada una de las categorías mencionadas.

FACTORES DE PROTECCIÓN	INDIVIDUALES	¿? Ej: el cuidado de la salud
	FAMILIARES	¿? Ej: la comunicación
	SOCIALES	¿? Ej: la solidaridad

Pensando en la familia

No podemos dejar de reflexionar en la función primordial, socializadora, educativa y generadora de hábitos de vida que cumple la familia en el seno de la sociedad.

Es además la generadora de valores y creencias y la transmisora de los patrones de comportamiento de acuerdo con el medio socio-cultural al que el la persona pertenezca.

Muchas veces nos preguntamos si la **familia está en crisis como institución**. Sin embargo resulta más coherente pensar que ella también sufre transformaciones a lo largo del tiempo y en las diferentes culturas. Vale mencionar que el matriarcado, la poligamia o el patriarcado, constituyen también modelos familiares y se desarrollaron en algún momento de la historia.

Vamos a analizar algunos tipos de familias....

TIPOLOGÍA DE FAMILIAS	EXTENSA O TRADICIONAL	Se encuentra integrada por varias generaciones y en líneas generales son muy dependientes del grupo familiar.
	NUCLEAR	Compuesta por la pareja y sus hijos, que según la tendencia actual viven cada vez más tiempo en el hogar familiar.
	TRONCAL	Conformada por los padres, uno de los hijos/as, la pareja de este/a y su descendencia. El contacto con el resto de los hijos es más frecuente que en otro tipo de familias.
	ENSAMBLADA	Integrada por la pareja y la descendencia que uno o ambos miembros tuvieron con otras personas en otras relaciones de parejas anteriores.
	MONOPARENTAL	La componen un solo progenitor y su descendencia, por razones de viudez o separaciones.
	ABUELOS QUE CUMPLEN EL ROL	Situación familiar que se da cuando los abuelos se hacen cargo de los nietos en forma temporal o permanente, ya sea por muerte de los progenitores, enfermedad,

Y si pensamos en sus funciones...

- **Es el primer grupo socializador**, a través de la transmisión de valores y pautas culturales.
- **Atiende las necesidades de sus miembros**, tanto de tipo material como afectivas.
- **Favorece la exogamia**, lo que implica preparar a sus hijos para la autonomía y la constitución de su propio grupo familiar.

Algunas otras cuestiones que intervienen en la dinámica familiar...

ROLES

Se definen como las actividades que representan la función de la familia, es decir, el papel que cumple cada uno de los miembros.

De esta forma y de acuerdo con pautas culturales, existen roles tradicionales como los de: esposo, madre, padre, hijo, etc. aunque puedan encontrarse hoy cumpliéndose por cualquiera de los miembros. Hablamos hoy de **roles flexibles**. Por ejemplo, ya no es sólo la madre la que se dedica al cuidado de los hijos pequeños, el padre también interviene; de este modo el niño recibe una estimulación más rica y variada y se favorece el desarrollo de la independencia y la exploración. La flexibilidad de roles supone consecuencias positivas y tiende a favorecer una interacción adecuada en las relaciones padres-hijos y de pareja.

LÍMITES

Decía el filósofo griego Aristóteles (1) que el ciudadano que no habita dentro de los límites humanos "o es una bestia bruta o es un dios".

Es cierto que puede representar una forma extrema de definir los límites de la conducta humana, pero también es cierto que no podemos actuar dentro de la familia o de la sociedad, siguiendo los dictados de nuestra única voluntad. Los límites significan acordar, negociar, gestionar, ceder, acompañar, sugerir, decidir para que podamos convivir en grupos sociales.

En la forma de vincularse la familia, pueden existir límites:

CLAROS	Cuando los roles se diferencian claramente y cada uno tiene sus derechos y obligaciones: padre, madre, hijo.
RÍGIDOS	La forma de diferenciarse los roles es inflexible. Por ejemplo solo tienen derechos los padres y deberes los hijos o viceversa. Los hijos no pueden tomar decisiones, etc.
DIFUSOS	La asignación de roles es confusa, no se encuentran claros los derechos y obligaciones.

(1) Filósofo griego de la Edad Antigua Estagira, Macedonia, 384 adC - †Calcis, 322 adC). Uno de los más grandes filósofos de la antigüedad y acaso de la historia de la filosofía occidental. Destacado en anatomía y biología.

¿Cómo se ejerce la autoridad?

MODELO AUTORITARIO

- Se valora excesivamente la obediencia.
 - Se castiga severamente la transgresión.
 - Las normas son estrictas.
 - Las normas no tienen en cuenta las necesidades de cada integrante de la familia.
-

MODELO DE CONSENSO

- Se evalúa el cumplimiento de unas normas seleccionadas.
 - Se reflexiona sobre las normas.
 - Se adaptan las normas a los miembros de la familia.
-

MODELO PERMISIVO

- Ausencia de control.
- Actitud excesivamente tolerante, se cede ante las exigencias de los hijos.

ACTIVIDAD N° 2

Pensemos en grupo y confeccionemos una lista de todos los **SI** y todos los que **NO** que colaboran para que sea aceptable la convivencia familiar

SI	NO
Ejemplo: Escuchar al otro	Ejemplo: Usar la violencia

ACTIVIDAD N° 3

Tal vez podamos enfocar la familia desde diferentes perspectivas y esto representa una riqueza en la comunicación y el intercambio entre los que ejercemos el rol de padres hoy. Tratemos de construir reuniéndonos en grupo una definición para **familia**

¿QUÉ ES LA FAMILIA?

Por ejemplo: **es un lugar de transmisión de valores....**

Es...

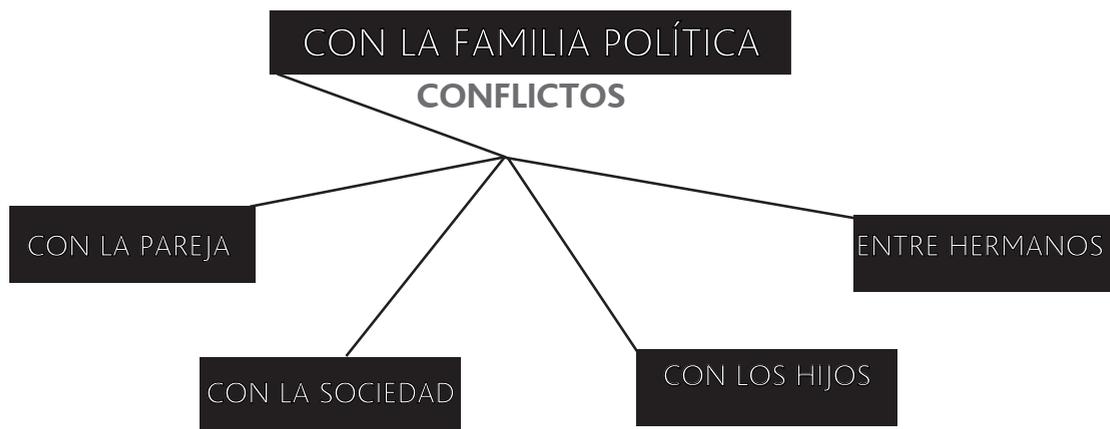
Es...

Intentemos resolver conflictos

Constantemente nos enfrentamos con situaciones para resolver. Estas podemos o no considerarlas un problema de acuerdo con el beneficio o el grado de satisfacción que tengamos en solucionarlos. También es cierto que no siempre una situación es conflictiva para nosotros, pero en cambio, sí puede serlo para otras personas.

No tengamos miedo a que el **conflicto** aparezca, porque nos dará entrenamiento para luchar y superarlo. Nos enfrenta a decidir entre opciones que muchas veces representan contradicciones para cualquier persona.

Pensando en la familia como lo veníamos haciendo, analicemos con quiénes podemos tener conflictos:



Tengamos en cuenta que cuanto más tempranamente detectemos el conflicto más posibilidades de éxito tendremos para enfrentarlo y resolverlo.

Cuando nos enfrentamos a una situación problemática...

Se convierte en necesario poner en práctica y adquirir entrenamiento en afrontar o resolver problemas. Ensayemos algunas herramientas.

- **Identificar la situación problemática**, o sea una situación o dificultad que merezca resolución y que tratemos de visualizar con la mayor objetividad posible.
- **Tranquilizarnos, relajarnos y controlarnos lo mejor posible**, de lo contrario nos encontraremos muy ansiosos como para poder identificar ese problema.
- **Pensar una cantidad importante de alternativas**, para aumentar las posibilidades de seleccionar una adecuada.
- **Comunicar adecuadamente lo que queremos y sentimos**, o sea la capacidad de transmitir de manera acertada nuestros sentimientos, deseos, derechos, etc.
- **La capacidad de negociar**, equilibrando lo que resulte más oportuno o conveniente para las personas que intervienen como actores del problema.
- **Decidir**, la difícil tarea de tomar decisiones y poder sostenerlas o modificarlas según las circunstancias.

ACTIVIDAD N° 4

Detectemos en grupo por lo menos cinco tipos de conflicto que podamos encontrar en la relación con nuestros hijos e intentemos pensar alguna solución.

	CAUSAS	SOLUCIONES POSIBLES
CONFLICTOS CON LOS HIJOS	1) Por ej: el uso de los video juegos	1) Por ej: La práctica de algún deporte
	2)	
	3)	
	4)	
	5)	

El poder de la comunicación

El poder comunicarse acertadamente favorece la interacción con los demás y es fundamental a la hora de evitar situaciones conflictivas.

¿Qué significa comunicarse?

- Relacionarnos con otros.
- Expresar lo que sentimos.
- Compartir algo con otros.
- Dar información o recibirla.
- Comprender.

La comunicación puede ser:



¿Qué factores facilitan u obstaculizan la información?

OBSTÁCULOS	FACILITADORES
<ul style="list-style-type: none"> ● Reprochar constantemente ● Prejuizar. ● Generalizar. ● No saber escuchar ● Gritar o discutir violentamente. ● No ser oportunos. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Poder expresar sentimientos o afecto. ● No dar mensajes contradictorios. ● Saber escuchar. ● Pedir opinión. ● Ponerse en el lugar del otro. ● Tratar de mejorar cada vez más la comunicación.

Recordemos que es importante...

- Expresar nuestros sentimientos, deseos, derechos.
- Hablar con nuestros hijos sobre todos los temas.
- Valorar positivamente las acciones de nuestra pareja y nuestros hijos.
- No acumular rabia por no expresar lo que nos molesta.
- No reprochar constantemente o que ese sea nuestro único motivo de comunicación.
- Hablar sin olvidar que también hay que escuchar.
- No tener todas las respuestas.

ACTIVIDAD N° 5

Como forma de evaluar si nuestra comunicación con nuestros hijos se considera adecuada, vamos a responder en grupo, algunas preguntas que luego confrontaremos con respuestas recogidas de estudios de investigación realizados por nuestro Observatorio de Drogas.

¿Cuáles son las actividades a las que nuestros hijos le dedican más tiempo?Por ej: mirar TV
¿Cuáles son para ellos los temas más importantes?Por ej: Sus grupos musicales
¿Se encuentran bien informados? ¿En qué temas?Por ej: Música
¿Cuáles son sus fuentes de información? Por ej: los amigos, la TV
¿Cuáles son para ellos los temas más importantes? Por ej: encuentro con amigos
¿Cuáles son sus formas de participación?Por ej: grupos Scout

Apreciando los valores

A medida que el niño crece y en especial durante la adolescencia, se va construyendo su identidad personal y es en este proceso que va interiorizando una serie de valores.

Las concepciones que el adolescente posee de sí mismo y del medio que lo rodea, generan un sistema de creencias que van a hacer que se comporte de alguna manera.

A través del sistema educativo formal, a través de la familia y del contexto en el que está inmerso, van asumiendo determinados valores que los ayudan a construir y jerarquizar los propios.

**Los valores guían y orientan las acciones de los hombres.
Ayudan a consolidar la identidad y mejoran la autoestima.**

ACTIVIDAD N° 6

"La Lista de Valores"

- En forma personal confeccionemos un listado con los 20 valores más preciados para nosotros (tenemos 15 minutos).
- A esa misma lista que realizamos la ordenamos jerárquicamente, también en forma personal (tenemos 10 minutos).
- En forma grupal, comparemos ahora nuestros resultados.

Por ejemplo:

Amor

Solidaridad

Compañía

Etc.

Luego los ordenamos según nuestra prioridad:

Compañía

Amor

Etc.

ACTIVIDAD N° 7

"Frasas inconclusas"

Vamos a elegir un valor, en este caso **La Disciplina**.

Disponemos de 20 minutos para completarlas en forma individual y luego en grupo ponerlas en común.

Completemos las siguientes frases:

1. Cuando mi hijo dice malas palabras **Por ej: lo castigo**
2. Me molesta que mis hijos.... **Por ej: dejen todo desordenado**
3. Cuando veo todo desordenado....
4. Si tengo una buena noticia lo primero que hago....
5. Cuando tengo un problema personal....
6. Con el dinero prefiero....
7. No me gusta cuando....
8. Algunos temas como sexo y drogas....
9. Me gusta premiar....
10. Las cosas que castigo son...
11. Cuando recibo quejas de mi hijo....
12. Cuando mi hijo sale con amigos....
13. Si vuelve muy tarde....
14. Cuando aplico una sanción....

ACTIVIDAD N° 8

1. Elija individualmente dos valores por columna.
2. Reunidos en grupo cada integrante explicará por qué le parecen importantes.
3. Entre todos pensarán cómo educar en ese valor que más coincidieron en la elección, pensando qué conducta de los padres beneficiarían la adquisición de ese valor por parte de los hijos.

ACEPTACIÓN	FORTALEZA	LEALTAD
DEBERES	COMUNICACIÓN	PATRIOTISMO
AFECTIVIDAD	GENEROSIDAD	RACIONALIDAD
DERECHOS	CONFIANZA	PAZ
ALEGRÍA	GRATITUD	RESISTENCIA
DISCIPLINA	CONSTANCIA	PERFECCIÓN
AMBICIÓN	HABILIDADES	RESPECTO
EDUCACIÓN	CREATIVIDAD	PERSEVERANCIA
APRENDIZAJE	HIGIENE	RESPONSABILIDAD
EFICACIA	CRÍTICA	PRESTIGIO
AUTOCONTROL	HONRADEZ	RELIGIOSIDAD
ELEGANCIA	CULTURA	PRUDENCIA
AUTONOMÍA	HUMILDAD	SABIDURÍA
ENTUSIASMO	HUMOR	TEMPLANZA
AUTORIDAD	MORAL	SENCILLEZ
ESCUCHAR	IDEOLOGÍA	TENACIDAD
BONDAD	MOTIVACIÓN	SINCERIDAD
ESFUERZO	IGUALDAD	TERNURA
BÚSQUEDA	NEGOCIACIÓN	SOCIABILIDAD
ESPERANZA	INICIATIVA	TESÓN
CALMA	NORMAS	SOLIDARIDAD
ÉXITO	INNOVACIÓN	TOLERANCIA
CIVISMO	OBEDIENCIA	UNIDAD
FAMILIA	INTEGRIDAD	TRADICIÓN
COLABORACIÓN	OPTIMISMO	URBANIDAD
FELICIDAD	INTEGRACIÓN	VOCACIÓN
COMPARTIR	ORGANIZACIÓN	VALENTÍA
FLEXIBILIDAD	INTELIGENCIA	VOLUNTAD
COMPETITIVIDAD	PACIENCIA	
FORMACIÓN	JUSTICIA	
COMPROMISO	PARTICIPACIÓN	

Por ejemplo: **Lealtad y Respeto**
Tesón y Tolerancia

Y ahora grupalmente definamos por qué nos parecen importantes

Segunda parte

El amor y el sexo en nuestros hijos

En el camino de reflexionar la mejor manera que seamos capaces de comprender y mejorar la relación con nuestros hijos, es necesario que consideremos a la sexualidad como un lenguaje que permite una comunicación total y trascendente entre los seres humanos, una forma de conocimiento y crecimiento personal. Es en este punto necesario que reconozcamos al niño como un ser sexuado que construirá una identidad sexual única e intransferible y que variará de acuerdo con su crecimiento y todo lo que su experiencia le pueda aportar.

Enseñar, acompañar y generar confianza.....

Resulta extraño pensar que el amor "vaya desarrollándose", pero es suficiente observar cómo desde una primera etapa **egocéntrica** (que significa "centrado en sí mismo"), el niño va incorporando otros vínculos en su crecimiento. Aparece el padre, los tíos, abuelos, hasta grupos de amigos y su propia pareja en el futuro.

Pensemos el amor y la sexualidad en las distintas etapas evolutivas

Vamos a detenernos, a continuación, en las diferentes fases que atraviesa ese ser sexuado que es nuestro hijo, desde el nacimiento hasta la construcción de su propia identidad sexual, sin olvidar que la mejor manera de comunicarnos con ellos es en *términos sencillos y directos, respondiendo en forma clara a los conflictos que cada etapa plantea*. La comunicación con nuestros hijos se inicia desde el nacimiento y desde allí comienza nuestra transmisión sobre el amor y el sexo. La identificación de género: es nena/es varón, aporta la primera identificación sexual y la oportunidad del beso, el abrazo y el mecerlo lo inicia en las primeras manifestaciones del amor.

Los bebés nos muestran que ya saben algo de su cuerpo

Nacen con impulso sexual, con una sexualidad que llamamos **autoerótica**, ya que ellos mismos constituyen su fuente de placer.

El **chupeteo** o succión rítmica, que en un principio está referida a la obtención de alimento, se hace independiente y se constituye en succión productora de placer, que con frecuencia se combina con el frotamiento de determinadas partes del cuerpo, experimentando en forma instintiva una sensación agradable.

Glosario

Sexualidad Auto-erótica: es la búsqueda de placer por propia estimulación

¿Qué les parece si lo analizamos por etapas?

FASE EVOLUTIVA

COMPORTAMIENTO

0-2 años

La caracteriza el "autoerotismo" y la intimidad que producen las caricias de los padres

La sexualidad en el lactante y en los primeros años de la vida, forma parte de un largo camino a recorrer cuyo final es impredecible y donde un grupo de factores juegan un importante papel.

En el lactante un momento de placer se asienta en la intimidad de los padres con el pequeño a través de los mimos, caricias, besos y abrazos, reforzados por otras actividades como son la lactancia materna, el baño o el vestir al pequeño. Cuando el niño cumple el año, el juego con los genitales es un rasgo común cuando está desnudo o se baña; al arribar a los 2 años la curiosidad hacia las partes del cuerpo es incuestionable y descubren (si no lo han hecho) que la estimulación genital produce sensaciones agradables, al inicio esto acaece en "solitario" pero más tarde resurge en "los juegos" que es su actividad fundamental. Es por medio de éste que el niño se apropia de toda la experiencia de la humanidad, o sea, aprende.

2-5 años

La caracteriza la "curiosidad" sobre su propio cuerpo y cómo se hacen los bebés

A los niños, desde los dos a los cinco años les gusta aprender y les gusta que nosotros les contemos y/o informemos.

Lo primero que deberíamos hacer es enseñarles las diferentes partes del cuerpo y darles un nombre incluidas las que muchas veces son evitadas por nosotros conciente o inconcientemente como lo son el pene y la vagina.

Ya a los 4 años la curiosidad y el interés de saber de "dónde vienen los bebés" y "cómo se hacen es una pregunta clave a los padres.

Sería conveniente que alrededor del los 4 años, los niños conocieran sobre los diferentes órganos y sus funciones, un buen momento para ello sería el momento del baño, ya que a partir de esa edad manifiestan interés en saber. ¿Cómo se hacen los bebés? Y sobre este tema lo que deben saber es que:

a) Las personas grandes hacen los bebés

2-5 años

La caracteriza la "curiosidad" sobre su propio cuerpo y cómo se hacen los bebés

b) Que tiene que haber un hombre y una mujer
c) Que los mayores los hacen cuando hay mucho amor

d) Que los papas lo hacen en privado - intimidad.

Y como a ellos les gusta que nosotros les contemos, les resulta muy divertido saber que el papá planta una semillita que se llama esperma, en un huevo que tiene su mamá y que se llama óvulo, y que cuando ello ocurre, nace el bebé. Debemos siempre contar la verdad.

Pueden aparecer de pronto en el cuarto en ese momento y plantearles que quieren ver. Es importante no perder la tranquilidad y explicarles que es un acto que se hace en la intimidad, que luego irán a jugar con ellos.

Puede ocurrir el juego sexual entre niños; no se sorprendan si los encuentran examinándose entre pares nene - nene, nena - nena, nene - nena. En estos casos y en el de la masturbación, lo importante es mantenerse tranquilo para ver cuando intervenir por si fuera necesario distraer o sustituir el juego.

6-8 años

La caracteriza la "socialización".
La mirada ya no está puesta solo en su propio cuerpo, sino que incluye al otro

Continuamos de los seis a los ocho años.

a) Ahora ya son mucho más independientes

b) Aparecen otras figuras de autoridad

c) La opinión de los amigos pesa e incluso la confrontan con las propias.

Es una etapa en que buscan ampliar su información. Es importante mostrar buena disposición para contestar. Preguntan sobre lo mismo por que necesitan más información o reforzar lo recibido.

La característica de esta etapa es que los juegos (juegos sexuales) facilitan la exploración, el frotamiento, el tocarse, mirarse o besarse.

Es un período en el cual afloran el enamoramiento y las fantasías sexuales como el juego homo y hetero sexual. Esto no significa que esto nos muestra una orientación sexual futura.

Lo que caracteriza a diferencia de la etapa anterior, es que su mirada no está dirigida solo a su cuerpo sino también a la socialización.

Pre-adolescencia

9-12 años

La caracterizan los "cambios", que son muy intensos desde lo físico, lo emocional y social

Cuando llegan a la pre-adolescencia, debemos preparar los cinturones de seguridad ya que es una etapa muy vertiginosa por los cambios que se van a ir expresando en las diferentes dimensiones. Podemos sintetizar diciendo que es como que se acelera el crecimiento. Los cambios físicos son muy visibles e incluso lo ideal para entablar un diálogo sobre sexualidad es hablar de niñas y varones por separado por que los cambios se van dando a diferentes edades. Pero nos parece importante dividir en categorías de desarrollo.

1-**Desarrollo físico:** incluye todo el cuerpo, menos órganos sexuales y características fenotípicas como ser alto, bajo, gordo, flaco.

2-**Desarrollo físico sexual:** incluye órganos sexuales y caracteres secundarios como lo son las fantasías sexuales, el incremento de la masturbación, poluciones nocturnas, flujo vaginal, etc.

3-**Desarrollo emocional:** incluye los cambios de sentimientos, un mayor interés por el sexo opuesto. Imagen corporal inestable.

4-**Desarrollo Social:** esto abarca las relaciones entre pares y adultos / tendencia a grupos pandillas y ensayos de situaciones adultas.

Adolescencia

13-17 años

La caracteriza la "ambivalencia y la vulnerabilidad", ya que predominan las fantasías sexuales y el sexo opuesto es querido y temido al mismo tiempo.

La adolescencia sería el paso previo a la adultez sexual, la etapa más vulnerable y ambivalente ya que experimentan cambios externos e internos que tienen que ver con un impulso hormonal y corporal con una gran carga libidinal.

Las fantasías sexuales son las predominantes el interés por el sexo opuesto es querido y temido al mismo tiempo.

Los jóvenes se encuentran frente a su sexualidad desinformados porque generalmente de este tema no se habla, ya que uno lo vive como auto referenciamiento y uno si es sincero a veces tiene que mostrarse y esto cuesta ya que no siempre estas primeras vivencias fueron exitosas.

Es muy importante el mensaje que nosotros, los adultos, les demos. Necesitamos hablar con ellos de cómo nos sentimos, que seguramente

Adolescencia

13-17 años

La caracteriza la "ambivalencia y la vulnerabilidad", ya que predominan las fantasías sexuales y el sexo opuesto es querido y temido al mismo tiempo.

es muy parecido a lo que ellos viven.

Es fundamental transmitirles sentimientos básicos que tengan que ver con el amor, la responsabilidad, la autoestima y el respeto de su propio tiempo.

Cuando el objetivo es dar afecto y porque no placer, son mucho más las posibilidades de compartir y sentar las bases de una vida sexual sana.

La individuación y establecimiento de la identidad es el fenómeno nuclear de esta etapa.

Este período también se caracteriza por la **elaboración de duelos**: por el cuerpo perdido, por los padres y objetos de la infancia, por los roles infantiles. Además, también el adolescente es objeto de duelo por parte de los padres que pierden a su hijo pequeño y tardan en reconocer al adulto confundido y temeroso que los enjuicia. Las ansiedades que surgen en este proceso conducen a conductas basadas en la omnipotencia como la altanería, rebeldía, temeridad. Estas conductas son muy manifiestas tanto en la idealización como en el fanatismo o el culto al héroe y su contrapartida, la negación o disociación.

Durante la adolescencia también se producen cambios a nivel del pensamiento. Es el momento donde empieza a existir un pensamiento lógico formal, en el cual les permite pensar en ideas y no sólo en objetos reales. El psicólogo francés Jean Piaget determinó que la adolescencia es el inicio de la etapa del **pensamiento de las operaciones formales**, que puede definirse como el pensamiento que implica una lógica deductiva.

Debemos pensar que es un momento de transición, cuyo objetivo apunta al logro de la identidad, la adquisición de roles sociales, la elección de objetos de amor y la jerarquización de las funciones del yo al servicio del crecimiento individual y comunitario.

Glosario

Pensamiento de las operaciones formales: según el psicólogo francés Jean Piaget este pensamiento se inicia en la adolescencia y puede definirse como el pensamiento que implica una lógica deductiva.

ACTIVIDAD N°9

Vamos a dividirnos en subgrupos de no más de cinco personas para trabajar el "**Taller de Sexualidad**".

Proponemos la reflexión con algunas preguntas disparadoras:

Por ejemplo:

- ¿la sexualidad nos viene dada desde que nacemos o lo aprendemos a lo largo de nuestra vida?
- ¿es lo mismo decir sexo que sexualidad?
- ¿cuándo comienza y cuándo termina la sexualidad?
- ¿la definimos?

Hablando de sexualidad con un hijo adolescente

Reconocemos que los padres siempre hemos sabido que era importante hablar sobre este tema, pero nos ha costado un gran esfuerzo. ¿Por qué será? Simplemente porque la mayoría de nosotros nunca ha tenido un modelo que le sirva de guía, aprendimos de un modo u otro y las cosas no nos han salido tan mal. Si bien puede ser cierto que cada generación perdió en este proceso, consideramos muy importante el hecho de entenderse, desarrollar la confianza y vínculo de una generación con la otra.

Aquí es muy importante recordar que la adolescencia es la última etapa en la que como padres podemos tomar parte activa y de esta manera ayudar a nuestros hijos, para que su posterior desarrollo sea lo más favorable posible.

Repasemos algunas claves ✓

- **Busquemos el momento oportuno:** es conveniente buscar momentos de relajación, libres de presiones, en que ambos se sientan cómodos. Tratemos de evitar las explicaciones largas o rebuscadas y, cuando no sepamos la respuesta a una pregunta, no improvisemos, busquemos información.
- **Si nos sentimos incómodos,** aceptémoslo: La mayoría de los padres y las madres nos sentimos incómodos cuando hablamos de la sexualidad con nuestros hijos. Eso es normal. Seamos sinceros y hagamos lo mejor que podamos.
- **Expresemos nuestros valores con claridad:** Los adolescentes sienten presiones sexuales provenientes de sus compañeros, de los anuncios, del cine y la televisión. Necesitan que sus padres les hablen francamente de la importancia de controlar los impulsos sexuales. Asegurémonos de que nuestro hijo comprende lo que sentimos respecto al papel de la sexualidad en las relaciones humanas.
- **Prepáremoslos para resistir las presiones que los empujan a tener relaciones sexuales:** Los niños que han aprendido a ser amables y cariñosos pueden tener dificultades en decir "No" cuando se los presiona fuertemente. Puede que nuestro hijo necesite "tener el permiso" para rechazar a alguien con firmeza. Conversemos acerca de las estrategias y respuestas que pueden ser útiles en situaciones difíciles. Asegurámosle que tiene el derecho de decir "No".
- **Informemos sobre los riesgos que corren cuando inician sus relaciones sexuales muy tempranamente:** Resaltemos el riesgo del embarazo y de las enfermedades transmitidas sexualmente. Los chicos como las chicas deben saber cómo protegerse de un abuso sexual. También deben comprender que el uso de amenaza o violencia para forzar una relación sexual, no solo es incorrecto sino que también es un acto criminal.
- **Los sentimientos de nuestros adolescentes merecen nuestro respeto** A veces quedamos desconcertados, y hasta molestos, ante las reacciones de los adolescentes. Sentimos la tentación de no hacer caso de lo que les preocupa. Lo que para ellos es importante, a menudo, es trivial para nosotros. Es

importante recordar que la adolescencia es una época de alegrías y de penas muy reales. Los adolescentes se lastiman emocionalmente con mucha facilidad, debido a que atraviesan por muchos cambios y conflictos.

Tienen altibajos emocionales que le producen una gran confusión. Los padres podemos ayudar a que los adolescentes resuelvan estos conflictos de la mejor manera posible.

La adolescencia se caracteriza con algunas emociones que competen a todos los adolescentes y que manejan con mucha dificultad como lo son:

- **El coraje o la ira** que puede considerarse como una de las emociones más fuertes y la que les causa más problemas. Por eso necesitan aprender como expresarla apropiadamente
- **El miedo y la ansiedad** es cierto que a menudo los jóvenes se sientan muy ansiosos y temerosos de parecer tontos y poco atractivos y ser poco popular dentro de su grupo de pertenencia.
- **El dolor emocional** puede darse como ya dijimos antes por los duelos que implican esta etapa, es por eso que debemos ayudarlos y enseñarles a expresar sus penas y decepciones. Cuando pueden hacerlo en un ambiente en donde reciben apoyo, a menudo, logran entenderse a sí mismos y a los demás.
- **La culpabilidad** que sienten los adolescentes cuando se comportan en contra de sus valores. Los padres podemos ayudarlos a que se sientan menos culpables enseñándoles a aprender de las consecuencias de sus actos -y que entiendan que pueden aprender mucho de los errores.

¿Cómo hablar con ellos de la sexualidad?

Los padres siempre hemos sabido que era importante dialogar con nuestros hijos acerca de la sexualidad. Sin embargo, aún hoy, nos cuesta hablar de ella espontáneamente.

Existe material muy rico sobre como hablarles a los niños sobre este tema, pero falta encontrar uno que demuestre como utilizar y al mismo tiempo aprender esta información.

Quizás uno de los momentos más comprometidos y trascendentales a lo que debemos hacer frente los padres, es aquel en el que cara a cara con nuestros hijos tenemos que convertirnos en su fuente de información acerca de temas.

Uno de los recursos que tenemos los padres para evitar que nuestros hijos se enfrenten con esta situación es la comunicación, elemento fundamental de las relaciones vinculares y en consecuencia el dialogo fluido con ellos.

Cuando comunicamos, transmitimos mensajes utilizando todos nuestros sentidos porque mediante ellos nos expresamos; y es a partir de nuestra expresión que manifestamos a los otros y compartimos con ellos.

Lo importante en la comunicación es saber expresarse sin tapujos y hablar de sexualidad con nuestros hijos natural y espontáneamente. Reconocerlo como individuo implica reconocerlo como ser sexuado, es decir que ellos, al igual que nosotros los adultos, también tienen derecho a una sexualidad sana.

Glosario

Comunicar es poner en común, desatar procesos de encuentro con nuestros hijos con los que podemos intercambiar miradas, palabras, gestos, sentimientos e ideas.

Para recordar:

Quizás lo más difícil de la comunicación con los adolescentes es mostrar respeto por sus sentimientos. Sin embargo, es una de las cosas más importantes para comunicarse con ellos. Los adolescentes cuyos padres toman en serio sus necesidades y preocupaciones, son más propensos a respetar las necesidades de otras personas.

Lo fundamental es saber escuchar

Tengamos presente que la manera en que manejemos sus emociones es el modelo que van a seguir nuestros hijos.

Un tema embarazoso...

Tal como venimos hablando, la adolescencia es una etapa por la que todos pasan con sus variaciones individuales y culturales. Para comprender a los adolescentes durante un embarazo hay que comenzar sabiendo que "una adolescente que se embaraza se comportará como corresponde al momento de la vida que está transitando, sin madurar a etapas posteriores por el simple hecho de estar embarazada; son adolescentes embarazadas y no embarazadas muy jóvenes".

Desde una perspectiva psicosocial, el carácter conflictivo del embarazo precoz deriva de factores propios de la interacción del individuo con la sociedad, las alteraciones en los vínculos familiares, la decreciente posibilidad de inserción en las instituciones educacionales, laborales y de participación social y el aumento de la responsabilidad familiar a una edad temprana. Todos estos factores hacen que el embarazo durante la adolescencia tenga un impacto importante en el proyecto y en la calidad de vida de quienes pasan por esa experiencia, afectando no solo a las mujeres sino también a los hombres.

El proyecto de vida surge de la evaluación subjetiva que las adolescentes hacen de su embarazo, que las pone ante la necesidad de elegir entre opciones y tomar decisiones. Estas opciones disponibles y las decisiones que se tomen estarán condicionadas socioculturalmente. Definir la situación de pareja y decidir el destino de su embarazo son dos puntos claves que debe abordar.

En la actualidad el matrimonio, la unión libre o concubinato, la maternidad en soltería, etc. son algunas de las respuestas socialmente toleradas que se organizan en torno a esta situación. La sociedad asigna valores distintos a cada una de las respuestas según el orden social vigente. Cada una de estas respuestas tienen implicancias referidas al proyecto de vida más amplio, que vas más allá, que trasciende lo referido al hijo y la pareja y que abarca la posibilidad de seguir o no con los estudios, asumir mayores responsabilidades como trabajar para el mantenimiento del niño, y la disposición y disfrute del tiempo libre.

El embarazo y el posterior nacimiento de un hijo significan una ruptura en la cotidianeidad de los jóvenes y los introduce en el mundo adulto. El nacimiento de un hijo es un hecho tan definitivo e irreversible que el proyecto del mismo requiere de una madurez emocional y psicológica y la posibilidad de prever el futuro que es difícil que los adolescentes tengan. El embarazo tiene consecuencias también en la configuración o grupo familiar. Al ser difícil la independencia económica de sus familias de origen- de la mujer y/o del varón -la joven generalmente queda en posición de subordinación en el grupo familiar y se le dificulta la asunción de roles adultos en relación a su pareja y a su hijo.

Siguiendo con la perspectiva psicosocial y teniendo en cuenta el aumento de embarazos en adolescentes, es importante señalar que el comportamiento sexual humano es variable y depende de las normas culturales y sociales en los que esta inmerso ese adolescente.

Conocer los factores predisponentes y determinantes del embarazo en adolescentes, permite detectar los que están expuestos a un riesgo mayor y de esta manera extremar la prevención.

Los riesgos más comunes a los que están expuestos los adolescentes son:

- los tempranos contactos sexuales
- el uso temprano de alcohol u otras drogas
- carencia de interés en la institución escolar y en la familia
- el crecimiento y desarrollo psicológico en situaciones empobrecidas

- haber sido víctimas de abuso sexual.

El embarazo, la maternidad y la paternidad adolescente pueden adquirir distintos significados para quienes atraviesan esta situación. Para algunos implica la concreción de proyectos y para otros un obstáculo para llevar adelante sus proyectos. Como son situaciones nuevas, generan miedos e inquietudes y también dificultades; que a veces se hacen más difíciles al estar transitando la adolescencia.

En general las madres adolescentes pertenecen a sectores sociales más vulnerables y es bastante frecuente que asuman responsabilidades como reemplazar a sus madres, convirtiéndose en "hija-madre", cuando deberían estar en camino de asumir su propia identidad. Sucede a veces que se encuentran en su historia figuras masculinas que no ejercen un rol paterno, desde lo afectivo, generando búsquedas en relaciones con parejas que las maltratan. En otros casos, especialmente en menores de 14 años, el embarazo es la consecuencia del "abuso sexual", en la mayoría de los casos por su padre biológico.

En el embarazo adolescente podemos distinguir...

FACTORES PREDISPONENTES

- Tener relaciones sexuales sin protección, es decir sin usar preservativo o cualquier otro método anticonceptivo.
- Por falta de educación sexual, información u orientación adecuada, ya que muchas y muchos adolescentes, no tienen la información suficiente, adecuada y oportuna, como para comprender cómo se origina un embarazo y lo que implica.
- El creer que por medio de un embarazo se va a atrapar al novio, quien por sus principios o por presión familiar va a "cumplir". Pero en la actualidad esto ya no sucede con frecuencia y es la joven la que tiene que asumir sola la responsabilidad.
- El tomar el embarazo como un escape de los problemas familiares, con el fin de salir de casa y formar otra familia, que en la mayoría de los casos termina fracasando.
- Estar bajo el influjo del alcohol y otras drogas, que impiden actuar responsablemente.
- La falta de valores personales, de autoestima e inseguridad.

FACTORES DETERMINANTES

- Relaciones Sin Anticoncepción
- Abuso Sexual
- Violación

FACTORES PREDISPONENTES

- Pérdida del vínculo familiar con el traslado de las jóvenes a las ciudades en busca de trabajo y aún con motivo de estudios superiores.
 - Pensamientos propios de esta etapa de la vida, que las lleva a creer que no se embarazarán porque no lo desean o porque no sucederá con un solo intento.
-

Entonces:

Un embarazo que no fue planificado durante la adolescencia puede deberse a muchos factores, desde la falta de información, hasta una violación

Hablemos también del padre adolescente....

Es bastante común que el varón intente desligarse de su papel y el niño termine siendo criado por su madre y abuelas. Este hecho produce en el varón un sentimiento de aislamiento a lo que se sobregregan juicios desvalorizantes del tipo "¿cómo lo vas a mantener?", "seguro no es tuyo", etc. En general busca trabajo para hacerse cargo de la nueva familia, deja sus estudios, postergando sus proyectos.

Se enfrenta a carencias por su baja capacitación a esa edad y escolaridad muchas veces insuficiente para acceder a trabajos de buena calidad y bien remunerados. Ello lo obliga a ser "adoptado" como un miembro más (hijo) de su familia política, o ser reubicado en su propia familia como hijo - padre.

Esta situación de indefensión hace confusa la relación con su pareja, por su propia confusión, lo que le genera angustia.

ACTIVIDAD N°10

"¡El gran desafío de ponernos en el lugar del otro!"

Después de haber trabajado algunos aspectos más descriptivos y conceptuales. Les proponemos dividirse en grupos bajo la consigna:

"Volvamos a ser chicos"

Imaginemos que somos nuestros propios hijos y tenemos preguntas sobre sexualidad para hacerles a nuestros padres.

Por ejemplo: **¿los varones tienen menstruación?**

Realicemos un mínimo de 5 preguntas por grupo, que luego pondremos en común y veremos luego de contrastarlas con preguntas que los propios chicos nos han realizado en talleres específicos para ellos.

Y si de prevenir se trata...

Enseñemos a nuestros hijos que cuando nos enfermamos disminuye nuestra capacidad de disfrutar de la vida, de nuestros amigos y familiares y de desarrollar nuestras capacidades a pleno. Para ello se hace necesario conocer, si de sexualidad hablamos, aquellas enfermedades que se transmiten por vía sexual.

Seguramente hemos escuchado hablar en reiteradas oportunidades sobre el SIDA y otras enfermedades de transmisión sexual y tenemos adquiridas algunas nociones de cómo se transmite y previene. Vamos a repasar las más frecuentes.

Recordémoslas por nosotros mismos y para hablar con nuestros hijos.

ENFERMEDAD	FORMA DE TRANSMISIÓN
SÍFILIS	Es una infección producida por una bacteria, que en un comienzo produce úlceras redondeadas, que no causan dolor en los genitales. Aunque estas úlceras curan solas, el proceso infeccioso continúa y si no se comienza el tratamiento aparecen otras lesiones como manchas rosadas o ampollitas distribuidas por todo el cuerpo, momento de mayor contagio de la enfermedad. Se contagia por vía sexual y también de la madre embarazada al feto, con lo cual es necesario controlarse con análisis de laboratorio desde el comienzo al fin del embarazo.
GONORREA O BLENORRAGIA	Es producida por una bacteria llamada gonococo , y es una de las más comunes de contagio por vía sexual. En el hombre produce salida de pus por el pene y ardor al orinar. En la mujer produce flujo amarillo y también ardor al orinar.
CHLAMYDIA	Es un microorganismo que produce supuraciones y ardor al orinar. Puede causar infertilidad en la mujer y en el hombre puede pasar desapercibida, por lo que es muy importante que se estudie la pareja.
HERPES SIMPLE	Lo causa un virus y produce lesiones parecidas a ampollitas con un punto central rosa en los genitales. Las ampollas son muy dolorosas.
CONDILOMA ACUMINADO	Son verrugas genitales producidas por un virus llamado papiloma. Es bastante frecuente y es necesario tratarla para que no provoque complicaciones.

VIRUS DEL PAPILOMA HUMANO

Cualquier persona que tenga contacto genital con otra persona puede padecer el VPH genital. Tanto hombres como mujeres pueden contraerlo y transmitirlo sin saberlo. Dado que el virus puede permanecer inactivo durante un tiempo prolongado, una persona puede estar infectada con VPH genital aún después de años desde que tuvo contacto sexual. En algunas ocasiones, el VPH genital puede conducir a cáncer cervical en las mujeres. Sin embargo, este tipo de cáncer (la consecuencia más grave del VPH genital) se puede prevenir con pruebas rutinarias de Papanicolaou. Se transmite por contacto genital con una persona que tenga la infección de VPH genital, incluyendo:

- Sexo vaginal con una persona que tiene la infección de VPH genital
- Sexo anal con una persona que tiene la infección de VPH genital

HEPATITIS B y C

La hepatitis B y C son tipos de infecciones del hígado similares causadas por virus. La hepatitis B y C crónicas son infecciones del hígado de larga duración que se desarrollan después de haber tenido un curso de hepatitis aguda. Se transmite por sangre infectada o al tener sexo con una persona infectada. Aquellas personas que utilizan drogas intravenosas corren el riesgo de contagio.

SIDA (Síndrome de Inmuno Deficiencia Adquirida)

Es una enfermedad producida por un **virus**, el **VIH**, que produce la caída de las defensas y favorece la aparición de otras infecciones que pueden llevar a la muerte. Puede tardar diez o más años en producir síntomas. Es necesario distinguir aquella persona infectada por el virus **VIH**, pero que no presenta signos de enfermedad. Pueden vivir muchos años saludablemente y solo se reconoce su infección por las pruebas de laboratorio. **Pero ¡cuidado! aunque no estén enfermas pueden contagiar** A medida que el virus permanece más tiempo en el cuerpo, la persona se debilita y pueden aparecer los signos de la enfermedad: fiebre, adelgazamiento persistente, ganglios inflamados, cansancio.

Lo mejor es consultar

Las vías de transmisión son:

● **Relaciones sexuales sin protección :**

¡A USAR PRESERVATIVO!

● **Sanguínea:** por el uso de elementos cortantes, transfusiones o compartir jeringas y agujas con sangre

● **De la madre infectada a su hijo:** durante el embarazo, parto o leche materna

ACTIVIDAD N° 11

Nuevamente reunidos en grupo, trabajemos una nueva actividad "¿Cómo se transmite el VIH?

La idea es que elaboren un cuadro con un listado de 5 acciones como mínimo donde diga ¿cómo se transmite y cómo no se transmite el VIH?

SE TRANSMITE	NO SE TRANSMITE
Por ejemplo: compartiendo jeringas	Por ejemplo: compartiendo ropa

ACTIVIDAD N° 12

Vamos a trabajar un nuevo taller que llamaremos **"Los mitos y prejuicios sobre la sexualidad"**.

La propuesta es construir tarjetas que contengan frases con diferentes afirmaciones que escuchamos en la vida cotidiana sobre el tema, y que no sabemos cuán cierta son. Divididos en subgrupos leemos y discutimos cada una de ellas y luego la socializamos con el resto de los grupos con la finalidad de despejar dudas y agregar información sobre el tema.

Por ejemplo:

- Las mujeres pierden su virginidad andando a caballo o poniéndose un tampón.
- La mujer es pasiva, dependiente y tiene menores necesidades sexuales que el hombre, que es más activo y dominante.
- En la primera relación sexual una mujer no queda embarazada.
- Cuando se amamanta un bebé no se puede quedar embarazada.

Hablando con nuestros hijos sobre abuso

Prevenir a los niños o adolescentes del abuso sexual no es tarea fácil para los adultos, ya sean padres, tutores o maestros; pero algo fundamental para poder empezar será sentirnos involucrados en esta problemática que en la actualidad está entre nosotros. Uno de nuestros principales objetivos es que la sociedad en general empiece a tomarla realmente como lo que significa y se comprometa a superarla.

Vamos a definirlo...

El Abuso sexual se define a toda actitud o comportamiento sexual entre dos personas sin el consentimiento de una de ellas. Estos comportamientos comprenden desde acciones que no suponen un contacto sexual tales como las proposiciones verbales, la exhibición de los órganos genitales, hasta la penetración anal o vaginal.

Es importante, sobre todo, considerar que una conducta es abusiva cuando es vivida y sentida de esta manera por la niña, niño o adolescente.

Lo consideramos un importante factor de riesgo que puede asociarse con problemas de conducta tales como agresión física, abuso de drogas legales e ilegales y, por otro lado, con la actividad sexual precoz sin los correspondientes cuidados y el embarazo en la adolescencia, en lo que podría llamarse la victoria del sexo sobre el amor.

El abuso sexual deja tanto a niños como a adolescentes en un posicionamiento de mayor riesgo para su adultez y con una tendencia mayor a conducir contra ellas mismas acciones destructivas. La mayoría de los abusos sexuales ocurren en el propio hogar de las/os menores, y el agresor es generalmente el padre, el padrastro, el hermano o cualquier pariente cercano que tiene fácil acceso a la víctima. En estas circunstancias el abuso sexual se le llama incesto. La principal consecuencia de esto es que se distorsiona en el niño la concepción sobre el amor, el afecto, la confianza y el cuidado.

Para conseguir su objetivo, el agresor emplea la manipulación emocional como chantajes, engaños, amenazas, etc. y, sólo en algunos casos, la violencia física (violación).

Los abusos sexuales no son hechos aislados sino que, generalmente ocurren a lo largo de mucho tiempo, meses y hasta años.

Antes de proporcionar información sobre medidas preventivas más específicas, los adultos deben saber primero que es necesario que entablen una comunicación fluida con los niños, esto significa hablar con ellos sin prejuicios y tabúes sobre la sexualidad. Debe saberse que se puede hablar de ella desde la edad preescolar.

Para tener en cuenta

- Lo más importante es que hablemos con ellos de la existencia de abusos sexuales por personas familiares y conocidas, y también por personas desconocidas.
- Enseñarles que tienen derecho a la privacidad de su cuerpo. -Nadie tiene derecho a tocarle sus par-

tes íntimas. Puede negarse a ello.

- Explicarles las formas en que los agresores tratan de intimidar para que guarden el abuso en secreto. Enséñales que nunca deben guardar este tipo de secretos aunque se lo pidan o les amenacen.
- Informarles que el 90% de los abusadores son conocidos.
- Contarles que en un porcentaje elevado las madres conocen la situación y por diversos motivos la silencian.
- Hay que hacerles saber que pueden confiar en nosotros y que pueden contarnos cualquier cosa que les suceda.

Existen algunos indicios para que podamos darnos cuenta si un niño o adolescente está siendo abusado, pero tenemos que ser precavidos y no alarmarnos, ya que muchas características de la crisis adolescente pueden confundirnos.

- La mayoría de los niños, niñas o adolescentes que sufren o sufrieron un abuso sexual tienden a callarlo, ya sea porque les da vergüenza hablar sobre ello, porque no conocen el vocabulario adecuado para transmitirlo o son amenazados por la persona del abusador.
- Puede permanecer callado durante largo rato, puede que se vuelva reservado e introvertido o por otro lado, que se vuelva rechazante con sus familiares cercanos o sus compañeros y amigos.
- Puede poner obstáculos para realizar actividades físicas
- Puede llegar a cometer acciones delictivas o de fuga
- Puede llegar a manifestar comportamientos sexuales inapropiados para su edad

Y si pensamos en las consecuencias de ser abusado....

Los niños o adolescentes:

- Pueden evitar los espejos, porque les avergüenza su propia imagen corporal, generalmente muestran desagrado con su cuerpo
- Pueden sufrir una desvalorización personal, acompañada de una baja autoestima
- Pueden sentirse sucios o sucias constantemente
- Pueden surgir problemas psicológicos tales como ataques de pánico, fobias, problemas psicósomáticos, etc.
- Pueden caer en el consumo tanto de drogas legales como ilegales, y en consecuencia tener una adicción
- Problemas para entablar vínculos profundos y duraderos por la falta de confianza hacia si misma y hacia los demás tanto social como sexualmente.
- Temor a la intimidación e incapacidad para poner límites
- Tal vez en un futuro, establecer vínculos semejantes a los vividos

Conozcamos como actúa un agresor sexual...

Para comprenderlo mejor lo vamos a dividir en fases o momentos:

- **Fase de conquista:** Es una fase en que el abusador a través de engaños, amenazas, regalos y juegos, manipula la confianza del menor y se va preparando para el momento del abuso.
- **Fase de interacción:** Esta fase se caracteriza por el conjunto de comportamientos más o menos complejos tales como las exhibiciones de los órganos genitales externos y el tocamiento de

los mismos, el yoyeurismo, las masturbación y el contacto físico con intenciones eróticas.

- **Establecimiento del secreto:** Por medio de amenazas hasta de muerte, el abusador le impone al menor el silencio y este lo acepta porque no le quedan alternativas. El niño sin querer aparece entonces como formando parte y siendo "cómplice" de una situación que no desea compartir en absoluto.
- **Fase de sacar a la luz lo no- dicho:** Esta fase a veces llega y a veces no. Muchos de los casos de abuso deshonesto quedan sepultados, olvidados dentro de la familia, "De eso no se habla". Esto a veces tiene como consecuencia una ruptura en la institución familiar y otras veces sigue viviendo naturalmente como si nada hubiera pasado.
- **Fase represiva o de negación:** Si efectivamente la fase anterior llega a tiempo, la familia como mecanismo defensivo tiende a negar, a minimizar el problema y a veces llegan hasta justificar.

Como dijimos que muchas de las veces el abuso sexual se produce dentro del ámbito familiar, creímos necesario definir ***el incesto***.

Incesto es la práctica de relaciones sexuales entre parientes. Generalmente se desarrolla lenta y gradualmente, comenzando con toques sin intención sexual como ser friccionar la espalda, caricias en lugares íntimos, forcejeos y tocamientos inapropiados, terminando en caricias sexuales. Puede culminar o no en penetración.

El incesto no es un tabú, sino que se trata de una agresión y un delito

Tercera parte

Proyectando para mi comunidad

En esta tercera parte de nuestro material de lectura, consideramos importante que como integrantes de una comunidad puedan reunirse a través de instituciones y trabajar para mejorar su calidad de vida. Muchas de esas veces, la solución radica en la presentación de algún plan de acción colectivo. Para el logro de este fin, es necesario reconocer los pasos para poder plantear las necesidades de la comunidad y plasmarlo en un proyecto que ayude a la misma.

Veamos si podemos guiarlos en los pasos para llevarlo a cabo y poder poner en palabras algo, que tanto se desea para mejorar su barrio.

¿Cómo realizar un proyecto?

Nuestra familia se relaciona con otros grupos de vecinos, amigos, otras organizaciones dentro del barrio, formando un contexto singular al que podemos influir o modificar y a la vez ser influido por el mismo.

Nuestro barrio o nuestra localidad es un lugar ideal para el encuentro, la solidaridad y para la realización de proyectos participativos.

Para realizar un proyecto es necesario cumplir una serie de pasos que faciliten la comprensión de aquella persona o institución que lo recibe.

Cuando un grupo de gente, ya sea ésta una organización, una comisión, una entidad o una asamblea, decide presentar un proyecto, seguramente elaboró una forma de intervención de manera planificada, que partió de algún diagnóstico o situación que se vive en el barrio o comunidad. Dicho problema se resolverá con la puesta en marcha del proyecto, en una localidad determinada y con una población que se beneficiará con la aplicación del mismo.

¿QUÉ QUEREMOS HACER?

Esta pregunta plantea acontecimientos, situaciones, o cualquier circunstancia del cual trata el proyecto. Es lo que llamamos **naturaleza del proyecto**.

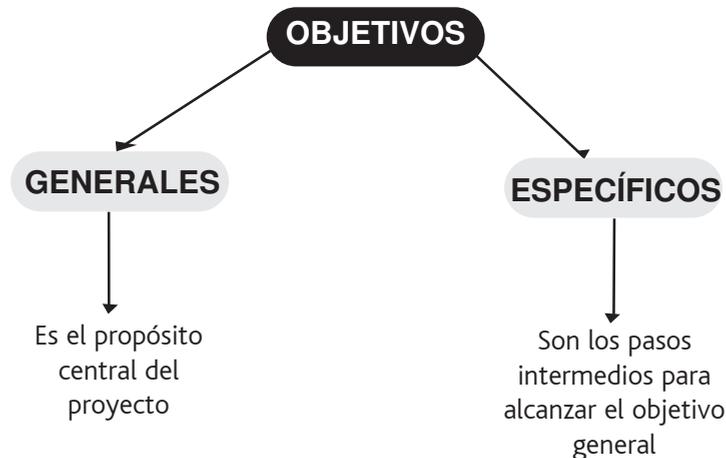
¿POR QUÉ LO QUEREMOS HACER?

Debemos justificar aquí la realización del proyecto, de acuerdo con el diagnóstico realizado en su momento. A partir de allí se plantea dar una solución a ese problema que queremos resolver con la ejecución del proyecto.

Explicar por qué nos parece la solución más adecuada. Es lo que llamamos **justificación del proyecto**.

¿ PARA QUÉ LO QUEREMOS HACER?

El **para qué** de un proyecto implica plantearse los **objetivos**, fundamentales para realizar el planteo del problema que intentamos resolver.



¿ A QUIÉN VA DIRIGIDO ?

Son las personas, grupos o instituciones a quienes llamamos beneficiarios: aquellos que se favorecerán en forma directa con la ejecución del proyecto y aquellos que lo harán de manera indirecta.

¿ QUÉ QUEREMOS CAMBIAR ?

Se refiere a los resultados de la aplicación del proyecto en la comunidad o barrio donde se llevará a cabo.

¿ CÓMO LO VAMOS A HACER ?

Está referido a una serie de tareas o actividades que debemos ir cumpliendo de manera ordenada y cronológica para poder ejecutar los objetivos de lo que hemos planificado.

¿ EN CUÁNTO TIEMPO LOGRAREMOS REALIZARLO?

Es lo que llamamos **cronograma de actividades**. Significa plantearnos un tiempo real y suficiente para la realización de las acciones que conducirán a la concreción del proyecto. Por ejemplo: mes 1, inicio del proyecto, mes 2, planificación de acciones, mes 3, desarrollo de actividades, mes 4, monitoreo, etc

¿ QUÉ RECURSOS NECESITAMOS PARA LOGRAR NUESTROS OBJETIVOS?

Este aspecto tiene que ver con el **presupuesto** del que disponemos para la ejecución del proyecto. Los recursos pueden ser **humanos** (cantidad de personas calificadas para la tarea) o **materiales** (herramientas, infraestructura, instrumentos).

¿QUÉ EVALUAREMOS PARA CONSIDERAR LA ADECUADA MARCHA DEL PROYECTO?

Esta etapa nos permite evaluar la eficiencia y la eficacia en la ejecución del proyecto además de corregir aquellas cuestiones que favorezcan los resultados que se desean obtener.

Toda planificación puede ser evaluada seleccionando una instrumentación que permita la revisión de las distintas actividades planteadas.

El **monitoreo** es un procedimiento de evaluación que permite verificar la eficiencia y eficacia de la ejecución de un proyecto mediante la identificación de sus logros y debilidades. En consecuencia, se recomienda medidas correctivas para optimizar los resultados esperados del proyecto.

Aunque, como decíamos, la fase de monitoreo es la más conocida, un proyecto puede ser evaluado en distintos momentos y por distintos indicadores.

Los indicadores de evaluación son instrumentos que verifican empíricamente el seguimiento de la ejecución del proyecto y su posterior evaluación. Por ejemplo: control de gastos, en función del monto asignado a dicha tarea a través de las facturas contables.

Evaluación inicial: como su nombre lo indica se realiza en el momento previo a la implementación del proyecto. Los indicadores que se utilizan pueden ser cualitativos (aquellos dan cuenta de las características o cualidades de una acción o proceso) o cuantitativos (aquellos que son mensurables o medibles numéricamente).

Evaluación de proceso: se realiza durante la implementación. Es un procedimiento regular o periódico. Los indicadores que se construyen para esta etapa deberán observar cambios o modificaciones de la situación inicial de carácter cualitativo.

Evaluación de resultado: la evaluación se realiza inmediatamente finalizada la implementación de la propuesta. Se observa, básicamente, si se han alcanzado los resultados esperados a partir del planteo de objetivos del proyecto. Los indicadores son cuantitativos.

Evaluación de impacto: es general, es un tipo de evaluación que se realiza luego de un tiempo prudencial de la finalización del proyecto (entre 6 meses a 5 años). Lo que se observa con este tipo de evaluaciones es si la implementación del proyecto tuvo efectos sobre la población beneficiaria a partir de la modificación de la situación problemática.

A tener en cuenta...

Hasta aquí comprendimos que la formulación de un proyecto de carácter social, implica **identificar un problema, realizar un diagnóstico y elaborar propuestas para modificar la situación.**

Pero esto solamente no basta...

Es necesario contar con una:

ESTRUCTURA (de tipo administrativo, edilicio, logística, etc.)

ORGANIZACIÓN (o sea división de roles y responsabilidades, competencias, planificación de actividades)

RECURSOS (humanos y materiales específicos)

PROCEDIMIENTOS Y ACTIVIDADES

Evaluación

Si bien a lo largo de todos los encuentros de la **Escuela para Padres y Madres**, se realiza una evaluación continuada de todo el proceso, resulta interesante realizar en el último taller una puesta en común de los aspectos más relevantes que se trabajaron en el grupo, teniendo siempre como meta final el sumar recursos para potenciar las redes sociales.

Y al hablar de **evaluación** proponemos una actividad con la finalidad de **verificar** nuestra tarea.

1. Los contenidos de los talleres le parecieron	<p>Muy interesantes</p> <p>Interesantes</p> <p>Normales</p> <p>Regulares</p> <p>Poco interesante</p>
2. Los encuentros le resultaron	<p>Muy cortos</p> <p>Cortos</p> <p>Normales</p> <p>Largos</p> <p>Muy largos</p>
3. ¿Cree que puede mejorar las relaciones con sus hijos después de la Escuela para Padres y Madres?	<p>Seguramente</p> <p>Tal vez</p> <p>A medias</p> <p>En alguna medida</p> <p>No lo creo</p>
4. ¿Pudo poner en práctica lo que reflexionamos en los grupos?	<p>Siempre</p> <p>Muchas veces</p> <p>A veces</p>

	<p>Pocas veces</p> <p>No, nunca</p>
<p>5. ¿Cómo se sintió con el resto de los miembros del grupo?</p>	<p>Muy a gusto</p> <p>A gusto</p> <p>Regular</p> <p>Incómodo</p> <p>Muy incómodo</p>
<p>6. ¿Cree que trabajar en grupos lo benefició?</p>	<p>Mucho</p> <p>Sí</p> <p>No estoy seguro</p> <p>En algo</p> <p>Nada</p>
<p>7. ¿Cómo fue el ambiente grupal?</p>	<p>Excelente</p> <p>Muy Bueno</p> <p>Bueno</p> <p>Regular</p> <p>Malo</p>
<p>8. ¿El Coordinador facilitó el desarrollo de los temas?</p>	<p>Siempre</p> <p>La mayoría de veces</p>

	<p>A veces</p> <p>Pocas veces</p> <p>Nunca</p>
<p>9. ¿Le resultó accesible y cómodo el lugar donde se realizaron las reuniones?</p>	<p>Muy agradable</p> <p>Agradable</p> <p>Regular</p> <p>Poco agradable</p> <p>Muy desagradable</p>
<p>10. ¿Qué le pareció la duración del grupo?</p>	<p>Muy largo</p> <p>Largo</p> <p>Normal</p> <p>Corto</p> <p>Muy corto</p>
<p>11. ¿Recomendaría la Escuela para Padres y Madres a otros?</p>	<p>Sin dudarlo</p> <p>Casi seguro</p> <p>Lo pensaría</p> <p>Creo que no</p> <p>Nunca</p>

<p>12. ¿Cree que pueden continuar las reuniones sin nosotros?</p>	<p>Seguramente</p> <p>Con algunas dificultades</p> <p>Es posible</p> <p>Creo que no</p> <p>No</p>
<p>13. ¿Le interesa alguna otra actividad a realizar con nosotros?</p>	<p>Seguramente</p> <p>Lo pensaría</p> <p>Tal vez</p> <p>Creo que no</p> <p>No</p>
<p>14. Por favor evalúe la Escuela para Padres y Madres con un puntaje de 0 a 10, (siendo 10 el puntaje con mayor valor)</p>	

Conclusiones

¿Hacia dónde vamos?

Tenemos una meta que cumplir que se traduce en la protección de la salud de nuestros hijos y solo la llevaremos adelante si:

- Construimos en conjunto estilos de vida saludables
- Si participan directamente aquellos a quienes se dirige el programa
- Si constituimos un gran movimiento de promotores de salud
- Si lo desarrollamos de manera sistemática

¿Cómo lo pensamos hacer?

- Aplicando herramientas didácticas participativas basado en problemas y en evidencias.
- Favoreciendo el desarrollo del potencial humano teniendo como ejes el liderazgo, trabajo en equipo, la educación permanente, uso de recursos de comunicación y la aplicación de principios bioéticos.
- Promoviendo óptimas relaciones interpersonales entre los miembros de los equipos y la comunidad.
- Fomentando la capacidad creativa.
- Promoviendo el rol de facilitador en el proceso de aprendizaje.

Marzo, 2007.

Bibliografía

- Aguilar, María José. *Técnicas de Animación Grupal*. Buenos Aires, Editorial Espacio, 1992.
- Ander-Egg, Ezequiel *Voluntariado y Desarrollo Comunitario*. s/d.
- Ander-Egg, Ezequiel. *Cómo realizar un Proyecto*. Buenos Aires, Nueva Visión, s/d.
- Burin, D. Kart, I. y L. Levin. *Hacia una Gestión Participativa y Eficaz*. Ediciones Ciccus, Buenos Aires, 1998.
- Fresnillo Poza, V. y R. Fresnillo Lobo. *Escuela para Padres*. Departamento de Prevención y Familia, Ayuntamiento de Madrid, 2000.
- García, Dora. *El Grupo. Métodos y Técnicas Participativas*. Editorial Espacio, Buenos Aires, 2001.
- Grass Pedrals, Juan. *La Educación en Valores y Virtudes en la Escuela. Teoría y Práctica*. México, Editorial Trillas, 1997.
- *Sexualidad y Salud en la Adolescencia. Herramientas teóricas y prácticas para ejercer nuestros derechos*. Manual de Capacitación, UNICEF Argentina, FEIM (Fundación para estudio e investigación de la Mujer), 2003.
- Manual *P.I.P.E.S. (Plan Integral de Prevención Escolar)*. FAD (Fundación de ayuda contra la drogadicción). Madrid, España. s/f.
- Martín Burrote, Teresa. *El desafío de ser padres*. Libros del Quirquincho. Buenos Aires. s/f.
- Material Bibliográfico de la Subsecretaría de Atención a las Adicciones. Provincia de Buenos Aires.
- Pérez de Villar Ruiz, M^a J. y C. Torres Medina. *Dinámica de grupos en Formación de Formadores: Casos Prácticos*. Madrid, Herder, 1999.
- Pichón Rivière, Enrique. *El Proceso Grupal*. Buenos Aires, Nueva Visión, 2000.
- Sales, Matías. *Dinámicas de Grupo*. Carpeta de Dinámicas de Grupo. Universidad de Chile. 2000.
- Aguirre Baztan, Angel. *Psicología de la adolescencia*. Editorial Marcombo: Boixaren, Barcelona, 1994.
- Asociación Argentina por la Salud Sexual y Reproductiva (AASSER).
- Barbera, E. *Psicología del género*, Editorial Ariel S.A.; Barcelona, 1991.
- Berger, P.: Luckmann T. *La construcción social de la realidad*. Editorial Amorrortu. 4^o Edición. Argentina. 1989
- Burt, V.: MD, PH.D.; Hendrick, C., MD *Women´s Mental Health*. American Psychiatric Press, inc Washington, 1999. London.
- Diario Clarin. Suplemento Mercados y Tendencias.
- Donini, Antonio. *Sexualidad y Familia: Crisis y desafíos frente al siglo XXI*. Editorial Noveduc. Buenos Aires. Argentina. 2005
- García Sánchez M. H., Hernández M. L., Manjon Sánchez A.. *Embarazo y adolescencia* - Dto Obst. y Ginec. Hptal. Clin. Univers. De Salamanca - *Rev. Salud sexual y reproductiva N° 2*, Año 2000
- Goldstein, A.P: Sprafkin, R.P., Gershaw, N.J: y Klein, P. *Habilidades sociales y auto control en la adolescencia*. Editorial Ariel S.A; Barcelona 1991.
- Jorge R. Volnovich. (Comp.) Fuks Lucia - Rozanski Carlos . López Sánchez Felix - Volnovich Juan Carlos - Ganduglia Alicia. *Abuso sexual en la infancia*. Editorial Lumen. Buenos Aires - Mexico.2003
- Kusnetzoff, Juan Carlos. *La mujer sexualmente feliz*. Editorial Javier Vergara. Buenos Aires. Argentina. 1993
- Leon, Somers; Barbara, Somers. *Cómo Hablar a sus hijos sobre el amor y el sexo*. Editorial Paidós. Buenos Aires - Barcelona - Mexico. 1990.
- Litter, M. *Compendio de farmacología*. Editorial Panamericana. Argentina. 1996.

