

Habilidades para la vida: herramientas para la educación integral de la sexualidad en la formación de docentes. Experiencias de la universidad de Camagüey

Lic. Noel Benítez Olivera, M. Sc. Isabel Aguilar Ramírez, M. Sc. Yamili Rodríguez Aguilar

Introducción

Si bien el mundo de hoy ofrece nuevas oportunidades para muchos, a la vez se caracteriza por diversos factores y problemáticas que siguen desafiando las posibilidades de bienestar, salud y desarrollo integral de niñas, niños, adolescentes y jóvenes, tanto en los países industrializados como en las naciones en vías de desarrollo. El atractivo portafolio de descubrimientos científicos y avances tecnológicos del presente siglo, contrasta dramáticamente con el sombrío panorama de pobreza, pandemias, exclusión, inequidad, violencia, destrucción ambiental y mortalidad materna e infantil, entre otros.

Por su trascendencia, a escala planetaria, el embarazo en la adolescencia constituye una problemática social que demanda atención multisectorial y multifactorial, toda vez que se tenga en cuenta que el contenido de los procesos de socialización que ocurren naturalmente en las familias, en el barrio o con los amigos(as), pueden resultar insuficientes para satisfacer las necesidades de formación integral y de desarrollo humano sostenible de adolescentes y jóvenes. De este problema de salud y, por ende, social, no escapa Cuba ni la provincia Camagüey.

A juicio de los especialistas, la escuela continúa siendo escenario estratégico para la generación de aprendizajes que favorezcan el empoderamiento de este grupo etéreo pues se trata de educar, formar mujeres y hombres con capacidad para afrontar creativamente los procesos crecientes de transformación social y cultural, las complejidades de la vida, contribuir a la cultura de la paz y a la transformación de las sociedades en que viven. Para ello resulta necesario prestar más atención al fortalecimiento de habilidades y competencias psicosociales como parte fundamental de los aprendizajes para la vida.

En los grupos de las carreras pedagógicas de la Universidad “Ignacio AgramonteLoynaz” de la provincia Camagüey, la educación de la sexualidad, sustentada en habilidades para la vida, resulta sumamente necesaria para prevenir embarazos no deseados en las jóvenes. Existe una alta morbilidad de los mismos lo cual anualmente resulta una de las causas de afectaciones en los indicadores de retención, ya que no los tenían previstos y, por una razón u otra, tuvieron que interrumpir. Igualmente, se presenta una continua deserción y fracaso escolar, el uso del aborto como método anticonceptivo, y un bajo nivel de conocimientos relacionados con la salud sexual y reproductiva, así como del intento suicida en algunos casos.

Lo anterior se justifica a partir de un estudio preliminar realizado a 325 estudiantes de las carreras pedagógicas de la institución anteriormente mencionada. Dentro de los aspectos fundamentales que este develó, es significativa la falta de herramientas psicológicas para resistir presiones grupales en estudiantes de ambos sexos, baja percepción de riesgo; insuficiente conocimiento de sí mismo (a), problemas de comunicación, de autoestima, así como dificultades para solucionar problemas y conflictos. ¿Cómo contribuir a la prevención de embarazos en estudiantes de las carreras pedagógicas de la Universidad “Ignacio AgramonteLoynaz” de la provincia Camagüey?, resultó la interrogante que movilizó el desarrollo del trabajo cuyo propósito esencial resultó diseñar actividades educativas con enfoque en habilidades para la vida que contribuyan a la prevención de embarazos en estudiantes de las carreras pedagógicas de la Universidad de Camagüey “Ignacio AgramonteLoynaz”. Con el fin de desarrollar la investigación fue necesario emplear diferentes métodos y técnicas del nivel teórico y del nivel empírico y dentro de este último el inventario de problemas juveniles para valorar el estado de las habilidades para la vida que poseen los estudiantes de ambos sexos.

Desarrollo

El fin de la educación integral es la formación multifacética y plena de la personalidad del ser humano y su preparación para enfrentar la vida. Este proceso no se limita a la apropiación de los fundamentos de la ciencia y la

cultura; sino que debe potenciar el conocimiento de sí mismo, la autovaloración, la confianza y la autoestima, el fomento de un pensamiento reflexivo y crítico, la adquisición de la capacidad para enfrentar los retos y desafíos de la vida cotidiana para tomar decisiones autodeterminadas, justas y consecuentes. Estas aspiraciones no pueden lograrse al margen de una de las más significativas expresiones de la sexualidad; es por ello que corresponde, a la educación sexual y, especialmente, a aquella que eduque en habilidades para la vida, la tarea de promover una sexualidad sana, placentera y responsable que contribuya a la formación de una familia sólida, trascendente y enriquecedora espiritualmente.

Los autores de la presente investigación se afilian a la definición de sexualidad brindada por Castellanos et al. (1997), quienes la definen como: "una manifestación de la personalidad; se expresa en todas las esferas de la vida psíquica, está presente de manera peculiar en las diversas edades, y se distingue por su singularidad en cada persona concreta"(p.11), pues la considera precisa y completa, al ajustarse a los patrones éticos de la sociedad cubana. En ella se evidencia la importancia de los valores, el modo de conducta y sentimientos que identifican la esfera de la sexualidad de forma activa y proyectada hacia la realidad en relación estrecha con la sociedad donde se vive.

El ser humano nace sexuado, pero el desarrollo de su sexualidad es resultado de las relaciones que establece a lo largo de su vida, por tanto, la sexualidad como componente de su personalidad es educable. En Cuba se pondera la sexualidad de manera responsable, la que se manifiesta cuando el individuo es capaz de tomar decisiones y asumir sus consecuencias, sobre la base de conocimientos y valores, donde el contexto social es de gran importancia, lo que ratifica que la educación de la sexualidad constituye un elemento básico de su formación integral.

Al respecto, según (González et al. 1997), en Tesis y Resoluciones del I Congreso del Partido Comunista de Cuba se plantea que: "en las relaciones sociales entre el hombre y la mujer repercutirá favorablemente una adecuada

educación de la sexualidad que comience en el hogar y que se refuerce científicamente en la escuela" (p.7)

Sobre el tema, los autores toman como referencia, entre diversos autores, los planteamientos realizados por (González, 1994; Carvajal, 1995; Castellanos, 1997-1998 y Castro, 2006), considerados como referentes en los estudios relacionados con la sexualidad y su educación. Desde un criterio u otro, todos coinciden con la necesidad de desarrollar factores protectores en los y las jóvenes para que se involucren y asuman su sexualidad de manera responsable y construyan de forma efectiva su proyecto de vida desarrollador, en consonancia con las necesidades de la sociedad cubana de hoy, en la que hombres y mujeres juntos edifican una vida justa y equitativa desde las miradas de género, derechos y sociocultural.

Los autores se afilian a la definición de educación sexual alternativa y participativa como:

“el proceso activo que potencia al individuo para el encuentro libre, pleno y responsable con el otro sexo y con la propia sexualidad, en correspondencia con sus necesidades y las del contexto, garantizando el protagonismo y la capacidad de elegir los límites personales de la sexualidad, así como el respeto a los de las personas con las cuales se relaciona”(Castellanos et al.1998, p.9).

La educación de la sexualidad, como bien se expresa en la anterior definición, es un proceso; la misma está presente en cada etapa del desarrollo del ser humano y enfatiza preparar al individuo para que asuma su sexualidad de manera responsable y placentera. Más reciente, según Castro (2013) en el Programa de Educación Integral de la Sexualidad que promueve el CENESEX expresa que la EIS parte de una concepción dialéctica materialista y humanista, con un carácter histórico, que respeta la evolución y especificidad de los contextos, con perspectiva de género y transgénero no centrada en el análisis exclusivamente de la diferenciación hombre-mujer, y un enfoque ético orientado hacia la dignificación e integración social .(p.3)

Los autores consideran que la adolescencia constituye la etapa en la que la educación de la sexualidad se hace muy necesaria, pues es en este período de

la vida en el que el ser humano alcanza su capacidad reproductiva y empieza a exigir una mayor independencia, pero todavía no está apto (a) para asumir psicológica, biológica ni económicamente una maternidad o paternidad de manera consciente y responsable.

Teniendo en cuenta las diferentes edades de la población que se seleccionó para la investigación, resultó pertinente también considerar la definición de adolescencia ; según López, Torres y González (2010) "es el período de la vida en el cual el individuo adquiere la capacidad reproductiva, transita los patrones psicológicos de la niñez a la adultez y consolida la independencia socioeconómica. Fija sus límites entre los 10 y 20 años" (p.3). A esta definición se afilia el autor del trabajo.

Las características más significativas de esta etapa resultan:

- Se amplían los sistemas de actividad y comunicación que determinan el surgimiento de un conjunto de características psicológicas propias de este período.
- Los cambios anatomofisiológicos tales como el segundo cambio de forma y la maduración sexual, modifican su aspecto físico y le hacen parecerse más a un adulto que a un niño. Esto hace surgir un sentimiento de madurez que influye de modo decisivo en que el adolescente sienta que no es un niño y desea ser tratado como adulto.
- Exige independencia, pero aún se siente inseguro para comportarse de modo autónomo con éxito, lo que le impulsa a autoafirmarse constantemente ante los demás. Por esta razón manifiesta conductas exageradas que no siempre agradan a los adultos.
- El grupo de coetáneos adquiere una mucha importancia y el ocupar una posición en él se convierte en un motivo fundamental del adolescente. Asumirá las normas y valores grupales y actuará en correspondencia con ellos para ser aceptado por los demás. En el grupo intercambia criterios y opiniones sobre la amistad, sobre las demás personas y sobre sí mismo que influyen en su formación moral.

- No logra un funcionamiento efectivo de su personalidad en todas las situaciones que así lo requieren.(Martín , Bermúdez y Acosta , 2002, p.76)

En la adolescencia se tienen intereses, motivaciones y sentimientos dirigidos, fundamentalmente, al estudio, la recreación, las amistades, el amor y las actividades sociales, así como se carece de los conocimientos y habilidades necesarios para poder asumir adecuadamente la función de sostén, protección y educadora de la familia. Lo anterior significa que no se está totalmente preparado (a) desde lo biológico y menos aún desde lo psicológico y lo social, para el ejercicio de una maternidad y paternidad responsables, así llegan al período de juventud temprana en la que inician sus estudios universitarios.

A los referentes anteriores se añaden que si bien los jóvenes de ambos sexos comenzaron a gestar su futuro profesional, la pareja y la familia, como parte de su proyecto de vida, aún no tienen la preparación requerida para la vida laboral que les posibilite el sostenimiento económico de una familia, ni el suyo propio. Estas características son semejantes a las que poseen los estudiantes de la muestra.

Diversos eventos de carácter psicológico y social continúan ocurriendo durante esta etapa, caracterizada por continuos cambios que aun se dan en la formación de su personalidad. Uno de los más comunes resultan las relaciones sexuales íntimas, actividad esta a la que muchos llegan sin la debida preparación, lo que genera la aparición de diversos conflictos.

La prevención de esta problemática ha sido abordada desde diferentes aristas. Según López et al. (2007) " la prevención es la acción y efecto de prevenir. Preparación y disposición que se hace anticipadamente para evitar un riesgo o ejecutar una cosa que sirve para un fin"(p.68)

Por otra parte Castro et al. (2011) contextualizan la definición de prevención a la esfera de la sexualidad y ofrecen criterios válidos para la labor educativa en este sentido al plantear que esta significa:

... tomar medidas educativas para evitar que los adolescentes y jóvenes desarrollen y mantengan comportamientos sexuales de riesgo, que los puedan exponer a la infección del VIH/sida. Es una educación que va a

prevenir comportamientos de riesgo, en la medida que atiende integralmente la preparación del estudiante para la vida, por tanto, incide en sus conocimientos, valores y autoestima, que se integran en una formación humanista de la persona. (p.22)

Se aprecia un nivel de particularización correspondiente al VIH/sida de la cual puede inferirse también la prevención del embarazo si se parte de la aplicación que tiene en ambas las prácticas preventivas consideradas por López et al. (2007) como "comportamientos sexuales que evitan o reducen significativamente el riesgo de contraer una ITS o el VIH/sida en una relación de pareja"(p.68)

Una educación preventiva desarrolla las potencialidades personales del estudiante para que pueda responder de una forma positiva ante una situación que pueda conllevar a un embarazo no deseado. La prevención va dirigida a otros grupos vulnerables de adolescentes y jóvenes que por estar expuestos a sufrir estigmatización debido a su orientación sexual u otras causas, pueden rechazar las influencias que la escuela ofrece e incluso las actividades de orientación psicopedagógicas.

El embarazo en la adolescencia y la juventud temprana ha sido estudiado en Cuba, fundamentalmente en la década del 80 al 90, período que cubre la mayoría de las investigaciones consultadas. El enfoque que predomina es el clínico y cuantitativo, resaltan los riesgos médicos para las madres y el recién nacido (a) y persiguen la caracterización social de la adolescente/joven embarazada. Los estudios en su inmensa mayoría son tesis de grado de Ginecología, Obstetricia y Enfermería. La sexualidad en edades tempranas se ha estudiado a partir de un enfoque problemático embarazo-aborto por lo que reducen la sexualidad a la esfera reproductiva de la mujer y no se tienen en cuenta en la mayoría de los trabajos consultados, las consecuencias que trae para el varón embarazar una muchacha de manera no planificada. Al embarazo en esta etapa de la vida en Cuba se le ha ofrecido atención con acciones multisectoriales desde el Programa Materno Infantil; sin embargo, a pesar de las acciones que se realizan, y los trabajos efectuados que se han referido con anterioridad en esta investigación, aún existen fisuras educativas en la

prevención de este problema. En la búsqueda de soluciones, resulta necesario, en opinión de los autores, fortalecer las habilidades para la vida, ya que ellas constituyen un eslabón o puente entre los factores motivadores del conocimiento, las actitudes y los valores para la modificación de comportamientos.

A partir de la búsqueda bibliográfica, los autores encuentran pertinente para tratar el tema que investiga, trabajarlo desde un enfoque en las habilidades para la vida, las que según Mantilla (2003), fueron promulgadas por la Organización Mundial de Salud (OMS) en 1993, y que tienen en la actualidad vigencia para los sistemas educativos, fundamentalmente en Cuba, a fin de dar cumplimiento al Programa Nacional de Educación Sexual con Enfoque de Género, de Derechos Sexuales y Sociocultural.

Las habilidades para la vida son un grupo genérico de destrezas psicosociales que facilitan a las personas enfrentarse con éxito a las exigencias y desafíos de la vida diaria; las ayudan a tomar decisiones bien informadas, a comunicarse de manera efectiva y asertiva y a fomentar herramientas para enfrentar situaciones, y solucionar conflictos de manera adecuada. Contribuyen a una vida saludable y productiva, por tanto, son de un reconocido potencial transformador.

Estas habilidades devienen en competencias que se traducen en saber hacer y saber actuar, al contribuir a fomentar la resiliencia, que es la capacidad para enfrentar los problemas y adversidades de la vida, salir fortalecidos de ellas sin perder la condición de ser una buena persona, por lo que a escala internacional se considera que educar y aprender para la vida es una urgencia. La OMS coincide en que existe este grupo esencial de habilidades psicosociales que son relevantes para los niños, las niñas y los jóvenes en cualquier contexto sociocultural y que pueden agruparse por parejas en cinco grandes áreas, ya que existen relaciones naturales:

- Conocimiento de sí mismo – empatía.
- Comunicación efectiva - relaciones interpersonales.
- Toma de decisiones - solución de problemas.
- Pensamiento creativo - pensamiento crítico.

- Manejo de sentimientos y emociones - manejo de las tensiones y el estrés.

Conocimiento de sí mismo: esta habilidad permite que los sujetos de ambos sexos logren autonomía y responsabilidad, implica conocer el ser, el carácter, fortalezas, debilidades, gustos y disgustos. Desarrollar un mayor conocimiento personal facilita reconocer los momentos de preocupación o tensión.

Empatía: es la capacidad de “ponerse en los zapatos del otro” e imaginar e imaginar cómo es la vida para esa persona, incluso en situaciones con la que quien ofrece ayuda no está familiarizada, forma en los sujetos la solidaridad, el respeto por el otro, ayuda a aceptar a las personas diferentes y mejorar la interrelación social.

Comunicación efectiva: tiene que ver con la capacidad de expresarse, tanto verbal como extraverbal, en forma apropiada a la cultura y las situaciones. Un comportamiento asertivo implica un conjunto de pensamientos, sentimientos y acciones que ayudan a las personas a alcanzar sus objetivos personales de forma socialmente aceptable.

Relaciones interpersonales: esta habilidad ayuda a las personas cumplir los compromisos, a relacionarse de forma positiva con quienes interactúen, a tener recursos necesarios para iniciar y tener relaciones amistosas, que son importantes para el bienestar mental y social. Esta habilidad contribuye a que las personas sean merecedoras de la confianza ajena, sepan escuchar, dispensar buen trato, buscar ayuda y confiar en alguien.

Toma de decisiones: facilita manejar constructivamente decisiones respecto a la vida propia y la de los demás, calcular los riesgos, superar las presiones, asumir los errores, meditar sobre las consecuencias, decidir reflexivamente, reflexionar antes de actuar, actuar según los propios valores, escoger por uno mismo, buscar y alcanzar acuerdos.

Solución de problemas y conflictos: permite enfrentar de forma constructiva los problemas en la vida, orientada a la educación de las personas para resolver de forma creativa y pacífica los pequeños y grandes conflictos cotidianos como una forma de promover la cultura de la paz.

Pensamiento creativo: permite la utilización de los procesos básicos del pensamiento con énfasis en los aspectos relacionados con la iniciativa y la razón. Contribuye a la toma de decisiones y la solución de problemas lo cual permite a cada persona explorar las alternativas disponibles y las diferentes consecuencias de sus acciones u omisiones. Ayuda a adquirir una mirada más allá de la experiencia propia de cada ser humano y responder de manera adaptativa y flexible a las situaciones que se presentan en la vida cotidiana.

Pensamiento crítico: es la habilidad de analizar información y experiencias de manera objetiva, contribuye a la salud y al desarrollo personal y colectivo. Facilita reconocer y evaluar los factores que influyen en las actitudes y comportamientos propios y los de los demás, sin juzgar.

Manejo de sentimientos y emociones: ayuda a reconocer los sentimientos y emociones personales y de los demás, a ser conscientes de cómo influye en el propio comportamiento social y a responder a ellos en forma apropiada.

Manejo de las tensiones y el estrés: facilita reconocer la fuente de estrés y sus efectos en cada persona; desarrollar una mayor capacidad para responder a ellas y controlar el nivel de estrés.

Una misma habilidad tiene aplicación y es importante en el manejo de distintas situaciones cotidianas y de riesgo psicosocial durante la niñez y la adolescencia.

A juicio de los autores los adolescentes y jóvenes de ambos sexos que estén preparados en las habilidades para la vida, que se eduquen en estas, evitan embarazarse y embarazar, toda vez que se tenga en cuenta la realidad mundial en torno a estos temas, las que sin duda alguna incentivan a fortalecer la educación desde la instrucción; solo por ejemplificar, cada treinta segundos, una persona joven se infecta con el VIH; casi un millón de personas contrae una infección de transmisión sexual cada día. Diariamente 800 mujeres mueren por causas relacionadas con el embarazo y parto; más adolescentes mueren debido a complicaciones relacionadas con el embarazo y el parto que por cualquier otra razón; más de 60 millones de adolescentes se casan antes de cumplir los 18 años; más de 200 millones de mujeres en los países en desarrollo desean evitar el embarazo, pero carecen de acceso a una

anticoncepción efectiva; 7 de cada 10 mujeres a nivel internacional experimentan violencia doméstica; hasta 1 de cada 4 mujeres experimenta abuso durante el embarazo.

En Cuba se reconoce la necesidad de prevenir el embarazo en la adolescencia/ juventud temprana y en consecuencia ha propuesto el trabajo en habilidades para la vida en los documentos rectores que como política educacional rigen tanto el trabajo de promoción y educación para la salud, así como para la educación de la sexualidad, los que revisten especial interés en la formación de docentes, ya que una vez graduados sus contextos desempeño son los centros educacionales de los diferentes niveles educativos.

Entre los documentos rectores para la promoción y educación para la salud y la sexualidad vigentes en Cuba figuran los que continuación se relacionan.

El Programa Director de Promoción y Educación para la Salud en el Sistema Nacional de Educación es una expresión de la voluntad política y la decisión del Ministerio de Educación de trabajar para que los problemas de salud estén integrados al proceso pedagógico. El documento se presenta como una guía al maestro sobre los conocimientos, actitudes y prácticas saludables a desarrollar en educandos y trabajadores de la educación como una contribución importante en el desarrollo de la cultura en salud de las nuevas generaciones. El Programa precisa los contenidos de Salud Escolar incluida la Educación Sexual como punto de partida para ordenar, articular y fortalecer las acciones de promoción y de educación para la salud en el sistema de trabajo metodológico; en modo alguno constituye un esquema rígido, su organización es flexible y puede ser enriquecido a partir de la experiencia de los docentes y atendiendo a las características concretas del contexto donde se desarrolle.

Este Programa tiene como propósito contribuir a fomentar una cultura de salud que se refleje en estilos de vidas más sanos de niños, adolescentes, jóvenes y trabajadores en el Sistema Nacional Educativo. Presenta siete ejes temáticos o entre los que se encuentran “La educación sexual” y uno de sus contenidos es: El embarazo precoz, causas y consecuencias. ¿Cómo evitarlo?

El mismo se desarrolla en todos los niveles de educación y se deben lograr los objetivos propuestos para cada uno de ellos. El autor del presente trabajo

tiene en cuenta los objetivos a alcanzar en el preuniversitario ya que los estudiantes de la muestra presentan características similares a los estudiantes que se encuentran en esta enseñanza. En el preuniversitario los (as) adolescentes deben ser capaces de dominar la información requerida y mantener una actitud responsable ante la sexualidad, haciendo énfasis en el embarazo en la adolescencia, causas y consecuencias.

El Programa Nacional de Educación Sexual, vio la luz desde los inicios de la Revolución y fue gestado por la Federación de Mujeres Cubanas fundada por Vilma Espín, coordinado posteriormente por el Centro Nacional de Educación Sexual, perteneciente al Ministerio de Salud Pública y se desarrolló como elemento de la política social, con la activa participación de otros organismos, instituciones, organizaciones de masas y sociales del país, en lo particular el Ministerio de Educación asumió el tratamiento a temas importantes relacionados con la sexualidad al comprender la necesidad de una educación multifacética de sus escolares, desde los inicios de la década de los años 80 en la que primaron los enfoques biologicistas de sus contenidos, históricamente fue revolucionándose el pensamiento científico de importantes autores nacionales para dar paso a nuevas concepciones y enfoques en concordancia con las necesidades sociales y los avances de la ciencia a escala global, regional y local, este tema es visibilizado en los Objetivos de Desarrollo del Milenio (ODM) y en la actualidad en los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) los que han sido concebidos para resolver algunos de los problemas sociales más complicados y urgentes de nuestro tiempo, así como para fomentar el desarrollo humano en el presente milenio. En esta declaración y documento técnico se afirma que la promoción de la salud sexual debe desempeñar una función clave para cumplir los ODM y los ODS. La promoción de la salud sexual es fundamental para la consecución de la salud y el bienestar, así como para alcanzar el desarrollo sostenible y, más específicamente, para la ejecución de los ODM y ODS. Las personas y las comunidades que disfrutan del bienestar sexual están mejor preparadas para contribuir a la erradicación de la pobreza individual y social. Por cuanto la promoción de la salud sexual fomenta la responsabilidad individual y social,

además de las interacciones sociales equitativas, contribuye a mejorar la calidad de vida y a la instauración de la paz ,en este contexto en el año 2011 y dando respuesta además a la Declaratoria de los Ministros ocurrida en México, se definió el Programa Nacional de Educación Sexual con enfoque de género , de derechos y sociocultural que legaliza la RM 139 del 2011, aprobada por la Ministra de Educación de la República de Cuba. Este Programa a diferencia del anterior referido en la presente investigación, hace un llamado a abordar los temas relacionados con la educación de la sexualidad desde una perspectiva de género y aboga por el respeto a los derechos sexuales y reproductivos redactados por la Organización Mundial de Salud por lo que el mismo se pronuncia desde sus esencias por la justicia, la equidad, a inclusión de todos los sectores de la sociedad civil, en particular de la mujer. Otro aspecto significativo es la declaratoria en el mismo de los elementos fundamentales de la concepción educativa curricular cubana en la que se asume el proceso de educación de la sexualidad con enfoque de género, derechos sexuales desde una perspectiva integral que promueva un proceso activo y permanente de educación que potencia al individuo para el encuentro libre, pleno y responsable con la sexualidad en correspondencia con sus necesidades personales y las del entorno, de manera tal que garantice el protagonismo, la capacidad de elegir libre y responsablemente los límites personales de la sexualidad y el respeto hacia las personas con las que se relaciona, así mismo hace énfasis en los valores personales y sociales en torno a la sexualidad plena, responsable y equitativa, la no discriminación y violencia por razones de género, edad, raza , cultura u otra condición, por ende se presta especial atención a la diversidad humana y sexual en un contexto de aceptación a las diferencias y la búsqueda de unidad y diversidad con los otros/as, en concordancia con la moral socialista. El objetivo general de este Programa es promover el desarrollo de un comportamiento sano, pleno y responsable en niñas y niños, adolescentes y jóvenes a partir de la formación y desarrollo de conocimientos, habilidades psicosociales, valores y actitudes que favorezcan los modos de conducta y las relaciones humanas sustentadas en el ejercicio de los derechos sexuales y la igualdad de género.

Los derechos sexuales reproductivos surgen a partir de la Declaración del 13avo. Congreso Mundial de Sexología, 1997, Valencia y aprobados por la Asamblea General de la Asociación Mundial de Sexología, WAS, el 26 de agosto de 1999, en el 14 Congreso Mundial de Sexología, Hong Kong, República Popular China. Estos derechos deben ser reconocidos, promovidos, respetados y defendidos por todas las sociedades con todos sus medios. La salud sexual es el resultado de un ambiente que reconoce, respeta y ejerce estos derechos sexuales. Los derechos sexuales son derechos humanos fundamentales y universales, según las tendencias actuales ellos son:

- **El derecho a la libertad sexual.** La libertad sexual abarca la posibilidad de la plena expresión del potencial sexual de los individuos. Sin embargo, esto excluye toda forma de coerción y abuso sexual en cualquier tiempo y situación de vida.
- **El derecho a la autonomía, integridad y seguridad sexual del cuerpo.** Este derecho incluye la capacidad de tomar decisiones autónomas sobre la propia vida sexual dentro del contexto de la ética personal y social. También están incluidas la capacidad de control y disfrute de nuestros cuerpos, libres de tortura, mutilación y violencia de cualquier tipo.
- **El derecho a la privacidad sexual.** Este involucra el derecho a las decisiones y conductas individuales realizadas en el ámbito de la intimidad siempre y cuando no interfiere en los derechos sexuales de otro.
- **El derecho a la equidad sexual.** Este derecho se refiere a la oposición a todas las formas de discriminación, independencia del sexo, género, orientación sexual, edad, raza, clase social, religión o limitación física o emocional.
- **El derecho al placer sexual.** El placer sexual, incluyendo el autoerotismo, es fuente de bienestar físico, psicológico, intelectual y espiritual.
- **El derecho a la expresión sexual emocional.** La expresión sexual va más allá del placer erótico o los actos sexuales. Todo individuo tiene

derecho a expresar su sexualidad a través de la comunicación, el contacto, la expresión emocional y el amor.

- **El derecho a la libre asociación sexual.** Significa la posibilidad de contraer o no matrimonio, de divorciarse y de establecer otros tipos de asociaciones sexuales responsables.
- **El derecho a la toma de decisiones reproductivas libres y responsables.** Esto abarca el derecho a decidir si tener hijos o no, el número y el espacio entre cada uno, y el derecho al acceso pleno a los métodos de regulación de la fecundidad.
- **El derecho a la información basada en el conocimiento científico.** Este derecho implica que la información sexual debe ser generada a través de la información científica libre y ética, así como el derecho a la difusión apropiada en todos en todos los niveles sociales.
- **El derecho a la educación sexual integral.** Este es un proceso que se inicia con el nacimiento y dura toda la vida y que debería involucrar a todas las instituciones sociales.
- **El derecho a la atención de la salud sexual.** La atención de la salud debe estar disponible para la prevención y el tratamiento de todos los problemas, preocupaciones y trastornos sexuales. (López et al. 2007, p.108)

Partiendo de la teoría de Vigotsky, se infiere que una educación desarrolladora es la que conduce al desarrollo, va delante del mismo, guiando, orientando y estimulando. Es también aquella que tiene en cuenta el desarrollo actual para ampliar continuamente los límites de la Zona de Desarrollo Próximo o Potencial y, por tanto, los progresivos niveles de desarrollo del sujeto. Este enfoque concibe al estudiante como un ente social protagonista y producto de las interacciones sociales. Las funciones cognoscitivas superiores son producto de estas interacciones sociales. El estudiante reconstruye el conocimiento. Las habilidades y conocimientos que inicialmente fueron transmitidos al educando los interioriza y es capaz de hacer uso de éstos de manera autorregulada. En este sentido el papel de la interacción social es considerado de importancia fundamental para el desarrollo cognoscitivo y socio cultural.

La educación desarrolladora promueve y potencia el aprendizaje desarrollador que también adopta la educación de la sexualidad. es por ello que en opinión de los autores un proceso de enseñanza aprendizaje desarrollador debe ser aquel que constituya un sistema que imbrique la enseñanza y el aprendizaje lo que implica una comunicación efectiva y actividades intencionales, cuyo camino didáctico genera estrategias de aprendizaje favorecedoras del desarrollo de una personalidad integral y autodeterminada del alumnado, en el marco de la escuela como institución socializadora.

La educación, en particular, constituye el proceso social complejo e histórico-concreto en el que tiene lugar la transmisión y asimilación de la herencia cultural acumulada por el ser humano; mientras que el aprendizaje representa el mecanismo a través del cual el sujeto se apropia de los contenidos y las formas de la cultura que son transmitidas en la interacción con otras personas. En tanto el papel de la educación ha de ser, precisamente, el de crear desarrollos a partir de la adquisición de aprendizajes específicos y significativos por parte de los educandos. Pero la educación se convierte en promotora del desarrollo solamente cuando es capaz de conducir a las personas más allá de los niveles alcanzados en un momento determinado de su vida y, por supuesto, cuando propicia la realización de aprendizajes que superen las metas ya logradas.

Desde una mirada sociológica, es evidente que el mundo actual requiere preparar a hombres y mujeres de manera responsable para la construcción de un futuro seguro, en el que la familia constituye el principal eje potenciador de cualidades, capacidades y conductas responsables para el pleno disfrute de una salud sexual y reproductiva, así como para la construcción de una familia trascendente.

En tal sentido, el aprendizaje humano es un proceso dialéctico de apropiación de los contenidos y las formas de conocer, hacer convivir y ser construidos en la experiencia socio-histórica, en el cual se producen como resultado de la actividad del individuo y de la interacción con otras personas, cambios relativamente duraderos y generalizables que le permiten adaptarse a la realidad, transformarla y crecer como personalidad. Estas reflexiones,

reafirman entonces la necesidad que se advierte anteriormente con respecto a la pertinencia de la educación de la sexualidad como una de las vías esenciales para propiciar cambios significativos en este sentido para lo cual el enfoque en habilidades para la vida promulgado por la OMS toma toda su connotación.

Para los autores del trabajo es muy importante destacar que una educación sexual fundamentada en el espíritu humanista y democrático propio de la sociedad cubana, permite construir la sexualidad de forma plena y responsable que propicie a los adolescentes y jóvenes un conjunto amplio, variado y flexible de opciones de vida y convivencias, enseñándolos a escoger aquellas que armonizan con sus propias necesidades y expectativas. También propicia la identificación plena del individuo con su cuerpo sexuado y sus funciones, al potenciar relaciones de parejas con altos niveles de comunicación y satisfacción física y espiritual, que puedan cristalizar en la formación de una familia y una descendencia feliz.

La elaboración de las actividades educativas con enfoque en habilidades para la vida en función de prevenir embarazos en estudiantes de carreras pedagógicas de la Universidad Ignacio Agramante Loynaz constatadas por los autores con la aplicación de los métodos y técnicas utilizados en el diagnóstico inicial. También constituyen un soporte importante los resultados obtenidos por el investigador en el estudio de la bibliografía más actualizada sobre el tema. Tienen como referente el concepto de actividad educativa ofrecido por Rosenblatt. (1988), citado por Dubois. (2004) quien la define como: "aquella en la cual alumnos y maestros están en continua transacción, no sólo unos con otros, sino también con todos los elementos ambientales, culturales e institucionales propios de la situación escolar" (p.1)

Se diseñaron 10 actividades para la prevención de embarazos no deseados, las que se reflejan en el (Anexo 9). Cada una de ellas tiene como estructura la siguiente: título, objetivo, participantes, tipo de actividad, tiempo de duración, orientaciones generales, desarrollo de la actividad, conclusiones, evaluación.

Las actividades atienden la diversidad en estudiantes de ambos sexos y tienen en cuenta sus peculiaridades. Para su desarrollo se propicia un clima psicológico

adecuado que favorezca el intercambio de criterios. Son variadas, de reflexión y versan sobre temas sugerentes, que propician la autotransformación y crecimiento personal del alumnado que participa en ellas. Los títulos de las actividades que se sugieren son los siguientes:

- | | |
|---------------------------------|---------------------------|
| 1-Cuatro sombreros para pensar. | 6- Negociando prevenimos. |
| 2-La Blonda del Conocimiento. | 7. Mis derechos y yo. |
| 3-Piénsalo. | 8. Sin ánimo de ofender. |
| 4-Iguales y diferentes. | 9. Decidimos juntos. |
| 5-Caminando seguro. | 10. La sombrilla. |

Las actividades aplicadas en espacios extracurriculares, en el local de de la institución donde regularmente reciben las clases los estudiantes seleccionados, las mismas se realizan en un período de diez meses. Para lograr su efectividad, se trabajó una actividad por mes, y se le dio seguimiento durante el mismo. Se propone, además, darle salida desde el proyecto educativo de año al que deben tributar todos los profesores que trabajan directamente. Las actividades se realizarán en el horario de la tarde.

Conclusiones

- Al ser la sexualidad parte de la vida de cada persona resulta un proceso de plena educabilidad, para lo cual la escuela se erige como escenario estratégico. En este sentido se considera necesario concentrar la mayor fuerza en la educación de la sexualidad en el período de la adolescencia y juventud temprana, ya que en esta etapa ocurren cambios anátomo-fisiológicos solamente comparables, por su número y trascendencia, con los ocurridos durante los tres primeros años de vida de cada individuo; a la vez que se asume que la educación de la sexualidad sustentada en un enfoque en habilidades para la vida es pertinente, ya que ellas educan en la toma de decisiones acertadas, en una comunicación efectiva y asertiva, así como fomentan herramientas para enfrentar situaciones, solucionar de manera adecuada conflictos, contribuyendo a una vida saludable y productiva. Estas son de reconocido potencial transformador, según la comunidad

científica internacional y, en particular, la División de Psiquiatría de la OMS.

- Los resultados del diagnóstico realizado a estudiantes de carreras pedagógicas de la Universidad de Camagüey “Ignacio Agramante Loynaz” develaron que es significativo en estudiantes de ambos sexos, la ausencia de percepción de riesgo, la falta de conocimiento de sí mismo (a), problemas de comunicación, de autoestima, así como dificultades para solucionar problemas y conflictos; la carencia de recursos para resistir presiones grupales, proyectos de vida no definidos y el predominio de una autoestima baja.
- Las actividades diseñadas dejan atrás los enfoques tradicionalistas que apuntan a tratar el tema desde una posición biologicista. La implementación en la práctica fue efectivo y contribuyó a lograr cambios favorables en las dimensiones e indicadores previstos evidenciándose en la apropiación de las habilidades para la vida por los estudiantes de ambos sexos. Del mismo modo se aprecia una mayor preparación en cuanto a temas relacionados con una planificación familiar consecuente y la disposición de formar una familia sólida y trascendente.

Bibliografía

- Aguilar, I (2013). *Conferencia magistral efectuada en la III Jornada Provincial de prevención de las ITS- VIH/sida . FEU/ UCP*. José Martí. Camagüey.
- Carvajal, C (1995). *La escuela, la familia y la educación para la salud. La Habana: Pueblo y Educación*.
- Castellanos, B., González, A., Rodríguez, M., Gómez, Y., Castro, P.L., Estévez, S. et al (1998). *Hacia una sexualidad responsable y feliz: parar maestros y maestras de secundaria básica. (parte I)*. Ciudad de La Habana: Pueblo y Educación.
- Castellanos, B., González, A. (1998).*Sexualidad, Personalidad y Educación*.La Habana:Pueblo y Educación.
- Castro, M. (2013). *Programa Nacional de Educación y Salud Sexual de Cuba. Tesis para optar el grado de Doctor en Ciencias (s. I)*.

- Castro, P. L. (2001) *¿Cómo implementar la Educación de la Sexualidad en la Escuela?*.La Habana: Curso pedagogía 12. La Habana.
- Castro, P. L. y López, A. B. (2007). *Educación sexual en la escuela para la educación en valores y la prevención del VIH/SIDA*.La Habana.: Curso pedagogía 38.

- Castro, P. L. (2006): *Educación Sexual con los Jóvenes de Preuniversitario, Educación Técnica y Universidades Pedagógicas, Libro Rector del Proyecto UNFPA – MINED*. Ciudad de La Habana: Pueblo y Educación.
- Castro, P. L. (2006) *Las necesidades educativas de educación sexual de los jóvenes estudiantes. Para el docente de la educación media*.La Habana: Molinos Trade.
- Desmond, C. (s.a.). *La epidemia del VIH y el desarrollo humano sostenible*, [en línea]. Recuperado el 25 abril de 2014, de www.undp.org/hiv/publications/issues/spanish/issue29s.htm
- Dubois, M. E. *Actividad educativa y formación del docente*. Recuperado el 14 de mayo de 2014 de http://www.lecturayvida.fahce.unlp.edu.ar/numeros/a14n4/14_04_Dubois.pdf

- Mantilla, L., OMS\OPS. (2003). *Habilidades para la Vida una propuesta educativa para convivir mejor*. Colombia: Fe y Alegría.
- Pérez, L., Morris, R. y Acosta, R. C.(2002). *Desarrollo Ontogenético de la personalidad*. La Habana: Pueblo y Educación.
- Programa Nacional de Educación de la Sexualidad con Enfoque de Género y Derechos Sexuales*. (2011). La Habana: Ministerio de Educación.
- Torres, María. (2003).Programa Director de Promoción y Educación para la Salud en el Sistema Nacional de Educación. Ministerio de Educación. La Habana: Ministerio de Educación.

ANEXO 1 Actividades

Actividad 1

Título. Cuatro sombreros para pensar

Objetivo: explicar el aparato conceptual en el que se sustenta la educación de la sexualidad.

Participantes: grupo de estudiantes de la muestra y profesor.

Tipo de actividad: debate.

Tiempo: 40 minutos.

Orientaciones generales

-La actividad debe realizarse en un local ventilado con una adecuada iluminación.

-Los estudiantes se dividirán en cuatro equipos.

- La actividad debe propiciar que los estudiantes se familiaricen con los conceptos que se van a manejar a lo largo de las actividades que se desarrollarán.

Desarrollo

La actividad se comienza dividiendo el grupo en cuatro equipos.

En un segundo momento, se le pide a cada equipo que seleccione una persona que los represente. Luego el profesor les pedirá a los estudiantes seleccionados que escojan un sombrero para su equipo.

Cada sombrero tiene escrito en su interior dos conceptos básicos relacionados con la educación de la sexualidad. Los miembros de cada equipo, en un plazo de diez minutos, tratarán de escribir en un papel todo lo que saben de ellas.

Posteriormente, el profesor les pedirá a los representantes de cada equipo que expongan sus ideas y, al mismo tiempo, se les pedirá que las vayan plasmando en un papelógrafo.

Conclusiones

El profesor aplicará los conceptos básicos de educación de la sexualidad, aclarando dudas que puedan surgir en los estudiantes, para un correcto uso de los mismos en las actividades siguientes.

Evaluación

La actividad se evaluará en términos de *satisfactoria*, *poco satisfactoria* o *insatisfactoria* en dependencia de los conceptos básicos esenciales que los estudiantes se hayan podido apropiar.

Actividad 2

Título. La blonda del conocimiento

Objetivo: valorar la importancia de las habilidades para la vida en la prevención de un embarazo no deseado.

Participantes: grupo de estudiantes de la muestra y profesor.

Tipo de actividad: lúdica.

Tiempo: 60 minutos.

Orientaciones generales

Se contará con una blonda que contenga las habilidades para la vida y tarjetas con preguntas confeccionadas, ambas elaboradas con anterioridad por el docente.

El grupo debe dividirse en cuatro equipos y se les debe explicar a los estudiantes las reglas del juego antes de comenzar la actividad.

Desarrollo

Primeramente, el profesor divide el grupo en cuatro equipos y pide a los estudiantes que designen un responsable para cada uno de ellos.

En un segundo momento, el profesor le pedirá a los responsables de equipos que pasen al frente y les indicará a cada uno que deben dar tres vueltas a la blonda y en la habilidad que caiga, tendrán que tomar una tarjeta contentiva de preguntas sobre la misma. (Las respuestas a estas preguntas se resolverán en equipo. Cada equipo escoge quién va a responder la pregunta).

En un tercer momento el profesor aclarará las dudas que puedan surgir sobre la temática que se está tratando.

En un cuarto momento, y después que el profesor haya aclarado las dudas, los equipos pasarán a dramatizar las situaciones que realizaron para ejemplificar la importancia de poseer habilidades para la vida para evitar un embarazo no deseado.

Conclusiones

Estas se harán retomando qué son las habilidades para la vida y su significación psico-social. Se reflexionará sobre la importancia que tiene su utilización ante situaciones que pueden conllevar a un embarazo no deseado.

Evaluación

Esta actividad se evaluará a partir del criterio de los estudiantes en *muybuena* (MB), *buena* (B), *regular* (R) y *mal* (M).

Actividad 3

Título. Piénsalo

Objetivo: generar estrategias y habilidades para el fomento de una comunicación asertiva, saber tomar decisiones y lidiar con problemas y conflictos.

Participantes: grupo de estudiantes de la muestra y profesor.

Tipo de actividad: debate.

Tiempo: 60 minutos.

Orientaciones generales

- La actividad debe realizarse en un local ventilado y con una adecuada iluminación.
- Los estudiantes pueden sentarse en forma de herradura o de círculo, de manera que la actividad los pueda involucrar a todos.
- La actividad debe propiciar la reflexión de los estudiantes en cuanto a manifestar una comunicación asertiva, lidiar con problemas y soportar las presiones.

Desarrollo

- a) El profesor comienza explicando el importante papel que desempeñan los objetivos y metas de cada persona en la toma de decisiones, por lo que insistirá en que, ante una disyuntiva, se reflexiona sobre: ¿qué quiero?, ¿por qué lo quiero?, ¿para qué lo quiero?, ¿qué le sucedería a mis metas si digo "sí" o si digo "no"? A la vez se evalúa la relación riesgo- beneficio.
- b) En un segundo momento, el profesor realiza una actividad colectiva con situaciones concretas que consisten en responder con un "no" o un "sí" a

declaraciones, mediante proposiciones que hace públicas el profesor, concernientes a tener relaciones coitales desprotegidas.

c) Se pide al grupo de alumnos que imaginen las siguientes situaciones:

- Una muchacha conoce a un muchacho en la playa y la misma noche que lo conoce tiene relaciones sexuales con penetración con él. ¿Es esto correcto?
- En una pareja que hace dos meses está saliendo, el muchacho le propone a la muchacha juntarse y tener un hijo, ya que este tiene 32 años, pero ella solo tiene 18 años. Él alega que no le va a faltar nada. ¿Qué le dirías?
- Un muchacho y una muchacha están en un cuarto acariciándose. Al calor de las caricias la muchacha le pide al muchacho que la penetre sin preservativo alegando que así va a sentir más placer. ¿Qué le dirías?
- Una pareja de jóvenes que salen juntos se encuentran hablando en una fiesta. Los dos quieren hacer el amor y están dialogando sobre ello".

d) Dos voluntarios representan a los protagonistas de la historia, repartiéndose los papeles de este modo: ella sabe que es seronegativa, pero no conoce el pasado sexual de él. Por su parte, el chico se muestra reacio a utilizar el condón. El objetivo de la muchacha es convencer a su compañero de que la relación sexual sea segura. Por su parte, él debe buscar los argumentos necesarios para sostener su postura en contra de usar el condón.

e) En una segunda representación, la misma u otra pareja puede repetir el diálogo, cambiando los papeles, es decir, esta vez es la muchacha la que no quiere utilizar el condón.

f) Cuando las parejas concluyen su conversación, se discute con todo el grupo; mediante las siguientes preguntas:

- ¿Quién de los dos a logrado su objetivo?
- ¿Ha sido ella asertiva a la hora de defender su posición?
- ¿Ha expuesto él todos los argumentos posibles en contra del condón?
- ¿Ha sabido ella rebatirlos?
- ¿Piensas que la discusión ha deteriorado la relación?
- ¿Qué opinas que debería hacer la pareja si ninguno de ellos cediera en su posición?

Conclusiones

- Los valores constituyen la estructura del pensamiento, con ella cada persona diferencia lo que está bien y lo que está mal.
- Un firme sistema de valores ayuda a tomar decisiones con base en los hechos y no en las presiones externas. El comportamiento coherente está impregnado por los valores de la persona.
- Los valores fortalecen el logro de metas específicas. A mayor conciencia, mayor congruencia entre lo que se piensa, lo que se cree, lo que se siente y como se actúa. Este es un proceso que requiere del desarrollo del autoconocimiento y del control personal.
- En la toma de decisión se debe considerar un problema y llegar a las conclusiones válidas, lo que significa que se han examinado todas las alternativas y que la elección ha sido correcta. Nadie puede manipular las emociones de los demás, si estos no lo permiten.

Evaluación

Se evaluará la actividad de *satisfactoria* o *insatisfactoria*, según las respuestas que a lo largo de la actividad sean capaces de ofrecer los estudiantes.

Actividad 4

Título. Iguales y diferentes

Objetivo: desarrollar en los estudiantes la capacidad de valorarse adecuadamente, ser asertivos y enfrentar problemas y conflictos.

Tipo de actividad: debate.

Participantes: alumnos y profesor.

Tiempo: 60 minutos.

Orientaciones generales

Se le debe entregar a cada estudiante un papel que contiene una silueta.

Se deben haber seleccionado de antemano las frases que el profesor va a leer. Esta actividad debe dotar a los estudiantes de herramientas para que mantengan una autoestima alta y aprendan a lidiar con problemas y conflictos.

Desarrollo

a) El profesor entrega a cada participante las siluetas femeninas y masculinas, según su sexo, explicándoles que el dibujo los representa.

b) Luego explica que va a leer una serie de frases que seguramente afectarán su autoestima, por ello cada vez que termine de leer una frase, cada participante debe romper un trozo de la hoja. El tamaño que se rompa dependerá del daño que produzca la frase.

Frases:

- Tu profesor (a) te criticó delante de tus compañeros \ as.
- Tu grupo de amigos \ as no te invitó a salir o festejar con ellos \ as
- Llegaste con un nuevo peinado o ropa y todos se burlaron.
- Tu mejor amigo contó el secreto que le confiaste.
- Tu pareja se comprometió con otra persona.
- Distes una opinión en la reunión de brigada y tus compañeros \ as se burlaron.
- La tarea que hiciste no fue reconocida por tu profesor \ a pesar de estar excelente.

c) En plenaria se pide a los participantes que se quedaron sin ningún pedazo de papel que comenten acerca de cómo se sintieron y luego se sugiere hacer lo mismo con los que conservaron un pedazo pequeño o gran parte sin romper.

d) Se analiza el concepto de autoestima, se reflexiona sobre su fragilidad y se subraya la importancia de evitar que esta dependa exclusivamente de elementos externos a uno mismo. Se puede puntualizar que la autoestima:

- Es desarrollable.
- Está relacionada con el hecho de estar consciente de nuestras potencialidades y necesidades, con la confianza y el amor hacia uno mismo.
- Orienta la acción hacia el logro de los objetivos, el equilibrio, la salud y el bienestar general.
- Siempre es posible amarnos más, respetarnos más y estar más conscientes de nosotros y de la relación que tenemos con lo que nos rodea.
- En personas con una autoestima elevada se reportan menos emociones agresivas, negativas y menos depresión que en las personas con una autoestima baja. Pueden manejar mejor el estrés y, cuando son expuestas al mismo, experimentan menos efectos negativos en la salud, de ahí la importancia que tiene para todas las personas tener una autoestima elevada.

- Una persona que se conoce y se valora trabaja en el cuidado de su cuerpo y vigila sus hábitos para evitar aquellos que le perjudiquen.
- Las personas que posean una autoestima alta asumen responsabilidad por la vida, sus actos y las consecuencias que estos pueden generar.

El profesor preguntará cómo pueden los estudiantes lograr no sentirse mal ante estas situaciones y frases de la vida diaria.

Conclusiones

Para finalizar, se organizan los estudiantes en un círculo y cada participante debe escribir en una pequeña hoja (sobre la espalda del compañero de adelante) dos razones por las que hay que mantener una autoestima alta. Al finalizar se deben leer en voz alta.

Evaluación

Los participantes expondrán sus ideas sobre la actividad y la evaluarán de E, MB, B, R, M.

Actividad 5

Título. Caminando seguro

Objetivo: explicar a los estudiantes la importancia de saber tomar decisiones y tener un pensamiento creativo para evitar conductas de riesgo.

Tipo de actividad: taller.

Participantes: estudiantes y profesor.

Tiempo: 45 minutos.

Operaciones generales

Se divide el grupo en cuatro equipos.

Se les debe entregar el material necesario para la realización de la actividad.

Se le entregará previamente a cada equipo un caso en el que se reflejen conductas de riesgo.

Desarrollo

- Se divide a los participantes en 4 equipos y se entrega una tarjeta por equipo con un caso diferente. Se explica al grupo que puede utilizar su creatividad para agregar otros riesgos que estén relacionados con el caso presentado.
- Se le entrega a cada equipo un papel y un lápiz. Luego se ofrece la

siguiente explicación: divida el papel con una línea para tener dos partes iguales, al lado derecho haga una lista de comportamientos y prácticas que le ponen en riesgo de quedar embarazada, así como contraer una ITS o el VIH; al lado izquierdo elabore una lista de prácticas preventivas que usted podría sugerir en este caso.

- Cada equipo debe preparar una dramatización con el caso que le fue asignado. Al final debe hacer una breve explicación sobre el cartel construido.
- Se debe generar la discusión inmediata después de la exposición de cada equipo y se debe hacer énfasis en los comportamientos riesgosos y en las prácticas preventivas identificadas por los participantes.
- El profesor le preguntará a los estudiantes acerca de la importancia de tomar decisiones bien informadas y de poseer un pensamiento creativo para evitar estas conductas de riesgo.

Conclusiones

Se debe terminar la actividad reflexionando sobre la importancia de saber tomar decisiones y poseer un pensamiento creativo para evitar conductas de riesgo.

Evaluación

La actividad será evaluada por los participantes, en *productiva* o *improductiva*, de acuerdo a lo que esta les aportará.

Actividad 6

Título. Negociando prevenimos

Objetivo: desarrollar la empatía, la asertividad y la toma de decisiones.

Tipo de actividad: debate.

Participantes: estudiantes y profesor.

Tiempo: 45 minutos.

Orientaciones generales

La actividad debe realizarse en un local donde exista privacidad.

Se escogerán, de manera previa, los estudiantes que dramatizarán la situación.

Se les debe dar a los estudiantes los materiales para que puedan hacer las anotaciones pertinentes.

Desarrollo

- En un primer momento, se presenta una pareja en la cual uno\la trata de convencer al otro\la que no quiere usar el condón.
- Los participantes deben observar las técnicas de negociación utilizadas por dos personas que dramatizan la situación. En cualquier momento de la negociación pueden gritar alto y tomar el rol que deseen.
- En un segundo momento, se escriben en una hoja pequeña las excusas. El propósito no es obligar a cambiar la forma de pensar de la otra persona, sino contribuir a crear habilidades para lograr una sexualidad segura en un momento específico.
- En un tercer momento, el profesor debe debatir con los estudiantes acerca de las posibles ventajas y desventajas que supone tomar una decisión en la situación anterior, refiriéndose a la importancia de manifestar una comunicación asertiva.

Conclusiones

Los estudiantes expresarán cómo se sintieron durante la actividad y el profesor reflexionará con ellos sobre la importancia de desarrollar una comunicación asertiva y saber tomar una buena decisión para prevenir un embarazo no deseado y la adquisición de una ITS.

Evaluación

Esta actividad se evaluará a partir del criterio de los estudiantes en *muy buena* (MB), *buena* (B), *regular* (R) y *mal* (M).

Actividad 7

Título. Mis derechos y yo

Objetivo: aprender a identificar y responder adecuadamente a la presión de grupos.

Tipo de actividad: debate.

Participantes: alumnos y profesores.

Tiempo de duración: 45 minutos.

Orientaciones generales

- Se deben colocar las sillas del aula en forma de círculo.
- El profesor o el propio grupo deben seleccionar dos estudiantes para que representen una situación donde uno de ellos ejerza presión sobre el otro.
- El profesor debe orientar antes de la actividad que en el momento en que los estudiantes estén realizando la dramatización, el resto de los participantes deben permanecer callados y concentrados en la actividad.

Desarrollo

- Primeramente, el profesor le orientará a los estudiantes que se sienten en círculo.
- En un segundo momento, dos estudiantes representarán una situación en la que uno de ellos ejercerá presión sobre el otro, quien argumentará y tratará de solucionar la situación de manera asertiva, defendiendo su forma de pensar y sentir. (Tiempo de duración 10 minutos.)
- En un tercer momento, tras la presentación, los voluntarios reflexionarán sobre cómo se sintieron, ejerciendo los roles de la persona que ejerce la presión y la que respondía al verse presionada.
- Posteriormente, todo el grupo analizará cómo defendió su posición la persona que resistía la presión y comentarán sobre otras posibilidades de solución al problema que observaron.

Luego el profesor explicará a los estudiantes lo que significa la presión grupal negativa y las repercusiones que puede tener sobre nuestras vidas. Asimismo, se hablará sobre las actitudes necesarias para hacer frente a la presión grupal (asertividad, saber comunicarse adecuadamente, tener conocimiento de sí mismo\la, saber establecer metas reales, etcétera.)

Conclusiones

Estas se realizarán explicando que diariamente estamos siendo sometidos a presiones grupales de todo tipo, por lo que se hace necesario desarrollar herramientas específicas para resistir las presiones grupales.

Evaluación

-La actividad se evaluará de *satisfactoria* o *insatisfactoria*.

Actividad 8

Título. Sin ánimos de ofender

Objetivo: desarrollar habilidades para la vida ante líneas de presión.

Tipo de actividad: juego.

Participantes profesor y alumnos.

Tiempo: 45 minutos.

Orientaciones generales

- El grupo debe dividirse en dos equipos.
- Cada equipo debe tener un nombre que lo identifique.
- El profesor debe explicar las reglas del juego previamente.

Desarrollo

- En un primer momento, el profesor debe pedir a los estudiantes que respondan de manera asertiva a las líneas de presión que se expondrán.
- Posteriormente, se formarán dos equipos con los participantes y el profesor les sugerirá ponerle nombres a cada uno.
- En un tercer momento, el profesor leerá una línea de presión, dará un minuto para pensar y les dará la palabra al equipo que primero levante la mano. Si la respuesta es correcta se le dará un punto y si no, se le dará la oportunidad de participar al otro equipo.

Ese será el procedimiento a seguir de acuerdo al tiempo con que se cuenta para el desarrollo de la actividad. Ganará el grupo que más puntos acumule.

Ejemplo: Laura es una adolescente de 17 años de edad. Ella ha conocido a Raúl un joven de 21 años de edad, el cual es muy popular y tiene fama de conquistador. El joven le dice que está enamorado de ella y que le gustaría pasar a otro nivel su relación y le pide que si realmente ella lo quiere y confía en él, tengan relaciones sexuales. Laura desconfía de las intenciones de Raúl, pero no quiere perderlo, por otro lado sus amigas le dicen que no sea boba que si no sede a los deseos de Raúl este la dejará por otra que sí quiera.

Preguntas

- Si tú fueras Laura, ¿qué le dirías a Raúl y a tus amigas?
- ¿Consideran que la respuesta que Laura le da a Raúl, teniendo su autoestima baja, será la misma respuesta que le diera si tuviese su autoestima alta. ¿ Por qué?
- ¿Qué habilidades para la vida te ayudarían en esta situación?

Conclusiones

- Se realizarán por el profesor teniendo en cuenta la utilización de distintas habilidades para la vida para responder con éxito ante líneas de presión.

Evaluación

- Esta actividad se evaluará a partir del criterio de los estudiantes en *muy buena* (MB), *buena* (B), *regular* (R) y *mal* (M).

Actividad 9

Título. Decidimos juntos

Objetivo: desarrollar en los y las muchachas habilidades para la vida en percepción de riesgo en aras de prevenir un embarazo no deseado.

Tipo de actividad: debate.

Participantes: profesor y estudiantes.

Tiempo: 90 minutos.

Orientaciones generales

- El profesor debe llevar de antemano los roles que desempeñarán los estudiantes.
- Se debe ofrecer a los estudiantes los medios para la realización de la actividad.
- La actividad debe realizarse en un local que permita la dramatización y el debate sin que entorpezca el trabajo de los demás profesores.

Desarrollo

- Primeramente, se escogen algunos estudiantes del grupo para que interpreten los distintos roles (muchacha embarazada de 14 años, mamá de la muchacha, papá de la muchacha, muchacho de 14 años, padre del muchacho y madre del muchacho).
- Posteriormente, se les da a conocer qué rol debe jugar cada personaje en la dramatización:
 - Muchacha embarazada de 14 años, no sabe qué hacer, está desesperada.
 - Mamá de la muchacha, quiere ayudar a su hija, angustiada, tensa.
 - Papá de la muchacha, bravo, machista, quiere casarla o que aborte.

- Muchacho de 14 años, novio de la muchacha, asustado, no sabe que hacer, inmaduro.
- Mamá del muchacho, comprensiva pero sin dar el frente a la situación.
- Padre del muchacho, egoísta, piensa mal de la muchacha, no quiere que su hijo haga frente a la situación.
- Médico de la familia: es responsable, intenta ofrecer argumentos para la solución más adecuada a la situación de los adolescentes.
- En un tercer momento, el profesor le preguntará a los estudiantes que hicieron el muchacho y la muchacha y acerca de cómo se sintieron.
- Luego le preguntará al resto de los estudiantes cómo creen que se sentirían en una situación así.
- Finalmente, se debe abrir un debate sobre las conductas que pueden ocasionar un embarazo no deseado y sobre la importancia de poseer habilidades para la vida para evitarlos.

Conclusiones

Estas se harán de manera general, preguntando cómo se sintieron los estudiantes en la dramatización y sobre cuáles herramientas se han podido apropiar para evitar ser los protagonistas de la misma situación en la vida real.

Evaluación

Se evaluará en *productiva* o *poco productiva*, a partir de la apropiación que hayan hecho los estudiantes sobre el tema tratado.

Actividad 10

Título. La sombrilla

Objetivo: consolidar en los estudiantes las habilidades para la vida.

Tipo de actividad: taller.

Participantes: profesor y estudiantes.

Tiempo: 90 minutos.

Orientaciones generales:

- Se debe contar con el uso de la TIC.
- Es necesario llevar al aula una sombrilla.
- Se le debe dar a los estudiantes los materiales necesarios para la actividad.

Desarrollo

- En un primer momento, el profesor le pedirá a los estudiantes que se sienten, delante de la computadora, en forma de herradura.
- Posteriormente, a medida que la sombrilla va girando y transitando por los distintos temas trabajados, el profesor irá haciendo preguntas a los estudiantes sobre temas abordados en las actividades realizadas anteriormente. Las respuestas de los estudiantes se escribirán en un papelógrafo para que sirvan de guía para todos.
- En un tercer momento, el profesor le preguntará a los estudiantes para qué les ha servido estas actividades. Las respuestas de los estudiantes se darán con una sola palabra y con ellas se realizará una lluvia de ideas en otro papelógrafo.

Conclusiones

Se harán de forma general, a partir de las vivencias que los estudiantes experimentaron en el transcurso de las actividades realizadas. Se reflexionará acerca de la importancia de poseer habilidades para la vida como herramientas que contribuyen al disfrute de una sexualidad segura y placentera y la construcción de una familia trascendente.

Evaluación

Para la evaluación de esta actividad el profesor entregará a los estudiantes un cintillo de papel donde escribirán sus nombres. Luego les orienta que peguen el mismo en la sombrilla, según sus consideraciones acerca de cómo se sienten después de las actividades realizadas para enfrentar la sexualidad de forma placentera y segura. Se les aclara que mientras más alto coloquen los cintillos en la sombrilla, así será su nivel de satisfacción. Luego el profesor saldrá del aula para no condicionar el lugar donde los estudiantes coloquen sus papeles.

Inventario de problemas juveniles

Objetivo: constatar cuáles son las habilidades para la vida que más están afectadas en los estudiantes del grupo de nivel medio de Informática Educación – Laboral de la Universidad “Ignacio Agramonte y Loynaz”.

Instrucciones.

En el acápite siguiente aparecen una serie de cuestiones que suelen preocupar a los adolescentes. Marca en la columna correspondiente si esas cuestiones

son o no un problema para ti. Debes ser completamente sincero (a) al responder ya que este cuestionario no te afectará y contribuirá a que tus profesores te puedan ofrecer una mayor ayuda. Gracias por tu cooperación.

.SOBRE MI PERSONA

- 1-Tengo dificultades para lidiar con los problemas diarios.
- 2-No puedo evitar sentirme mal cuando las cosas no me salen bien.
- 3-No se ponerme en el lugar de los demás.
- 4-Soy poco creativo (a).
- 5-Con frecuencia me siento estresado(a).
- 6-No se cuáles son mis potencialidades y limitaciones.
- 7-Tengo problemas para relacionarme.
- 8-Respondo con violencia o pierdo el control ante los conflictos o situaciones de la vida cotidiana
- 9-Dudo mucho antes de tomar una o decisión.
- 10-Tomo decisiones sin consultar a otra persona por considerar que puede divulgar lo que le consulto.
- 11-Tomo decisiones sin consultar a otra persona porque estoy seguro(a) que tengo la razón en todo lo que hago.
- 12-Mis amistades no me consultan sus decisiones y/o conflictos por temor a que yo los divulgue.
- 13-Siento que no me quieren.
- 14- No se escuchar a otras personas.
- 15-Me cuesta trabajo decir no cuando miembros del grupo me presionan para que diga si o haga lo que ellos desean.

Anexo12

Escalas valorativas ¿En qué lugar estoy?

Objetivo: valorar el nivel de autoestima que poseen los estudiantes del grupo de nivel medio de Informática Educación – Laboral de la Universidad “Ignacio Agramonte y Loynaz”.

INSTRUCCIONES.

De acuerdo a las indicaciones que se te dan a continuación marca con una (X) en qué lugar te colocarías. Trata de ser lo más sincero/a posible. Gracias por tu cooperación.

RELACIÓN DE INDICADORES.

I.- En cuanto a tu condición de estudiante (por los rendimientos o resultados escolares, asistencia, puntualidad, aplicación y participación en las clases): ¿En qué lugar te colocarías?

Grupo de los mejores-----

Grupo de los promedios-----

Grupo de los peores-----

II.- Con respecto a las relaciones humanas (por su actitud de buen compañero y buenas relaciones con los miembros de la familia, cooperativo, servicial y ayuda a los demás): ¿En qué lugar te colocarías?

Grupo de los mejores-----

Grupo de los promedios-----

Grupo de los peores-----

III.-En cuanto a la participación en las tareas sociales (por su integración a las organizaciones sociales y políticas, participación en reuniones y actividades, cumplimiento de tareas asignadas, participación en trabajos voluntarios y actividades extraescolares): ¿En qué lugar te colocarías?

Grupo de los mejores-----

Grupo de los promedios-----

Grupo de los peores-----

IV.-Con respecto a la participación en actividades (comunitarias, culturales, artísticas y científicas dentro y fuera del centro): ¿En qué lugar te colocarías?

Grupo de los mejores-----

Grupo de los promedios-----

Grupo de los peores-----

V.- Por la capacidad creativa u originalidad que demuestras en el estudio o en las actividades extraescolares (aportes originales, participación en círculos de

interés, concursos, eventos científicos, grupos de trabajo científico estudiantiles): ¿En qué lugar te colocarías?

Grupo de los mejores-----

Grupo de los promedios-----

Grupo de los peores-----

VI.-Con respecto al comportamiento que manifiestas en el grupo en el que te encuentras (disciplina, educación formal, cumplimiento del reglamento, empatía en las relaciones interpersonales) ¿En qué lugar te colocarías?

Grupo de los mejores-----

Grupo de los promedios-----

Grupo de los peores-----

VII.- Con respecto a la capacidad para solucionar los conflictos que se presentan en la vida cotidiana (cumplimiento de las metas, enfrentamiento a los problemas, fracasos, situaciones difíciles en los contextos de actuación).

¿En qué lugar te colocarías?

Grupo de los mejores-----

Grupo de los promedios-----

Grupo de los peores-----