



República de Honduras
Secretaría de Educación

Guía de Trabajo Escuela para Padres y Madres de Familia, Tutores y/o Encargados



La Guía de Trabajo Escuela para Padres y Madres de Familia, Tutores y/o Encargados, es propiedad de la Secretaría de Estado en el Despacho de Educación de Honduras.

Presidencia de la República

Secretaría de Estado en el Despacho de Educación

Subsecretaría de Asuntos Educativos

Subsecretaría de Asuntos Técnico Pedagógicos

Subsecretaría de Asuntos Administrativos y Financieros

Dirección General de Servicios Estudiantiles

Subdirección General de Participación Comunitaria y Escolar

Autores

Martha Falconier de Moyano
Fondo de Población de las Naciones Unidas

Revisión Técnica 2014- 2015

Gloria Menjivar - SE
Daysi Karina Maradiaga -SE

Revisión Técnico-Gráfico

Eda Mayra Meza Zelaya
Dirección General de Tecnología Educativa-SE

© Secretaría de Educación
1ª Calle, entre 2ª y 4ª avenida de
Comayagüela, M.D.C., Honduras, C.A.
www.se.gob.hn
Guía de Trabajo
Escuela para Padres y Madres
de Familia, Tutores y/o Encargados.
Primera Edición 2015

Se prohíbe la reproducción parcial o total de esta Guía, sin el permiso de la Secretaría de Estado en el Despacho de Educación de Honduras.

DISTRIBUCIÓN GRATUITA - PROHIBIDA SU VENTA



República de Honduras
Secretaría de Educación

Guía de Trabajo Escuela para Padres y Madres de Familia, Tutores y/o Encargados



Presentación

“El Programa de Escuela Para Padres, Madres de Familia, Tutores y/o Encargados”

La Secretaría de Educación; responsable de organizar, administrar y dirigir la Educación del País en los niveles de Pre Básica, Básica y Media, consciente de los grandes desafíos que presenta el sistema educativo, impulsa desde de la Dirección General de Servicios Educativos a través de la Sub Dirección General de Participación Comunitaria y Escolar, el Programa de Escuela para Padres, Madres de Familia, Tutores y/o Encargados.

Este Programa es un espacio educativo, que servirá para que las y los docentes de los centros educativos oficiales y no gubernamentales, guíen a los padres y madres de familia, tutores y encargados para mejorar las relaciones familiares y para que desarrollen temáticas de reflexión e intercambio de experiencias de diferentes situaciones relacionadas con la formación integral de los niños, las niñas, adolescente y los jóvenes.

Con la implementación de este Programa, la Secretaría de Educación se propone contribuir a la reducción del analfabetismo, el ausentismo, la deserción, el rezago escolar, así como la mejora del rendimiento académico, mediante la participación efectiva de los padres, madres de familia, tutores y/o encargados, como responsables de orientar y formar a sus hijos, hijas o pupilos, desde su etapa escolar inicial.

Pretende que los principales actores del proceso educativo, padres, madres, personal administrativo, docentes y educandos, participen de manera proactiva en la solución de los problemas cotidianos del quehacer pedagógico y social; así mismo que la Escuela para Padres, Madres de Familia realice acciones de carácter preventivo y estratégico para la formación integral de los niños, niñas, adolescentes y jóvenes.

También se formula como una propuesta pedagógica de participación, para apoyar a las familias con hijas e hijos para que puedan desarrollar adecuadamente sus funciones educativas y socializadoras; superando las situaciones de necesidad y riesgo social, contribuyendo a la modificación de conductas y a la adquisición de pautas saludables de dinámica familiar.

Para ello la Secretaría de Educación cuenta con una cantidad de contenidos y temáticas desarrolladas a través del apoyo de organismos no gubernamentales y que se han venido trabajando desde años atrás en algunos centros educativos a nivel nacional. Con el apoyo del Fondo de Población de las Naciones Unidas (UNFPA) se han desarrollado la cantidad de 8 módulos temáticos, con un enfoque sobre Educación Integral en Sexualidad, cuyos temas se describen de la siguiente manera: *“Implementación de la educación integral de la sexualidad, Acompañando el crecimiento y desarrollo de nuestros hijos, Acompañando a nuestros hijos en su escolaridad, Ejerciendo nuestros derechos y enseñando a nuestros hijos e hijas a ser mejores ciudadanos, Prevenimos la violencia, Ayudando a nuestros hijos a tomar decisiones, Enseñamos a nuestros hijos a expresar sus emociones, Somos padres, madres, tutores o encargados responsable”*.

Para la implementación del enfoque de Educación Integral en Sexualidad, se cuenta con una Normativa o lineamientos generales para la funcionalidad del Programa de Escuela para Padres y Madres de Familia, a través de la coordinación del Comité Nacional del Programa.

Cuyo Objetivo General es:

Fortalecer la participación activa de padres, madre, tutores y/o encargados en el quehacer educativo a través de la implementación de la escuela de padres y madres de familia en los Centros Educativos a nivel nacional.

Objetivos Específicos:

- Contribuir a la formación y actualización de los padres y madres, para fortalecer el papel de la familia y el sano desarrollo de los hijos e hijas.
- Promover espacios de reflexión consciente y activa de los miembros del grupo en apoyo al proceso de enseñanza - aprendizaje de sus hijos e hijas.
- Mejorar la escolaridad de los hondureños y hondureñas.

El 4 de diciembre del año 2014, se publica en la Gaceta el Acuerdo Ministerial N°2113-SE-2014; en donde se describe el Programa de Escuela para Padres y Madres de Familia, Tutores y/o Encargados, el cual se debe ejecutar en todos los Centros Educativos Oficiales, No Gubernamentales y en las Modalidades Educativas a nivel nacional; incluyendo a dicho programa en el marco del Proyecto Educativo de Centro (PEC) en base a lo contemplado en la Ley Fundamental de Educación. Así también organizar el equipo promotor del Programa de Escuela para Padres y Madres de Familia, Tutores y Encargados en cada centro educativo, el cual estará integrado por el Director(a) y Subdirector(a) uno (1) o dos (2) docentes y dos (2) padres, madres, tutores y/o encargados de los centros educativos.

Para el éxito en la implementación de dicho Programa, se crea e institucionaliza una Normativa, con el propósito de establecer lineamientos de organización y funcionamiento de ésta en la gestión pedagógica del centro educativo; describe el proceso administrativo, legal y curricular; para su implementación así como el rol que deben jugar cada uno de los actores que intervienen desde el nivel central hasta el nivel descentralizado, de manera pro activa en la gestión pedagógica y social, e incida en la mejora de indicadores educativos.

Dicho documento de Normativa está enmarcada en los enfoques de derechos humanos, género, inclusión y equidad, fundamentos de la Constitución de la República, Convención de los Derechos del Niño, Ley Fundamental de Educación y sus Reglamentos, Ley de Fortalecimiento a la Educación Pública y la Participación Comunitaria, Ley de Transparencia y Acceso a la Información Pública, Código de la Niñez y Adolescencia, Visión de País 2010 - 2038 y Plan de Nación 2010 – 2022.

Secretaría de Estado en el Despacho de Educación

Antecedentes

Durante 2014 el Secretario de Estado en el Despacho de Educación solicitó al Fondo de Población de las Naciones Unidas (UNFPA) colaborar en el diseño de un programa de Escuela para Padres con base en el artículo 76 de la Ley Fundamental de Educación que expresa: “La participación de los padres, madres o tutores en las instituciones educativas es esencial en la formación de valores y conductas que constituyen la base de la personalidad del educando. Su función es apoyar y ser informado de la educación que se prevé para sus hijos y pupilos”. Asimismo, la Secretaria de Educación se propone implementar uno de los objetivos de la Ley de Fortalecimiento a la Educación Pública y la Participación Comunitaria mediante la comunicación y participación activa de los padres y madres de familia y de otros actores de la comunidad para cumplir el derecho a la educación como elemento que fortalece los valores, la organización y la convivencia escolar, el respeto de los derechos humanos, la construcción de la ciudadanía y la rendición de cuentas.

Son varios los esfuerzos que se han venido realizando en ese sentido. En 2010 se produjo una Guía para Escuela de Padres y Madres en el marco del Programa Reconciliación y Dignificación de la Educación Hondureña que cuenta con cuadernos de Trabajo para las y los estudiantes y está centrado en la enseñanza de valores. Entre 2013 y 2014, se produjeron y validaron, con el apoyo de la Cooperación Alemana (GIZ) materiales para la Escuela de Padres que abordan los temas de deserción escolar, liderazgo, acompañamiento y fomento de hábitos de estudio, comunicación asertividad y resolución de conflictos, coeducación, prevención de la violencia de género y ciudadanía.

La Guía que aquí se presenta complementa esos esfuerzos integrando algunos de los temas antes mencionados con otros considerados prioritarios actualmente como la prevención del embarazo en la adolescencia, la prevención de ITS y el VIH y la violencia de género en todas sus manifestaciones (incluyendo el acoso, el abuso sexual y la trata de personas) y abordando el aprendizaje de las habilidades emocionales desde el análisis de problemas concretos que atañen a la comunicación entre padres-hijos como el proyecto de vida de las y los estudiantes. Los nuevos temas que aquí se desarrollan forman parte de la Educación de la Sexualidad, entendida como un componente de la educación integral de niñas, niños, adolescentes y adultos, que brinda una oportunidad para conocer el cuerpo como base biológica de la vida y reconocerlo como base para la construcción de la autoestima, la autonomía y la ciudadanía. Es también una contribución a la calidad de la educación en tanto se propone formar personas que piensen críticamente y actúen en forma responsable. Implementar esos contenidos curriculares requiere la participación activa de todos los actores que intervienen en el proceso educativo en el que la familia es fundamental ya que es en ella donde primero se aprenden las normas, los valores, los sentimientos y los comportamientos. Trabajar desde la escuela estos temas con los padres y madres contribuirá no solo a prevenir las consecuencias indeseadas de las conductas sexuales, sino sobre todo a mejorar la calidad de las relaciones padres-hijos.

El propósito de esta Guía es brindar a los docentes las herramientas necesarias para el trabajo con los padres y madres de familia en temas de Educación de la Sexualidad en el entendido de que educar en estos temas no significa “hablar de relaciones sexuales” sino que tiene que ver con la expresión de las emociones y los sentimientos, con el reconocimiento y respeto de valores como la amistad, el amor, la solidaridad, la intimidad propia y ajena y el aprender a cuidarnos y a cuidar de los demás. Tiene que ver también con los derechos de las personas: a ser bien tratados, a no sufrir presiones, al trato igual para varones y mujeres, a decir no a la violencia.

Reconociendo que los padres y madres juegan un papel fundamental en el apoyo a sus hijos e hijas y son los primeros educadores en la temática de la sexualidad, esta Guía se propone contribuir a prepararlos para una mejor comunicación con ellos y para ayudarlos a que sus hijos se desarrollen felices, seguros y confiados.

Finalmente, la Guía contiene ocho Unidades de Trabajo pensadas para desarrollarse en alrededor de cuatro horas cada una durante el ciclo lectivo. La modalidad de aplicación de la misma quedará en manos de las y los docentes que son quienes conocen mejor la disponibilidad de los padres y madres de familia para concurrir a las sesiones de la Escuela de Padres. En algunos casos se podrá programar una sesión por mes, en otros, sesiones quincenales o semanales, por lo que la distribución de las horas destinadas a cada unidad será tarea del personal docente. Asimismo, tanto los contenidos como la metodología sugerida podrán ser enriquecidos y adaptados de acuerdo a la creatividad de las y los docentes.

INDICE

Unidad I Aprendiendo a comunicarnos con nuestros hijos. 9

- A. Contenidos: ¿Por qué la Educación de la Sexualidad es un componente 9
del Currículo Nacional Básico? ¿Qué hacer cuando las niñas y los niños
preguntan sobre sexualidad?. Comunicándonos con nuestros hijos. Los
padres como modelos y referentes.
- B. Objetivo de la Unidad 9
- C. Información para el/la docente..... 9
- D. Actividades sugeridas para el trabajo con padres, madres, encargados 12
- E. Evaluación: que aprendimos y que proponemos hacer con ello? 13

Unidad II Acompañando el crecimiento y desarrollo de14 nuestros hijos.

- A. Contenidos: Las principales características biológicas, psicológicas y sociales 14
del desarrollo tanto en la infancia como en la adolescencia. La formación
de la autoestima como base de la auto eficacia.
- B. Objetivo de la Unidad 14
- C. Información para el/la docente..... 14
- D. Actividades sugeridas para el trabajo con padres, madres, encargados 20
- E. Evaluación: que aprendimos y que proponemos hacer con ello? 20

Unidad III Acompañando a nuestros hijos en su escolaridad. 20

- A. Contenidos: las relaciones interpersonales, empatía, asertividad y 21
resolución de conflictos. Como desarrollar hábitos de estudio que
favorecen la continuidad de la escolaridad.
- B. Objetivo de la Unidad 21
- C. Información para el/la docente 21
- D. Actividades sugeridas para el trabajo con padres, madres, encargados 26
- E. Evaluación: que aprendimos y que proponemos hacer con ello? 28

Unidad IV Ejerciendo nuestros derechos y enseñando a nuestros hijos a ser mejores ciudadanos 29

A. Contenidos: Las relaciones de equidad de género en la familia y en la escuela. El respeto a la diversidad y la no discriminación. Los estereotipos de género que debemos superar.....	29
B. Objetivo de la Unidad	29
C. Información para el/la docente	29
D. Actividades sugeridas para el trabajo con padres, madres, encargados	33
E. Evaluación: que aprendimos y que proponemos hacer con ello?	34

Unidad V Prevenimos la violencia 35

A. Contenidos: ¿Qué es la violencia de género y cómo podemos prevenirla?..... La violencia en el noviazgo. El acoso y el abuso sexual, la trata de personas y los riesgos de la migración ilegal.	35
B. Objetivo de la Unidad	35
C. Información para el/la docente.....	35
D. Actividades sugeridas para el trabajo con padres, madres, encargados.....	39
E. Evaluación: que aprendimos y que proponemos hacer con ello?	40

Unidad VI Ayudando a nuestros hijos a tomar decisiones. 41

A. Contenidos: la evaluación de opciones y sus consecuencias. El embarazo en la adolescencia, las ITS y el VIH. Métodos anticonceptivos. Derechos Sexuales y Reproductivos	41
B. Objetivo de la Unidad.....	41
C. Información para el/la docente.....	41
D. Actividades sugeridas para el trabajo con padres, madres, encargados.....	50
E. Evaluación: que aprendimos y que proponemos hacer con ello?	51

Unidad VII Enseñamos a nuestros hijos a expresar sus emociones 52

- A. Contenidos: Como ayudamos a nuestros hijos a manejar sus emociones,.....52
a identificar sus fortalezas y debilidades y a que elaboren un proyecto de vida. Como nos planteamos nuestro propio proyecto de vida con base en todo lo que aprendimos anteriormente.
- B. Objetivo de la Unidad52
- C. Información para el/la docente52
- D. Actividades sugeridas para el trabajo con padres, madres, encargados56
- E. Evaluación: que aprendimos y que proponemos hacer con ello?57

Unidad VIII Somos padres y madres responsables 58

- A. Contenidos:Aspectos que abarca la paternidad y maternidad responsables.....58
- B. Objetivo de la Unidad58
- C. Información para el/la docente58
- D. Actividades sugeridas para el trabajo con padres, madres, encargados61
- E. Evaluación: que aprendimos y que proponemos hacer con ello?62

Unidad I. Aprendiendo a comunicarnos con nuestros hijos.

“El mejor medio para hacer buenos a los niños es hacerlos felices”,

Oscar Wilde¹

A. Contenidos:

- ¿Por qué la sexualidad es un componente del currículo nacional básico?
- ¿Qué hacer cuando las niñas y los niños preguntan sobre sexualidad?
- Comunicándonos con nuestros hijos.
- Los padres como modelos y referentes.

B. Objetivo: al término de esta Unidad, las madres, padres y encargados de las y los estudiantes reconocerán la relevancia que estos temas tienen para la educación de sus hijos y comprenderán que hablar con ellos no solo contribuye a mejorar las relaciones familiares sino también a su maduración afectiva y a su crecimiento personal.

C. Información para el/la docente (¿qué debo saber antes de reunirme con los padres y madres?)

En el marco de las normativas nacionales y de las Convenciones Internacionales ratificadas por el país y con el propósito de fortalecer los esfuerzos realizados hasta ahora para educar en sexualidad y para la prevención del VIH, la Secretaria de Educación ha incluido en el Currículo Nacional Básico contenidos de Educación Integral de la Sexualidad que promueven la equidad de género, el desarrollo de la autoestima, los valores y las habilidades para la vida. Estos contenidos están incorporados principalmente en las áreas de Ciencias Sociales, Ciencias Naturales, pero sabemos, como lo muestran las guías Cuidando Mi Salud y Mi Vida, que pueden trabajarse también en Matemáticas, Español y Educación Física.

Las estadísticas de embarazos en niñas y adolescentes, el aumento de personas jóvenes con infecciones de transmisión sexual, entre ellas el VIH, el elevado número de casos de violencia de género, la existencia de redes de comercio sexual y trata de personas, requieren acciones sistemáticas e integrales que, en conjunto con la comunidad educativa y con otras instituciones del sector público como la Secretaria de Salud, la Secretaria de Desarrollo Social y el Despacho de la Primera Dama, permitan responder clara y contundentemente a esa compleja realidad, garantizando una educación que incremente los conocimientos y la capacidad de toma de decisiones de las y los estudiantes.

La necesidad de implementar una Educación Integral de la Sexualidad está fundamentada en la legislación nacional y en los Tratados y Convenciones Internacionales, ratificados por el Estado Hondureño². A

1. Oscar Wilde fue un escritor, poeta y dramaturgo irlandés, nació el 16 de octubre de 1854, en Dublín, Irlanda y murió el 30 de noviembre de 1900, en París, Francia.

2. I Plan de Igualdad de Oportunidades 2002-2007, II Plan de Igualdad y Equidad de Género de Honduras 2010-2022, La Ley Contra la Violencia Doméstica (1997) y sus reformas (2005), Código de Familia, el Código del Trabajo, la Ley de VIH y Sida, el Programa de Acción de El Cairo sobre Población y Desarrollo (1994), y la Declaración de los Objetivos de Desarrollo del Milenio - ODM (2000), Convención sobre los Derechos del Niño, Convenio para la represión de la Trata de Personas y de la Explotación de la Prostitución Ajena, Protocolo facultativo para la Convención de Naciones Unidas sobre derechos del niño relativo a la venta de niños, la prostitución infantil y la utilización de niños en la pornografía.

dicha legislación se suma la Declaratoria Ministerial Prevenir con Educación, emanada de la Primera Reunión de Ministros de Salud y Educación de Latinoamérica que se realizó en México en 2008 y que fuera aprobada por unanimidad, incluyendo a Honduras. La misma incorpora el enfoque de Educación Integral en Sexualidad como clave para la prevención del VIH y define que la sexualidad “es una dimensión constituyente del ser humano que se expresa durante toda la vida. Agrega que la niñez y la adolescencia son etapas significativas para potenciar el desarrollo de las personas por lo que es necesario proporcionar educación de la sexualidad como derecho humano y como estrategia de calidad de vida actual y futura”.

En junio de 2010 la UNESCO publicó las “Orientaciones Técnicas Internacionales sobre Educación de la Sexualidad, un enfoque basado en evidencias y orientado a escuelas, docentes y educadores de la salud”. Ahí se señala que los padres, las madres y las familias desempeñan una función vital en la formación de nuestra sexualidad y que por ello necesitan ser capaces de conversar acerca de los aspectos biológicos y afectivos de la sexualidad humana con sus hijos e hijas.

En nuestro país muy pocas personas, niños, niñas adolescentes y jóvenes reciben la información completa y oportuna que les permita comprender su sexualidad como parte integral de su vida y decidir el momento en que estén realmente preparados y preparadas para tomar decisiones sobre su vida sexual. A pesar que suelen pedir información a madres y padres, es común que la información que reciben provenga de otras fuentes (amigos, hermanos mayores, medios de comunicación, internet) la cual no solo resulta parcial sino muchas veces distorsionada. Las madres y los padres de familia no dialogan con sus hijos sobre temas de sexualidad porque no tienen la información suficiente para abordar la temática de una forma integral o porque sienten vergüenza o temor ante esta temática. Ante esto, “es necesario decidir si dejamos a los niños, niñas y adolescentes encontrar su propio camino en la nebulosa de información parcial y la desinformación que podrían encontrar en los medios de comunicación, en Internet, en grupos de pares o en personas inescrupulosas; o aceptamos la tarea de proporcionar una educación en sexualidad clara, informada, sustentada en hechos científicos e inspirada en los valores universales de respeto y derechos humanos tanto para los padres y madres como para las y los estudiantes”³.

Una educación integral en sexualidad permite superar la escasa información que recibimos y, sobre todo los temores en relación con este tema, ya que los aborda desde aspectos éticos, biológicos, emocionales, sociales, culturales y de género, de manera gradual, basados en la evidencia científica, acordes con el desarrollo de la persona: desde que es niña o niño hasta la edad adulta. En ese proceso de formación es fundamental que toda persona comprenda que la sexualidad es una parte integral de su vida. Sólo de esta manera lograremos generar en niños, niñas y adolescentes, el respeto a las diferencias, el rechazo a toda forma de discriminación y la promoción de la toma de decisiones informadas y responsables no sólo sobre el inicio de las relaciones sexuales, sino, fundamentalmente, sobre su proyecto de vida: quién quiere ser, qué quiere hacer, en el marco del aporte al desarrollo de su comunidad y su país. Los centros educativos pueden promover el aprendizaje significativo indispensable para lograr revertir las alarmantes estadísticas de aumento de embarazos en adolescentes y niñas, el aumento en la cantidad de personas infectadas con VIH, el elevado número de muertes maternas y el ejercicio cotidiano de la violencia, particularmente la violencia sexual contra las mujeres, así como la discriminación. También pueden apoyar a las madres y los padres en el proceso de crianza de sus hijos a través del desarrollo de actividades de aprendizaje que:

3. UNESCO: “Orientaciones Técnicas Internacionales sobre Educación de la Sexualidad, un enfoque basado en evidencias y orientado a escuelas, docentes y educadores de la salud”. Paris, Francia, junio de 2010.

- Proporcionen información precisa sobre aquellos temas que niños, niñas y adolescentes tienen motivación por aprender y necesidad de conocer.
- Faciliten oportunidades de internalizar valores y desarrollar actitudes y normas referidas a las relaciones sociales y a la sexualidad.
- Promuevan la adquisición de habilidades y competencias que sustenten una toma de decisiones conscientes y responsables.
- Alienten a asumir la responsabilidad del propio comportamiento y a respetar los derechos de las demás personas.

Lograr esos propósitos implica que quienes son responsables de la crianza de niños, niñas y adolescentes, participen en las escuelas de padres y madres y se comprometan con la implementación del Currículo Nacional Básico para que la tarea sea realizada de manera conjunta en aras del pleno desarrollo de niñas, niños y adolescentes.

Muchos padres y madres sienten temores cuando se les habla de Educación de la Sexualidad porque piensan que darles información a los niños, niñas y adolescentes contribuirá a un inicio precoz de las relaciones sexuales. Sin embargo es importante saber que:

- La Organización Mundial de la Salud (OMS) realizó un estudio sobre 47 experiencias educativas desarrolladas entre 1974 y 1995 en países desarrollados y países en desarrollo⁴
- La Campaña Nacional para evitar el embarazo en adolescentes, revisó 250 evaluaciones de programas desarrollados en Canadá y los Estados Unidos de Norte América, implementados desde 1980 a 2000⁵

Y llegaron a la conclusión de que los programas de Educación de la Sexualidad iniciados tempranamente:

- i. Retrasan el inicio de las relaciones sexuales en adolescentes.
- ii. En aquellos adolescentes que ya eran sexualmente activos no hubo aumento de la actividad sexual, por el contrario se comprobó una tendencia a disminuir la cantidad de compañeros o compañeras sexuales y a aumentar el uso de condones y de anticonceptivos como forma responsable de prevenir las ITS, el VIH y los embarazos.

Muchas veces decimos que no se pueden abordar temas de sexualidad en el aula debido a que los padres de familia no están de acuerdo. Es cierto que no tenemos datos de investigación en nuestro país, pero en muchos países de América Latina (Argentina, Bolivia, Chile, Colombia, El Salvador, Guatemala, México, Perú, Venezuela) los resultados de estudios realizados muestran que los padres y madres de familia desean que sus hijos sean educados en temas de sexualidad porque ellos no tienen información suficiente y especialmente **cuando comprenden que no se trata solo de que sus hijos reciban información sino de que logren la formación que les permita mejorar su autoestima, aprender a decir no, no dejarse presionar por sus pares o por sus parejas, decidir y ejercer conductas responsables.** Pensemos un instante: ¿qué padre o

4. Grunseit, A, Kippax, S., Agleton, P y otros: Sexuality Education and young people sexual behavior: a review of studies, 1997.

5. Kirby D. Emerging Answers: Research Findings on Programs to Reduce Teen Pregnancy. Washington, DC: National Campaign to Prevent Teen Pregnancy, 2001.

madre está de acuerdo en que su hija se embarace a los doce años? Por ello, es tarea de la escuela informar a los padres y madres de que se trata la Educación de la Sexualidad y que beneficios pueden obtener de ella.

Ahora bien, ¿cómo podemos **conversar con nuestros hijos sobre sus inquietudes y preguntas sobre sexualidad?**

En primer lugar pensemos en la mayoría de niños y niñas que, alrededor de los tres años, comienzan a preguntar “de donde vienen los niños” Ante esta pregunta absolutamente natural muchos padres y madres responden con evasivas (“de un repollo”, “los trae la cigüeña”, etc.) cuando a esa edad basta con una respuesta sencilla: “nacen de la panza de su mamá”. Si el niño o la niña siente que su inquietud ha sido satisfecha, mas adelante continuará preguntando y tratando de aclarar sus dudas. Si le respondemos “de eso no se habla” o evadimos la respuesta, comenzará a callar y a pensar que se trata de algo que no es bueno ya que en casa no se puede hablar de ello. Pero si un niño o niña de diez años pregunta lo mismo, nuestra respuesta debe ser más detallada y podría comenzar así: “Después de que un bebé crece durante nueve meses en el útero de la mamá, sale por su vagina...”. Hay que responder a sus preguntas siempre con la verdad, evitar respuestas confusas o contradictorias y dar explicaciones francas y adaptadas a su edad. Hay que contestar las preguntas que el niño y la niña hace proporcionando sólo la información que él o ella requiere. Hay que asegurarse, antes de responder, qué es lo que quiere saber y no dar información que no puede ser asimilada por ser prematura o excesiva y que, en vez de aclarar sus dudas, los dejará más confundidos y desorientados.

Brindar información adecuada a la edad les facilita a los niños entender que el sexo es una parte natural del ser humano y del desarrollo emocional. También hace que sea más sencillo hablar con ellos acerca de aspectos más complejos de la intimidad sexual a medida que crecen.

Tampoco hay que creer que los niños y las niñas son seres asexuados que no mostrarán curiosidad sexual sino hasta la adolescencia; por el contrario, los niños y las niñas son capaces de formular preguntas claras y precisas mucho mejor de lo que los adultos creen. Si se responden apropiadamente, ellas y ellos estarán preparados para llegar a la adolescencia con un conocimiento efectivo sobre la sexualidad, podrán entender sus propios procesos de desarrollo, aceptar los cambios de la pubertad con naturalidad, saber cómo les afectan los procesos hormonales y, sobre todo, saber que tienen un papá y una mamá que no les ocultan información y que los acompañan en su difícil transición de la niñez a la adolescencia.

D. Actividades sugeridas para la reunión de trabajo con padres/ madres/encargados

Orientaciones metodológicas:

- Inicie la sesión dando la bienvenida a padres/madres/encargados, felicitándolos por su presencia porque significa un compromiso con la educación de sus hijos. Comunique el objetivo de la Escuela de Padres: apoyar la educación de sus hijos, contribuir a mejorar las relaciones padres/hijos y mejorar así la calidad de vida familiar y el rendimiento escolar de niños, niñas y adolescentes.
- Explique, con base a la lectura de la Información para el Docente, el por qué de los contenidos de Educación de la Sexualidad en el Currículo Nacional Básico y que temas va a desarrollar durante el año escolar.

- Abra un espacio de diálogo para que padres y madres expresen sus opiniones al respecto. Si hubiera alguna oposición, no olvide utilizar los argumentos que se le brindan en la Información para el docente.
- Pregunte a padres y madres que experiencias tienen acerca de conversar con sus hijos sobre temas de sexualidad, que preguntas les han hecho y como las han respondido. Bríndeles tiempo (alrededor de 40 minutos) para que en grupos puedan conversar y compartir experiencias.
- Coordine la exposición de cada grupo. Es importante no juzgar las experiencias negativas sino analizar cuáles son las experiencias positivas y el por qué.
- Invítelos a hacer un ejercicio práctico en el que responderán en grupos a las siguientes preguntas:
 - Cómo respondería a mi hijo/hija de 5/6 años si me pregunta de dónde vienen los niños? Como me sentiría respondiendo a esa pregunta?
 - Como respondería a mi hijo/hija de 10 años si me pregunta cómo se transmite el VIH?
 - Como respondería a mi hijo/hija de 11 años que es “hacer el amor”, frase que escuchó en la telenovela?
 - Que hago si mi hijo/hija no me hace preguntas sobre estos temas?
- Recuérdeles que si los padres no respondemos ellos buscarán la respuesta en otros canales de información que pueden dar información distorsionada y hasta ser peligrosos.
- Invite a los participantes a socializar los resultados del ejercicio práctico y a que expresen como se sintieron realizándolo.

E. Evaluación: que aprendimos y que nos proponemos hacer con ello?

- Pregunte a los/las participantes que han aprendido y anote las respuestas en el pizarrón o en un papelógrafo.
- Invítelos a manifestar una frase que exprese su compromiso (puede ser por escrito u oral) para mejorar la comunicación con sus hijos y estar abiertos a sus inquietudes y necesidades con relación a estos temas.

Unidad II. Acompañando el crecimiento y desarrollo de nuestros hijos.

“No es una mente, no es un cuerpo lo que educamos, es un hombre⁶ y no debemos hacer dos partes de él.”

Michel de Montaigne⁷

A. Contenidos:

- Las principales características biológicas, psicológicas y sociales del desarrollo tanto en la infancia como en la adolescencia.
- La formación de la autoestima como base de la auto-eficacia.

B. Objetivo de la Unidad: Al término de la Unidad, las madres, padres y encargados de las y los estudiantes estarán en capacidad de conocer las principales características del desarrollo psico-afectivo de sus hijos y de contribuir a la afirmación y desarrollo de su autoestima.

C. Información para el/la docente (¿qué debo saber antes de reunirme con los padres y madres?)

El desarrollo del ser humano pasa por diversas etapas en las que influyen factores individuales, sociales y culturales. Aunque cada ser humano tiene su propio ritmo de desarrollo, se pueden considerar, en general, las siguientes etapas.

- Infancia: (desde el nacimiento hasta los 6 ó 7 años)
- Niñez: (desde los 7 a los 10 años)
- Adolescencia: (desde los 10 a los 19 años) que a su vez considera la pubertad, de 10 a 14 y la adolescencia propiamente dicha de 15 a 19 años.
- Juventud: (de los 19 a los 29 años)
- Adulthood: (de los 30 a los 65 años)
- Tercera edad: (65 y +)

Aquí hablaremos de las tres primeras que son las que interesan a los padres y madres que tienen hijos en edades de escolarización.

La infancia: Se caracteriza por la importancia de la relación física y afectiva de la madre con sus hijos/hijas ya que ella es la fuente de identificación primera. El niño o la niña tratarán de ser como la persona amada, siempre que la relación con su madre le resulte gratificante y placentera. También es importante el papel del padre pues, aún cuando no permanezca tanto tiempo con el niño, su relación y cercanía son una fuente de identificación esencial.

6. En el lenguaje de la época la palabra “hombre” se utilizaba para referirse a un ser humano, fuera hombre o mujer.

7. Michel de Montaigne fue un filósofo, escritor, humanista, moralista y político francés del Renacimiento. Nació en 1533 y murió en 1592 en Francia.

La infancia comprende varias fases, según la teoría psicoanalítica, que fue la primera en reconocer la sexualidad infantil:

En la etapa oral: Que va desde el nacimiento hasta los 18 meses, la calidad de la comunicación entre la madre y su hijo o hija conduce a la creación de un código propio (gestos, palabras). El lenguaje no verbal es una forma de dar afecto y recibirlo, por lo que las caricias, los besos y las palmadas son especialmente significativos. Esta etapa se llama oral por ser la boca el centro de las sensaciones placenteras (mamar, chuparse el dedo le proporcionan placer inmediato por lo que muchas veces piden mamar aun cuando no tienen hambre). El final de esta etapa está marcado por la diferenciación que hace el niño y la niña entre su mundo interno y externo.

La etapa anal: Comprende de los 18 meses a los 3 años, también llamada de separación e individuación. La aparición del lenguaje permite al niño o niña una mayor concreción y claridad de lo que siente y piensa. El poder caminar y separarse de la madre, marcan los primeros pasos para el logro de su independencia y autonomía. Cuando el niño comienza a utilizar el principio de realidad se inicia esta segunda etapa del desarrollo psico-afectivo, en la cual tiende a posponer la gratificación inmediata, a diferencia del principio de placer que caracterizó la etapa anterior. Durante esta época, los órganos excretores son su centro de interés; las acciones de defecar, retener y expulsar le serán gratificantes. El control de esfínteres le permitirá, asimismo, conservar la estimación y el amor de su madre y, a la vez, ejercer presión y control sobre su medio. Esto le hará sentir su individualidad e independencia. Durante este período el niño o la niña experimenta en forma clara y precisa las normas y reglas del grupo familiar; el cual determina lo que debe hacer y dónde debe realizarlo. De esta manera se establecen los límites y espacios que lo harán contar con la aceptación de sus padres.

La etapa fálica: Va de los 3 a los 6 años. Durante esta etapa la zona de mayor placer se concentra en los genitales por lo que las y los niños los exploran, tanto para reconocerlos como por el placer de tocarlos. Debemos tomar este hecho con naturalidad y no reprimir a los niños y niñas con la típica frase de “eso no se toca” porque de esta manera estaríamos relacionando la curiosidad propia del desarrollo de la sexualidad con lo negativo. Lo que si podemos hacer es decirles que no deben hacerlo delante de otras personas, que no lo hagan todo el tiempo porque se pueden irritar o sentir dolor. Y especialmente tenemos que brindarles mensajes sobre el cuidado de su cuerpo. Por ejemplo: nadie, ningún adulto, puede tocar sus genitales y si alguien quisiera hacerlo lo primero es contárselo a mamá y/o a papá. La socialización marcada por el ingreso del niño o la niña a la escuela constituye uno de los acontecimientos más importantes. Ahí tendrá la oportunidad de convivir e intercambiar experiencias y sentimientos con niños y niñas de su propia edad. La curiosidad está presente en las constantes “¿por qué?”, ¿por qué no soy igual que mi hermano?, ¿por qué tengo que ir a la escuela?, ¿por qué sale el sol?, etcétera. Se desarrolla una mayor conciencia de la diferencia de sexos.

La etapa de latencia: Se presenta entre los 6 y los 11 años y recibe también el nombre de período escolar. Durante este lapso, la energía infantil se encauza hacia la actividad escolar y social. El ingreso del niño o la niña a la escuela le permite tener un contacto más amplio con su mundo externo, en el que las relaciones con otros niños y otras niñas y, en especial con sus maestros y figuras de autoridad, irán construyendo su “super yo”⁹ social o colectivo. El niño o la niña aprenden a combinar su mundo familiar con el escolar. El juego representa la actividad placentera por excelencia y al mismo tiempo una fuente

8. Recordemos que antes de los dos años los niños no están en capacidad, es decir no tienen la madurez, para controlar sus esfínteres y que no es conveniente tratar de enseñarles a avisar o pedir ayuda para realizar sus necesidades fisiológicas antes de tiempo.

9. El super yo es, de acuerdo a Freud, la instancia moral que constituye la internalización de las normas, reglas y prohibiciones parentales.

de aprendizaje. Las reglas del juego le permiten aceptar y comprender límites reales. En este período el niño o la niña amplían su visión del mundo y su capacidad de abstracción. Durante esta etapa el niño o la niña han logrado ya una identificación psicosexual y tendrán que definir las actitudes hacia su propio sexo y hacia el otro sexo. Son evidentes las manifestaciones de curiosidad por las actividades sexuales de los adultos. Los niños suelen competir entre sí comparando el tamaño de sus genitales, viendo quién es capaz de orinar o escupir más lejos, o quién sabe más groserías.

La pubertad: Es el momento de la vida en que se produce una maduración física y rápida asociada a cambios corporales y hormonales. En las mujeres ocurre alrededor de los 10 y 13 años y, en los varones, entre los 11 y 14 años de edad. Es importante mencionar que al finalizar esta maduración se produce la capacidad biológica de procrear (primera menstruación y primeras eyaculaciones) aunque todavía no la maduración afectiva y social. Generalmente, la rapidez e intensidad de los cambios provocan la pérdida de la armonía en la figura corporal, lo que genera algunas inseguridades que se proyectan en la vida personal y social.

Cambios en el cuerpo de las mujeres púberes	Cambios en el cuerpo varones púberes
<ul style="list-style-type: none"> - Crece el busto. - Se ensanchan las caderas. - Se desarrollan los huesos. - Aparece el vello púbico y el vello de las axilas. - Aumenta el vello de las piernas. - Aumenta la producción de hormonas femeninas. - Inicia la menstruación. - Comienza la ovulación. - Suele aparecer el acné (barros y espinillas). - Aumenta la sudoración en la piel. 	<ul style="list-style-type: none"> - Crece el pene y los testículos. - Se desarrollan los músculos. - Aumenta el tamaño del esqueleto. - Aparece el vello púbico y el vello de las axilas. - Crece el vello que forma la barba y el bigote - Aumenta la producción de hormonas masculinas. - Se intensifican las erecciones del pene. - Se presentan las primeras eyaculaciones. - Suele aparecer el acné (barros y espinillas). - Aumenta la sudoración de la piel. - Cambia la voz.

La adolescencia: Ha sido retratada como una etapa de conflictos o problemas. Sin embargo, la adolescencia es la etapa en la que las personas alcanzan un nivel de salud, fortaleza y energía del que no se vuelve a disfrutar en el resto de la vida.

En épocas pasadas la adolescencia no era considerada una etapa del desarrollo humano con características específicas. Los niños y las niñas pasaban por la pubertad e inmediatamente entraban a al mundo adulto. Recordemos que nuestras abuelas se casaban a los 15 años y a veces, antes...

El reconocimiento de la adolescencia, como una etapa con características propias, es un fenómeno que surge con la revolución industrial¹⁰ que promovió una mayor concentración de población urbana y oportunidades educativas y de especialización laboral que requerían más años de estudio. Sin embargo, en los sectores rurales y en algunas culturas la situación es diferente y puede observarse cómo al llegar a

10. Proceso de transformación económico, social y tecnológico que se inició en la segunda mitad del siglo XVIII en Gran Bretaña y que se extendió unas décadas después hasta una buena parte de Europa occidental y Estados Unidos, finalizando hacia 1820 o 1840.

la pubertad el niño y la niña comienzan a trabajar (si no lo han hecho antes) y, en algunos casos, también inician su vida de pareja y comienzan a tener hijos e hijas, pasando bruscamente a la condición de personas adultas.

La adolescencia es vista como un período de preparación en el que varones y mujeres se disponen a asumir las responsabilidades del “mundo adulto”, un período de entrenamiento, de adquisición de conocimientos, destrezas y experiencias, de preparación para el mundo del trabajo y para la maduración afectiva. Se caracteriza por grandes y rápidos cambios en el crecimiento y desarrollo físico, sólo superados por los que ocurren en la vida fetal y en la primera infancia. Es también un período de cambios mentales, emocionales y sociales profundos.

En esta etapa se desarrolla la capacidad de pensamiento reflexivo, se analizan críticamente las situaciones con base en información y argumentos.

El desarrollo cognitivo: se caracteriza por la capacidad de distinguir claramente entre lo real y lo imaginario. También acontece una mayor capacidad para experimentar procesos lógicos de análisis y síntesis y un descubrimiento del pensamiento crítico, que se manifiesta en discusiones y contraste de ideas, posiciones y puntos de vista. El pensamiento lógico formal madura y se vuelve más objetivo y racional. Se desarrolla el pensamiento abstracto y se elaboran teorías, empleando hipótesis deductivas, es decir, ideas y reflexiones para llegar a conclusiones propias sobre la vida.

El desarrollo afectivo: es muy intenso y la persona no consigue expresar sus emociones con la misma fuerza y al mismo ritmo en que surgen. Además se manifiesta una fuerte necesidad de autovaloración, afirmación, aceptación y reconocimiento por las demás personas. Es el momento en el que se da una separación social entre niñas y niños y se acentúa la curiosidad por el sexo. En esta etapa también hay fantasía y es común “soñar con los ojos abiertos” y surgen valores e ideales para sí y para los demás. Se refuerza la necesidad de seguridad, lo cual se traduce en un sentimiento de certeza en el mundo interno (autoestima, valoración de sus habilidades, su equilibrio emocional y su integridad física) y externo (recursos económicos, status en la familia y en el grupo).

La y el adolescente comienza a reconocer las fortalezas y cualidades de los padres y las madres, pero también identifican las inconsistencias entre las acciones y los juicios, las acciones y las normas. Empiezan además a cuestionar la autoridad por sí mismos y esto trae un conflicto entre sus propios valores y los de sus padres, madres, maestros y maestras. Cuestionan todo lo que habían considerado válido y verdadero, pues no sólo descubren contradicciones en su familia y la sociedad, sino también entre lo que es y lo que podría ser, entre la realidad y sus ideales, entre lo que consideran justo e injusto.

Los pares aparecen con gran fuerza en la convivencia social y afectiva de la mayoría de las y los adolescentes y esto hace que la familia quede en un segundo término. Esta fuerte socialización grupal de las y los adolescentes es una de las oportunidades que tienen para conocer y experimentar otros valores culturales, éticos o religiosos. El grupo es fundamental para el adolescente, porque le permite vivir sus problemas de manera colectiva. Se trata de una forma de organización espontánea que funciona como núcleo de socialización, centro de desplazamientos de conflictos familiares o escolares y lugar en que éstos pueden resolverse, foco de diversión, lugar de contacto inicial entre ambos sexos, aula de experimentación social.

Las amistades durante la adolescencia satisfacen sus necesidades de afecto, les refuerzan valores y cualidades, les proporcionan información, elevan su autoestima y les confieren una identidad.

En la adolescencia se manifiesta con mayor intensidad el interés por el sexo y por las relaciones de pareja. Se pueden presentar enamoramientos “platónicos” hacia personas con las que difícilmente habrá posibilidad de establecer un vínculo real, por ejemplo una o un artista, cantante o algún personaje público. Pero también ocurren enamoramientos reales. El amor en la adolescencia es intenso y romántico. Éste se manifiesta en un sentimiento de atracción física y emocional que hace sentir a quien lo siente que no puede vivir sin la otra persona. Con el paso del tiempo esta atracción se va aminorando y la relación puede transitar a otra etapa o el interés también puede terminar. La intensidad y forma de enamorarse difiere entre las adolescentes y los adolescentes. Hay quienes lo viven como una prioridad y no dan la suficiente atención a sus estudios y obligaciones lo que conlleva conflictos con sus padres, madres, maestros.

Por lo general, el adolescente vive sus primeras experiencias sexuales bajo la presión del grupo que demanda una demostración de su hombría y el miedo al rechazo por parte de la adolescente de su interés. En algunos casos, los padres presionan a sus hijos para que “se hagan “hombres” provocando así experiencias negativas de iniciación sexual (con trabajadoras del sexo) que marcan su vida. En la vivencia de las relaciones afectivo-sexuales entre pares también pueden manifestarse algunas características potencialmente dañinas hacia la pareja. De éstos destacan los celos. Los celos pueden expresar rasgos de personalidad o patrones culturales que generan la necesidad de “controlar” al otro. Esto genera un efecto intimidante.

Por ello es importante apoyar a los adolescentes y a las adolescentes en el desarrollo de habilidades que les permitan decidir sobre el momento y la persona adecuada con quien tener relaciones sexuales. Asumir las consecuencias que los actos y decisiones propias tienen, es tener sentido de responsabilidad. Comprender que en cada acto y decisión que se toma se pone en juego la vida o parte de ella es lo que hace crecer y madurar a las personas. Aprender a decidir con responsabilidad es la clave. Ser responsable es un valor que ejerce una influencia positiva en la vida de toda persona y, en especial, en la de los y las adolescentes.

Por lo general, las adolescentes y los adolescentes tienen curiosidad sobre las relaciones sexuales y se preguntan: ¿en qué consisten?, ¿a qué edad puedo tenerlas?, ¿qué caricias son normales?, ¿duele la primera vez?, ¿qué es un orgasmo? Algunas personas consideran que conversar abiertamente sobre esto estimula el inicio de las relaciones sexuales. Sin embargo, son numerosas las investigaciones, como hemos visto anteriormente, que demuestran que mientras más información y preparación tengan las y los adolescentes sobre el tema, es más posible y frecuente que decidan posponer, por decisión propia, el inicio de las relaciones sexuales.

Cada adolescente debe saber que una sola relación sexual puede tener consecuencias que afecten su vida y sus proyectos, como un embarazo imprevisto o una infección de transmisión sexual, incluyendo el VIH.

El autoerotismo (también llamado masturbación) se da en todas las edades y no debe ser motivo de amenazas o castigos en tanto forma parte del descubrimiento del propio cuerpo. Si el niño o la niña lo practican, los padres no deben inquietarse. Si esta práctica se convierte en una interferencia para la realización de otras actividades, deberán consultar a un especialista.

Contra las antiguas creencias, no hay razones para que el autoerotismo produzca daño alguno en la salud. Los granos y espinillas, el aspecto poco sano o cierto desequilibrio psíquico (como, por ejemplo, la falta de memoria o el desgano) no son consecuencias de ello.

La Autoestima:

La autoestima es la valoración que la persona tiene de ella misma. Al igual que la identidad, la autoestima se forma desde el nacimiento cuando recibimos mensajes positivos de cariño y aceptación y con el cuidado y el respeto que las otras personas nos dan. Nuestra autoestima se fortalece en la medida que alcanzamos pequeños y grandes logros. Una adecuada autoestima nos da la sensación de bienestar; nos ayuda a sentirnos personas dignas con derechos y responsabilidades. Algo muy importante es que además nos permite reconocer nuestros errores y establecer metas para el futuro, disfrutar la vida y transformar las opresiones en relaciones de igualdad. Por el contrario, si durante la infancia no recibimos afecto, respeto y cuidado, nuestra autoestima se debilita y se produce una sensación de inferioridad que nos lleva a no aceptarnos como somos.

Una autoestima alta nos permite valorarnos, tener confianza en nosotros mismos, sentirnos libres de solicitar ayuda cuando lo necesitamos, tomar decisiones, respetar a los demás, ser optimistas, independientes, aceptar nuestros errores y aprender de ellos, manejar la agresividad. Una autoestima baja nos resta energía para hacer cosas y transformar positivamente la vida. Nos vuelve dependientes, poco tolerantes y a veces hasta agresivos o agresivas.

Los padres son el primer modelo para la personalidad del niño, que aprenderá por imitación de éstos sus primeras conductas. Además, son la fuente de sus sentimientos de seguridad y aprecio. Por ello los padres han de ser los primeros en evaluar y aceptar a su hijo tal y como es, sin dejarse influir por sus miedos y deseos, para empezar a fomentar la autoestima de sus hijos. Algunas indicaciones para conseguirlo son:

- Reconocer sus cualidades y ayudándoles a darse cuenta de ellas.
- Comprender sus conductas en la situación en la que se den.
- Ayudarle a cambiar las conductas que sean negativas para él.
- Aceptándolo y permitiéndole que desarrolle y exprese su personalidad.
- Reforzándole cada vez que consiga un logro o se esfuerce por ello.
- Teniendo cuidado de no intentar moldear al niño según lo que nos gustaría que fuera.

Es esencial que las niñas y niños se sientan escuchados. Para ello hay que demostrarles interés y manifestarles que lo que cuentan es importante para nosotros. Cuando nuestro hijo esté relatándonos algo debemos prestarle toda nuestra atención, minimizar las distracciones y hacerle preguntas o comentarios. Si el niño no habla por sí solo, debemos crear ocasiones para ello e invitarle a hacerlo. Pero no es suficiente con escuchar. Hay que intentar comprender qué quiere decir nuestro hijo/a, ponernos en su situación e intentar entender sus sentimientos. No hay que darles soluciones a sus problemas si él/ella no lo pide. Sí, hay que escucharlo, comprenderlo y guiarlo para que encuentre la solución por sí mismo.

Cuando los niños, niñas y adolescentes han desarrollado una alta autoestima se vuelven auto-eficaces. La autoestima es una expresión de la afectividad. La auto-eficacia es la impresión de que uno es capaz de desempeñarse de una cierta forma y de poder alcanzar ciertas metas. Es la creencia de que uno tiene sobre sus habilidades para ejecutar los cursos de acción requeridos para manejar situaciones previstas. Es decir, las niñas, niños y adolescentes eficaces podrán tomar decisiones, aprenderán a decir NO cuando sea necesario (a las presiones de sus pares, de sus parejas) y a construir un proyecto de vida exitoso.

D. Actividades sugeridas para el trabajo con padres, madres, encargados

Orientaciones metodológicas:

- Inicie la sesión dando la bienvenida a padres/madres/encargados y recordando el compromiso asumido en la primera sesión acerca de mejorar la comunicación con sus hijos.
- Solicite que compartan los resultados obtenidos mediante el cumplimiento del compromiso asumido en relación a la comunicación con sus hijos incentivando la puesta en común de hechos positivos.
- Infórmeles sobre el objetivo de esta Unidad/sesión.
- Explique, con base a la lectura de la Información para el Docente, las principales características del desarrollo de niñas, niños y adolescentes. Si le es posible entrégueles fotocopias de los contenidos desarrollados en el punto A de esta Unidad.
- Inicie un dialogo con padres y madres para que expresen sus opiniones al respecto.
- Pregunte a padres y madres que experiencias tienen acerca del desarrollo psico afectivo de su hijos, como lo han vivido, que dificultades se les presentaron, que situaciones vividas les han sido gratificantes.
- Bríndeles alrededor de 40 minutos para que en grupos puedan conversar y compartir experiencias.
- Coordine la exposición de cada grupo. Es importante no juzgar las experiencias negativas sino analizar cuáles son las experiencias positivas y por que.
- Invítelos a hacer un ejercicio práctico en el que responderán en grupos a las siguientes preguntas:
 - Qué haría si mi hijo/a me trae quejas acerca de que en el centro educativo recibe malos tratos de sus compañeros?
 - Que hago si encuentro a mi hijo/a de 7 años jugando “al doctor” y explorando su cuerpo y el de su amiguito/a?
 - Que hago si mi hijo/hija de 13 años me responde mal y no quiere compartir sus problemas conmigo?
 - Que hago si mi hija de 12 años me comunica que acaba de tener su primera menstruación?
- Invite a los participantes a socializar los resultados del ejercicio práctico y a que expresen como se sintieron realizándolo.
- Concluya esta etapa de la sesión sintetizando la importancia de conocer sobre el desarrollo psico afectivo de nuestros hijos y sobre la formación de su autoestima para hacerlos personas responsables, auto-eficaces y exitosas.

E. Evaluación: que aprendimos y que proponemos hacer con ello

- En plenaria solicite a los padres y madres que expresen como se han sentido al recibir esta información sobre el desarrollo psico-afectivo de sus hijos y para que piensan que les puede servir.
- Pida a las y los participantes que expresen un compromiso acerca de que harán de ahora en adelante para fortalecer la autoestima de sus hijos.

Unidad III. Acompañando a nuestros hijos en su escolaridad.

“Los ejemplos corrigen mucho mejor que las reprimendas.”

Voltaire¹¹

A. Contenidos:

- Las relaciones interpersonales, empatía, asertividad y resolución de conflictos.
- Como desarrollar hábitos de estudio que favorecen la continuidad de la escolaridad.

B. Objetivo de la Unidad: Al término de esta unidad los padres y madres de familia estarán en capacidad de mejorar las relaciones con sus hijos y de apoyarlos en su escolaridad.

C. Información para el/la docente (¿Qué debo saber antes de reunirme con los padres y madres?)

Las habilidades de comunicación y las de establecer relaciones interpersonales satisfactorias se relacionan de una manera muy estrecha. Si no sabemos decir a los demás lo que queremos, deseamos y esperamos de ellos, tanto en la vida pública y profesional como en la privada, difícilmente nos podremos convertir en alguien significativo para ellos.

Casi todas las personas tendemos a hacernos una idea sobre quienes nos rodean, pero sobre esas ideas no se puede construir una relación sólida porque las ideas que nos hacemos sobre los demás o que los demás se hacen sobre nosotros pueden ser superficiales o parciales. Así se originan los equívocos y los malos entendidos que generan conflictos.

Para que la comunicación sea auténtica y las relaciones sólidas, necesitamos confiar. Este no es un camino fácil pero es el primer paso que tenemos que dar y no tener motivos ocultos para entablar relaciones. Las personas con quienes nos relacionamos perciben nuestros motivos, así sea inconscientemente y pueden levantar una barrera frente a nosotros.

El acto de comunicar consiste en compartir algo que nos pertenece, es poner en común nuestras ideas, pensamientos y sentimientos. La comunicación es un fenómeno complejo y existen varios tipos: mímica, verbal, escrita, plástica, gestual, de acción y de omisión, siendo básica la distinción entre la verbal y la no verbal. La comunicación se puede expresar en cinco niveles:

- El primero, que es el más superficial, se expresa en la vida cotidiana, en relaciones que aparentemente tienen poca trascendencia pero, sin embargo, representa la base de niveles más profundos y nos es útil para desempeñarnos satisfactoriamente (un ejemplo sería la comunicación que se establece en la mesa familiar acerca de lo sabrosa que está la comida).
- Un segundo nivel se establece cuando se habla de otros, lo que permite mantener una conversación sin involucrarnos (cuando con nuestros amigos, hablamos de otros amigos).

11. François Marie Arouet, más conocido como Voltaire, fue un escritor, historiador, filósofo y abogado francés que figura como uno de los principales representantes de la Ilustración, un período. Nació en 1694 y murió en 1778 en Francia

- En el tercer nivel la comunicación está basada en el intercambio de ideas y opiniones que de alguna manera nos involucran, pero que no nos afectan personalmente (intercambiamos ideas sobre el trabajo, la política o la religión).
- Entre el cuarto y quinto niveles, se establecen relaciones significativas, en las que estamos comunicando nuestros afectos, sentimientos, emociones y valores. Esta exige la existencia de un interés genuino por los otros. En estos últimos niveles se ubican las relaciones de trascendencia en nuestras vidas como las que ocurren en la familia, con nuestros hijos y con nuestras verdaderas amistades.

La capacidad de escuchar y el poder expresar de manera asertiva nuestras ideas y afectos, son requisitos para la comunicación efectiva. Sin una comunicación realmente significativa no hay desarrollo ni madurez humana posible. Los seres humanos nos constituimos como tales a partir de nuestra naturaleza cultural, la que se adquiere en los procesos de socialización. Y debemos tener en cuenta que existe la diversidad y que ella exige aceptación por lo que no es como nosotros, asumiendo que las relaciones pueden ser horizontales ya que si bien somos diferentes, esto no nos hace superiores a otros. Y todos somos iguales en dignidad y en derechos.

La comunicación es un proceso de “ida y vuelta” que implica: comprender y hacerse comprender. Para ello es necesario:

- Saber escuchar, prestar atención, mirar a los ojos.
- Asegurarse de entender bien lo que otra persona quiere decir.
- Entender a la persona, antes de pensar en lo que hay que decir.
- No Interrumpir cuando alguien está hablando.
- Ser preciso cuando se quiere decir algo.
- Asegurarse que la otra persona ha entendido lo que se ha tratado de decir.

Como estrategia y estilo de comunicación, la asertividad se diferencia y se sitúa en un punto intermedio entre otras dos conductas: la agresividad y la pasividad (o no asertividad). Se define como un comportamiento comunicacional en el cual la persona no agrede ni se somete a la voluntad de otras personas, sino que manifiesta sus convicciones y defiende sus derechos. Es también una forma de expresión consciente, congruente, clara, directa y equilibrada, cuya finalidad es comunicar nuestras ideas y sentimientos o defender nuestros legítimos derechos sin la intención de herir o perjudicar, actuando desde un estado interior de autoconfianza y no desde la emocionalidad limitante típica de la ansiedad, la culpa o la rabia.

Las relaciones interpersonales pueden ser una importante fuente de satisfacción si existe una comunicación abierta y clara, pero si esta comunicación es confusa o agresiva, suele originar problemas. Poder comunicarse de manera abierta y clara es una habilidad que puede ser aprendida a través de un entrenamiento y uno de los componentes de esta comunicación es la asertividad. Especialistas señalan algunas características de la persona asertiva:

- Ve y acepta la realidad.
- Actúa y habla con base en hechos concretos y objetivos.
- Toma decisiones por voluntad propia.
- Acepta sus errores y aciertos.

- Utiliza sus capacidades personales con gusto.
- Es auto afirmativo, siendo al mismo tiempo gentil y considerado.
- No es agresivo; está dispuesto a dirigir, así como a dejar que otros dirijan.
- Puede madurar, desarrollarse y tener éxito, sin resentimiento.
- Permite que otros maduren, se desarrollen y tengan éxito.
- Pide lo que necesita, dice lo que piensa y expresa lo que siente, con respeto.

Vivimos una época en la que las relaciones interpersonales se han vuelto vulnerables. Para que exista una relación significativa es necesario que se construya sobre la base del establecimiento de un nosotros, de compartir lo que es más importante para cada uno. Para ello son necesarias: la confianza, la asertividad, la empatía, la apertura y la comunicación. La relación significativa está basada en un interés genuino por los otros y es atravesada por afectos positivos.

Las relaciones interpersonales se construyen y se pueden mejorar:

- Cambiando uno mismo. No se puede cambiar una relación pretendiendo que la otra persona cambie. Por ejemplo: en el noviazgo, debido al enamoramiento y a veces a la omnipotencia que sienten las y los adolescentes, dicen “él/ella va a cambiar” esa conducta agresiva o de control (celos).
- Buscando lo positivo de cada persona y revisando el paradigma que tenemos sobre los demás (nuestros prejuicios y estereotipos que nos llevan a la discriminación).
- Ganándose la confianza de las personas (siendo como uno es, con transparencia).
- Siendo empático (ser capaz de ponerse en el lugar del otro).
- Siendo asertivo.

Si el diálogo es importante en las relaciones interpersonales, lo es aún más en la comunicación familiar. La comunicación está guiada por los sentimientos y por la información que transmitimos y comprendemos. Cuando existe la comunicación en una familia, seguramente se puede afirmar que existe compañerismo, complicidad y un ambiente de unión y afecto. Pero, sobre todo y lo más importante, es que hay respeto mutuo y valores bien asentados.

Sin embargo, crear este clima de comunicación en la familia, no es una tarea fácil. Hay que ayudar a los hijos con consejos educativos y, sobre todo, con el ejemplo para crear el clima adecuado que facilite esa comunicación. Saber escuchar, hablar con el corazón, mantener una actitud asertiva y mostrar empatía son algunas de las actitudes para promover un buen clima de diálogo en casa.

Ahora bien, si ya hemos logrado comunicarnos con nuestros hijos, **¿cómo podemos acompañarlos en sus estudios creando y fortaleciendo hábitos que aseguren su continuidad escolar y el éxito en este periodo tan importante de la vida?**

La idea de acompañar a los niños y niñas en la realización de sus deberes escolares tiene como objetivo ayudarles a convertirse en estudiantes independientes y responsables. Como padres siempre deseamos el éxito de nuestros hijos en todas y cada una de las actividades que éstos llevan a cabo y los aprendizajes escolares no quedan exceptuados de ningún modo.

En las familias las conductas que tiene el niño con respecto al estudio tiene que ver a veces con el

estilo educativo con el que crecieron o fueron escolarizados sus padres. Muchas veces como padres nos sentimos desorientados y no sabemos cómo proceder. A continuación presentamos algunas de las muchas preguntas que nos hacemos sobre este tema.

¿Cómo lograr que los deberes sean una experiencia más positiva para los hijos e hijas? ¹²

Existe una serie de habilidades implícitas que los niños deben poseer para obtener un buen desempeño académico. A grandes rasgos, pueden dividirse en habilidades cognitivas específicas y habilidades de manejo contextual. El primer grupo hace referencia a los recursos cognitivos necesarios para que haya aprendizaje, tales como la atención, la memoria, el lenguaje y el pensamiento, herramientas fundamentales para incorporar información nueva. El segundo se refiere a la gestión de esos recursos incluyendo habilidades tales como la organización del tiempo y del trabajo y el manejo de habilidades intra e interpersonales.

Es claro, entonces, que hay una serie de herramientas con las que los niños deben contar para poder tener un buen desempeño académico. Si a alguna de esas herramientas le falta desarrollo se hace necesaria la intervención de un profesional externo a la escuela que estimule esas áreas, pero que también oriente a la/el docente sobre cómo enseñar y evaluar a ese niño para que su dificultad específica incida lo menos posible en su desempeño y a los padres sobre cómo acompañar y motivar a su hijo.

Sucede con el aprendizaje algo parecido a algunos hechos fundamentales de la crianza, como son la alimentación o el control de esfínteres. No podemos forzar a nuestro hijo a que coma lo que le servimos en el plato, pero podemos aplicar algunas estrategias, como demostrar firmeza, poner reglas claras, alentarlos. Lo que no podemos es hacer por ellos lo que tienen que lograr por sí mismos.

Debido a la complejidad del proceso de aprendizaje, hay una serie de habilidades que los padres deben desarrollar para acompañar a sus hijos a lo largo de su escolaridad:

- **Paciencia.** Hay procesos que llevan un tiempo mayor al pautado por las instituciones educativas y de eso nuestros hijos no tienen la culpa. Debemos acompañarlos, alentarlos y transmitirles esperanza pero muchas veces, ocurre lo contrario: los retamos (¿¡Otra vez perdiste los útiles?!), los humillamos (¿¡¡pareces un nene de jardín de infantes!!!) o le transmitimos desesperanza (¿¡Así vas a repetir!!).
- **Tolerancia.** Es sumamente importante que podamos entender el error como parte del proceso de aprendizaje. Esto es algo que lamentablemente se va perdiendo a medida que aumenta el nivel académico que los niños van transitando. Lo que empieza siendo “Hazlo como te salga, no importa si queda bien o no, estamos aprendiendo”, frases muy comunes en el nivel inicial, se convierte en “Incompleto”, “¿Qué pasó?”, “Hay que prestar atención!”, “Hay que practicar más!” en los primeros grados del primario, y termina con: “¿¡Faltó estudio!!!”; “¿¡Mal!!!”; “¿¡Rehacer!!!” en los grados más altos. Es importante que los padres tranquilicemos y alentemos a nuestros hijos en lugar de castigarlos por desempeños no esperados.
- **Empatía.** Ponernos en el lugar de nuestros hijos para comprenderlos es fundamental para favorecer experiencias positivas de aprendizaje y para proporcionar a nuestros hijos contextos y ambientes adecuados a sus habilidades y a sus necesidades.

¹² Fuente: Lic. María Tresca, Licenciada en Psicopedagogía (UCA). Cursó una Maestría de Psicología Cognitiva (UBA) y realizó un posgrado en Neuropsicología (UB). Es autora de “Enseñar a estudiar a niños y adolescentes. Cómo desarrollar estrategias y hábitos para el aprendizaje” (Noveduc Libros, 2012) www.noveduc.com

Los padres son los principales y únicos responsables de asegurarse de que haya un contexto propicio para las tareas de estudio. Esto radica principalmente en cuatro puntos fundamentales:

- Asegurarse de que haya, en lo posible, algún lugar cómodo y tranquilo donde se pueda hacer la tarea o estudiar. Se puede pedir ayuda a algún vecino o familiar en el caso de que sea difícil de organizar en el propio hogar debido, por ejemplo, a la edad de los hermanos.
- Proveer a nuestros hijos de los materiales que necesitan para usar en el colegio (cuadernos, útiles, etc.).
- Establecer una rutina organizada y predecible. Organizar horarios que se respeten y anticipar los cambios si los hubiera. Si vamos a esperar de ellos que lleven la agenda escolar de manera organizada y estable, debemos primero dar el ejemplo con el modo en que gestionamos nosotros horarios y rutinas en la familia. Es importante también colocar en algún lugar visible el horario escolar con las actividades que hay cada día en el colegio.
- Fomentar el desarrollo de hábitos saludables:
 - Sueño. Debemos asegurarnos de que descansen un mínimo de ocho horas.
 - Alimentación. Es sumamente importante que los chicos tomen el desayuno antes de ir al colegio.

Con relación a la ayuda en tareas específicas que los niños pudieran necesitar, hay que tener en cuenta que de nada sirve hacer las tareas por él/ella, ni dirigir su trabajo si supervisarlo de manera meticulosa. Lo mejor es **guiarlo asertivamente**, que consiste en dar apoyo en aquello que los niños necesiten, pero con el objetivo de generar gradualmente autonomía. Basándose en lo que vemos que nuestro hijo puede hacer bien, debemos crear experiencias de éxito. Si la tarea consistiera, por ejemplo, en realizar cuentas de multiplicación por dos cifras y notamos que nuestro hijo no sabe las tablas, la intervención asertiva en este caso, en lugar de retarlo porque no las sabe, sería poner delante una hoja con las tablas resueltas para que utilice esa información para concentrarse en los procedimientos de las cuentas. Con esa información disponible y habiendo chequeado con la primera cuenta que lo puede hacer, podemos dejarlo solo y organizando su trabajo, alentándolo: “Las puedes pensar muy bien. En el colegio no te salieron porque no recuerdas las tablas. Después las practicamos. Ahora concéntrate en hacer las tres que siguen. Avísame cuando termines, voy a estar en la cocina”.

La sensación de autonomía, la experiencia de que uno puede hacer algo por sí mismo sin la ayuda o asistencia de un adulto, es sumamente positiva para el desarrollo de la autoestima, motiva al trabajo y da mucha satisfacción. Contrariamente, la experiencia de que a uno no le sale lo que le piden, que no puede hacerlo bien, es sumamente frustrante, desalentadora y favorece la construcción de un bajo auto-concepto y por tanto una baja autoestima.

Como padres debemos mirar a nuestros hijos, confiar en ellos, pero ser conscientes de sus posibilidades y limitaciones para generar experiencias que sean gratificantes para ellos y que les permitan aprender. En el caso de que la tarea que le han pedido excediera ampliamente sus posibilidades o le demandara un tiempo excesivo y un cansancio desmedido, la sugerencia es indicar que se interrumpa, se haga por la mitad o lo que considere que alivie su trabajo y escribirle una nota a la maestra explicando la situación. Es muy importante en estos casos monitorear constantemente la ecuación “costo-beneficio”. No tendría ningún sentido, en

este caso, que la tarea quedara hecha si el costo para lograrlo ha sido una tarde de gritos y retos, discusiones familiares y prácticamente ningún aprendizaje. Aun en el mejor de los casos, si tuviéramos la mayor de las paciencias, si no hubiera retos ni discusiones, pero, aun así, nuestro hijo terminara agotado sin llegar a aprender nada de la actividad, la tarea tampoco tendría sentido.

Por último, no perdamos de vista el objetivo (que los chicos aprendan contenidos y habilidades y, fundamentalmente, ¡que aprendan que pueden aprender! Actuemos con criterio, utilicemos el sentido común y mantengamos una comunicación fluida con las y los docentes de nuestros hijos.

D. Actividades sugeridas para el trabajo con padres, madres, encargados

- Se sugiere desarrollar esta Unidad en dos partes: una dedicada a la comunicación y a las relaciones interpersonales y otra a cómo ayudar a nuestros hijos en las tareas escolares.

Orientaciones metodológicas para la primera parte: Comunicación y relaciones interpersonales.

- De la bienvenida a los participantes y recuerden los temas tratados en la sesión anterior, especialmente el compromiso asumido de contribuir a mejorar la autoestima de sus hijos.
- Introduzca el tema de comunicación y relaciones interpersonales mediante una exposición dialogada en la que padres y madres puedan ejemplificar la comunicación con sus hijos e hijas.
- Explique los ejercicios que realizarán a continuación:

Ejercicio 1. Juego de roles: Saber escuchar y saber comunicar

- Se forman dos grupos; para ello se “numeran” previamente a todos los participantes con “1” y “2”. Todos los “1” se quedan en el salón, y todos los “2” salen.
- En cada grupo se forman parejas.
- Se plantean las siguientes consignas, por separado:
 - Grupo 1: preparar un tema de análisis para conversar; puede ser por ejemplo: “como pueden contribuir los padres a incentivar la conversación con sus hijos”.
 - Grupo 2: prepararse para dialogar sobre “la importancia de la recreación y el deporte para la salud de nuestros hijos”.
- Tienen 5 minutos para prepararse
- Posteriormente todos, cada uno con su respectiva pareja, realizan el dialogo durante 10 minutos. Los integrantes de cada grupo deben procurar convencer al interlocutor y no deben permitir ser convencidos.
- Seguidamente, se ubican en círculo y se les piden expresen sus experiencias respecto a:

Si han entendido a su interlocutor fácilmente.

Si han podido hacerse comprender por su interlocutor.

Que dificultades han encontrado.

Que sentimientos han experimentado.

Cómo se puede mejorar el dialogo en contextos semejantes.

Cómo ayudar a que el interlocutor se exprese con mayor confianza.

Ejercicio 2. Sociodrama: Como decir NO

- Se desarrolla en los siguientes pasos:
- Se elige un tema, se lo define y se justifica por que y para que se va a tratar ese tema.
- Se explora y conversa sobre el tema de manera que el grupo homogeniza sus ideas.
- En base a lo conversado se acuerda la representación preparando el argumento, definiendo los personajes y la secuencia de los hechos.
- Se efectúan las recomendaciones para la representación como hablar con voz clara, fuerte y pausada; utilizar gestos que refuercen el dialogo; conservar la calma en momentos de la discusión, dirigirse a las personas sin ofender.
- Situaciones ejemplo a representar:
 - i. Un grupo de compañeros invitan a Roxana a una fiesta. Ella no quiere ir porque quiere evitar cualquier percance que se pueda dar debido a que sabe que también van a ir personas de dudosa reputación (se dice que consumen drogas y alcohol). Sin embargo sus compañeros y compañeras insisten en que vaya y la amenazan con retirarle su amistad. Roxana duda...
 - ii. Pedro trabaja y estudia. Acaba de cobrar su primer salario. Su grupo de amigos y amigas lo saben y lo invitan a salir para "pasarla bien", tomar unos tragos e ir a la discoteca donde encontraran "chicas fáciles". Pedro se niega pero los amigos persisten y lo acusan de "engreído" y "aniñado", poco hombre. Pese a que se quiere retirar, los amigos lo persiguen e insiste. Que hará Pedro?

Ejercicio 3: ensayando la asertividad en situaciones emocionales comprometidas

- En grupos, analizan los casos siguientes y responden a las preguntas correspondientes:
 - i. Javier (18 años) y Perla (16) son novios desde hace dos meses. Javier insiste en que Perla "le de la prueba de amor" y si ella no accede él, la dejará. Perla no sabe qué hacer. Lo quiere y no desea perderlo, pero no se siente preparada para iniciar las relaciones sexuales y siente que él la está presionando.

Preguntas: Como calificaría la conducta de Javier, desde el punto de vista de los derechos humanos, ¿qué conducta está manifestando Javier? Si Perla fuera su hija, ¿qué le aconsejaría, desde la práctica de conductas asertivas?
 - ii. Lupita está muy enamorada de Máximo y hace unos meses son novios. El es muy celoso y

constantemente le llama a su celular para saber dónde está, con quien y que está haciendo. Ella piensa que él lo hace porque la quiere mucho pero a veces se siente privada de su libertad. Ya no puede salir con sus amigas porque a él no le gusta... pero él sale con sus amigos cuando lo desea. Lupita piensa que cuando se casen Máximo va a cambiar...

Preguntas: ¿Por qué cree que Máximo se comporta de esa manera? ¿Cómo denominaría la conducta de Máximo? Si Lupita fuera su hija, ¿qué le aconsejaría hacer ante esta situación?

E. Evaluación: que aprendimos y que nos proponemos hacer con ello?

Las y los participantes, en plenaria,

- a) Explican que es la asertividad y presentan ejemplos de conductas asertivas que podrían asumir en casos de la vida cotidiana.
- b) Señalan que se puede hacer para comprender y hacerse comprender en la comunicación con sus parejas y con sus hijos.
- c) Identifican conductas que ayudan a mejorar las relaciones interpersonales tanto en la vida personal como en la familia.

Orientaciones Metodológicas para la segunda parte: Ayudando a nuestros hijos en su etapa escolar.

- Introduzca el tema de manera dialogada e incentivando la exposición de experiencias por parte de padres y madres.
- Organice a los padres y madres en grupos para que reflexionen y respondan:
 - Que hacen para que sus hijos hagan las tareas escolares
 - Cuáles son las medidas que toman si sus hijos no han hecho las tareas.
 - Que hacen si los hijos llevan a casa malas calificaciones u observaciones sobre mala conducta.
 - Como podrían contribuir aun mas a mejorar el acompañamiento que hacen a sus hijos (organizar horarios, etc.)
- Compartan en plenaria las conclusiones a que llegaron después de esas reflexiones.

Evaluación: ¿que aprendimos y que nos proponemos hacer con ello?

- En plenaria, las y los participantes expresan:
 - Cuáles son las condiciones (ambiente) que hay que crear en la casa para que los/las hijas se sientan acompañados en el proceso de escolarización.
 - Que deben hacer los padres y madres, desde el punto de vista de la comunicación y el afecto para acompañarlos en su escolaridad.
 - Que harán los padres y madres, en hechos concretos, para ayudar a sus hijos a ser mejores estudiantes.

Unidad IV. Ejerciendo nuestros derechos y enseñando a nuestros hijos a ser mejores ciudadanos.

“Educar es formar personas aptas para gobernarse a sí mismas y no para ser gobernadas por otros”.

Herbert Spencer¹³

A. Contenidos:

- Las relaciones de equidad de género en la familia y en la escuela.
- Ejerciendo nuestros derechos y enseñando a nuestros hijos a ser mejores ciudadanos. El respeto a la diversidad y la no discriminación.
- Los estereotipos de género que debemos superar.

B. Objetivo de la Unidad. Al término de esta Unidad, los padres y madres de familia serán capaces de proponer soluciones constructivas a conflictos personales y familiares ocasionados por inequidades de género.

C. Información para el/la docente (¿qué debo saber antes de reunirme con los padres y madres?)

Aprender a resolver problemas implica el desarrollo de un conjunto de habilidades requeridas para identificar, analizar, elaborar y solucionar situaciones relacionadas con las distintas áreas del saber tanto en las instituciones educativas como en la vida diaria. Las habilidades para la resolución de problemas involucran la capacidad de identificar y entender el conflicto y se aplican a todos los ámbitos de la vida: personal, escolar, familiar, laboral y social. En esta unidad se aplicará la solución de problemas a situaciones que tienen que ver con inequidades de género dado que las desigualdades o **inequidades de género** están presentes en todas nuestras relaciones, en la pareja, la familia, las/los amigos, las instituciones educativas, los medios de comunicación, las instituciones de gobierno y privadas, las organizaciones deportivas y religiosas y son causa de muchos problemas y conflictos que vivimos cotidianamente.

El género se define como las ideas que cada sociedad construye sobre lo femenino y lo masculino. Es también la asignación de roles sociales a hombres y mujeres a partir del sexo. Se trata de un concepto que demuestra como algunas construcciones culturales alrededor del sexo, se convierten en desigualdades y, en ese sentido, también es una herramienta para analizar las relaciones de poder entre mujeres y hombres.

El sexo está constituido por las características físicas que nos definen como hombres o mujeres, a partir de las cuales, la sociedad asigna roles, valores y comportamientos diferentes a cada uno. Estas asignaciones son dinámicas pues cada época y cultura define las formas de vivir lo femenino y lo masculino. Entonces el género tiene que ver con las creencias de la sociedad sobre lo que es correcto hacer o dejar de hacer según seamos hombres o mujeres.

13. Herbert Spencer fue un naturalista, filósofo, psicólogo, antropólogo y sociólogo británico. Nació un 27 de abril de 1820, en Derby, Reino Unido y murió en 1903.

A la forma en que aprendemos a ser mujeres u hombres, se le llama **socialización de género**. Por lo general, a los hombres, desde niños, les enseñamos a tomar decisiones, a valerse por sí mismos, a ser fuertes y agresivos y a usar más la libertad que a las mujeres. En cambio, las mujeres las preparamos para la vida doméstica, el matrimonio y en función de “ser para otros”. Esta preparación determina las habilidades y hábitos que desarrollamos, los recursos a los que tenemos acceso y los espacios de participación y toma de decisiones.

¿Que se dice usualmente a los niños y niñas?

Niñas	Niños
No es correcto que las niñas salgan mucho de su casa.	Las actividades de los hombres están fuera de la casa.
Las niñas no necesitan estudiar tanto porque nacieron para casarse.	Los niños deben estudiar porque tienen que prepararse para el futuro.
Las mujeres deben servir a los demás, su función es en la casa.	Los hombres deben valerse por sí mismos.
Las niñas no tienen tiempo de jugar porque tienen que ayudar a su mamá en la casa.	Los varones necesitan jugar y tener amigos.
Una mujer que no tiene hijos no es una mujer completa.	Un hombre, cuando más hijos tiene, es más hombre.
Las mujeres deben consultar con sus esposos cuando van a tomar una decisión.	Los hombres como cabezas del hogar, deben tomar las decisiones en la casa.

Estos y otros mensajes definen las diferencias de género y establecen jerarquías, dando lugar a que lo masculino se valore más que lo femenino. Los atributos femeninos tienen menos reconocimiento mientras que las características y comportamientos masculinos son más apreciados.

Las ideas de género se transmiten de generación en generación, las aprendemos de nuestras madres y padres, quienes a su vez las aprendieron de los suyos y nosotros las transmitimos a nuestros hijos e hijas. En sociedades poco democráticas, esta manera de pensar y actuar se refuerza en las instituciones del Estado, la escuela, la iglesia, la familia y los medios de comunicación.

La teoría de género nos ofrece herramientas para avanzar en la construcción de una sociedad más igualitaria. Una de ellas es el concepto de **equidad de género**, que significa dar a cada quien lo que le corresponde y necesita para vivir con plenitud en condiciones de igualdad. Este concepto parte de la idea de que los hombres y las mujeres somos diferentes tanto por nuestro cuerpo, nuestro sexo, como por el papel que jugamos en la sociedad, pero que somos iguales en derechos.

Pero, **¿que son los derechos de las personas o Derechos Humanos? Los derechos** son aquellas “condiciones instrumentales que le permiten a la persona su realización”¹⁴ es decir, son las libertades, facultades, instituciones o reivindicaciones relativas a bienes primarios o básicos¹⁵ que incluyen a toda persona, por el simple hecho de su condición humana, para la garantía de una vida digna, sin distinción alguna de raza, color, sexo, idioma, religión, opinión política o de cualquier otra índole, origen nacional o social, posición económica, nacimiento o cualquier otra condición.

14. Hernández Gómez, José Ricardo. Tratado de derecho Constitucional. Editorial Ariadna, 2010

15. Papacchini, Ángelo. Filosofía y derechos humanos, pág. 44; de forma similar; Nino, Carlos S. Ética y derechos humanos, pág. 40.

Los derechos humanos buscan garantizar una vida digna de manera igualitaria para todos los seres humanos, independientemente de la época, lugar, etnia, sexo, edad. Estos derechos son obligatorios, pues aparecen en la Constitución Política de la República de Honduras y están consignados en el derecho internacional a través de declaraciones, convenciones, cumbres y conferencias mundiales. Son una guía de conducta, una agenda política, una meta para la humanidad y un requisito para la justicia, la paz y el desarrollo integral.

Los derechos humanos se correlacionan con las responsabilidades u obligaciones, no sólo entre las personas, sino con el Estado que, a su vez, tiene el deber de respetar y garantizar plenamente su puesta en práctica. Nos convertimos en ciudadanos y ciudadanas cuando ejercemos nuestros derechos en la comunidad, el municipio, el departamento, el país y cuando respetamos nuestras obligaciones.

Mucho se ha avanzado en el mundo desde que, en 1948, se aprobó la Declaración Universal de los Derechos Humanos en la Organización de las Naciones Unidas. Así, en 1959 se aprobó **La Declaración de los Derechos del Niño**, que establece que todo niño o niña¹⁶ tiene derecho a:

- Disfrutar de todos los derechos enunciados en la Declaración. Estos derechos serán reconocidos a todos los niños sin excepción alguna ni distinción o discriminación por motivos de raza, color, sexo, idioma, religión, opiniones políticas o de otra índole, origen nacional o social, posición económica, nacimiento u otra condición, ya sea del propio niño o de su familia.
- Gozar de una protección especial y disponer de oportunidades y servicios, dispensado todo ello por la ley y por otros medios, para que pueda desarrollarse física, mental, moral, espiritual y socialmente en forma saludable y normal, así como en condiciones de libertad y dignidad. Al promulgar leyes con este fin, la consideración fundamental a que se atenderá será el interés de los niños.
- Gozar de los beneficios de la seguridad social. Tendrá derecho a crecer y desarrollarse en buena salud; con este fin deberán proporcionarse, tanto a él como a su madre, cuidados especiales, incluso atención prenatal y postnatal. El niño tendrá derecho a disfrutar de alimentación, vivienda, recreo y servicios médicos adecuados.
- El niño física o mentalmente impedido o que sufra algún impedimento social debe recibir el tratamiento, la educación y el cuidado especial que requiere su caso particular.
- El niño, para el pleno desarrollo de su personalidad, necesita amor y comprensión. Siempre que sea posible, deberá crecer al amparo y bajo la responsabilidad de sus padres y, en todo caso, en un ambiente de afecto y de seguridad moral y material; salvo circunstancias excepcionales, no deberá separarse al niño de corta edad de su madre. La sociedad y las autoridades públicas tendrán la obligación de cuidar especialmente a los niños sin familia o que carezcan de medios adecuados de subsistencia.
- Para el mantenimiento de los hijos de familias numerosas conviene conceder subsidios estatales o de otra índole.
- Recibir educación que será gratuita y obligatoria por lo menos en las etapas elementales. Se le dará una educación que favorezca su cultura general y le permita, en condiciones de igualdad de

16. En esta Declaración se considera niño o niña a toda persona entre 0 y 18 años.

oportunidades, desarrollar sus aptitudes y su juicio individual, su sentido de responsabilidad moral y social y llegar a ser un miembro útil de la sociedad.

- El niño debe disfrutar plenamente de juegos y recreaciones, los cuales deben estar orientados hacia los fines perseguidos por la educación; la sociedad y las autoridades públicas se esforzarán por promover el goce de este derecho.
- Figurar entre los primeros que reciban protección y socorro.
- Ser protegido contra toda forma de abandono, crueldad y explotación. No será objeto de ningún tipo de trata. No deberá permitirse al niño trabajar antes de una edad mínima adecuada; en ningún caso se le dedicará ni se le permitirá que se dedique a ocupación o empleo alguno que pueda perjudicar su salud o educación o impedir su desarrollo físico, mental o moral.
- Ser protegido contra las prácticas que puedan fomentar la discriminación racial, religiosa, o de cualquiera otra índole. Debe ser educado en un espíritu de comprensión, tolerancia, amistad entre los pueblos, paz y fraternidad universal, y con plena conciencia de que debe consagrar sus energías y aptitudes al servicio de sus semejantes.

Conocer, respetar y hacer cumplir los derechos de la niñez es fomentar la formación de buenos ciudadanos.

Ahora bien, la familia y la escuela pueden ser lugares donde se promuevan los derechos porque se practican y se garantizan o, por el contrario, puede ser un escenario donde se vulneran los derechos. Para que se garanticen los derechos es necesario considerar el respeto a la diversidad. Los seres humanos portamos diferencias (de sexo, etnia, religión, educación, situación socioeconómica, pertenencia a grupos culturales, etc.) y estas diferencias nos enriquecen. Aceptar estas diferencias y valorarnos como personas en igualdad de derechos es lo que permite la convivencia humana pacífica. La diferencia más básica entre los seres humanos es la de sexo. Nacemos hombre o mujeres. Somos diferentes pero tenemos los mismos derechos. Por eso hablamos de equidad de género.

La equidad de género implica la capacidad de las personas, las comunidades y los gobiernos de ser justos en el trato de mujeres y hombres según sus necesidades específicas. También alude a la capacidad del Estado para ofrecer justicia, acceso y control de recursos a mujeres y hombres por igual, en materia de educación, salud, vivienda, tierra y empleo. Es pertinente recordar que desde el siglo XIX se ha ido modificando poco a poco el papel de las mujeres en las sociedades, incluida la hondureña, debido a:

- La eliminación de las barreras que impedían el acceso a la educación.
- La incorporación masiva de mujeres al trabajo remunerado, fuera del hogar.
- El acceso a los anticonceptivos y métodos de planificación familiar.
- El derecho al voto.

Sin embargo, en nuestras vidas cotidianas vivimos situaciones de inequidad, de violación de nuestros derechos a causa de la discriminación. Toda forma de discriminación limita el ejercicio pleno de la ciudadanía de las personas y la garantía de sus derechos, por ello debemos conocer y actuar de forma consciente para no caer en actitudes discriminatorias.

La discriminación es toda distinción, exclusión o restricción basada en el sexo, la etnia, la edad, la clase social, etc., que tenga por objeto menoscabar o anular el reconocimiento, goce o ejercicio de los derechos humanos y de las libertades fundamentales en la vida política, económica, social, cultural y civil.

Una de las formas que adquiere la discriminación, son los estereotipos, que se definen como una idea mental fija, predeterminada y constante alrededor de una persona, institución, pueblo o cultura. Los estereotipos se oponen al razonamiento y al sentido crítico, pues “se cree y se repite lo que siempre se ha oído”.

Los que se presentan a continuación, y otros muchos estereotipos, determinan la calidad de las relaciones que establecemos con las personas, que por lo general son de desigualdad.

Estereotipos de género	Estereotipos sexuales	Estereotipos racistas
Todas las mujeres son tontas y miedosas.	Las mujeres sólo deben tener sexo para tener hijos.	Las mujeres indígenas son haraganas.
Las mujeres son interesadas y celosas.	La mujeres decentes no sienten placer sexual.	Los pobres son sucios.
Los hombres son fuertes, valientes e inteligentes.	Los hombres tienen derecho a satisfacer sus necesidades sexuales a cualquier costo.	Todas las mujeres indígenas son empleadas domésticas.
Para ser una mujer verdadera hay que tener hijos.	Los hombres tienen necesidad de tener muchas mujeres.	Los indios son ignorantes.
Mientras más mujeriego es un hombre, más hombre es.	Es pecado hablarles a las niñas y a los niños sobre sexualidad.	Los negros son haraganes y/o ladrones.
Los hombres son buenos para la política.	Las mujeres indígenas no tienen impulsos sexuales.	Los judíos son codiciosos.

D. Actividades sugeridas para el trabajo con padres, madres de familia, tutores y/o encargados

Orientaciones metodológicas

- Inicie la reunión dando la bienvenida a las y los participantes y recordando lo tratado en la Unidad anterior. Pregunte si pudieron aplicar alguno de los compromisos que asumieron respecto a apoyarlos en su escolaridad, recordándoles que la educación es un derecho que tienen todos los niños, niñas y adolescentes y que el papel de los adultos es el de garantizarles ese derecho.
- Indague sobre las opiniones y los conocimientos previos que padres y madres tienen sobre derechos, sobre equidad de género, sobre los estereotipos y la discriminación.
- Exponga de modo dialogado y utilizando ejemplos los contenidos principales desarrollados en esta Unidad.
- Organícelos en grupos para realizar los ejercicios que se presentan a continuación.
- Es deseable que un mismo problema sea abordado por los grupos que se conformen de modo tal que luego puedan compartir las conclusiones a las que llegaron.

Ejercicio práctico: en grupos las y los participantes analizan los casos siguientes y elaboran sus conclusiones:

1. Romina es alumna de 5°. Grado. Es alegre y le gusta ir a la escuela, jugar con sus compañeras y compañeros y hacer las tareas que les asigna la maestra. Un día llega muy triste a la escuela y su maestra, preocupada, la llama para conversar. Romina manifiesta que no sabe qué hacer porque su papá le ha dicho que tiene que dejar de ir a la escuela ya que su mamá necesita ayuda en la casa para criar a los otros cuatro hijos y que, además, no es necesario que las mujeres estudien porque nacieron para casarse y tener hijos y para eso no hace falta estudiar. “Y, ¿qué opina tu mamá?”, le preguntó la maestra. “Nada”...dijo Romina....

Preguntas: Que piensan de la actitud del papá de Romina? ¿Qué derechos está violando? ¿Qué estereotipos de género identifican en este caso? ¿Qué harían Uds. en este caso?

2. Judith tiene 14 años y cursa 9°. Grado. Siempre llega cansada a la escuela y no obtiene buenas notas. Es muy callada y no tiene amigas. La maestra envía una nota a sus padres para citarlos a una reunión pero ellos no asisten. Entonces llama a Judith y comienza a conversar con ella para saber qué es lo que le pasa. Judith le cuenta que los padres no le permiten salir con sus amigas ni invitarlas a su casa. Todo el tiempo le piden que ayude en el hogar y le dicen que salir solo le traerá “malas consecuencias”. Su vida es la casa y la escuela. Una vez su papá la vio hablando con un compañero y la castigó con un cinto...

Preguntas: ¿Que piensan de la actitud del papá de Romina? ¿Qué derechos está violando? ¿Qué estereotipos de sexuales identifican en este caso? ¿Qué harían Uds. en este caso?

E. Evaluación: que aprendimos y que proponemos hacer con ello?

En plenaria, las y los participantes:

- Expresan que son los derechos humanos y reconocen la importancia de los Derechos de la Niñez.
- Dan ejemplos de inequidades de género que ocurren en su vida cotidiana y de estereotipos de género que se utilizan en la educación de los hijos de manera inconsciente.
- Manifiestan su compromiso de actuar responsablemente evitando cualquier situación de inequidad de género en su hogar y en las relaciones de sus hijos con sus compañeras/compañeros.

Unidad V. Prevenimos la violencia

“Lo peor es educar por métodos basados en el temor; la fuerza, la autoridad, porque se destruye la sinceridad y la confianza y sólo se consigue una falsa sumisión”.

Albert Einstein ¹⁷

A. Contenidos:

- ¿Qué es la violencia de género y cómo podemos prevenirla?
- La violencia en el noviazgo.
- El acoso y el abuso sexual, la trata de personas y los riesgos de la migración ilegal.

B. Objetivo de la Unidad: al término de esta Unidad, los padres y madres de familia serán capaces de identificar diferentes situaciones de violencia de género y de tomar acciones para su prevención.

C. Información para el/la docente (¿qué debo saber antes de reunirme con los padres y madres?)

La violencia de género ha sido definida como toda acción u omisión que tenga como resultado el daño inmediato o ulterior sufrimiento físico, sexual, económico o psicológico para la mujer; así como las amenazas de tales actos, la coacción o la privación arbitraria de la libertad, tanto si se produce en el ámbito público como en el privado. Es una resultante de las inequidades de género y del machismo que sostiene la superioridad masculina.

El concepto **violencia doméstica** define el entorno donde se da el fenómeno y abarca todas sus modalidades: mujeres golpeadas, niños maltratados y ancianos o minusválidos violentados. Las formas que toman estas agresiones son muy variadas e incluyen violencia psicológica, física y sexual. Dado que al interior de la familia o del espacio doméstico de convivencia se reproducen las jerarquías asignadas a los roles de género, edad y preferencia sexual predominantes en la sociedad, las actitudes agresivas y violentas van del “fuerte” hacia el “débil” del grupo. La reproducción de jerarquías sociales en el entorno doméstico hace que el agresor sea predominantemente un hombre y las víctimas mujeres.

Cuando no se respeta la igualdad de derechos entre varones y mujeres, se pueden dar situaciones de violencia en las relaciones de pareja, no solo entre adultos, también en el **noviazgo**. Debemos comenzar a hablar con nuestros hijos antes que comiencen las relaciones de pareja en la adolescencia y es necesario decirles que nunca deben permitir malos tratos. Los celos no son un juego ni son muestras de amor. Por lo contrario el amor es confianza y buen trato. Nuestros hijos deben saber que las relaciones violentas comienzan de a poco y suelen empeorar y, aunque los enojos, los gritos, los celos, sean seguidos de un pedido de perdón y reconciliación, estas conductas son graves y no deben permitirse.

Tanto para los casos de delitos sexuales como para los de violencia doméstica, además de las víctimas, existen otras personas afectadas que requieren de algún tipo de atención donde se precisa la intervención de personal de varias áreas de especialización. En el caso de una **violación**, además de la atención médica imprescindible¹⁸ que se debe dar a la víctima, se requiere dar atención a sus familiares para minimizar

17. Albert Einstein fue un físico alemán de origen judío, nacionalizado después suizo y estadounidense. Es considerado como el científico más conocido y popular del siglo XX. Nació en 1879, Alemania y murió en 1955, Estados Unidos.

18. La Secretaría de Salud cuenta con un protocolo para la atención a víctimas de violación para minimizar las consecuencias de una posible ITS y de la transmisión de VIH.

la culpabilización que los estereotipos culturales imponen (“algo habrá hecho para provocarlo”). En los casos de violencia doméstica, generalmente existen otras víctimas directas, en la mayoría de los casos son los hijos de la pareja donde se da la situación de violencia. La violencia contra las mujeres ocurre más allá de las diferencias de etnia, clase, religión y edad y puede existir en las comunidades rurales o urbanas más pobres, pero también en las altas clases sociales.

Una de las formas de la violencia de género es la **violencia sexual** que incluye los delitos de violación, abuso sexual a menores y acoso sexual.

El abuso sexual infantil es otra manifestación de las relaciones de poder y se produce cuando una persona adulta quiere obtener placer sexual aprovechándose de niños y niñas. Son situaciones de abuso sexual infantil cuando:

- Un adulto toca las partes íntimas de un/a menor (niña o niño).
- Le pide que le toquen sus partes íntimas.
- Le muestra fotos o películas pornográficas.
- Le hace presenciar escenas sexuales que no son adecuadas a su edad.

Las personas que abusan de los niños, niñas y adolescentes pueden ser extrañas o conocidas. No obstante las estadísticas evidencian que el abuso se produce, en su mayoría, por parte de familiares de la víctima (padre, padrastro, tío, abuelo, etc.). Por esto no es suficiente enseñarles a cuidarse de las personas que no conocen. Los niños y las niñas tienen que saber que, a veces, los adultos conocidos pueden pedirles cosas que están mal y que hacen daño.

Muchas personas que abusan de menores los chantajean y amenazan para que guarden “el secreto”. Les dicen, por ejemplo “si no contás lo que te hago te voy a dar un regalo” o “si lo contás le voy a hacer daño a tu mamá” o “si lo contás, nadie te va a creer”. Por esto es muy importante que les enseñemos a no tener miedo y a animarse a decir NO y sobre todo, a pedir rápidamente la ayuda de un adulto de su confianza. También debemos ayudarlos a saber diferenciar los secretos: los que si debemos guardar y los que no. Por ejemplo: si le pedimos que no cuente que le vamos a regalar a su hermanito/a para su cumpleaños porque queremos que sea una sorpresa, este es un secreto a guardar. Pero si un adulto les hace algo que les provoca miedo, dolor, confusión y les dice que ‘guarde el secreto’, este no es para guardar sino para contarlo y pedir ayuda. Debemos decirles claramente que si alguien quiere tocar sus partes íntimas, hay que decir que NO y tiene que contarlo de inmediato a alguien de confianza como la mamá o la maestra.

Las niñas y los niños abusados tienen conductas que denotan esta situación: muestran menor rendimiento escolar, se vuelven más tímidos y ensimismados, muchas veces intentan repetir en sus juegos con otros niños y niñas lo que ellos han padecido como abuso. Padres, madres y maestros deben estar atentos a estos síntomas.

Si un niño, niña o adolescente es abusado física y/o sexualmente se debe denunciar el hecho ante la Policía Nacional, la Dirección Nacional de Investigaciones o el Ministerio Público. Los números telefónicos para efectuar las denuncias son: 104, y 911. Estos mismos datos sirven para denunciar si una mujer es víctima de violencia de género, en cualquiera de sus formas.

El concepto de **acoso sexual** se refiere a que una persona realice requerimientos de carácter sexual no consentidos por quien los recibe, de forma indebida y por cualquier medio.

El acoso sexual, es un problema que ha sido reconocido gradualmente como fenómeno que ocurre tanto en las esferas públicas como privadas y percibido como problema de importancia significativa, ya que está asociado a la reproducción de la discriminación de las mujeres en los nuevos espacios en que ellas comienzan a desenvolverse tales como el trabajo, la academia y la política. Se considera una manera velada de excluirlas de los espacios públicos, reforzando su pertenencia a los espacios domésticos. Puede ocurrir en diferentes circunstancias:

- El acosador puede ser un superior de la víctima, un cliente, un compañero de trabajo, un profesor o tutor, un compañero de clase o un desconocido.
- La víctima no tiene por qué ser la persona a la que se acosa directamente, sino que puede ser cualquier persona de su entorno que encuentra ofensivo el comportamiento del acosador y se vea afectado por eso.
- El acosado puede ser tanto del género masculino como femenino y el acosador también puede ser tanto de un género como del otro.
- El acosador puede ser del mismo sexo que el acosado.
- El acosador puede estar totalmente inconsciente de que su comportamiento es ofensivo o es una forma de acoso sexual, también puede ser inconsciente de que sus actos podrían ser ilegales.

Cuando una persona está siendo acosada no debe dejarse intimidar, debe mantenerse tranquila, conservar la serenidad y ser muy firme en la negativa a aceptar cualquier chiste, insinuación, tocamiento etc. Debe poner distancia inmediatamente, evitar esa compañía y denunciar cualquier conducta de acoso sexual.

La trata de personas: contempla diferentes modalidades tales como la explotación sexual comercial, laboral, servidumbre, esclavitud, matrimonio forzado, tráfico de órganos, mendicidad o cualquier otra modalidad de explotación, considerados actualmente como delitos transnacionales.

El Decreto Ley No. 59-2012 de Honduras de 2012, define la Trata de Personas como “La captación, el transporte, el traslado, la acogida o la recepción de personas, recurriendo a la amenaza o al uso de la fuerza u otras formas de coacción, al rapto, al fraude, al engaño, al abuso de poder o de una situación de vulnerabilidad o a la concesión o recepción de pagos o beneficios para obtener el consentimiento de una persona que tenga autoridad sobre otra, con fines de explotación. Esa explotación incluirá, como mínimo, la explotación de la prostitución ajena u otras formas de explotación sexual, los trabajos o servicios forzados, la esclavitud o las prácticas análogas a la esclavitud, la servidumbre o la extracción de órganos”.

Es importante tomar conciencia de que este problema existe y enseñar a nuestros hijos a tomar precauciones como:

- Si ven un anuncio de trabajo que les parece bueno, antes de llamar por teléfono, averigüen si esa empresa existe (se puede buscar en Internet). Luego, si llaman, deben averiguar los nombres de las personas encargadas, el lugar donde funciona la empresa y todo lo que se pueda en relación al trabajo que ofrecen. Antes de acudir a una entrevista, dejar todos los datos anotados

en casa para que la familia este enterada. Lo mismo si se trata de un empleo de servicio domestico en una casa de familia (anotar el nombre y apellido de los dueños de casa, el teléfono, la dirección).

- Si las adolescentes se ponen de novias tienen que estar atentas porque a veces los delincuentes las seducen y les ofrecen ir a algún lugar lejano a trabajar. Hay que averiguar bien de que se trata el trabajo y los antecedentes de la persona que lo ofrece.
- Nunca deben firmar algo sin antes leerlo. En todo caso, hacerse acompañar por alguien que les pueda ayudar a entender bien en qué consiste la oferta de trabajo.
- Nunca deben entregar su documentación personal (cedula de identidad o pasaporte).
- Si sienten que están en peligro no duden en pedir ayuda a alguien de confianza o a la policía.
- Si nuestro hijo/a no regresa a casa y eso no es algo común, hay que llamar de inmediato al centro educativo, sus amigos/as, novios/as y otros familiares lo más rápido posible sin dejar de pasar un día. Si nadie sabe de él/ella, avisar inmediatamente a la policía.

Los padres y madres podemos darles seguridad a nuestros hijos. Pero recordemos que es importante escucharlos con respeto evitando que nuestra primera respuesta sea un regaño ya que si somos intolerantes se alejarán pero si los escuchamos con paciencia confiarán en nosotros y podremos brindarles la orientación y la ayuda que necesiten.

En el ámbito de la trata de personas cabe, no solo el tráfico de adolescentes y menores de edad con fines de explotación sexual comercial, sino también el fenómeno migratorio de menores hacia los Estados Unidos que ha provocado recientemente una crisis humanitaria debido a la repatriación masiva de los EEUU hacia los países de Centroamérica.

El presidente de Honduras, Juan Orlando Hernández, dijo, en la reunión de presidentes centroamericanos realizada en julio de 2014 en el Capitolio en Washington que la crisis humanitaria de los niños migrantes centroamericanos también es provocada “por la ambigüedad y falta de claridad de las políticas migratorias de Estados Unidos. ...por las posiciones de las reformas migratorias que ha venido teniendo lugar en Estados Unidos y que los coyotes perversamente usan para engañar a las familias centroamericanas. Cuando hablo de “coyotes” hablo de un enorme monstruo compuesto por traficantes de personas y de drogas, que tienen un pie en Centroamérica y México y el otro en Estados Unidos.... Por lo tanto, debemos compartir la solución de esta crisis humanitaria que afecta a miles de niños...pues ellos son los más vulnerables...”¹⁹

La Oficina Federal de Investigaciones (FBI) de los Estados Unidos investiga casos de fraude contra niños migrantes, en Nueva York y California, en los que estafadores cobran cuantiosas sumas para reunirlos presuntamente con sus familiares. “Los menores no acompañados, incluyendo aquellos menores de siete años, están haciendo este peligroso viaje, confiando a menudo en redes sin escrúpulos de tráfico de personas que los exponen a lesiones, explotación y abusos”, advirtió.²⁰

La Encuesta de Desarrollo y Salud²¹ nos muestra que un 75% de las mujeres migrantes (menores y adultas) son víctimas de violencia sexual.

19. Diario La Tribuna, Honduras, 24 de julio de 2014.

20. Diario La Prensa, Honduras, 25 de julio de 2014.

21. Secretaria del Despacho de la Presidencia, Instituto Nacional de Estadística, Secretaría de Salud, ICF International: Encuesta Nacional de Demografía y Salud. 2011-2012 (ENDESA), Honduras, Mayo de 2013.

D. Actividades sugeridas para el trabajo con padres, madres, encargados

- Inicie la reunión dando la bienvenida a las y los participantes. Luego recuerden que son los estereotipos de género y pídeles que relaten si pudieron evitar alguna situación de inequidad de género en su hogar (respecto a compartir las tareas domésticas, o a los juegos de sus hijos, por ejemplo).
- Solicite a las y los participantes que expresen sus opiniones y conocimientos sobre que es la violencia de género, que saben sobre la violencia en el noviazgo, la violencia doméstica, el abuso sexual y la trata de personas, tratando de que ejemplifiquen este tipo de situaciones (casos de vecinos y amigos que han pasado por esas situaciones).
- Aporte, siempre en forma dialogada, los temas desarrollados en el punto B. de esta Unidad.
- Invítelos a organizarse en grupos para analizar los siguientes problemas (cada grupo debería analizar los tres problemas)

Problemas:

- a. Jennifer finalizó su formación en el Bachillerato técnico en Asistencia Ejecutiva de una manera brillante. Ella se dedicó a estudiar como primera prioridad y no tiene mucha experiencia en relaciones sociales. Tiene 18 años. Responde a un aviso de empleo publicado por una importante empresa de San Pedro Sula. La citan para una entrevista. Ella está muy feliz, se viste con sus mejores ropas y se siente muy segura. Acude a la entrevista. Su entrevistador es un hombre de unos 50 años de aspecto educado y buena presencia. La entrevista transcurre como ella había imaginado cuando, ya finalizándola, su entrevistador comienza a hacerle preguntas con las que ella se siente molesta, tales como ¿tienes novio? ¿Te gusta salir a bailar? Y comentarios como “te ves muy linda con esa ropa”, para finalizar con “el puesto será tuyo porque tienes todas las capacidades para él, pero primero deberíamos salir a cenar juntos para conversar un poco más”...

Como se denomina la conducta de este hombre? ¿Qué derechos está violando este hombre? Cómo soluciona Jennifer este problema?

- b. Edgardo cursa noveno grado. Tiene 15 años. Es un alumno aplicado y su conducta es impecable pero hay días en los que está distraído, ensimismado y parece ausente. Esto llama la atención de la Orientadora que lo cita a una entrevista personal. Edgardo tiene dificultades para expresar lo que le está pasando, pero después de un tiempo comienza a hablar sobre la situación que vive en su familia: su padre es muy violento, bebe mucho y muchas veces le pega a su madre y también a sus hermanas menores. Edgardo no sabe qué hacer porque su padre es quien sostiene el hogar y piensa que sin él no podrían estudiar él y sus tres hermanas. **¿Cómo se denomina la conducta de este hombre? ¿Qué derechos está violando el padre de Edgardo? ¿Cómo soluciona Edgardo este conflicto?**

- C.** Lucia tiene 15 años y es novia de Miguel, un compañero de colegio. Ella les ha contado a sus padres y estos están de acuerdo con la relación. Pasados unos tres meses de esta relación, Lucia le dice a su madre: “No sé por que Miguel se enoja y me grita cuando no está de acuerdo con lo que digo”...”Además me cela mucho, no quiere que converse con compañeros varones”...Mi amiga Ana Maria me dice que los celos son una muestra de amor, pero a mí me da miedo porque cuando se enoja se pone cada vez más violento”...Bueno...cuando se le pasa, me pide disculpas y nos reconciliamos”....**Cómo responderá la mama de Lucia? ¿Qué haría Ud. si Lucia fuera su hija?**

- Invite a que compartan sus conclusiones en plenaria.

E. Evaluación: que aprendimos y que proponemos hacer con ello?

- En plenaria las y los participantes escogen un tema tratado en esta sesión (violencia domestica, violencia en el noviazgo, abuso sexual, trata de personas) para luego, en grupos, identificar en qué consiste ese tema y cuáles son las medidas que, como responsables de nuestros hijos, podemos tomar para protegerlos.

Unidad VI: Ayudando a nuestros hijos a tomar decisiones.

“¿Por qué la sociedad se siente responsable solamente de la educación de los niños y no de la educación de los adultos de todas las edades?”

Erich Fromm ²²

A. Contenidos:

- La evaluación de opciones y sus consecuencias.
- El embarazo en la adolescencia, las ITS y el VIH. Métodos anticonceptivos.
- Derechos Sexuales y Reproductivos.

B. Objetivo de la Unidad: Al término de esta unidad, los padres y madres de familia estarán en capacidad de dialogar con sus hijos sobre temas que atañen a su vida sexual y brindarles las herramientas para proteger su salud reproductiva.

C. Información para el/la docente (¿qué debo saber antes de reunirme con los padres y madres?)

Aprender a tomar decisiones oportunas y adecuadas es quizá una de las principales competencias que se requiere desarrollar en la vida para enfrentar exitosamente una serie de factores internos y externos que no siempre logramos comprender o manejar.

Uno de los principales retos que se nos presentan es promover el protagonismo de adolescentes y jóvenes en la identificación y definición de su proyecto de vida, facilitando el aprendizaje de competencias para la toma de decisiones durante las diferentes etapas de desarrollo, incluyendo aquellas decisiones relacionadas con el ejercicio de su sexualidad. Parte de estas competencias tienen relación con aprender a planificar, aprender a enfrentarnos a diferentes situaciones, a medir los riesgos, a prepararnos para actuar ante la incertidumbre.

Es sobre todo durante la adolescencia cuando las personas se enfrentan a decidir sobre uso del tiempo, estudios, amistades, pasatiempos, emociones y afectos y un posible trabajo. Pero también se enfrentan a situaciones de riesgo que pueden desembocar en infecciones de transmisión sexual, el VIH, embarazos no planificados, el consumo de drogas, abuso sexual, explotación sexual comercial, el involucramiento en redes de trata de personas. En este sentido, el desarrollo de la personalidad, la identidad y la autoestima, como hemos visto en las unidades anteriores juegan un papel central no sólo en la definición de metas, sino en la superación de situaciones desfavorables que se presentan.

El embarazo en la adolescencia

El y la adolescente toman numerosas decisiones respecto de su vida sexual, muchas veces para obtener el reconocimiento, el afecto y la aceptación que tanto requieren.

22. Erich Fromm fue un destacado psicoanalista, psicólogo social y filósofo humanista de origen judío-alemán. Nació en 1900, en Alemania y murió en 1980, en Suiza.

La mayoría de los y las adolescentes visualizan los ideales de paternidad y maternidad para un futuro lejano por lo que sienten que los temas de la reproducción humana son ajenos a su realidad inmediata. No obstante, también la mayoría de ellos, en todos los sectores sociales, manifiestan, en diversos estudios e investigaciones, no haber utilizado métodos anticonceptivos (ni protección para prevenir ITS) en su primera relación sexual. También se sabe que el embarazo en la adolescencia se relaciona con el tipo de familia de origen, con la ausencia de educación sexual, el abandono de valores, la falta de responsabilidad, conciencia y autoestima del/la adolescente, la falta de metas de vida, entre otras.

Uno de los aspectos que se resaltan en las investigaciones realizadas sobre este tema es la desinformación que tienen las y los adolescentes. Muchas veces ellos quieren acercarse y preguntar a sus madres/ padres pero en lugar de información lo que reciben son regaños, o información de carácter moralista, haciéndoles ver y sentir la sexualidad como algo pecaminoso, peligroso o prohibido. Asimismo, muchas veces se apoyan en amigos para buscar consejos o buscan la información en internet pero suelen obtener información errónea o incompleta. Por su parte, los proveedores de salud, en lugar de brindarles ayuda, apoyo y asesoramiento, suelen emitir juicios de valor antes las dudas adolescentes.

A la vez, muchos jóvenes conocen los métodos para prevenir el embarazo y las Infecciones de Transmisión Sexual, pero no los usan. También se relaciona el embarazo en la adolescencia con la falta de afecto, las relaciones familiares problemáticas, con agresiones sexuales, muchas de las cuales son efectuadas por miembros de la familia, como padres, padrastros, abuelos, tíos, amigos y otros familiares cercanos.

Las implicaciones del embarazo en las adolescentes son de distinta índole. En lo relacionado con la salud, se pueden mencionar las siguientes:

- La maternidad temprana está asociada a mayores tasas de mortalidad infantil, lo que indica que, entre más joven sea la madre, más probabilidades tiene el hijo de morir. En Honduras, la tasa de mortalidad infantil general es de 24 muertes por cada 1000 nacidos vivos; sin embargo, para madres menores de 20 años, aumenta a 28 por cada 1000 nacidos vivos.
- El embarazo en la adolescencia representa riesgos especiales para la futura madre, principalmente cuando es menor de 15 años. Existen estudios que indican que las tasas de mortalidad materna en adolescentes son superiores a las observadas en mujeres entre 20 y 35 años ya que la madre adolescente se arriesga a ser víctima de anemia, de hipertensión y corre riesgo de la práctica de una cesárea para dar a luz.

Según la ENAPREAH (Estrategia Nacional para la Prevención del Embarazo en Adolescentes en Honduras, 2013), “Una pubertad más temprana, el inicio más temprano de las relaciones sexuales y el limitado acceso a la educación sexual y servicios de salud integrales, la falta de programas acordes a la edad para postergar el inicio de su vida sexual o evitar el primer embarazo, colocan a Honduras como el segundo país de Latinoamérica con mayor fecundidad entre adolescentes, con una tasa de 102 por 1000 nacimientos”.

Las Infecciones de transmisión sexual (ITS) y el VIH.

Las ITS son infecciones producidas por determinados tipos de bacterias, virus u hongos que se transmiten por vía sexual de una persona infectada a otra, a través del semen, los fluidos vaginales y la sangre.

Todas las ITS pueden prevenirse usando el preservativo o condón y todas ellas requieren tratamiento médico.

Las siguientes son algunas de las ITS más comunes:

- **La Gonorrea:** Es producida por una bacteria que se aloja principalmente en la uretra (canal urinario) y en el cuello del útero. Tiene un período de incubación de 2 a 10 días posteriores a la relación sexual infectante. En el hombre tres días después de haber tenido la relación sexual en que se infectó, se presenta salida de pus por la uretra, dolor y ardor al orinar. Si no hay tratamiento, la secreción se puede volver verdusca y finalmente, sanguinolenta. En la mujer se presenta flujo purulento, fétido y ardor al orinar. Si la infección no se trata, se puede inflamar el aparato reproductor (trompas y ovarios) y puede ocasionar esterilidad, artritis, problemas cardíacos, hepáticos y meningitis.
- **La Hepatitis B:** Es una inflamación del hígado causada por un virus (VHB) que ha sido encontrado en todos los fluidos orgánicos: sangre, saliva, semen, orina, lágrima, leche. Su concentración es mayor en la sangre, en el semen y en las secreciones vaginales. Es importante saber que existe vacuna para la Hepatitis B.
- **El Herpes genital:** Es una infección causada por un virus que produce síntomas entre 3 y 20 días después de tener relaciones sexuales con una persona que lo tenga y las molestias pueden mantenerse de 2 a 4 semanas. Los síntomas consisten en la aparición de pequeñas ampollas en los genitales externos, que se presentan en forma de ramillete o cadena. Dado que no tiene cura, el virus permanece en el cuerpo y puede presentarse una reaparición de los síntomas por épocas. Cuando una mujer está embarazada y la infección se presentan durante los primeros meses del embarazo, aumenta el riesgo de aborto.
- **La Sífilis:** Es producida por una bacteria²³ que se encuentra en la sangre y en lesiones de la piel o mucosas de la persona que tiene esta enfermedad. Además de la transmisión por vía sexual y por transfusiones sanguíneas, se puede dar a través de la madre al feto. De 10 a 90 días después que la bacteria entra al cuerpo aparece una lesión ulcerosa como llaga, generalmente en el área de los genitales, que recibe el nombre de "chancro duro" y puede pasar inadvertida pues no produce dolor ni secreción. Si no es detectada, esta enfermedad sigue su evolución dando lugar a la sífilis secundaria. De 6 semanas a 6 meses después de la infección, puede presentarse en el cuerpo un brote parecido a un sarpullido en forma de pequeñas manchas rosadas en las palmas de las manos, en las plantas de los pies o en todo el cuerpo. También puede presentarse caída del cabello en áreas específicas, úlceras en la garganta o glándulas inflamadas. Si en esta etapa no es tratada todavía, vuelve a ocultarse y después de 2 o 3 años aproximadamente, se convierte en sífilis tardía, provocando trastornos en la piel, los huesos, el corazón, el sistema nervioso central y finalmente, la muerte.
- **La Tricomoniiasis:** Esta infección produce síntomas como el aumento del flujo vaginal, mal olor, irritación y ardor. En muchas mujeres, la infección se convierte en crónica, con períodos de mejoría

23. llamada *Treponema Pallidum*

como respuesta al tratamiento. Esto se debe, generalmente, a la reinfección con compañeros sexuales o a fallas en el tratamiento.

- **Candidiasis vaginal:** Es una inflamación de la mucosa bastante frecuente y, a la vez, recurrente. Entre los factores que pueden predisponer a la misma, se encuentran: tratamientos prolongados con antibióticos, actividad sexual con personas infectadas, uso de espermicidas, así como también embarazo, diabetes y terapia con hormonas. Los síntomas más comunes son el prurito y la presencia de flujo, así como el ardor el dolor pélvico.
- **Virus del papiloma humano (VPH):** Representa una de las infecciones de transmisión sexual más comunes. La mayoría de los VPH (se han detectado más de 100) no causan ningún síntoma en la mayor parte de la gente. Algunos tipos de VPH pueden causar verrugas o condilomas, mientras otros pueden generar infecciones que pueden dar lugar al cáncer cervical, de vulva, vagina y ano en mujeres, o cáncer de ano y pene en hombres. Para saber si portamos este virus las mujeres debemos hacer la prueba de PAP (Papanicolaou). Si bien no hay pruebas reconocidas para detectar el VPH en hombres, es posible detectarlo a través de las verrugas genitales. Es importante saber que actualmente existe una vacuna para prevenir el VPH, la que ya se aplica gratuitamente a las mujeres a partir de los 13 años en algunos países.

La mejor forma de prevenir cualquier tipo de ITS es evitando tener relaciones sexuales (abstinencia). Sin embargo, no siempre es realista aconsejar o esperar este tipo de conducta. Por tal razón, es crucial que las personas incorporen una cultura de la prevención, que incluye el uso del condón.

En el caso de sospechar tener una ITS, lo más aconsejable es abstenerse de tener relaciones sexuales hasta que le vea un médico, lo trate y termine el tratamiento que se le recomiende, el cual debe ser usado por ambos miembros de la pareja, nunca se debe auto medicar.

EL VIH

EIVIH (Virus de la Inmunodeficiencia Humana) es una ITS pero debido a la importancia que ha adquirido como pandemia lo tratamos separadamente.

Se trata de un microorganismo que ataca el sistema inmunológico o de defensas del ser humano. Como consecuencia de la infección, una persona que no recibe tratamiento antirretroviral, con el paso del tiempo, puede desarrollar el Sida y padecer de enfermedades que le pueden causar la muerte. Dentro de estas enfermedades figuran: infecciones respiratorias, gastrointestinales, pérdida de peso, fiebre frecuente, tos por largos períodos de tiempo, tuberculosis, alteraciones hematológicas, herpes, candidiasis. También pueden aparecer enfermedades que afectan el sistema nervioso, la piel, los huesos y el cerebro. Se adelgaza rápidamente y pueden aparecer manchas en el cuerpo.

Sida es una sigla que significa:

Síndrome: Es el conjunto de síntomas que presenta una enfermedad y que por sus características posee cierta identidad.

Inmunodeficiencia: situación en la que el cuerpo no tiene con que combatir a los microorganismos que lo atacan debido a la destrucción del sistema inmune o de defensas.

Adquirida: El VIH es un virus que se adquiere por un mecanismo directo (no está en el aire ni en el agua). Se encuentra en todos los fluidos o líquidos corporales de una persona infectada, pero solo en la sangre, semen, secreciones vaginales y leche materna está en concentraciones suficientes como para infectar a otras personas.

La principal vía de transmisión del VIH es la sexual y tanto hombres como mujeres pueden contraer el VIH. La mujer está más expuesta al riesgo de contraer el VIH durante una relación sexual no protegida (sin uso de preservativo), ya que existen características propias de su área genital que favorecen este proceso (como el tipo de tejido de la vagina). Además, hay factores sociales y culturales, relacionados con el machismo que determinan esta vulnerabilidad. La mujer está sujeta a la voluntad de su pareja sobre cuando y como tener relaciones sexuales, poca o escasa capacidad para negociar el uso del condón, aun y cuando reconozca que el compañero o esposo tiene otras parejas sexuales. Más del 90 % de las mujeres infectadas por el VIH en los países en vías de desarrollo han contraído el virus por relaciones sexuales heterosexuales, o sea, entre un hombre y una mujer. En la mayoría de los casos, estas mujeres tenían relaciones sexuales solo con su esposo o pareja estable. Por consiguiente, el peligro de la mujer para contraer la infección por el VIH suele ser el resultado directo del comportamiento sexual de riesgo de su compañero estable o esposo. Asimismo, una vez infectada por el VIH, la mujer evoluciona clínicamente más rápido que el hombre.

Una vez contraído el virus, puede hablarse de personas asintomáticas y personas sintomáticas. Esto refiere a:

- Persona asintomática: es aquella que está viviendo con el VIH pero que no presenta ningún tipo de señales o evidencias y por lo tanto no sabe que está infectada.
- Persona sintomática: es aquella que está infectada con el VIH y como una consecuencia directa de la infección ya presenta señales o enfermedades que se caracterizan como Sida.

En ambos casos la persona puede infectar a otra.

La infección con el VIH es incurable. A pesar de los esfuerzos que se realizan para buscar una medicina eficaz hasta la fecha no existe cura ni vacuna. No obstante, en la actualidad existen medicamentos específicos llamados antirretrovirales que protegen y ayudan a prolongar y mejorar la calidad de vida de las personas que viven con el VIH.

El VIH se transmite por:

- Tener relaciones sexuales sin condón o preservativo con una persona que vive con el VIH. Está demostrado que si el preservativo o condón es usado correctamente de principio a fin en la relación sexual, el riesgo disminuye ya que el virus no puede pasar a través del látex.
- Transfusiones sanguíneas o uso de agujas infectadas.
- Compartir agujas para administrarse drogas.

- De madre infectada a su hijo/a ya que durante el embarazo, el parto o la lactancia materna. Pero esto NO ocurre en el 100% de los casos, ya que si una mujer embarazada recibe tratamiento antirretroviral durante el embarazo y el parto tiene altas posibilidades de no transmitir el virus a su hijo.

El virus del VIH es muy frágil y no sobrevive fuera del cuerpo humano; lo afectan con facilidad el calor y los desinfectantes comunes. Por esto el virus:

- NO se transmite a través de abrazos o apretones de manos, ni a través de los asientos de los inodoros, teléfonos, vasos, platos, utensilios para comer, toallas o ropa de cama de una persona infectada.
- NO se adquiere en piscinas o baños públicos, o por la picadura de un mosquito.
- NO se transmite por besos prolongados.
- NO se transmite por medio de la saliva.
- NO se transmite por el sudor, las lágrimas, la orina y las heces fecales.

Para detectar el VIH, está la prueba de ELISA. Esta es un análisis de laboratorio que permite detectar las defensas específicas que el cuerpo produce contra el VIH, llamadas anticuerpos. Es considerada una prueba indirecta, ya que lo que detecta son anticuerpos contra el VIH y no el virus propiamente dicho.

Los anticuerpos que produce el cuerpo contra el VIH son detectables solo de tres a seis meses después del momento que la persona se infecta. A esto se le llama "Ventana Inmunológica" o "Período de Ventana", que es justamente el período de tiempo comprendido entre el momento de la infección y la detección de los anticuerpos por una prueba de laboratorio. El peligro entonces es que en ese período la persona está infectada sin saberlo.

La prueba Western Blot es una prueba de laboratorio más específica que la de ELISA, porque con ella se pueden detectar partículas que componen el virus. Para hacerla se necesita una muestra de sangre de la persona que desea la prueba.

En un primer momento se debe practicar una prueba de ELISA para VIH; si da un resultado positivo debe repetirse y si se confirma el resultado inicial, se debe realizar el Western Blot para reconfirmar el resultado.

La prueba del VIH está disponible en los Centros de Salud y Hospitales Públicos y en laboratorios privados. La aplicación de la prueba y los resultados son confidenciales.

El tiempo promedio que tardan en aparecer síntomas después de la infección es de 5 a 10 años. Esto varía de acuerdo a cada persona. Tampoco se puede predecir con exactitud cuánto tiempo puede vivir una persona después de desarrollar los síntomas, ya que cada organismo reacciona de forma diferente.

En Honduras, el mayor número de casos de infección avanzada se presenta en el grupo de edad 25 a 39 años, lo que significa que la infección fue adquirida en la adolescencia (si se tiene en cuenta que los síntomas pueden aparecer hasta diez años después de haber contraído el VIH).

Métodos anticonceptivos

Tal y como se ha expresado, una de las decisiones que puede afectar el resto de la vida es la del inicio de las relaciones sexuales, así como de la decisión de ser madre o padre. El conocimiento sobre el uso de métodos anticonceptivos permite tomar decisiones oportunas y adecuadas sobre la reproducción de manera libre, responsable e informada y contribuye al ejercicio de los derechos sexuales y reproductivos de las personas y a mantener el nivel de salud. Contribuyen a que la persona pueda elaborar su proyecto de vida individual y familiar.

Los métodos anticonceptivos se clasifican en dos grandes grupos: métodos temporales y definitivos. Se dividen también en científicos (hormonales, de barrera y quirúrgicos) y de abstinencia periódica. Veamos a continuación en qué consisten, sus ventajas y desventajas.

Métodos basados en el reconocimiento del periodo fértil y la abstinencia periódica

Método/efectividad	Forma de uso	Contra-indicaciones	Ventajas	Desventajas
Método de los días fijos (MDF) o Método del Collar	No tener relaciones sexo genitales en los períodos fértiles de la mujer.	No tiene	Bajo costo económico (el collar es barato y se compra una sola vez). Involucra al hombre en la planificación.	Requiere información y disciplina para su uso correcto. La mujer debe tener ciclos menstruales regulares de 26 a 32 días. No protege contra el VIH y otras ITS
Método de Lactancia Materna (MELA)	Se puede usar después del parto. Si la mujer da de mamar día y noche a su bebé menor de seis meses, puede evitar un embarazo durante esos meses.	No tiene	Es natural No tiene costo	Puede usarse sólo durante seis meses. No ofrece protección contra el VIH y otras ITS.
Temperatura basal	La mujer debe observar la temperatura corporal interna durante su ciclo menstrual, la que se incrementa debido al aumento de la progesterona durante la ovulación. Este aumento determina fertilidad.	No tiene	Es altamente fiable en el periodo post ovulatorio No tiene costos	Tiene limitaciones a la hora de determinar la infertilidad pre ovulatoria. Requiere un nivel de instrucción básico. No previene ITS ni VIH
Método de la ovulación (método Billings): Efectividad + 95%	Consiste en la observación diaria de los cambios del moco cervical a lo largo del ciclo. En las fases de infertilidad el moco cervical no es visible y existe sensación de sequedad vaginal. Cuando se acerca la ovulación el moco se hace más líquido, elástico y transparente. Casi al momento de la ovulación se produce el pico de moco que es abundante y transparente.	No tiene	No tiene costos Involucra al hombre en la planificación	Es inseguro durante la menarquía o antes de la menopausia. Requiere nivel de instrucción y entrenamiento. No previene ITS ni VIH

Métodos científicos

Método/efectividad	Forma de uso	Contra-indicaciones	Ventajas	Desventajas
<p>Pastillas</p> <p>Efectividad: 99%</p>	<p>Vía oral</p> <p>Duración limitada a cada uno de los ciclos durante los cuales se ingieren las tabletas</p>	<p>Durante los primeros seis meses del posparto y durante la lactancia.</p> <p>Si se ha tenido enfermedad trombo embolica, trombosis de venas profundas, embolia pulmonar; accidente cerebro-vascular; insuficiencia cardiaca, cardiopatía isquémica o reumática.</p> <p>Si se ha tenido o tiene cáncer mamario o de cérvix, tumores hepáticos benignos o malignos, enfermedad hepática aguda o crónica activa</p> <p>Si se consumen anti convulsionantes</p>	<p>Recuperación inmediata de la capacidad de embarazarse al dejar de usarlas.</p> <p>Normaliza la menstruación.</p> <p>Disminuye la molestia premenstrual.</p>	<p>Deben usarse diariamente.</p> <p>Pueden producir náuseas, dolor de cabeza y variaciones de peso.</p> <p>No se aconseja la toma por más de 6 a 8 años antes del primer embarazo.</p> <p>Deben tomarse únicamente bajo prescripción médica.</p> <p>No protegen de las ITS ni del VIH.</p>
<p>Inyectables</p> <p>Efectividad: + 99%</p>	<p>Inyectables</p> <p>Efectividad: + 99%</p>	<p>Mismas que el método anterior:</p>	<p>Su uso es confiable y privado</p> <p>Solo tiene que aplicarse una vez al mes.</p>	<p>No te protege de ITS ni de VIH</p> <p>Puede producir náuseas, dolor de cabeza y trastornos en la menstruación.</p> <p>Debe utilizarse únicamente bajo prescripción médica.</p>
<p>Dispositivo Intrauterino (DIU)</p> <p>Efectividad: 95 a 97%</p>	<p>Lo inserta un profesional de la salud en la matriz de la mujer:</p> <p>Duración aproximada: 5 a 10 años.</p>	<p>Embarazo o sospecha de embarazo.</p> <p>Útero de menos de 6 cm.</p> <p>Deformidad de la cavidad uterina.</p> <p>Cáncer de cuello del útero.</p> <p>Enfermedad inflamatoria pélvica.</p>	<p>Puede utilizarse hasta por 10 años</p> <p>Es fácil de quitar y se recupera inmediatamente la capacidad de embarazarse</p>	<p>No previene ITS ni VIH.</p> <p>Puede causar menstruaciones con más sangrado.</p> <p>Se debe hacer un examen ginecológico previo.</p> <p>Debe utilizarse únicamente bajo prescripción médica</p>
<p>Condón</p> <p>Efectividad: 85 a 97 %</p>	<p>Se coloca en el pene erecto del hombre antes del contacto genital.</p> <p>Su duración está limitada al tiempo de utilización.</p>	<p>Alergia o hipersensibilidad al Látex o al espermicida que lo acompaña.</p>	<p>Es el único método que previene el contagio de ITS y VIH.</p> <p>No ocasiona problemas de salud.</p> <p>Es fácil de llevar:</p>	<p>Su efectividad disminuye si el uso no es correcto.</p> <p>Se debe utilizar un condón nuevo para cada contacto sexual.</p>

Espermicidas Efectividad: 75 a 90 %	Se aplican en la vagina de la mujer a través de cremas, óvulos y espumas en aerosol. Su duración es limitada a una hora a partir de su aplicación en la vagina.	Hipersensibilidad a algunos componentes de las formulas.	No provocan problemas secundarios. Unidos al condón disminuyen posibilidad de ITS y VIH Son fáciles de llevar.	Su efectividad disminuye si no se utilizan correctamente. Puede causar alergias. Debe utilizarse una nueva aplicación para cada contacto sexual
Vasectomía Efectividad: + 99%	Operación que se realiza en el hombre y consiste en el corte de los conductos deferentes que llevan los espermatozoides. Método definitivo.	Antecedentes de cirugía escrotal o testicular. Historia de disfunción eréctil.	Es sencilla de realizar y no requiere hospitalización. No afecta la Potencia sexual. Es muy segura. No causa efectos negativos a la salud.	Es permanente. Se deben esperar tres meses para la esterilidad total. No te protege de ITS ni de VIH
Salpingoplastia o ligadura de Trompas Efectividad: + 99%	Operación que se realiza en la mujer y consiste en amarrar las trompas de Falopio. Método definitivo.	Enfermedad inflamatoria pélvica activa	Es muy efectiva. No afecta las relaciones sexuales. No causa efectos negativos a la salud.	Es permanente. Puede ser delicada como cualquier operación. Se presentan algunas molestias después de la operación. Requiere reposo mínimo de un día. No te protege de ITS ni de VIH

Los Derechos Sexuales y Reproductivos

Avanzando en materia de derechos humanos, en 1994, la Conferencia Internacional de Población y Desarrollo, en la que participaron 194 países, incluyendo a Honduras, aprobó el Plan de Acción que contiene los Derechos Sexuales y Reproductivos.

Los derechos reproductivos son aquellos que buscan proteger la libertad y autonomía de todas las personas para decidir con responsabilidad, si tener hijos o no, cuántos, en qué momento y con quién. Los derechos reproductivos dan la capacidad a todas las personas de auto determinar su vida reproductiva. Estos derechos reproductivos, al igual que los derechos humanos, son inalienables y no están sujetos a discriminación por género, edad o raza o cualquier otra consideración.

La Organización Mundial de la Salud y la Organización Panamericana de la Salud, conjuntamente con la Asociación Mundial de Sexología, expresaron que, para asegurar el desarrollo de una sexualidad saludable en los seres humanos y las sociedades, los siguientes derechos deben ser reconocidos, respetados, ejercidos, promovidos y defendidos:

- Derecho a la autonomía, a la integridad y a la seguridad sexual del cuerpo: incluye la capacidad de tomar decisiones autónomas sobre la propia vida sexual en un contexto de ética personal y social; están incluidas también la capacidad de control y disfrute de nuestros cuerpos, libres de tortura, mutilación o violencia de cualquier tipo.
- Derecho a la igualdad sexual: se opone a cualquier forma de discriminación relacionada con el sexo, edad, clase social, etnia, religión o limitación física o mental.
- Derecho a la expresión sexual emocional: que abarca más allá del placer erótico o el acto sexo genital y reconoce la facultad a manifestar la sexualidad a través de la expresión emocional y afectiva como el cariño, la ternura y el amor.
- Derecho a la toma de decisiones reproductivas libres y responsables: comprende el derecho a decidir tener hijos o no, el número y el tiempo a transcurrir entre cada uno, y el acceso pleno a los métodos para regular la fecundidad.
- Derecho a la educación sexual integral: solicitando la impartición de la educación sexual durante toda la extensión de la vida, desde el nacimiento hasta la vejez y exhorta a la participación de todas las instituciones sociales en su puesta en práctica.

D. Actividades sugeridas para el trabajo con padres, madres, encargados

- Después de dar la bienvenida a los participantes inicie un diálogo con ellos sobre los temas antes desarrollados en esta unidad. Es importante detectar cuales son los conocimientos previos que ellos tienen sobre como apoyar a los hijos en la toma de decisiones y sobre como brindarles la información necesaria para no tener consecuencias no deseadas en su vida sexual.
- Refuerce los conocimientos de los padres y madres utilizando la información brindada en esta Unidad, especialmente en los temas de ITS, VIH, Métodos anticonceptivos tratando de desechar los tabúes que a veces tiene la población adulta en relación con estos temas.
- Organice a las y los participantes en dos grupos y explíqueles el ejercicio que harán a continuación, en el que cada grupo analizará y resolverá los dilemas presentados, aclarando que no hay respuestas válidas y no válidas. Ellos tomaran las decisiones antes los dilemas presentados a partir de sus formas de pensar propias (culturales y religiosas).

Ejercicio Práctico: Ante este dilema, ¿qué decisión voy a tomar?

- i. A Ramón siempre le ha gustado ejercer y defender sus derechos y los de los demás. Acaba de terminar la escuela secundaria y se ha ganado una beca integral para estudiar Derecho en una universidad de USA. Sin embargo, se le ha presentado la oportunidad de trabajar en una zona alejada, sin acceso a carreteras, por tres años, con un salario de 8.000 Lempiras al mes. La opción le

parece interesante y necesaria, ya que su padre los abandonó, la madre atraviesa por una situación de salud muy delicada y tiene 3 hermanos menores que apoyar. ¿Qué hará Ramón?

- ii. Belinda es una adolescente inteligente y bonita. Está cursando la secundaria y hace dos meses le contó a su mamá que le gusta mucho un compañero del último curso. Su mamá nota que hace un tiempo Belinda no tiene ánimo para nada: no estudia como antes, no ayuda en la casa y se la ve triste y como escondiéndose. Su mamá toma fuerzas y la llama para conversar. Al rato, Belinda rompe a llorar y le cuenta que hace dos meses que no tiene menstruación y que ella había accedido a la “prueba de amor” que le solicitó el chico que tanto le gustaba, por lo que piensa que está embarazada. “Que hago ahora, mamá”, dijo Belinda? “Si estoy embarazada tendré que dejar de estudiar”.? ¿Qué hará la mamá de Belinda?
- iii. Organizados en tres grupos, las y los participantes leen los contenidos teóricos sobre ITS, VIH y Métodos anticonceptivos (un tema por cada grupo). Ud. puede fotocopiar los contenidos de cada tema y darles 30 minutos para la lectura. A continuación solicíteles que escriban que harían en cada uno de estos casos para garantizar la atención y los derechos de cada niña, niño, adolescente y joven.

Caso 1	Su hijo le cuenta que a un compañero/a el test de VIH le ha dado resultado positivo y no sabe qué hacer...
Caso 2	Una vecina (14 años) le confía que está embarazada después de una relación forzada por un tío mayor de edad....
Caso 3	Su hija mayor le cuenta a Ud. que su hermano de 15 años lo confesó que cree tener una ITS después de su debut sexual con una trabajadora del sexo....
Caso 4	Su hija de 14 años le dice a Ud. que piensa en iniciar su vida sexual ya que su novio la presiona para eso y como ella está enamorada...
Caso 5	Su sobrina de 18 años que estudia en la universidad le dice a Ud. que ha tomado la decisión de iniciar las relaciones sexo- genitales con su novio de 21 años pero no sabe que método anticonceptivo es el más adecuado a su edad y sexo...
Caso 6	Una amiga le cuenta que su hija de 16 años fue víctima de abuso sexual a la salida de una fiesta ...

Finalmente, leen sus conclusiones grupales en plenaria intercambiando opiniones sobre los fundamentos de las decisiones que han tomado.

E. Evaluación: ¿que hemos aprendido?

Los padres y madres de familia expresan sus opiniones sobre la utilidad de estos temas para la vida y la educación de sus hijos y manifiestan su compromiso de escucharlos y dialogar con ellos para apoyarlos ante sus dudas, vacilaciones y necesidad de tomar decisiones.

Unidad VII: Enseñamos a nuestros hijos a expresar sus emociones

“No podrán preparar a sus hijos para que construyan mañana el mundo de sus sueños, si ustedes ya no creen en esos sueños; no podrán prepararlos para la vida, si no creen en ella; no podrán mostrar el camino, si se han sentado, cansados y desalentados en la encrucijada de los caminos.”

Celestin Freinet ²⁴

A. Contenidos:

- Cómo ayudamos a nuestros hijos a manejar sus emociones, a identificar sus fortalezas y debilidades y a que elaboren un proyecto de vida.
- Cómo nos planteamos nuestro propio proyecto de vida con base en todo lo que aprendimos anteriormente.

B. Objetivo de la Unidad: Al término de esta Unidad los padres y madres de familia serán capaces de reconocer la importancia de fomentar la elaboración de un proyecto de vida por parte de sus hijos.

C. Información para el/la docente (¿qué debo saber antes de reunirme con los padres y madres?)

Todas las personas necesitamos amar y ser amadas, comunicarnos, ser reconocidas, valoradas y vincularnos a alguien o a algo. La calidad de vida depende, en buena parte, del equilibrio emocional y con el mundo, pero esa necesidad se expresa de maneras diferentes dependiendo de si somos hombres o mujeres. La forma en que mujeres y hombres vivimos el afecto es distinta porque somos parte de sub-culturas diferentes, la femenina y la masculina, con valores y roles diferenciados. Como las prioridades no son las mismas, a veces es difícil la comunicación y el entendimiento afectivo. Por ejemplo, es común que para las mujeres el amor sea el eje fundamental de sus vidas, o al menos son educadas para que así sea. Mientras que los varones son socializados para priorizar la vida pública. Así, los hombres y las mujeres tienen formas diferentes de vivenciar y expresar los sentimientos.

El afecto es un aprendizaje básico que implica reconocer nuestra dignidad como personas y nuestros derechos humanos. Ante el temor de ser calificados de egoístas, la mayoría de personas no se cuida, no se conoce y lo que es peor aún, no se respeta. El afecto y el auto-respeto nos ayudan a relacionarnos sanamente con las demás personas.

Cuando una persona se percibe como no digna de amor, fácilmente crea dependencia de quien se la ofrece. Una actitud sana es aquella en donde el amor significa un crecimiento personal que abre nuevas perspectivas de libertad e impulso para desarrollar la creatividad.

El afecto es el conjunto de vivencias, un proceso que puede ser vivido con mayor o menor duración e intensidad, en el que se interrelacionan y activan las emociones, el pensar, el sentir y el actuar del ser humano. Proceso que se transforma continuamente, que implica el amor fraternal, filial y el enamoramiento.

Sabemos que una de las habilidades fundamentales de la inteligencia emocional es el adecuado manejo de las emociones, también llamado autocontrol emocional. El control de las emociones no significa que ellas deban suprimirse, sino que se refiere a cómo manejarlas, regularlas o transformarlas si fuera necesario. Supone poseer una serie de habilidades que permitan a la persona hacerse cargo de la situación, tomar decisiones entre alternativas posibles y reaccionar de manera controlada ante los diversos acontecimientos de la vida. El autocontrol puede ser enseñado y aprendido para encontrar el equilibrio emocional y para alcanzar la autonomía y el bienestar personal.

Poseer control emocional no significa que no tengamos que enfrentarnos en la vida diaria a situaciones que impliquen conflictos con otras personas o situaciones, significa saber superar los bloqueos emocionales que ciertas situaciones pueden provocar. Lo verdaderamente importante es intentar reconocer y controlar las emociones negativas para que no desplacen a las positivas.

La dinámica de la sociedad actual enfrenta a las personas de manera continua a situaciones que les ocasionan enojo, ansiedad o preocupación, estrés, miedo o depresión. El autocontrol emocional supone el conocimiento de uno mismo e implica la observación y percepción de nuestras emociones en esas circunstancias para poder generar estrategias de afrontamiento apropiadas. Por ello, los psicólogos recomiendan:

- Auto conocerse a través de la propia reflexión para identificar las emociones positivas²⁵ y negativas que experimentamos.
- Controlar la expresión de emociones negativas y promover la expresión de emociones positivas para favorecer las relaciones con los otros y nuestro propio bienestar:

Las emociones se caracterizan por:

- Ser de corta duración y elevada intensidad.
- Generan modificaciones fisiológicas significativas (nos late mas fuerte el corazón, transpiramos, sentimos las manos frías).
- Aparecen por un estímulo en un contexto específico (alguien nos dice algo que nos provoca enojo).

Para poder controlar nuestras emociones, podemos utilizar algunas estrategias como:

- La respiración: Una respiración correcta es un antídoto contra el estrés. Los ejercicios de respiración han demostrado ser útiles en la reducción de la ansiedad, la depresión, la irritabilidad, la tensión muscular y la fatiga. La respiración nos proporciona una mejor oxigenación optimizando la vida, cuanto más oxigenado tengamos el cerebro, seremos más claros, más lúcidos y más eficaces.
- La relajación: es tan importante como la respiración, ambas están interrelacionadas a tal punto que una modifica la otra. Cuando nuestro cuerpo está en tensión, envía señales al cerebro de que no estamos tranquilos y se genera un círculo promotor de ansiedad. Para mantener la regulación emocional es importante mantener también un cuerpo relajado y tonificado. La relajación física resulta esencial para combatir estados emocionales relacionados con la ansiedad, el estrés, el miedo, el manejo de la rabia y la depresión, entre otros.

25. Emociones positivas son, por ejemplo la alegría, el entusiasmo, el placer) y negativas, la ira, la ansiedad, la aversión.

- La visualización: es la generación de una imagen mental o una imagen real de algo abstracto o invisible, para alcanzar una condición emocional deseada a través de imaginar una imagen concreta (por ejemplo, algunos deportistas se estimulan imaginando la ejecución perfecta de sus movimientos o empleados estresados se relajan imaginando una escena tranquilizadora). El propósito de la visualización es reprogramar las actitudes mentales de la persona y así capacitarlo para efectuar cambios positivos en su mente, emoción y conducta.
- La meditación: es un estado de sosiego que permite observar los propios pensamientos y actitudes mediante la práctica de un estado de atención concentrada, sobre un objeto externo, pensamiento o la propia conciencia. Es beneficiosa, tanto mental como físicamente.

El manejo de las emociones y la identificación de nuestras fortalezas y debilidades aportan información que permite enfrentar de manera consciente y clara una serie de decisiones clave para planear adecuadamente nuestras vidas. La información y el apoyo de docentes y de la familia son esenciales para fomentar el desarrollo de la identidad individual, el sentido de búsqueda de las propias aspiraciones y el esfuerzo por plasmarlas en un plan de vida.

El apoyo para la elaboración del proyecto de vida será diferente si existen situaciones donde los participantes cuentan con relaciones de soporte y de respeto de sus derechos o si ellos viven situaciones que violentan sus derechos. Este apoyo deberá partir de algunas preguntas previas acerca de las condiciones de vida de la niña, niño o adolescente:

- **¿Se respetan sus derechos?** ¿Se dan las condiciones para una vida digna? (por ejemplo: si tienen acceso a alimentación, vivienda, servicios de salud y educación; si no viven situaciones de violencia; si tienen seguridad en su casa y en la calle).
- **¿Cómo son sus vínculos afectivos y emocionales?** Las relaciones con otras personas pueden afectar profundamente la estabilidad emocional y las capacidades de decisión de los niños, niñas y adolescentes en distintos ámbitos. En esto influyen:
 - La conformación de las familias: familias incompletas causadas por muerte, abandono del hogar, migración del padre o de la madre; familias extendidas con abuelas, tíos y otros familiares, entre otros.
 - Las relaciones de amistad: las normas e influencia del grupo de amigos o amigas, particularmente en relación con el comportamiento sexual, vinculado a la construcción social del género implica una demanda y presión diferente con mujeres que con varones.
 - El amor y las relaciones románticas: el comportamiento en torno a decidir si tener una novia, novio o relación de pareja afecta el espacio y tiempo propios e incide en los vínculos afectivos y emociones personales y en las relaciones familiares. Puede reproducir situaciones de violencia.
 - El desarrollo de capacidades de comunicación, habilidades de negociación y manejo del rechazo o la frustración.
 - El desarrollo de capacidades sobre cómo pedir y obtener apoyo y ayuda. La capacidad para identificar formas de violencia y buscar ayuda y apoyo.

- La construcción social del género y la identidad cultural: culturalmente se establecen también lineamientos y expectativas diferenciados que dan acceso desigual a la toma de decisiones, a los recursos para el desarrollo de la persona y el ejercicio de sus derechos, sobre la base de estereotipos.

Planear nuestra vida supone reflexionar y analizar nuestras aptitudes, actitudes, capacidades y valores. Conlleva también evaluar las condiciones socioeconómicas familiares y buscar opciones en el entorno. Asimismo plantea la necesidad de identificar factores de riesgo y factores protectores para saber cómo manejarlos.

Factores de riesgo son aquellos elementos que tienen la posibilidad de desatar un suceso indeseable o que tienen posibilidad de causar algún daño al desarrollo de la persona.

Factores protectores son condiciones o entornos capaces de favorecer el desarrollo de la persona o grupos y en muchos casos, de reducir los efectos de circunstancias desfavorables.

Factores internos se refieren a atributos de la propia persona: autoestima, seguridad y confianza de sí mismo, facilidad para comunicarse, empatía, entre otros.

Factores externos se refieren a condiciones del medio que actúan reduciendo la probabilidad de daños: la familia de pertenencia, la familia extendida, las redes sociales, el grado de integración social y laboral, entre otros.

El proyecto de vida es un proceso permanente que se va ajustando poco a poco, a través de las reflexiones. Fundamentalmente se requiere que el niño, la niña o el/la adolescente se ubique en el centro del proceso y que gradualmente:

- Reconozca sus valores y qué lo orienta en la vida.
- Identifique sus condiciones, su origen, su identidad y como esta influye en su vida.
- Establezca qué actividades le gusta realizar, qué no, qué capacidades tiene y cómo puede proyectarse en su comunidad.
- Analice cómo se relaciona con las demás personas, sus condiciones familiares, amistades, relaciones afectivas y cómo influyen en su vida.
- Defina cuáles son sus aspiraciones y expectativas sobre sí misma o sobre sí mismo. Es importante garantizar que mujeres y hombres lo aborden por igual.
- Analice qué posibilidades reales tiene de concretarlas (el cómo).

Todo proyecto de vida representa un complejo proceso de toma de decisiones en torno al logro de determinadas metas y aspiraciones futuras. El proceso de toma de decisiones debe motivarse desde la primera infancia, con opciones de acuerdo con la edad. Fomentar la toma de decisiones desde la niñez ayuda a lograr en un futuro mejores ciudadanos. La toma de decisiones se basa principalmente en los siguientes elementos:

- La información. Ocupa el primer lugar cuando se trata de decidir entre varias opciones. Esto comprende las estrategias para localizar datos y hechos, haciendo uso de diferentes fuentes que van desde la consulta a personas que gozan de respeto en la comunidad, como los

abuelos y abuelas, hasta las fuentes más modernas, como Internet.

- Analizar las ventajas, desventajas y posibles consecuencias de cada opción.
- Poner en práctica aciertos y errores de experiencias anteriores.
- Prestar atención a los propios valores y sentimientos y detectar si la decisión se toma por imposición de la familia, presión de pares o por otras circunstancias ajenas a una o uno mismo o mismo.
- Tomar decisiones en el marco del respeto de los derechos de las demás personas.

Hay decisiones que solo involucran a la persona que resuelve determinada situación a través de su propio juicio, como quien elige tomar un bus o un taxi. Pero hay otras en las que más personas están comprometidas. Cuando sucede esto, hay que negociar; lo cual tiene que ver con dialogar y ceder. En una negociación se trata de conseguir lo que se quiere con la aprobación de la otra u otras personas quienes también lograrán beneficios. Esto es muy importante cuando las y los adolescentes se plantean un proyecto de vida en el que los padres no están de acuerdo (“quiero ser modelo”, “ya no quiero estudiar; quiero trabajar en cuanto termine la secundaria”, “quiero estudiar teatro para ser actor”, etc.).

Sin duda, para que las niñas, niños y adolescentes puedan plantearse un proyecto de vida, lo que hagamos los padres sobre nuestras propias vidas (tener un proyecto o vivir al día según se dan las circunstancias) será determinante.

D. Actividades sugeridas para el trabajo con padres, madres, encargados

- Después de dar la bienvenida a las y los participantes, indague si ellos pudieron poner en práctica el compromiso de favorecer el diálogo con sus hijos sobre temas de salud reproductiva, fomentando la expresión de anécdotas que pudieron ocurrir en sus casas al respecto.
 - Establezca relaciones entre esos diálogos y la expresión de las emociones, tanto de los hijos como de los padres y madres.
 - Explore que piensan sobre las emociones en general y cómo se pueden controlar cuando estas son negativas y perjudican las relaciones con nuestros hijos.
 - A partir de los aportes de las y los participantes, brinde la información correspondiente a los contenidos teóricos anteriores.
 - Organice el trabajo en cuatro grupos y entrégueles una situación problema a cada uno para que la analicen, identifiquen las emociones y fundamenten los resultados de su trabajo.
1. Alejandro tiene 14 años. Me ha dicho que cada vez que tiene examen de matemática se pone ansioso e intranquilo. A pesar que intenta estudiar (el es un buen alumno) no puede concentrarse y no logra prepararse adecuadamente. A la hora del examen las manos le sudan y no logra aprobarlo. **¿Si Alejandro fuera su hijo, qué haría Ud. para ayudarlo a manejar esas emociones negativas?**
 2. Estrella de 15 años es una bonita adolescente. Pese a que tiene un par de amigas y un novio,

cuenta a su mamá que se siente sola, se aburre, siente vergüenza cuando le toca hablar o exponer en la clase, siente que no debe de estar allí y que no podrá seguir estudiando. La mamá viene observando que cuando está en casa está muy sensible, todo le causa mal humor o la pone triste y ha llegado a llorar por una causa insignificante. **Si Estrella fuera su hija, Ud. ¿qué haría para que logre superar esos sentimientos?**

3. Gerardo tiene 16 años. Desde hace un mes tiene dificultad para dormir y últimamente piensa que todo lo que hace, o va hacer, le saldrá mal. Esto le ocurre a consecuencia de que, en una cita con una chica que le gusta mucho, no pudo expresarle lo que sentía por ella. Solo atinó a intentar abrazarla y besarla. La chica le dijo que no la volviera a llamar...**Si Gerardo fuera su hijo, ¿cómo lo apoyaría?**

4. Natalia de 14 años, ha sido testigo de una situación de violencia de género: su amiga fue insultada y golpea por el novio cuando las dos salían del cine. Esto ha generado en ella muchos sentimientos extraños y un descuido de sus tareas habituales; los padres no comprenden que le pasa y llaman la atención continuamente para que cumpla con sus tareas de la escuela y de su casa. **¿Que deberían hacer los padres en vez de regañarla?**

- En plenaria, las y los padres y madres exponen sus conclusiones y comparten comentarios entre los participantes de los cuatro grupos.
- A continuación, explique a las y los participantes que intentarán, en forma individual, elaborar un proyecto de vida sobre la base del esquema que se les presenta: (las metas en el cuadro son solo ejemplos, ellos pueden plantear otras propias)

Metas	Acciones (cómo)	Tiempo	Valoración
¿Qué quiero lograr?	¿Qué hare para lograrlo?	¿Cuándo espero lograrlo?	¿Cómo voy en el logro de lo propuesto?
Terminar el Bachillerato que no concluí cuando era joven.			
Cambiar de trabajo para superarme y brindarles más a mis hijos.			
Tener otro hijo cuando haya logrado condiciones adecuadas.			
Viajar para conocer otros países.			

- Después de unos 30 minutos, las y los participantes, en forma voluntaria, leerán y compartirán lo que han elaborado

E. Evaluación

Las y los participantes explicarán cómo van a promover que sus hijos elaboren su proyecto de vida.

Unidad VIII: Somos padres y madres responsables

“Me parece fácil que un padre tenga hijos, pero me parece muy difícil que los hijos tengan un verdadero padre”

Papa Juan XXIII

- A. Contenidos:** Aspectos que abarca la paternidad y maternidad responsables.
- B. Objetivo de la Unidad:** Al término de esta unidad, los padres y madres de familia reconocerán el significado de ser padres responsables y manifestaran compromisos relativos a aplicar lo desarrollado en las unidades anteriores.
- C. Información para el/la docente** (¿qué debo saber antes de reunirme con los padres y madres?)

Como hemos visto en las sesiones anteriores, ser padre o madre no es tarea sencilla. No cursamos estudios para serlo sino que vamos aprendiendo con el tiempo y a través de aciertos y errores. Sin embargo sabemos que la educación de nuestros hijos es lo más importante para nosotros y que guiarlos en su proceso de vida es complicado, debido a las diferentes etapas por las que pasan. Por esto es que nos hemos informado de cuáles son las características de cada etapa de su desarrollo para comprenderlos mejor y poder brindarles comprensión y orientación.

Hemos aprendido también que la comunicación con nuestros hijos es fundamental para apoyarlos cuando ellos lo necesitan y para establecer vínculos afectivos que mejoren la calidad de vida familiar. Sabemos también que ayudarlos en su vida escolar, motivando su responsabilidad y su autoestima será una contribución importante para que puedan formular un proyecto de vida y para convertirse en ciudadanos responsables y conscientes de sus derechos. Hemos aprendido también que todos los seres humanos somos iguales en dignidad y en derechos y que hombres y mujeres merecemos igual trato sin discriminación alguna. Sabemos que, por razones culturales y porque así fuimos educados, muchas veces transmitimos estereotipos a nuestros hijos y que esto no es bueno para su formación porque nos impide ver las diferencias entre los seres humanos como algo que nos enriquece. Además, hemos aprendido acerca de cómo prevenir consecuencias indeseadas de los comportamientos sexuales no responsables (el embarazo en la adolescencia y las ITS/VIH). Es decir, que estamos en condiciones de identificarnos como padres y madres responsables.

Para ser padres y madres responsables no necesitamos ser ni sentirnos perfectos sino, principalmente, sentir un gran amor por nuestros hijos. Porque ser padres y madres responsables **significa tener los hijos que podemos alimentar, vestir, cuidar, proteger y AMAR.**

No debemos quedarnos cortos en el afecto pensando que así malcriaremos a nuestros hijos: el cariño y el amor nunca sobran. En cambio, son las cosas materiales las que los pueden hacer malcriados.

Ser padre o madre es un trabajo a tiempo completo que lleva un gran esfuerzo. Debemos estar presentes siempre para nuestros hijos, física y mentalmente para hacer de la crianza un proceso que contribuya a la maduración afectiva y social de nuestros hijos.

Un punto clave en el proceso de crianza, como hemos visto, es establecer, fijar y respetar las reglas. Poner límites no nos hace malos padres. Las reglas deben ser consistentes y cumplirse siempre y sin excepciones. Al mismo tiempo, debemos fomentar su independencia, dentro de las normas, para conseguir que sean personas eficaces y exitosas en un futuro. Sin embargo, no debemos excedernos en la disciplina ya que los traumas físicos y emocionales que pueden quedar de una educación muy dura no los harán mejores adultos en el futuro, sino más bien todo lo contrario, pueden ser personas resentidas, frustradas y que inconscientemente repitan con sus hijos lo que aprendieron en casa. A veces es mucho más fácil explicar nuestras normas y decisiones con tranquilidad y respeto: nuestros hijos entienden, razonan y son seres humanos con dignidad y derechos **(recordemos los Derechos de la Niñez que hemos visto en la Unidad IV).**

Debemos elogiar a nuestros hijos, evitar compararlos con los demás y celebrar sus diferencias. El desarrollo de la autoestima y la personalidad es clave durante la niñez y determinadas actitudes paternas pueden no permitir un correcto desarrollo. Si un niño se comporta mal, no debemos humillarlo ni hacerlo sentir inferior.

Tampoco debemos sobreproteger a nuestros hijos: es necesario que se equivoquen y vean las consecuencias de sus actos. Los hijos necesitan vivir su propia vida: los padres y madres son una guía, un modelo, pero él/ella debe tomar sus decisiones a medida que va creciendo.

Hasta aquí, nos referimos al “deber ser”, o como deberíamos actuar los padres y madres. Pero no hay que olvidar que existen situaciones que pueden afectar el adecuado desarrollo de las niñas y niños, tales como: divorcios, carencias económicas, peleas, faltas de respeto, el ser mamá o papá soltero, trabajar todo el tiempo y tenerlos que dejar al cuidado de alguien o que deban quedarse solos y hacerse responsables de ellos mismos a muy corta edad, etc.

Por ello, y tomando en cuenta la frase inicial de Juan XXIII, sabemos que en la vida real hay padres que son buenos proveedores (llevan dinero a la casa para las necesidades de la familia), pero dejan el cuidado y la educación de los hijos completamente a la madre y la responsabilizan por lo que llegue a pasar con ellos, actitud bastante cómoda para deslindarse de cualquier problemática existente en la familia.

Asimismo, estudios realizados por la CEPAL en 2001 “mostraron que los varones tienden a no utilizar métodos anticonceptivos y a restringir su uso por parte de las mujeres, se involucran en múltiples experiencias sexuales pero desconocen su responsabilidad en los embarazos no deseados - los cuales quedan a cargo exclusivamente de las mujeres, en su mayoría adolescentes - y evaden su participación durante los distintos momentos del nacimiento y la crianza de los hijos. A pesar de que actualmente se subraya el componente afectivo de cercanía de los hombres con sus hijos y se cuestionan los patrones de relación paterna basados en el ejercicio violento del poder y de la autoridad, estos modelos continúan muy presentes en nuestras sociedades”.

Hoy existen enfoques enriquecedores de las nuevas definiciones de paternidad entre los que se cuentan los vinculados a la dimensión doméstica del cuidado y la crianza de los hijos(as). Estos aportes derivados de la perspectiva de género han contribuido a visualizar la esfera de la organización doméstica como un ámbito de producción y reproducción de inequidades y desigualdades de género, en el cual los hombres participan poco y en condiciones de control y jerarquía sobre las mujeres. Este aspecto de la división sexual del trabajo y la dinámica doméstica de la vida cotidiana se revela como un ámbito en el que es necesario ampliar la participación masculina en las tareas domésticas como una forma de flexibilizar los roles de mujeres y hombres, al tiempo que se favorecen formas más equitativas de organización

doméstica. En este campo, la paternidad responsable hace referencia a las contribuciones de tiempo que los hombres pueden aportar para la reproducción y sostenimiento emocional del núcleo familiar. Con este factor se introduce una dimensión cualitativa referida a la dinámica familiar que permite visualizar los aportes no monetarios que los hombres pueden hacer en la crianza de los niños(as), así como las contribuciones a los nuevos modelos de crianza de los hijos(as).

Merced a estos enfoques, el nuevo concepto de responsabilidad paterna ha agregado a las consabidas responsabilidades económicas, las relativas al comportamiento sexual y reproductivo masculino, así como aquellas derivadas de un reparto más equitativo en la proveeduría del cuidado para la satisfacción de las necesidades básicas y afectivas de los niños(as).

En este siglo XXI que vivimos la tendencia apuesta a que los hombres creen un vínculo con sus hijos desde el nacimiento y participen activamente en su crianza concibiendo el proceso de parentalidad en base a roles compartidos. Los atributos tradicionalmente considerados femeninos como la ternura, la afectuosidad, la sensibilidad, la vulnerabilidad, los cuidados corporales, la escucha y la presencia pueden aplicarse también a la paternidad sin que por eso se vea cuestionada la masculinidad. Un padre de hoy día puede cambiar pañales, cargar a su hijo, darle la mamadera, sin que se lo considere menos viril.

Para favorecer esas nuevas funciones asignadas a los padres, en la actualidad se dan no solamente licencias por maternidad sino también licencias por paternidad ante el nacimiento o la adopción de un hijo en muchos países para colaborar en el fortalecimiento del vínculo paterno-filial. Por ejemplo Suecia fue el primer país que reglamentó la licencia por paternidad en el año 1974 la que es otorgada durante 480 días (dieciséis meses) pagos. Alemania, aprobó la licencia por paternidad de catorce meses pagos, en Noruega, existe la licencia por paternidad desde 1976 y los padres pueden tomarse 6 semanas con posibilidad de ampliarlas. Ambos padres pueden elegir cómo dividirse la licencia, que es de 44 semanas con el total del sueldo o de 54 semanas con el 80% del salario, ambos padres pueden tomarse un año sin sueldo. España, otorga licencia por paternidad de treinta días. En Estados Unidos, cada Estado y cada compañía reglamenta de una manera diferente pero en líneas generales corresponden quince días. Venezuela, tiene licencia por paternidad, de catorce días corridos. Ecuador, licencia por paternidad de quince días. Brasil, licencia por paternidad, de cinco días. Chile, licencia por paternidad de cinco días. Paraguay, licencia por paternidad de dos días, Argentina, licencia por paternidad de dos días pero se está tratando un proyecto de ley para alargarla a treinta y cinco.

Finalmente, el concepto de paternidad y maternidad responsables significa que ambos, papá y mamá, tienen que estar al pendiente de las emociones y acciones de los hijos, observarlos diariamente y platicar con ellos, ¿cómo les fue en la escuela?, ¿qué hicieron?, ¿qué les agradó o molestó en el día?, ¿qué sucede cuando están tiempo solos?, ¿qué actividades les gusta realizar fuera de la escuela?, ¿quién es su mejor amigo?, ¿son felices?, ¿se sienten integrados a la familia? Estas y muchas otras preguntas debemos hacernos a lo largo de la vida de nuestros hijos. Conforme nuestros hijos van creciendo deberemos preguntarnos y reflexionar sobre temas como: ¿manejan redes sociales?, ¿conocen a todos los amigos que tienen en ellas?, ¿qué fotos suben?, ¿qué comparten con otros?, ¿cuánto tiempo ven televisión?, ¿qué programas les gustan?, ¿cuánto tiempo duermen?, ¿cuánto tiempo pasan en internet?, ¿hacen la tarea escolar?, ¿qué tipo de música les gusta?, ¿qué actividades realizan con sus amigos?, ¿saben sobre métodos anticonceptivos y riesgos por adicciones?

Ser padre es un compromiso muy grande y sólo con una buena guía nuestros hijos podrán ser personas exitosas, con una vida llena de significado.

D. Actividades sugeridas para el trabajo con padres, madres, encargados

- De la bienvenida a las y los participantes felicitándolos por haber llegado a esta última sesión. Recuérdeles los temas vistos en las Unidades anteriores y facilite que ellos expresen que han aprendido y que utilidad le ven a cada tema.
- Con base en lo anterior, entre todos, establezcan una definición o las características de la paternidad y maternidad responsables, anotándola en el pizarrón o papelógrafo.
- Presénteles el siguiente poema (puede entregar una fotocopia a cada uno)

Tus hijos no son tus hijos (Poema de Kahlil Gibran)

Tus hijos no son tus hijos
son hijos e hijas de la vida
deseosa de sí misma.

No vienen de ti, sino a través de ti
y aunque estén contigo
no te pertenecen.

Puedes darles tu amor;
pero no tus pensamientos, pues,
ellos tienen sus propios pensamientos.

Puedes abrigar sus cuerpos,
pero no sus almas, porque ellas,
viven en la casa del mañana,
que no puedes visitar
ni siquiera en sueños.

Puedes esforzarte en ser como ellos,
pero no procures hacerlos semejantes a ti
porque la vida no retrocede,
ni se detiene en el ayer.

Tú eres el arco del cual, tus hijos
como flechas vivas son lanzados.

Deja que la inclinación
en tu mano de arquero
sea para la felicidad.

- Solicítesles que lo lean, analicen y expresen como lo interpretan (su significado)
- En plenaria, elaboren conclusiones sobre el significado de la paternidad responsable

E. Evaluación: que aprendimos y que proponemos hacer con ello?

- Las y los participantes, en grupos:
 - i. Elaboran un listado de acciones que realizan como padres responsables;
 - ii. Un listado de acciones que, a su juicio, no responden al concepto de paternidad y maternidad responsable pero que, por sus hábitos, costumbres, pautas culturales, formas de relacionamiento en la pareja y otros, continúan haciendo, a veces de manera inconsciente.
 - iii. Compromisos para ejercer plenamente la paternidad y maternidad responsables.

Glosario

CULTURA: Conjunto de normas, pautas, prescripciones, creencias, costumbres y prácticas comunes de un grupo social. En sentido amplio, la cultura se refiere al conocimiento y las habilidades adquiridas y desarrolladas por una sociedad, incluyendo todos los productos de la vida individual y colectiva (arte, artesanía, productos del trabajo, tradiciones tangibles e intangibles, etc.) que se transmiten de generación en generación.

COSMOVISIÓN: Concepción del mundo, de todo lo que existe, de la vida y la muerte, de la naturaleza, del tiempo y el espacio, de lo sagrado, de los objetos, las ideas y las personas. Se trata de la visión compartida por un grupo social o una cultura, sobre la realidad y la vida, la historia pasada y el porvenir.

CRISIS HUMANITARIA: Es una situación de emergencia en la que se prevén necesidades masivas de ayuda humanitaria en un grado muy superior a lo que podría ser habitual y que si no se suministran con suficiencia, eficacia y diligencia, desemboca en una catástrofe humanitaria. Surge por el desplazamiento de refugiados o la necesidad de atender en el lugar a un número importante de víctimas de una situación que supera las posibilidades de los servicios asistenciales locales, bien por la magnitud del suceso, bien por la precariedad de la situación local.

DISCRIMINACIÓN RACIAL: Toda distinción, exclusión, restricción o diferencia basada en la raza, color, linaje u origen nacional y étnico. Tiene como propósito o consecuencia anular el reconocimiento y ejercicio igualitario de los derechos humanos y las libertades fundamentales de los individuos y los pueblos a nivel político, económico, social, cultural.

ESTADO: Organización social formada para regular la vida y el funcionamiento de un país mediante un conjunto de instituciones que fijan las normas que hacen posible la vida en sociedad. En las sociedades democráticas, el Estado se organiza en 3 grandes poderes: ejecutivo (presidencia), legislativo (congreso) y judicial (cortes de justicia).

ESTIGMA: Condición impuesta por una persona a otra, en razón de juicios superficiales o prejuicios. El estigma puede ser el resultado de la imposición de una determinada moral o ideología, que la persona considera superior a la de otra.

ESTEREOTIPO: Creencia exagerada y distorsionada, asociada a las costumbres y atributos de un determinado grupo social. Los estereotipos juegan un papel negativo en las relaciones sociales y personales y funcionan otorgando atributos, roles y valores en base a prejuicios y generalizaciones, no a la realidad.

ESTEREOTIPOS SEXISTAS: El sexismo se opone a la propuesta de equidad e igualdad entre mujeres y hombres, valiéndose de elementos arraigados en la sociedad que sobrevaloran los atributos físicos asociados al sexo. Se expresa a través de ideas, actitudes, emociones, sentimientos y comportamientos, los cuales se representan en la práctica cotidiana de distintos ámbitos, incluido el contextos bibliográfico (libros, revistas, periodismo impreso “materiales educativos”, etc.). Con frecuencia están tan arraigados que los asumimos como algo natural.

IDENTIDAD: Conjunto de características que permiten distinguir a una persona o a un grupo humano de otro. Conjunto de rasgos y elementos para autodefinirse, identificarse y, por ejemplo, ejercer una determinada cultura, cosmovisión, identidad sexual, posición política, etc.

MATERNIDAD TEMPRANA: Término equivalente a embarazo en la adolescencia o embarazo precoz que es el que se produce en una mujer adolescente. La Organización Mundial de la Salud establece la adolescencia entre los 10 y los 19 años. El término también se refiere a las mujeres embarazadas que no han alcanzado la mayoría de edad jurídica, variable según los distintos países del mundo, así como a las mujeres adolescentes embarazadas que están en situación de dependencia de la familia de origen.

PATRIARCADO: Orden de poder; un modo de dominación en la que los hombres (y valores masculinos autoritarios) ocupan las posiciones principales y privilegiadas.

PERIODO FERTIL: Se llama así a los días del ciclo menstrual en los que la concepción es posible. La duración del ciclo menstrual es el número de días contados desde el primer día de menstruación hasta el día anterior al siguiente período menstrual. Como los espermatozoides pueden sobrevivir hasta cinco días en el cuerpo de la mujer y el óvulo sobrevive 24 horas después de la ovulación, cualquier relación sexual sin protección en los cinco días previos, o hasta un día después de la ovulación, conlleva la posibilidad de un embarazo. Esto es el periodo fértil de la mujer. El cálculo del periodo fértil se basa en la estimación del momento de la ovulación, sin embargo, calcularlo no es nada fácil, ya que la ovulación ocurre alrededor de 14 días antes de la siguiente menstruación, por lo que solamente podemos estimarlo.

RACISMO: Posición basada en la creencia de la superioridad de un grupo sobre otros. Es un fenómeno que incluye aspectos ideológicos, políticos, legales, prácticas cotidianas e institucionalizadas, que provocan y refuerzan la desigualdad por razones de pertenencia étnica.

SEXISMO: Forma de pensar y actuar que introduce la desigualdad e impone jerarquías en el trato de las personas en base a la diferencia de sexo. Cuando estas formas discriminatorias se esconden detrás de argumentos aparentemente “democráticos” se establece una contradicción o una “no relación” entre el discurso y la práctica. Existen muchos estereotipos sexistas y racistas que se usan cotidianamente y de “forma natural”.

SEXUALIDAD: Refiere a una dimensión fundamental del ser humano. Basada en el sexo, incluye al género, el erotismo, la vinculación afectiva y el amor y la reproducción. Se experimenta o se expresa en forma de pensamientos, fantasías, deseos, creencias, actitudes, valores, actividades, prácticas, roles y relaciones. La sexualidad es el resultado de la interacción de factores biológicos, psicológicos, socioeconómicos, culturales, éticos y religiosos o espirituales. En resumen, la sexualidad se expresa en todo lo que somos, sentimos, pensamos y hacemos. (OPS, OMS, WAS, 2000).

TEORIA PSICOANALITICA: Se refiere a las fuerzas inconscientes que motivan el comportamiento humano. Surgió en el siglo XIX, cuando el médico vienés Sigmund Freud desarrolló el psicoanálisis, es decir, un enfoque terapéutico que rastrea los conflictos inconscientes de las personas, los cuales provienen de la niñez y afectan sus comportamientos y emociones. La teoría psicoanalítica rompió con la creencia de que la sexualidad comenzaba en la adolescencia con los cambios hormonales. Afirmó, que el niño tiene sexualidad desde que nace y que ella es una constante en la vida del sujeto, se organiza a lo largo del tiempo y pasa por distintas etapas. Los resultados de dicha organización dependen de la manera en que se articulan procesos biológicos, psicológicos y socioculturales.

BIBLIOGRAFÍA

Bibliografía

1. Alianza Nacional por el Derecho a Decidir –ANDAR–. Los derechos sexuales y reproductivos de las personas adolescentes y jóvenes. México, 2005.
2. Asociación Pop Noj. Todas y todos como Ajmaq. Reflexiones sobre las relaciones afectivas, la sexualidad y el SIDA, desde la perspectiva maya. Guatemala, S.f.
3. Barragán F., Guerra, M.I. y Jiménez, B. La construcción colectiva de la igualdad. Dirección General de Promoción y Evaluación Educativa. Sevilla, España, 1996.
4. Bisquerra, R. Métodos de investigación educativa. Guía práctica. Barcelona: CEAC. 1989.
5. Bresler, Alejandro Cristian. Derechos humanos y ciudadanía. Dirección General de Cultura y Educación de la Provincia de Buenos Aires, Argentina. S.f.
6. Centro de Acción Legal en Derechos Humanos. Guía jurídica para la mujer. The policy Project/USAID.
7. Comisión de Esclarecimiento Histórico. Guatemala, Memoria del Silencio. Guatemala, 1999.
8. Declaración Ministerial Prevenir con Educación. Firmada por Honduras en la Primera Reunión de Ministros de Salud y Educación para detener el VIH e ITS en Latinoamérica y el Caribe.
9. Defensoría de la Mujer Indígena –DEMI–. Es tiempo de hablar de nuestros derechos. Derechos específicos de las mujeres indígenas. Guatemala, 2003.
10. Fideicomiso para el desarrollo local en Guatemala, -FDLG- y Agencia Sueca para el Desarrollo, Construyamos la igualdad. Las relaciones de género y etnia en el micro-crédito desde la perspectiva multicultural e intercultural. Guatemala, mayo 2005.
11. Fundación Servicio Paz y Justicia. La no violencia activa, camino hacia la liberación. Teoría y práctica. Buenos Aires, 2003.
12. Facio, Alda, Fries, Lorena. Feminismo, género y patriarcado. Chile, septiembre 1999.
13. Galtung, Johan. Paz por medios pacíficos. Paz y conflicto, desarrollo y civilización. Bilbao: Bakeaz/ Gernika Gogoratuz, 2003.
14. Giménez, Carlos, Programa de Naciones Unidas para el Desarrollo. Guía sobre interculturalidad, Primera parte. Guatemala, 2000.
15. Martínez, Ángela, Luna, José Roberto. Beneficios de la educación sexual. INCIDENJOVEN. Red nacional de jóvenes para la incidencia política. S.f.
16. Luna, José Roberto: Lo que nadie ve, escucha, ni habla. INCIDENJOVEN. 2009.

17. Piaget, Jean. Seis estudios de psicología. Ensayo. Editorial Seix Barral, S.A. Barcelona, Caracas, México. 1979.
18. Savater Fernando. El Valor de Educar. Editorial Ariel, Barcelona / Biblioteca presidencial para la paz, Guatemala. 1997.
19. ONU: Informe del relator especial de Naciones Unidas sobre el derecho a la educación en sexualidad.
20. Orientaciones Técnicas Internacionales sobre Educación en Sexualidad, Un enfoque basado en evidencia orientado a escuelas, docentes y educadores de la salud. UNESCO, 2010.

Referencias electrónicas:

<http://www.mineduc.gob.gt/UNEGEPE/>
<http://unesdoc.unesco.org>
<http://resourcecentre.savethechildren>.
<http://saludintegral.grilk.com/salud+reproductiva>.
<http://www.cumed.net/>
<http://www.angelfire.com/ak/psicología/identidad>.
<http://portal.educacion.gov.ar/educacion-sexual-integral/>
<http://www.mineduccion.gov.co/>
<http://www.demysex.org.mx/Demysex/Inicio.html>
www.incidejoven.org

**La Guía de Trabajo Escuela para Padres y Madres
de Familia, Tutores y/o Encargados**

Se imprimió en la imprenta RILMAC Impresores, S. de R.L. de C.V.
Col. La Cañada, PBX: (504)2245-1625, E-mail: rilmacgerencia@live.com

En el mes de Noviembre del año 2015

Su tiraje consta de 2600 ejemplares.

