



PROGRAMA MULTIANUAL DE **INCLUSIÓN EDUCATIVA**

## Programa

# Adolescencias promoviendo una convivencia igualitaria, responsable y libre de violencias



Un programa de



Liderado por



En alianza con



Socios en territorios



# Índice

|                           |           |
|---------------------------|-----------|
| <b>INTRODUCCIÓN .....</b> | <b>3</b>  |
| <b>SESION 1 .....</b>     | <b>9</b>  |
| <b>SESION 2 .....</b>     | <b>13</b> |
| <b>SESION 3 .....</b>     | <b>18</b> |
| <b>SESION 4 .....</b>     | <b>22</b> |
| <b>SESION 5 .....</b>     | <b>29</b> |
| <b>SESION 6 .....</b>     | <b>34</b> |
| <b>SESION 7 .....</b>     | <b>39</b> |
| <b>SESION 8 .....</b>     | <b>47</b> |
| <b>SESION 9 .....</b>     | <b>54</b> |
| <b>SESION 10 .....</b>    | <b>61</b> |

## INTRODUCCIÓN

En el marco del Programa Multianual + DIVERSIDAD, Promoviendo la educación inclusiva en igualdad de oportunidades para las niñas, niños y adolescentes migrantes y refugiados y comunidades de acogida en el país, que lidera UNICEF junto a UNESCO, RET Américas, World Vision, Save The Children y Alternativa, se ha considerado la importancia de que las escuelas priorizadas fortalezcan la prevención de la violencia de género a través de la implementación de la Educación Sexual Integral (ESI). Para ello, Alternativa como socio implementador del programa en Lima Norte por encargo de UNICEF, ha establecido el asocio con el Movimiento Manuela Ramos, quienes cuentan con desarrollo temático y experiencia en promover estos procesos en escuelas, y han desarrollado el presente módulo.

Un antecedente del presente módulo es que la primera versión se implementó en el marco del proyecto “Involucramiento de los y las adolescentes en la prevención de la violencia de género y la promoción de masculinidades igualitarias” que se realizó con UNICEF, PROMUNDO; contando con la asistencia de la PUCP – Pontificia Universidad Católica del Perú para la virtualización de las sesiones el 2021.

Estas sesiones fueron adecuadas tomando insumos de lo implementado con los y las adolescentes de instituciones educativas de Carabayllo y San Martín de Porres en Lima Metropolitana. Las diez sesiones ajustadas pueden implementarse durante cinco semanas logrando realizar dos sesiones semanales y poder promover diálogos y reflexiones con las y los adolescentes. Si bien el ajuste del material se ha realizado durante la emergencia sanitaria debido a la pandemia del covid-19, y aunque la emergencia sanitaria se levantó en el país, se ha propuesto un material presencial. No obstante es necesario continuar con las medidas de bioseguridad para la realización de las sesiones virtuales/presenciales y poder coordinar adecuadamente con padres/madres de familia y/o los/las cuidadores.

Este conjunto de sesiones promueve un espacio de diálogo interactivo entre las y los adolescentes desde diversas perspectivas metodológicas que acompaña la propuesta formativa la cual pone lo participativo como uno de los principios fundamentales para promover el protagonismo de las y los adolescentes a lo largo del proceso y el desarrollo de las sesiones. Así también, se plantea una aproximación pedagógica que apela a lo experiencial como un aspecto clave para reflexionar, deconstruir y construir nuevas comprensiones y prácticas. Finalmente, esta aproximación pedagógica desde el diálogo, herramientas lúdicas y creativas se convierten en vehículos para la construcción de las acciones y experiencias de aprendizaje.

Es importante señalar que este módulo de ESI (Educación sexual integral) responde como aporte dentro de la Política Nacional de Igualdad de Género (Decreto Supremo 008-2019 - MIMP) en el objetivo prioritario N° 2, que nos menciona la importancia de garantizar el ejercicio de los derechos a la salud sexual y reproductiva de las mujeres. Esto implica poder fortalecer la implementación de la educación sexual integral en el sistema educativo; orientando e informando a los niños, niñas, adolescentes, padres/madres de familia, tutores y cuidadores. Además, poder formar en educación sexual integral a estudiantes de educación básica de manera fiable y con pertinencia cultural.

Por otro lado, cabe señalar que los contenidos desarrollados de la ESI se vinculan con los siete enfoques transversales del Currículo Nacional de Educación Básica (CNEB), pero de manera más cercana con el enfoque de igualdad de género, el enfoque de derechos, es intercultural, inclusivo con atención a la diversidad. Esto se encuentra precisado dentro de los Lineamientos de Educación

Sexual Integral aprobada por el MINEDU a través de la Resolución Viceministerial 169-2021 (RVM 169-2021).

Los Lineamientos de educación sexual integral para la Educación Básica (RVM 169-2021) nos permite fortalecer seis competencias señaladas como estándares nacionales de la educación básica contempladas en el CNEB: *(i) Construye su identidad. (ii) Se desenvuelve de manera autónoma a través de su motricidad. (iii) Interactúa a través de sus habilidades sociomotrices. (iv) Convive y participa democráticamente en la búsqueda del bien común. (v) Construye interpretaciones históricas. (vi) Asume una vida saludable.* Por tanto, este módulo de sesiones de ESI dirigido a las y los estudiantes busca fortalecer esas competencias anteriormente señaladas.

Por último, podemos decir que estas sesiones contribuyen con las disposiciones específicas planteadas la RVM 169-2021, porque contribuye a dos de las tres estrategias que tienen para implementar la ESI en las escuelas, que son a través de espacios que permita fortalecer las competencias de la comunidad educativa y espacios de participación de los y las estudiantes en diálogo con los padres/madres de familia o cuidadores de las y los adolescentes.

## CUADRO DE SESIONES

|  |   |  |
|--|---|--|
| <b>Programa formativo con adolescentes</b> | <b>Adolescencias promoviendo una convivencia igualitaria, responsable y libre de violencias.</b>  |  |
| <b>Objetivo</b>                            | Promover espacios de reflexión con los y las adolescentes sobre la temas claves de la educación sexual integral y la igualdad de género partiendo de sus experiencias, promoviendo desde ellas y ellos acciones/ reflexiones en su comunidad educativa sobre la salud sexual adolescente y la prevención de la violencia de género. |  |
| <b>Modalidad</b>                           | Presencial  |  |
| <b>Dirigido</b>                            | Adolescentes de 3°, 4° y 5° año de secundaria   |  |
| <b>Duración</b>                            | 20 horas pedagógicas  |  |
| <b>Sesiones</b>                            | <b>Título</b>   | <b>Objetivos</b>   |
| <b>Sesión 1:</b>                           | <b>Conociéndonos</b>  | Propiciar un espacio de reconocimiento grupal, de confianza y compromiso, donde se comparta el programa y se recoja las expectativas de las y los adolescentes.  |
| <b>Sesión 2</b>                            | <b>Sexo- Género</b>   | Analizar y diferenciar los conceptos de sexo y género, a partir de las características y comportamientos que socialmente se atribuyen a mujeres y hombres, reconociendo la existencia de estereotipos y normas de género.                      |
| <b>Sesión 3</b>                            | <b>La caja del hombre, la caja de la mujer</b>  | Reconocer las expectativas sociales de género restrictivas en los hombres y las mujeres, y las pautas machistas tradicionales que lo sustentan, así mismo identificar y valorar los cambios que fomentan relaciones más equitativas de género. |
| <b>Sesión 4:</b>                           | <b>¿Cómo nos relacionamos?: Poder, identidad y relaciones de género</b>   | Reflexionar sobre el impacto del poder y sus distintas manifestaciones en los individuos y en las relaciones interpersonales, analizando las desigualdades de poder entre las personas especialmente las motivados por razones de género.      |
| <b>Sesión 5</b>                            | <b>Sexualidad y salud sexual</b>  | Reflexionar sobre la sexualidad en el desarrollo adolescente y los diferentes aspectos que comprende, identificando las herramientas y/o servicios existentes para garantizar la salud sexual de los y las adolescentes.                       |

|                   |   |  |
|-------------------|---|--|
| <b>Sesión 6:</b>  | <b>Yo Cuido mi cuerpo y mis derechos</b>                    | Conocer los derechos sexuales y reproductivos de los y las adolescentes, a partir de la identificación de las creencias, opiniones y actitudes frente a la sexualidad, la salud sexual, y reproductiva de los y las adolescentes, así como el reconocimiento de la importancia de buscar información científica, libre de prejuicios de género o religiosos y basada en derechos para tomar decisiones informadas sobre nuestra sexualidad |
| <b>Sesión 7:</b>  | <b>Sexualidad y autocuidado</b>                             | Reflexionar sobre la importancia de vivir la sexualidad de forma placentera, responsable reconociendo los riesgos a evitar, tales como contraer una ITS o el VIH o un embarazo no deseado, con autocuidado y cuidado mutuo, así como con consentimiento para tener relaciones sexuales plenas y seguras.   |
| <b>Sesión 8:</b>  | <b>El ciclo de la violencia</b>                             | Reconocer, analizar y reflexionar sobre los tipos de violencia que sufren los y las adolescentes y jóvenes en su vida cotidiana en su entorno y los impactos que tiene la violencia de género en las personas involucradas y la necesidad de “romper el ciclo de la violencia”   |
| <b>Sesión 9:</b>  | <b>Poniendo fin al acoso y a la violencia sexual juntos</b> | Reflexionar sobre las condiciones que generan el acoso y la violencia sexual y las maneras en que puede prevenirse y enfrentarse. Conoce los protocolos de atención frente a la violencia contra los niños, niñas y adolescentes en la comunidad educativa.  |
| <b>Sesión 10:</b> | <b>Respeto a la diversidad</b>                              | Reflexiona sobre la violencia asociada a la discriminación por orientación sexual y por otros aspectos referidos a la identidad de las personas para una mayor aceptación y respeto de la diversidad sexual.   |

## Herramientas de participación:

Estimada facilitadora, estimado facilitador

Toma en cuenta estas herramientas que pueden ser de mucha utilidad para el desarrollo de las sesiones.

### **Buzón anónimo:**

Es una herramienta útil para promover la participación equitativa respetando el derecho a la privacidad de las adolescencias.

Como parte de las sesiones nos acompañará nuestro buzón anónimo o caja de preguntas anónimas. Esta caja será entregada al estudiantado en un momento determinado para que puedan depositar sus preguntas de manera anónima. Estas serán respondidas al final de la sesión.

### **Frases de acompañamiento:**

Es una herramienta de empoderamiento que consiste en repetir frases acordadas en distintos momentos del transcurso de la sesión.

Durante la primera interacción con el estudiantado se brindarán propuestas de frases que nos acompañarán a lo largo del desarrollo de las sesiones. Posterior al acuerdo se elaborarán las frases de manera física que serán leídas en momentos identificados por la persona facilitadora.

### **Lenguaje adolescente:**

El lenguaje adolescente es una forma de comunicación que evoluciona constantemente y refleja la cultura, las tendencias y la tecnología de la época. Para promover la empatía en la comunicación con adolescentes, es esencial comprender su lenguaje y adaptar nuestra forma de expresarnos para establecer una conexión significativa. Por ello se tendrá en cuenta lo siguiente:

1. Escucha activa y sin prejuicios: Escucha con atención lo que las adolescencias tienen que decir y evita juzgarlos por su forma de expresarse. Valora sus opiniones y experiencias, incluso si difieren de las tuyas.
2. Habla su idioma: Familiarízate con el lenguaje y las expresiones que utilizan los adolescentes en su cotidianidad. Esto te permitirá comunicarte de manera más efectiva y demostrarles que los comprendes.
3. Pregunta y muestra interés genuino: Realiza preguntas abiertas que les permitan expresarse y compartir sus ideas. Muestra un interés real en lo que tienen que decir y evita dar respuestas rápidas o prejuiciosas.
4. Comparte experiencias de forma apropiada: Comparte tus propias experiencias de vida de manera apropiada y relevante para lo que están discutiendo. Esto puede ayudar a establecer un puente de comprensión y empatía.
5. Utiliza un tono amigable y comprensivo: Ajusta tu tono de voz y lenguaje para que sea cálido, amigable y comprensivo. Evita parecer condescendiente o autoritario.
6. Fomenta la expresión de emociones: Anima a los adolescentes a expresar sus emociones y sentimientos. Valida sus emociones y hazles saber que sus sentimientos son importantes.

7. Practica la empatía: Colócate en el lugar de los adolescentes para entender sus perspectivas y emociones. Trata de comprender sus desafíos y dificultades desde su punto de vista.

En resumen, la clave para promover la empatía con los adolescentes es establecer una comunicación abierta, comprensiva y respetuosa, mostrando interés genuino por sus vidas y experiencias. Escuchar con empatía y adaptar nuestro lenguaje para conectarnos con ellos es esencial para construir relaciones positivas y comprensivas.

## SESION 1

|  |   |                 |                            |
|--|---|-----------------|----------------------------|
| <b>Sesión 1</b>                                  | <b>Conociéndonos</b>  | <b>DURACIÓN</b> | <b>2 horas pedagógicas</b> |
| <b>APRENDIZAJE ESPERADO</b>                      | <ul style="list-style-type: none"> <li>Propiciar un espacio de reconocimiento grupal, de confianza y compromiso, donde se comparta el programa y se recoja las expectativas de las y los adolescentes.</li> </ul>   |                 |                            |
| <b>Mensajes claves</b>                           | <ol style="list-style-type: none"> <li>Propiciamos entre todas y todos, un clima de respeto mutuo para que este espacio y proceso sea una experiencia motivante, fortalecedora, segura y de aprendizaje.</li> <li>Construir acuerdos de convivencia nos ayudará a establecer pautas de cuidado para todas y todos.</li> </ol>   |                 |                            |
| <b>Notas para el facilitador/la facilitadora</b> | <p><b>Construyendo nuestros acuerdos de convivencia:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Explica que el sentido de fijar entre todas y todos los acuerdos de convivencia es para generar un espacio en que cualquiera se pueda expresar con libertad y respeto de los demás. Esto es condición imprescindible para sostener todo el proceso con el máximo cuidado de las personas participantes, quienes compartirán sus experiencias, sentimientos e ideas.</li> <li>Mantén una actitud de respeto, escucha, trato horizontal, genuino e interés por la experiencia y vida de los jóvenes, el cual suele ser clave para conducir el proceso.</li> <li>Ten presente que este momento de presentación del proyecto es la primera conexión con los y las participantes, y que uno de los objetivos centrales es que conozcan cual es la propuesta del programa formativo y se motiven con ella.</li> <li>Haz hincapié en el carácter dialogante, colaborativo, lúdico y experiencial del programa formativo, y busca que los objetivos y contenidos que se presenten se conecten con los intereses y realidades de los y las participantes.</li> </ul> |                 |                            |

| N°            | Descripción  | Recursos   | Tiempo |
|---------------|--|--|--------|
| Conociéndonos |  |  | 35'    |
| 1.            | <p><b>Bienvenida</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Brinda la bienvenida a los y las adolescentes a los talleres de ESI: <b>Adolescencias promoviendo una convivencia igualitaria, responsable y libre de violencias.</b></li> </ul> | <p>PPT de Bienvenida<br/>Lista de asistencia</p> | 5 min  |

|    |  |  |         |
|----|--|--|---------|
| 2. | <p><b>Dinámica de activación: Nos movemos y nos re-conocemos</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Invita a los y las participantes a mencionar su nombre y lo que más le gusta hacer; luego de ello quien se presenta realiza un movimiento corporal, y todo el grupo debe repetir el mismo movimiento realizado por la persona que se presentó.</li> <li>● No deben repetirse los movimientos y deben ser creativos.</li> </ul>   | Música   | 15 min  |
| 3. | <p><b>Registrando expectativas</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Realiza algunas preguntas a todos y todas las participantes: ¿Qué temas piensan que abordaremos? ¿Cómo se sienten con ello?, pueden escribir una sensación o emoción. ¿Qué tema te gustaría que tratemos sí o sí?</li> <li>● Entrega una tarjeta para sus respuestas y brinda un tiempo para que lo realicen.</li> <li>● Recoge sus opiniones y tarjetas; las cuales puedes ubicar en un papelógrafo a modo de collage “<b>Nuestras Expectativas</b>”. También se puede anotar en la pizarra acrílica.</li> <li>● Ordena preguntas y comentarios y realiza una breve retroalimentación</li> </ul>  | <p>Tarjetas</p> <p>Papelógrafos</p> <p>Plumones</p> <p>Tarjetas de Cartulina</p> | 15 min. |
| 4. | <p><b>Presentación del programa:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Comparte un resumen del programa: comenta cuál es el objetivo de las sesiones y la cantidad de sesiones que se desarrollará de manera amigable y clara.</li> <li>● Luego invita a generar comentarios o preguntas que tengan respecto al programa o las sesiones.</li> <li>● Comenta también que este programa ya ha sido presentado a las y los docentes y que están apoyando este proceso.</li> <li>● Promueve expectativas sobre las acciones que podrían fomentar desde ellas y ellos para dar respuesta a sus problemáticas de su escuela (campaña ESI).</li> </ul> <p>Nota: en caso de no contar con proyector llevar un papelógrafo con el objetivo y sesiones escrito.</p> | PPT resumen del programa y sesiones dirigidas a adolescentes.                    | 15 min  |

|    |  |  |        |
|----|--|--|--------|
| 5. | <p><b>Construyendo acuerdos de convivencia.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Comenta que para que el taller se lleve de forma adecuada, es importante considerar distintos acuerdos entre el grupo.</li> <li>• Entregamos a cada participante una tarjeta para que respondan la siguiente pregunta: <b>¿Qué condiciones son necesarias para que todos y todas nos sintamos cómodas/os, seguras/os y en confianza para participar libremente en este taller?</b></li> <li>• Lee las coincidencias e invita a que puedan explicar (2 o 3 adolescentes) por qué las propusieron</li> <li>• Reflexiona sobre las respuestas recogidas, integra propuestas y elabora una lista de acuerdos y valida cada acuerdo con los adolescentes.</li> </ul> <p>Nota: también se puede invitar a que coloquen su acuerdo (palabra) en su cuaderno de tutoría en una sola hoja para que lo puedan colorear (5 min). Cada una comparte lo que ha escrito.</p> <p><b>Lista de los acuerdos de convivencia (Sugeridos)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Hablar desde la propia experiencia.</li> <li>• Derecho a pensar, expresarse y sentir libremente.</li> <li>• Escuchar con atención y empatía, ponerse en el lugar del otro/a.</li> <li>• Respeto a todos/as los/las participantes del grupo, sin discriminación.</li> <li>• No juzgar a nadie. Todas las opiniones son válidas.</li> <li>• Compromiso con la confidencialidad: la experiencia de los/las otros/as participantes no puede ser comentada fuera del grupo.</li> <li>• Compromiso con la puntualidad y la asistencia.</li> <li>• No tomar fotos o grabaciones sin el consentimiento del grupo</li> <li>• Nota: Estos acuerdos son básicos, puedes incorporar en caso de que no surjan por iniciativa del grupo. Además, es importante que al comentar los acuerdos indiques el carácter dialógico del programa; donde se va a valorar mucho las experiencias que se compartan, para ello es necesario que nos podamos sentir seguras y seguros</li> </ul> | <p>Tarjetas de cartulina</p> <p>Cartel con la pregunta</p> | 15 min |
|----|--|--|--------|

|    |   |                    |         |
|----|---|--------------------|---------|
| 6. | <p><b>CAP: Cuestionario sobre conocimientos, actitudes y prácticas.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Explica la prueba y el objetivo de esta, precisando que no es un examen y no tiene ninguna calificación, sino que nos ayudará a poder traerles más experiencias y contenidos de acuerdo a sus necesidades en las sesiones que trabajaremos.</li> <li>● Invita a que puedan ubicarse en un espacio donde se sientan cómodos/as y distribuye el CAP. Posteriormente, revisen el cuestionario y realicen una lectura simultánea conforme van respondiendo las preguntas.</li> </ul> <p>Tomar en cuenta para la codificación:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Brindar un número correlativo a cada estudiante y tomar registro de este (para que sea el mismo en la prueba de entrada y prueba de salida).</li> </ul> | Ejemplares del CAP | 15 min  |
|    | <b>Cierre</b>   |                    | 10'     |
| 7  | <p><b>Recoge sentires, expresiones de lo presentado</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Cierra la sesión, preguntando: ¿Qué les pareció la sesión? ¿Cómo se sintieron? ¿Tienen alguna pregunta o comentario adicional a lo que se conversó?</li> <li>● Agradece a todos/as los/as participantes por asistir y decidirse a ser parte de este Programa. Refuerza que lo pasaremos bien durante las sesiones y aprenderemos cosas que nos servirán para la vida.</li> <li>● Recuerda el día y la hora de la próxima sesión. Insiste en que la participación de todas y todos es muy importante para el crecimiento conjunto del grupo.</li> </ul>   |                    | 10 min. |

## SESION 2

| Sesión 1   | Sexo- Género   | DURACIÓN | 2 horas pedagógicas |
|--|--|----------|---------------------|
| <b>APRENDIZAJE ESPERADO</b>                      | <ul style="list-style-type: none"> <li>Analizar y diferenciar los conceptos de sexo y género, a partir de las características y comportamientos que socialmente se atribuyen a mujeres y hombres, reconociendo la existencia de estereotipos y normas de género</li> </ul>   |          |                     |
| <b>Mensajes claves</b>                           | <ul style="list-style-type: none"> <li>Sexo y género no son lo mismo. El sexo refiere a diferencias biológicas entre hombres y mujeres. El género se refiere a los roles, comportamientos, expectativas y atributos socialmente construidos que una sociedad determinada considera apropiados para hombres y mujeres.</li> <li>Algunos de los mandatos que recaen sobre cada género provocan limitaciones en las oportunidades de aprendizaje y de desarrollo personal, en la calidad de las relaciones, causan sufrimiento e incluso son fuente de discriminación. Los mandatos suelen por ejemplo limitar la vida de las mujeres, su empoderamiento y la expresión emocional en los hombres.</li> </ul>  |          |                     |
| <b>Notas para el facilitador/la facilitadora</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>Durante el ejercicio fomenta el debate y fundamenta cada opinión. También promueve el respeto por las opiniones de todos/as los/as participantes. Luego de ello explica que excepto las diferencias biológicas todas las características mencionadas pueden aplicarse tanto a los hombres como a las mujeres.</li> <li>Promueve el reconocimiento de características asociadas a diferentes identidades y condiciones. Por ejemplo, reconocer características asociadas a participantes migrantes (de otro país o ciudad).</li> <li>Según el contexto cultural y las características del grupo con el que desarrolle el programa, pueden surgir el uso términos vinculados a las características sociales asignadas a hombres y mujeres. Es importante promover la reflexión para identificar si se asocian a mandatos de género, buscando entender y cuestionar su significado y sus usos. Por ejemplo, en un contexto amazónico podría decirse que una mujer debe ser o no ser “pishcota” o “pishpira”, refiriéndose a ser “coqueta”.</li> <li>Recalca que el concepto de sexo se refiere solo a la diferencia biológica entre hombres y mujeres, y que las características sociales, actitudes, comportamientos y papeles que normalmente asociamos con hombres y mujeres corresponden al concepto de género.</li> <li>Explicita las características genitales que conforman al sexo, nómbralas para que sea clara y evidente su realidad corporal. Comenta también que hay casos en que la genitalidad no es definida, realidad que fue históricamente compleja de reconocer y</li> </ul> |          |                     |

|  |  |
|--|--|
|  | <p>asimilar, que fue resistida, y que actualmente se denomina intersexual.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Recalca que el género no es algo natural, sino que es construido por la sociedad. Esta asigna ciertas actitudes y comportamientos a las personas en función de su sexo (por ejemplo, históricamente se ha asignado a las mujeres la función de cuidar, pero los padres pueden cuidar igualmente), y las educa para que asuman como propias dichas expectativas sociales. Puedes dar ejemplos de cómo estas expectativas varían según la cultura, época, región y sociedad de que se trate. Es ideal que puedas ejemplificar con hechos concretos y cercanos a la cultura de los y las adolescentes para que sea más comprensible y asimilable.</li> <li>● Comenta que algunas de las características mencionadas provocan malestar y pueden llevar incluso a discriminación cuando un/a adolescente no se ajusta a esa “norma de género”. Por ejemplo, los hombres suelen limitarse por el mandato “los hombres no lloran”. O las mujeres encuentran limitaciones porque a veces se piensa - erróneamente- que las matemáticas no son cosa de mujeres.</li> <li>● Las expresiones de género, orientaciones sexuales e identidades de género de los adolescentes participantes pueden ser diversas y todas merecen respeto e inclusión.</li> <li>● Recuerda también que hay personas, (niños, niñas, adolescentes y adultos) no conformes con el género asignado al nacer debido a su sexo, como las personas trans, y recalca que son procesos y opciones personales igualmente normales y válidas que otras.</li> </ul> |
|--|--|

| N° | Descripción  | Recursos   | Tiempo |
|----|--|--|--------|
| 1  | <p><b>Bienvenida y objetivo de la sesión</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Da la bienvenida a los y las adolescentes.</li> <li>● Comenta que en la presente sesión conversaremos sobre sexo y género, sobre lo que la sociedad espera de los hombres y de las mujeres, sobre los mensajes que desde niños y niñas nos transmiten acerca de cómo ser hombre y mujer, y como ello nos afecta en nuestras vidas</li> <li>● Recuerda los acuerdos de convivencia del grupo</li> </ul> | <p>PPT<br/>O Tarjetas con el título de la sesión</p>                                     | 05 min |
| 2  | <p><b>Trabajo de grupo</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Divide en dos grupos (de manera mixta hombres y mujeres) de manera proporcionada a los y las participantes.</li> <li>● Proporciona dos mochilas o bolsas de tela a cada grupo. Proporcionales tarjetas y plumones. Y Luego invita a los grupos a que describan y anoten <b>las características que se asignan a los hombres en nuestra sociedad:</b></li> </ul>  | <p>Papelógrafos<br/>Plumones<br/>Mochilas o bolsas de tela. 2 por grupo<br/>Tarjetas</p> | 30min  |

|   |   |                     |        |
|---|---|---------------------|--------|
|   | <ul style="list-style-type: none"> <li>● <b>Cómo se ve, actúa y se comporta</b>, y que alguien del grupo escriba las respuestas en la hoja "hombre". Da unos 10 minutos para este ejercicio. Y que coloquen en la mochila de hombre de designaron, las tarjetas que escribieron</li> <li>● Después de que los participantes hayan terminado de describir lo que significa ser hombre, indica a los grupos que escriban la palabra "mujer" en la otra mochila. Pide que realicen el mismo ejercicio que hicieron respecto de los hombres, que describan <b>las características que se asignan a las mujeres en nuestra sociedad</b> y lo coloquen en la mochila designada para las mujeres. Da unos 10 minutos para este ejercicio.</li> <li>● Finalizada esta actividad, invita a que retornen al círculo. Coloca al frente las dos mochilas por cada grupo uno al lado coloca "hombre" y en otro, "mujer".</li> <li>● Comienza pidiendo a cada grupo que lea sus respuestas respecto de lo que significa ser "hombre" en nuestra sociedad y luego les solicitas que compartan sus respuestas respecto de lo que significa ser mujer.</li> <li>● Mientras tanto, escribe en un papelógrafo todas las respuestas diferentes y comunes en el papelógrafo titulado "hombre", remarcando las que se repitan. Después solicita a los grupos que compartan lo que discutieron acerca de las características de las mujeres. Al igual que en el caso anterior, escribe las respuestas en el papelógrafo titulado "mujer"</li> <li>● Recuérdales que las mochilas son los mensajes y las formas en las que la sociedad y la familia esperan que se comporten tanto las mujeres como los hombres.</li> </ul> |                     |        |
| 3 | <p><b>Sexo - Género</b></p> <p>Luego de compartir aquellas características, plantea la pregunta: De las características y comportamientos que hemos compartido de ser hombres y mujeres ¿Cuáles son aspectos "naturales" (con lo que nacemos) y cuáles son aprendidos y pueden cambiar en el tiempo? -</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Analiza con las y los adolescentes cada una de las características y pregúntales si es</li> </ul>   | Papelote plumones y | 15 min |

|   |   |  |        |
|---|---|--|--------|
|   | <p>exclusivamente de las mujeres por nacer mujer y si es de los hombres por nacer hombres. Por ejemplo, la menstruación está ligada a la condición biológica de la mujer, pero <i>ser sensibles</i> no está ligado a una característica natural o biológica de las mujeres, la sensibilidad también está presente en los hombres.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Presentar <b>la definición de sexo y género</b>; así como la importancia de poder diferenciar ambos conceptos: es importante saber que nuestro sexo no determina las cosas que podemos hacer, hay cosas que hemos aprendido que pueden limitarnos o no hacernos sentir cómodos/as.</li> <li>● Brinda ejemplos que puedan ser acordes a sus contextos o realidades sobre la noción de sexo y experiencias vinculadas al género como estereotipos, normas y roles de género. Se puede apoyar de gráficos o láminas</li> </ul>  |  |        |
| 4 | <p><b>Dinámica Frío y Caliente</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Invita a que las y los participantes caminen por el espacio al ritmo de la música. Cuando la música pare indica “frío” para que se pongan de espaldas y “caliente” para que se miren a los ojos. En cada oportunidad que digas caliente puedes compartir las preguntas: <p><i>¿Qué es lo más top o que más me gusta de ser hombre o mujer adolescente?</i></p> <p><i>¿Qué es lo más heavy o lo que menos me gusta de ser hombre o mujer adolescente?</i></p> <p><i>¿Qué consideras diferencia a los hombres y las mujeres?</i></p> </li> <li>● Brinda un momento para que puedan compartir sus respuestas en pareja.</li> <li>● Invita a que compartan en plenaria las preguntas que le tocó a cada pareja y que la respondan, tomando nota en un papelote</li> <li>● Luego, promueve el diálogo en función a los aportes que ha brindado el grupo:</li> <li>● Respecto a lo que nos gusta de ser hombres y mujeres, reitera la pregunta ¿Cuáles son aspectos “naturales” y cuáles son aprendidos?</li> </ul> | Equipo de música,<br>Tarjetas con las preguntas    | 15 min |
| 5 | <p><b>Sexo y género no son lo mismo</b></p> <p>La facilitadora o facilitador cierra las reflexiones recogiendo los aportes de los/las adolescentes y</p>  | PPT, o láminas o papelotes hechos con anterioridad | 15 min |

|                        |   |   |        |
|------------------------|---|---|--------|
|                        | <p>colocando algunas ideas claves; también promueve el respeto por las opiniones de todos/as los/as participantes.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Luego de ello explica que los hombres y mujeres somos iguales, a excepción de nuestras diferencias biológicas.</li> <li>● Recalca que el concepto de sexo se refiere solo a la diferencia biológica, física y anatómica entre hombres y mujeres y que las características sociales, o actitudes, comportamientos y papeles que normalmente asociamos con hombres y mujeres corresponden al concepto de género.</li> <li>● Recalca que el género es construido por la sociedad. Este asigna ciertas actitudes y comportamientos a las personas en función de su sexo (por ejemplo, históricamente se ha asignado a las mujeres la función de cuidar... pero los padres pueden cuidar igualmente), y las educa para que asuman como propias dichas expectativas sociales.</li> <li>● Puedes dar ejemplos de cómo estas expectativas varían, según la cultura, época, región y sociedad de que se trate. Comparar las oportunidades que tuvieron sus abuelos o abuelas, madres y padres y su generación.</li> </ul> <p>Precisa que el género es una construcción social desde que se nos enseña o impone desde edades tempranas.</p> |   |        |
| <b>Cierre: 10 min.</b> |   |   |        |
| 6.                     | <p>Recoge sentires, expresiones de lo presentado</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Cierra la sesión, preguntando: ¿Qué les pareció la sesión? ¿Cómo se sintieron? ¿Tienen alguna pregunta o comentario adicional a lo que se conversó?</li> <li>● Invita que para la próxima sesión presenten un recorte de periódico, revista o de internet donde se muestren las experiencias de género rígidas o marcadas de los hombres y/o mujeres. Promueve que esta presentación sea creativa, pueden escribir un texto al respecto</li> <li>● Agradece a todos/as los/as participantes por asistir y decidirse a ser parte de este Programa.</li> </ul>  | - | 10 min |

## SESION 3

|   |   |                 |                            |
|---|---|-----------------|----------------------------|
| <b>Sesión 3:</b>                                  | La caja del hombre, la caja de la mujer   | <b>DURACIÓN</b> | <b>2 horas pedagógicas</b> |
| <b>APRENDIZAJE ESPERADO</b>                       | Reconocer las expectativas sociales de género restrictivas en los hombres y las mujeres, y las pautas machistas tradicionales que lo sustentan, así mismo identificar y valorar los cambios que favorecen el desarrollo más integral de las personas y fomentan relaciones más equitativas de género  |                 |                            |
| <b>Mensajes claves</b>                            | <ul style="list-style-type: none"> <li>La sociedad machista es muy normativa y nos hace creer que hombres y mujeres no deben salirse de los límites de “una caja” imaginaria, es decir que habría tareas, características y atributos apropiados para hombres y mujeres. Esta caja suele limitar a hombres y mujeres y puede ser fuente de discriminación. Hay ámbitos específicos en los que las cajas de género se dan de manera particular, como la “caja con amigos/as”, la “caja en la familia”, la “caja en el colegio”, y otros.</li> <li>“Salir de la caja restrictiva de género” en el caso de las mujeres puede conllevar a su empoderamiento, es decir, aumentar su poder de tomar decisiones libres, sin coerción, con seguridad y con autonomía respecto a su vida, su cuerpo y sus relaciones. En el caso de los hombres “salir de la caja” puede ser conectarse y poder expresar libremente un conjunto más amplio de emociones tales como miedo, vulnerabilidad, duda, necesidad de afecto, que generalmente no se incentiva a los hombres a expresar; así como no recurrir al uso de la violencia y el control para imponer su voluntad y resolver problemas o conflictos entre pares, o en las relaciones íntimas.</li> </ul> |                 |                            |
| <b>Notas para el facilitador/ la facilitadora</b> | <p><b>La caja del hombre, la caja de la mujer</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Durante la conversación fomenta el intercambio de opiniones y la capacidad de escucha del grupo. Rescata las experiencias de los/las participantes con las normas de género, las situaciones que han tenido con familiares, profesores u otras personas, los mensajes que han recibido, y ahonda en las vivencias y efectos que ello les ha generado.</li> <li>Durante la conversación revela los prejuicios, exigencias y mandatos –las cajas de género que normalmente se imponen a hombres y mujeres.</li> <li>Comenta que estar en la caja tiene costos para los hombres como desconexión o represión de sus emociones, baja salud mental, correr riesgos en su salud o participar en hechos de violencia. Los comportamientos de los hombres también representan costos para sus familias.</li> <li>Releva la importancia de dejar de pensar en las cajas de género para poder desarrollarse libremente como persona. Ello porque las</li> </ul>  |                 |                            |

|                                       | <p>expectativas de género limitan en muchos aspectos a hombres y mujeres en sus opciones de vida.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Remarca que la cultura y el orden machista pone además a las mujeres en un papel más subordinado y limitado que a los hombres (puedes mencionar ejemplos: el menor salario u otros)</li> <li>• Recuerda que tu papel es promover el intercambio y la discusión de diferentes opiniones, a la vez que clarificar conceptos.</li> </ul>  |                                    |        |
|---------------------------------------|---|------------------------------------|--------|
| N°                                    | Descripción   | Recursos                           | Tiempo |
| <b>Inicio: Presentación (30 min.)</b> |   |                                    |        |
| 1.                                    | <p><b>Bienvenida</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Da la bienvenida y agradece a todos los y las participantes por asistir a la sesión.</li> <li>• Retomamos también los acuerdos de convivencia con la participación de las y los adolescentes</li> </ul>   | PPT o papelote con las normas      | 05 min |
| 2                                     | <p><b>Retrospectiva y objetivo</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Haremos una nube de palabras con lo más significativo que recuerden de la sesión anterior</li> <li>• Se invita a quienes quieran presentar la actividad que se le indicó la anterior sesión.</li> <li>• A partir de ello se les preguntará ¿qué opinan sobre cómo hombres y mujeres tienen que comportarse? ¿Están de acuerdo? ¿Por qué?</li> <li>• Recuerda que en la anterior sesión distinguimos entre sexo y género, y como la sociedad nos va transmitiendo normas de comportamiento y posibilidades según seamos hombres o mujeres.</li> <li>• Menciona cuál es el objetivo de la presente sesión, apóyate en una lámina de PPT, en tarjetas o en un papelote.</li> </ul> | Papelógrafo, plumones, limpia tipo | 10 min |
| 3.                                    | <p><b>Dinámica de activación: Charada de cantantes o personajes</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Nos colocaremos en círculo y prometeremos divertirnos, confiar y no cuestionar o burlarse de alguna representación</li> <li>• Para promover la participación utilizaremos una pelota de goma que será detenida cuando pare la música. La persona que tenga la pelota realizará la actuación de un cantante o personaje.</li> <li>• Las demás personas pueden ir soltando ideas de qué personaje o cantante está representando.</li> </ul>  | Pelota y equipo de música          | 10 min |

|    |   |   |        |
|----|---|---|--------|
| 4. | <p><b>Organizando nuestros horarios y actividades</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Solicita a las y los participantes poder elaborar un horario donde precisen las actividades que realizan desde que se levanten hasta que terminen su día y vuelvan a descansar.</li> <li>● Recuérdales precisar el tiempo que les tome tal o cual actividad.</li> <li>● Se invita a que esta actividad lo realizan todos y todas sin embargo al momento de compartirlo se dividirá los horarios y actividades realizadas de acuerdo con las mujeres y los hombres respectivamente, colocándolos en columnas diferentes</li> <li>● Realiza preguntas abiertas al grupo: ¿Que observan en los horarios? ¿Qué actividades comunes encuentran entre lo que hacen los hombres y mujeres? ¿Qué actividades diferentes encuentras entre ellos y ellas?</li> <li>● Luego reflexiona sobre lo importante que es visibilizar las actividades y labores de cuidado que vienen ejerciendo las mujeres, y que tanto hacen los hombres por involucrarse más en las labores del cuidado y del hogar.</li> </ul>   | Hoja con horario  | 25 min |
| 5  | <p><b>La caja del hombre, la caja de la mujer</b></p> <p>Coloca al centro dos cajas con el nombre “caja del hombre”, “caja de la mujer”.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Distribuye tarjetas al grupo y comenta la caja de los hombres representa <b>lo que la sociedad espera de un varón cuando le dice que "actúe como un hombre"</b>, mientras que la caja de las mujeres representa <b>lo que la sociedad espera de alguien cuando le dice que "actúe como una mujer"</b>.</li> <li>● Fomenta una lluvia de ideas sobre los mensajes que usualmente reciben los hombres respecto a cómo se espera que se comporten (por ejemplo, tienes que ser fuerte); de la misma manera para las mujeres. Pide que escriban sus aportes en tarjetas y que lo coloquen en la caja que corresponda.</li> <li>● Luego, realiza una lluvia de ideas sobre mensajes de género que prohíban o no permitan hacer ciertas cosas a hombres y a mujeres (por ejemplo: eso no es de un hombre, eso no es de una mujer) y que lo escriban en tarjetas y lo pegan fuera de la caja, el que pertenece a los hombres y mujeres respectivamente.</li> </ul> | <p>Tarjetas</p> <p>Plumones</p> <p>02 cajas de cartón</p> <p>Limpiatipo</p> <p>Hojas bond</p> | 25 min |

|   |  |                         |        |
|---|--|-------------------------|--------|
| 6 | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Una vez presentado los ejemplos desde los y las participantes genera discusión en torno a las siguientes preguntas:             <ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Qué significa y cómo se siente estar dentro y fuera de la caja?</li> <li>• ¿Conoces a alguien que crees que se haya sentido dentro de la caja? ¿Qué opinas sobre estas ideas que escuchamos en torno a lo que la sociedad espera de hombres y mujeres? (enfatar en las diferencias entre hombres y mujeres)</li> <li>• ¿Crees que es posible apartarse de estas ideas y cambiarlas? ¿De qué manera?</li> <li>• ¿Conocen personas que hayan podido lograr apartarse de estas ideas y/o cambiarlas? ¿Cómo eran? ¿Qué hicieron?</li> <li>• ¿Hay personas dentro de nuestras familias que hayan logrado derribar estos mandatos? ¿Qué hicieron? ¿Cómo eran vistos/as?</li> </ul> </li> </ul> <p>Cierra la conversación dando ejemplos de personas que han salido de las normas de género dominantes o machistas, como mujeres peruanas que se desarrollaron en sus carreras o que fueron pioneras, hombres que asumieron un papel activo en la crianza de sus hijos/as, mujeres con algún tipo de discapacidad que fueron referentes en su rubro, etc</p> | PPT de muejres peruanas |        |
| 7 | Para finalizar conectaremos esta actividad con la primera actividad rompe hielo, comentando sobre las características que se han esperado de cantantes o personajes que reconocemos.   |                         | 8 min. |
| 8 | <p><b>Cierre de la sesión</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Antes de finalizar la sesión, realiza un breve resumen de lo visto en la sesión.</li> <li>• Invita a las/los participantes si desean compartir alguna reflexión o emoción respecto al tema.</li> <li>• Explica la propuesta de acción a realizar</li> </ul>   |                         | 7 min  |

**INVITACIÓN A LA ACCIÓN A LAS Y LOS ADOLESCENTES:**

identifica algún personaje que se salió de las “cajas” sea de hombres o mujeres, el cual consideras referente. Tendrán que conocer un poco de su historia y compartirlo a través de un video en máximo 1 minuto

## SESION 4

|   |   |                 |                            |
|---|---|-----------------|----------------------------|
| <b>Sesión 4:</b>                                  | <b>¿Cómo nos relacionamos?:<br/>Poder, identidad y relaciones de género</b>   | <b>DURACIÓN</b> | <b>2 horas pedagógicas</b> |
| <b>APRENDIZAJE ESPERADO</b>                       | Reflexionar sobre el impacto del poder y sus distintas manifestaciones en los individuos y en las relaciones interpersonales, analizando las desigualdades de poder entre las personas especialmente las motivados por razones de género.   |                 |                            |
| <b>Mensajes claves</b>                            | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Las normas de género, creencias socialmente construidas y compartidas por un determinado grupo social, no sólo determinan un acceso diferencial a derechos, recursos y oportunidades, para hombres y mujeres, sino que influyen en la capacidad para tomar decisiones sobre la propia vida y cuerpo, así como la posibilidad de usar el poder que cada persona posee.</li> <li>• Por lo general, en sistemas patriarcales como los que predominan en América Latina y el Perú, a los hombres se les otorga privilegios desde pequeños, y se les permite usar su poder para tomar decisiones sobre su vida y su cuerpo, así como ejercer poder para controlar a personas que en el orden jerárquico tienen menos poder que ellos en general mujeres, niños. Esto está sostenido por normas de género que legitiman que los hombres ejerzan poder sobre las mujeres, ya sea en las familias, en las comunidades y en los espacios e instituciones públicas. Por el contrario, a las mujeres se les enseña en muchos contextos a atender, no contradecir y obedecer a los hombres. Esta asignación diferencial de poder a hombres y mujeres genera inequidad y es el principal factor que contribuye a diferentes formas de violencia de género y abuso.</li> <li>• Las diferencias de poder no existen solo entre mujeres y hombres, sino también dentro de los grupos de hombres y grupos de mujeres. Es imprescindible reconocer las relaciones de poder en las que cada persona está involucrada/o y revisar si ellas generan abusos e inequidades en alguna de las partes</li> </ul> |                 |                            |
| <b>Notas para el facilitador/ la facilitadora</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Recuerda que tu papel es promover el intercambio y la discusión de diferentes opiniones.</li> <li>• Es muy importante que ayudes a clarificar conceptos. Para ello debes explicar claramente cada término, ejemplificar y utilizar todos los insumos que entreguen los y las participantes. Es conveniente que veas una manera en que los y las participantes puedan ver las definiciones más importantes para que las fijen (papelógrafo, pizarra, pantalla, u otra).</li> <li>• Puedes complementar algunas respuestas de los y las participantes, nombrando los sentimientos asociados a sentirse poderosos tales como “estar en control”, “ser valorado”, “sentirse importante, respetado”, “independiente”, “capaz de actuar, decidir, influir a otros” “ejercer control sobre otra persona” “grande, fuerte, feliz, experto” y tenemos sentimientos negativos cuando nos sentimos menos poderosos, tales</li> </ul>  |                 |                            |

|  |   |
|--|---|
|  | <p>como “temeroso/a”, “pequeño/a”, “baja autoestima”, “sin control”, “rechazado/a”, “despreciado/a”, “triste”.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Promueve visibilizar y reflexionar sobre otras categorías, identidades o condiciones que influyen en las relaciones de poder, y cómo se entrelazan con las normas de género; generando mayores desigualdades en las relaciones de poder. Por ejemplo, ser migrante, pertenecer a una comunidad nativa, tener una lengua originaria, estar en situación de pobreza, tener alguna discapacidad, entre otros.</li> </ul> |
|--|---|

| N°                                    | Descripción  | Recursos                                     | Tiempo |
|---------------------------------------|--|--|--------|
| <b>Inicio: Presentación (30 min.)</b> |  |  |        |
| 1.                                    | <p><b>Bienvenida</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Da la bienvenida y agradece a todos los y las participantes por asistir a la sesión.</li> </ul> <p>Pregunta cómo les fue con la invitación a la acción de la sesión pasada ¿Lograron realizarlo? ¿Les pareció complicado? ¿Cómo se sintieron al realizarlo?</p> <p><b>Acuerdos de convivencia</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Recuerda cuáles son los acuerdos de convivencia para un adecuado trabajo grupal entre todas y todos.</li> </ul>                                   | PPT de acuerdos de convivencia               | 8      |
| 2                                     | <p><b>Retrospectiva y objetivo</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Realiza la retrospectiva de la sesión anterior a partir de las siguientes preguntas:</li> <li>Recuerda las ideas claves de la anterior sesión               <ul style="list-style-type: none"> <li>¿Qué resultó de la invitación a identificar personajes fuera de la caja?</li> </ul> </li> <li>Menciona cuál es el objetivo de la presente sesión</li> </ul>   | PPT, o lámina con los objetivos de la sesión | 12     |
| 3                                     | <p><b>Identificación del poder:</b></p> <p>Pide al grupo que se ubiquen en círculo. Explica que esta actividad busca explorar qué es el poder y cómo impacta la vida de los hombres y las mujeres.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Pregunta al grupo: “¿Qué significa “poder” para ustedes?”, y facilita una conversación en la que los y las adolescentes expresen sus ideas y opiniones al respecto. Puedes escribir la palabra PODER en el centro de un papelógrafo y anotar las principales ideas y palabras asociadas con el poder.</li> </ul> | Papelógrafos<br>Plumones<br>Hojas            | 25 min |

|  |  |  |  |
|--|--|--|--|
|  | <ul style="list-style-type: none"> <li>● Una vez que se mencionan varios conceptos, se pide a los/las participantes que “cierren los ojos”. Luego invita a que “piensen en algún recuerdo de un momento en cual sintieron no tener ningún poder”. Después de un minuto, pide a los/las participantes – que mantengan los ojos cerrados- que “piensen en un recuerdo de un momento en que se sintieron poderosos/as”. Después de un minuto, pide a los/las participantes que abran los ojos.</li> <li>● Comenta al grupo que la idea de este ejercicio es compartir experiencias personales relativas al poder. Considera que es una oportunidad importante para recordar las reglas básicas, particularmente la confidencialidad, la empatía y el respeto mutuo.</li> <li>● Pregunta "<b>¿Cómo se siente ser poderoso/a?</b>". Invita a los/las participantes a compartir su experiencia con el grupo y/o explicar cuáles situaciones les hacen sentir poderosos/as. Comenta que no es obligatorio compartirlas sino voluntario.</li> <li>● A continuación, pregunta "<b>¿Cómo se siente no tener ningún poder?</b>". Repite la misma dinámica de la pregunta anterior.</li> <li>● Después de que el grupo haya compartido diferentes ejemplos, indica que existen diferentes tipos de poder, puede ser positivo o negativo,</li> <li>● Precisa algunas ideas:             <ul style="list-style-type: none"> <li>○ El poder existe en relación con otras personas. Podemos reconocer que existen diferentes formas poder a nivel de un país: el poder institucional de un gobierno en un país. También hay grupos sociales con mayor poder que otros, es decir hay desigualdades en el acceso a condiciones de vida, a derechos.</li> <li>○ A nivel personal e interpersonal estamos constantemente moviéndonos dentro y fuera de situaciones y relaciones donde tenemos más o menos poder.                 <ul style="list-style-type: none"> <li>○ A menudo tenemos sentimientos positivos y nos sentimos en control cuando tenemos el poder y tenemos sentimientos negativos cuando nos sentimos menos poderosos.</li> </ul> </li> </ul> </li> </ul> |  |  |
|--|--|--|--|

|   |   |               |
|---|---|---------------|
| <p><b>Ejercicio del Poder</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Plantea que haremos un ejercicio para ver cómo inciden algunas de esas características o aspectos de la identidad de las personas, en qué medida pueden proporcionar oportunidades, generar limitaciones, o implicar riesgos.</li> <li>- Invita a los/las participantes a que escriban la palabra Poder en una hoja.</li> <li>- Se les pedirá que levanten la hoja cuando consideren que la situación descrita es una situación en donde la persona tiene o cuenta con poder.</li> <li>- Empezaremos a leer las frases de la hoja de Trabajo 1.</li> <li>- Pide que cada uno/a levante la palabra poder cuando consideren sea el caso.</li> <li>- Explica que irás leyendo varias afirmaciones (Hoja de trabajo 2) en voz alta, cada una es un personaje que puede o no contar con poder. Recuerda que no hay inconvenientes si no todas las opiniones coinciden, lo importante es dar tu punto de vista.</li> <li>- Recuérdales que se concentren en la propia intervención y no en la de sus compañeras o compañeros de clase. Se sugiere evitar mirar a los costados para no afectar su respuesta.</li> <li>- Al finalizar el ejercicio identificaremos en conjunto con cuál de las frases en la Hoja N° 2 nos sentimos identificadas y las repetiremos en voz alta.</li> <li>- Plantea las siguientes preguntas para fomentar la reflexión: <ul style="list-style-type: none"> <li>- ¿Cuántas veces hemos levantado el papel del poder?</li> <li>- ¿Qué factores o características comprende el personaje que logró obtener la mayor apreciación de poder?</li> <li>- ¿El género es un factor que permite adquirir o mantener el poder?</li> <li>- ¿La edad, orientación sexual, nacionalidad, condición migratoria o etnicidad de sus “personajes” tuvo algo que ver con sus avances y retrocesos?</li> <li>- ¿Cómo se expresan las relaciones de poder entre los y las adolescentes? ¿Cómo se ejerce el poder entre amigos y amigas? ¿Cómo funciona el poder en parejas de enamorados? (ejemplos de situaciones</li> </ul> </li> </ul> | <p>Tarjetas de hoja de apoyo 1</p> <p>Hoja de apoyo 2</p> <p>Hojas o paletas con la palabra poder</p> | <p>25 min</p> |
|---|---|---------------|

|  |   |                               |        |
|--|---|-------------------------------|--------|
|  | <p>dónde alguien tiene o tendría más poder que el otro/a)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ¿Existen otras condiciones que hacen que sintamos más o menos poder? (ser migrante, situación económica, hablar una lengua diferente)</li> <li>- ¿Cuáles serían los beneficios de compartir el poder de manera más equitativa entre varones y mujeres, entre personas de diferentes identidades</li> </ul>   |                               |        |
|  | <p>Cierra la actividad con los siguientes conceptos:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● El poder tiene muchas formas. En sí mismo, el poder es neutral. El poder existe en relación con otras personas.</li> </ul> <p><b>Existe el poder sobre los otros/otras, el poder con los otros y otras y el poder interno.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● A veces usamos este poder para controlar a quienes nos rodean y otras veces otras personas usan su poder para dominarnos. Sin embargo, cada uno/a de nosotros/as tiene la capacidad de usar el poder de manera positiva en su vida y en relación con otros, tod@s tenemos poder interno para lograr cosas en nuestra vida, o poder colectivo como grupo para hacer cambios</li> <li>● Reparte tarjetas e invita a que reflexionen y escriban sobre: <b>¿Cómo imagino esa situación de manera más igualitaria? En esta pregunta es importante que se recojan sus percepciones sobre la situación de su comunidad y escuela. Asimismo, registrarlas en tarjetas y un collage; ya que, a partir de esta información se pueden implementar las acciones a futuro</b></li> </ul> | Tarjetas y plumones delagados | 15 min |
|  | Cierre  |                               | 10 min |
|  | <ul style="list-style-type: none"> <li>● Antes de finalizar la sesión, realiza un breve resumen de lo visto en la sesión.</li> <li>● Invita a las/los participantes si desean compartir alguna reflexión o emoción respecto al tema.</li> <li>● Recuérdales la siguiente fecha de encuentro</li> </ul>  |                               |        |

- Mujer adolescente de 15 años, no va a la escuela ni trabaja, acaba de empezar a convivir con su pareja 7 años mayor, producto de un “arreglo” de su familia.
- Mujer de 17 años, vive con su hijo pequeño que cuida de su madre, trabaja de enfermera.
- Mujer de 25 años, tiene novio y vive con sus padres, trabaja en una prestigiosa organización internacional, viaja mucho.
- Mujer de 42 años, viuda y con hijos adolescentes que estudian, trabaja vendiendo comida en la calle.
- Mujer de 30 años, tiene un hijo pequeño y es migrante de Lares, Cusco, vive en pensión, trabaja de empleada de casa, no tiene documento de identidad.
- Niña de 16 años, tiene un hijo y vive con sus padres, no terminó la escuela secundaria, el padre no se hace cargo del hijo, se dedica a cuidarlo.
- Mujer adolescente de 13 años, vive con su padre alcohólico, va a la escuela secundaria.
- Mujer de 35 años, vive con su esposo y 3 hijos, trabaja en una fábrica en las afueras de la ciudad.
- Mujer de 20 años, vive con su pareja, está discapacitada (no puede oír), trabaja de cocinera en restaurante.

- Niño de 12 años que perdió a sus padres (está huérfano), vive en un hogar y trabaja como lustrabotas en la calle.
- Varon de 16 años, homosexual, vive con sus padres, y va al colegio.
- Hombre de 50 años y es dueño de un negocio
- Hombre de 60 años, vive con su esposa, y trabaja en una empresa importante
- Hombre de 35 años, con pareja pero vive solo, trabaja como médico en un centro de salud.
- Hombre de 40 años, vive con esposa, varios hijos y sus padres, cultiva un pequeño terreno y vive ajustadamente de la venta de maíz y frijoles.
- Joven de 18 años, vive con sus padres, estudia en la universidad y es hijo de un reconocido político.
- Hombre de 65 años, vive con esposa e hijos, trabaja como empleado de limpieza en una empresa.
- Mujer de 23 años, tiene dos hijos, sin pareja, acaba de empezar un emprendimiento de trabajo con un grupo de mujeres.
- Joven mujer de 19 años, homosexual, tiene pareja y vive sola, trabaja como maestra en una escuela.
- Hombre de 20 años, vive con sus padres, quiere trabajar pero no consigue trabajo hace meses.
- Mujer de 75 años, vive sola, su familia vive lejos de ella, le cuesta caminar.
- Mujer adolescente de 14 años acaba de migrar de Venezuela con su familia.
- Hombre adolescente de 15 años con lengua materna shipiba se cambió a un colegio en la ciudad.

## Hoja de apoyo N° 2: Afirmaciones

- Tengo una familia que me puede ayudar si lo necesito.
  - Puedo hablar con un adulto en quien confío sobre casi cualquier tema que me preocupa.
  - Tengo suficiente comida todos los días.
  - En mi casa yo tomo la mayor parte de las decisiones.
  - Tengo acceso a dinero y otros recursos financieros si los necesito.
  - Puedo tomar decisiones sobre mi propia salud y bienestar con total libertad.
  - Puedo caminar por cualquier calle sin temor a ser acosado/a o ser objeto de violencia.
  - Me siento seguro/a tomando el transporte público.
  - Puedo trabajar en la mayoría de los trabajos sin temor al acoso, discriminación o violencia.
  - Soy respetado/a por cualquier persona.
  - Nadie tiene el poder para presionar a hacer cosas que no quiero.
  - Tengo relaciones sexuales solo cuando yo quiero.
  - Puedo llamar a la policía si mi cónyuge/pareja me produce daño físico, sexual o psicológico.
  - No me discriminan cuando solicito trabajo.
  - Se me respetan todos mis derechos como ciudadano/a.
  - Puedo salir a pasear a cualquier hora de la noche.
  - Puedo contar con un servicio de salud si lo necesito.
  - Puedo elegir si quiero tener hijos o si quiero no tenerlos.
  - Tengo derecho a exigir tener relaciones sexuales con mi pareja, incluso si él / ella no quiere.
  - Puedo exigir que se respeten mis derechos en un centro de salud.
  - Me siento cómodo/a accediendo a los servicios de atención si mi pareja ejerciera violencia de género.
  - Conozco mis derechos, incluidas las leyes penales sobre violencia. También puedo acceder a información legal.
  - Puedo elegir trabajar en lo que a mí me interese.
  - Puedo salir a la calle vestida/o de cualquier manera sin preocuparme.
  - Puedo expresar cariño a mi pareja en mi círculo de amigos, familia y/o espacios públicos.
- 
- Puedo expresar mi personalidad, como soy.
  - Puedo participar de grupos o organizaciones de la comunidad.

## SESION 5

| Sesión 5:   | Sexualidad y salud sexual  | DURACIÓN | 2 horas pedagógicas |
|---|--|----------|---------------------|
| <b>APREN<br/>DIZAJE<br/>ESPERA<br/>DO</b>                               | Reflexionar sobre la sexualidad en el desarrollo adolescente y los diferentes aspectos que comprende, identificando las herramientas y/o servicios existentes para garantizar la salud sexual de los y las adolescentes.   |          |                     |
| <b>Mensajes<br/>claves</b>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>● La sexualidad es un componente fundamental en la vida de las personas, y de la identidad de género de los varones, mujeres y personas de género no binario.</li> <li>● La sexualidad comprende la actividad sexual, las identidades de género, la orientación sexual, el erotismo, el placer, la intimidad y la reproducción. Se establece por la interacción de factores biológicos, psicológicos, sociales, socio afectivos, económicos, políticos, culturales, éticos, legales, históricos, religiosos y espirituales y se experimenta y expresa a través de pensamientos, fantasías, deseos, creencias, actitudes, valores, comportamientos, prácticas, afectos, emociones y relaciones.</li> <li>● Las creencias sobre la sexualidad de hombres y mujeres generalmente se asientan en los modelos dominantes de género. Por ejemplo, se tiende a considerar la sexualidad masculina como impulsiva e incontrolable, derivada del sistema biológico, mientras que se cree que las mujeres son más pasivas. Creemos creyendo en esas ideas como verdades inmutables, genéticamente determinadas.</li> </ul>  |          |                     |
| <b>Notas<br/>para el<br/>facilita<br/>dor/ la<br/>facilita<br/>dora</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>● Refuerza la importancia de contar con información científica y pertinente en Educación Sexual Integral y de acercarse a los Servicios de Salud Sexual cuando así lo requieran.</li> <li>● En esta sesión se utilizarán conceptos vinculados a temas de la sexualidad. Es importante observar y reconocer los términos o “apodos” que los y las adolescentes colocan a algunos de los conceptos que se utilizan, algunos conceptos sobre la sexualidad y las relaciones sexuales (preservativo masculino, masturbación, entre otros). Por ejemplo, al preservativo masculino le pueden llamar “globo”, “poncho”; lo cual puede ser parte de la dinámica para comunicarse entre adolescentes, pero también por vergüenza de llamarlo como tal. Lo que puede asociarse a cuestiones de género, como cuando las mujeres sienten temor o vergüenza de hablar sobre métodos anticonceptivos o ir a adquirirlos, pues serían vistas como chicas “fáciles”. Por ello, es necesario reforzar estos conceptos que nos ayudan a conocer y cuidar mejor nuestra sexualidad según el caso.</li> <li>● Comenta que en términos de información sexual generalmente los hombres cuentan con mayor acceso y divulgación, como el poco conocimiento que se tiene del clítoris en comparación con el pene o la gran difusión de la masturbación masculina en comparación con la femenina, y que ello también se vincula con el machismo y el poder de género.</li> </ul> |          |                     |

| N°  | Descripción  | Recursos                                       | Tiempo     |
|---|--|--|------------|
| <b>Inicio: Presentación (30 min.)</b>   |  |  |            |
| 1.  | <b>Retrospectiva y objetivo de la sesión</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Da la bienvenida y agradece a todos los y las participantes por asistir a la sesión.</li> <li>• A partir de ello, comenta que realizaremos la retrospectiva, retomando la actividad asincrónica de la semana/sesión anterior. Se compartirá la actividad asincrónica que realizaron los/las adolescentes en la sesión pasada.</li> <li>• Comenta los objetivos de la presente sesión.</li> </ul>   |  | 10 min     |
| 2.  | <b>Acuerdos de convivencia</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Recuerda cuáles son los acuerdos de convivencia.</li> </ul>  | PPT con acuerdos                               | 5 min      |
| 3   | <b>Mitos de la sexualidad</b><br><b>Opción para la presencialidad:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Alista</b> previamente unas tiras pequeñas con mitos de la sexualidad (Hoja de Apoyo N°1), y entrega a cada participante una tira. No puede verlo solo doblarlo, colocarlo en la palma de la mano y cerrar haciendo puño no visualizándolo.</li> <li>• Nos colocaremos en círculo y pasaremos la pelota de goma con una sola mano. A quien se le caiga la pelota es quien tiene que abrir su papel y comentar: <ul style="list-style-type: none"> <li>¿Qué te transmite lo que estas leyendo?</li> <li>¿Cuál es tu opinión al respecto?, ¿Por qué?</li> <li>¿Qué es un mito?</li> </ul> </li> <li>• Comenten sobre qué tema están relacionados estos mitos (sexualidad) y por qué hay muchos mitos en torno a la sexualidad. Problematicar en la importancia de tener claro qué es sexualidad y cómo puede repercutir estos mitos en la salud sexual y salud reproductiva de las y los adolescentes.</li> </ul> | Tiras de papel<br>Música<br>Hoja de Apoyo N° 1 | 15 minutos |
| <b>Desarrollo: Presentación del tema y construcción de nuevos conocimientos (55 min.)</b> |  |  |            |

|    |  |                  |            |
|----|--|------------------|------------|
| 4. | <p><b>Reconociendo las dimensiones de la sexualidad.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Realiza una lluvia de ideas sobre sexualidad. A medida que recoges sus aportes, puedes ir clasificándolos en tarjetas de acuerdo con sus dimensiones: biológica - reproductiva, social y afectiva.</li> <li>● Comparte brevemente el concepto de sexualidad tomando como ejemplos los temas y los aportes y clarificando las dimensiones.</li> <li>● Puedes apoyarte del video que aparece en la Caja de Herramientas</li> <li>● Reúne en grupos de 5 para que puedan analizar los mitos que les ha tocado en la actividad anterior. Posteriormente, en un papelógrafo deben presentar la transformación de los mitos a un mensaje adecuado.</li> <li>● En plenaria, luego de la presentación de cada grupo, recoge sus aportes sobre cómo afecta a la salud y la vida estos mitos.</li> </ul> <p>Es importante que sepan que hablar de sexualidad puede generar muchas resistencias, sobre todo en los adultos; ya que, se piensa de manera equivocada que esto puede perjudicarles o que promueve conductas de riesgo. Sin embargo, señala que es más peligroso la desinformación ya que puede tener consecuencias en la salud sexual y la salud reproductiva.</p> | Video de Youtube | 30 minutos |
|    | <p><b>La salud sexual:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Invita a que compartan sobre la salud sexual a partir del conocimiento generado en la sesión; es decir, tomando en cuenta lo dialogado, qué podríamos entender por salud sexual. También se puede tomar como ejemplos los mitos de la primera dinámica y cómo afecta la salud sexual.</li> <li>● Comparte este concepto de manera amigable haciéndose énfasis en su importancia y las diversas dimensiones, ya que, no está solo vinculada a las relaciones sexuales.</li> <li>● Comenta sobre casos de nuestro país en donde el no cuidado de la salud sexual puede haber afectado la vida de una mujer niña, adolescente o adulta.</li> <li>● Invita a que compartan ideas o propuestas de cómo cuidarán su salud sexual en el día a día tanto hombres y mujeres. En este aspecto es importante hacer una necesidad/prioridad de hablar de menstruación y garantizar medios o recursos que ayuden a gestionarla.</li> </ul>  |                  | 25 min     |

|                          |   |  |           |
|--------------------------|---|--|-----------|
|                          | <ul style="list-style-type: none"> <li>● Haz énfasis en que la salud sexual es un derecho; y para ello, es importante que se pueda garantizar. Comenta sobre los servicios de atención diferenciada para las y los adolescentes.</li> </ul>               |  |           |
|                          | <ul style="list-style-type: none"> <li>● Comparte el video sobre los servicios diferenciados para adolescentes que se encuentra en la caja de herramientas e invita a qué compartan sobre estos servicios y si conocen alguno en su comunidad.</li> </ul> |  |           |
| <b>Cierre: 5 minutos</b> |   |  |           |
|                          | <ul style="list-style-type: none"> <li>● Pregunta al grupo cómo se sintieron con la sesión de hoy, qué les pareció conversar sobre este nuevo tema.</li> <li>● Explica la actividad asincrónica.</li> </ul>   |  | 5 minutos |

### Actividad asincrónica de la sesión 3

| Elementos           | Descripción  |
|---------------------|--|
| <b>Actividad</b>    | Averiguar el centro de salud diferenciado para adolescentes de su localidad. |
| <b>Herramientas</b> | Papel, lápiz, lapicero   |

### Hoja de trabajo N°3: Preguntas en tiras de papel

- La menstruación es un tema solo de mujeres.
- Saber de sexualidad incentiva a tener relaciones sexuales tempranas.
- La masturbación genera daños mentales en la persona.
- Las mujeres no se masturban.
- Los hombres tienen más deseo sexual que las mujeres.
- Las mujeres tienen más responsabilidad de prevenir el embarazo que los varones.
- El coito interrumpido (eyacular afuera del canal vaginal) es un método de protección seguro.
- A mayor tamaño del pene, mayor placer sexual.
- Las mujeres no tienen orgasmo.
- No se queda embarazada mientras se está menstruando ●

- Lavar el interior de la vagina previene el embarazo.
- Los embarazos no planificados son un mal ejemplo para la escuela.
- Las mujeres deben vestirse de manera recatada para no provocar a los hombres.
- En la adolescencia comienza la sexualidad. ●
- El enamoramiento en adolescentes es incorrecto e inmoral.

## SESION 6

|                                       |   |          |                  |
|---------------------------------------|---|----------|------------------|
| Sesión 5:                             | Yo Cuido mi cuerpo y mis derechos   | DURACIÓN | 2<br>pedagógicas |
| APRENDI<br>ZAJE<br>ESPERADO           | <p>Conocer los derechos sexuales y reproductivos de los y las adolescentes, a partir de la identificación de las creencias, opiniones y actitudes frente a la sexualidad, la salud sexual, y reproductiva de los y las adolescentes, así como el reconocimiento de la importancia de buscar información científica, libre de prejuicios de género o morales y basada en derechos para tomar decisiones informadas sobre nuestra sexualidad.</p>   |          |                  |
| Mensajes<br>claves                    | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Las y los adolescentes y jóvenes -como toda persona- tienen derechos sexuales y reproductivos. Estos son parte de tus derechos humanos y forman parte de un conjunto de protecciones y garantías básicas basadas en la dignidad humana.</li> <li>• Los derechos sexuales se refieren a la libertad de las personas para ejercer su sexualidad de manera saludable, sin ningún tipo de abuso, coerción, violencia o discriminación.</li> <li>• Los derechos reproductivos se refieren a la libertad que tienes para decidir si tener o no hijos, la cantidad y el espaciamiento entre ellos, el tipo de familia que se quiere formar, acceder a información y planificación para hacerlo, a métodos anticonceptivos; así como a los servicios adecuados sobre fertilización asistida y servicios de salud pre y post embarazo.</li> <li>• Los derechos sexuales son considerados como derechos humanos.</li> <li>• Actualmente contamos con lineamientos de educación sexual integral para la educación básica, que fue aprobada con la resolución viceministerial 169-2021.</li> </ul> |          |                  |
| Notas para<br>el<br>facilitador/<br>a | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Durante la conversación haz énfasis en los principales conceptos mencionados en los derechos sexuales y derechos reproductivos, como la libertad para disponer del propio cuerpo, la importancia del disfrute y el placer, la libertad de expresión e identidad, la elección de con quien/es relacionarse, entre otros; y subraya la importancia de buscar información científica, libre de prejuicios de género o religiosos para tomar decisiones informadas sobre nuestra sexualidad.</li> <li>• Es muy recomendable que coloques a la vista alguna gráfica donde estén los derechos sexuales y reproductivos clara y sintéticamente expresados, de manera que los y las participantes los tengan presentes.</li> <li>• Comparte la diferencia entre salud sexual y salud reproductiva</li> <li>• Cuando hablamos de derechos sexuales, es importante recalcar el consentimiento para que pueda decidir la persona libremente.</li> </ul>   |          |                  |

| N°  | Descripción   | Recursos                                | Tiempo |
|---|---|---|--------|
| <b>Inicio: Presentación (20 min.)</b>   |   |   |        |
| 1.  | <p><b>Retrospectiva y objetivo de la sesión</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Brinda la bienvenida y agradece a todas las y los participantes por asistir a la sesión.</li> <li>• A partir de ello, realiza una retroalimentación participativa de la actividad de la semana/sesión anterior; y pregunta sobre cómo se sintieron realizando el ejercicio.</li> <li>• Recuerden los acuerdos de convivencia.</li> <li>• Comenta el objetivo de la sesión. •</li> </ul> <p><i>Música de espera</i></p>   | PPT, listas, recursos visuales, música. | 10 min |
| 2.  | <p><b>Dinámica “El ceviche”:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Cada participante menciona un ingrediente para preparar el ceviche (no se debe repetir). Pide a cada una/o que recuerde el ingrediente que ha dado su vecina/o. Luego de que todas y todos hayan dado un ingrediente del ceviche, indica que mencionen su nombre de la siguiente manera: “Yo soy (nombre de la persona) y todas las mañanas me lavo mi (ingrediente del ceviche que mencionó)”</li> <li>• Este ejercicio se realiza con la finalidad de visibilizar lo que sucede cuando se habla de sexualidad, una de las situaciones es que se ponen sobrenombres a los órganos sexuales. Podrías comentar algunos ejemplos y concluir resaltando la importancia de nombrar los órganos sexuales por su nombre.</li> <li>• Comenta que la necesidad de contar con información adecuada sobre la sexualidad y sobre los métodos de protección es un derecho que ellas y ellos tienen como adolescentes. Asimismo, es su derecho la atención de su salud sexual y salud reproductiva por parte de servicios públicos de salud del Estado.</li> </ul> |   | 15 min |
| <b>Desarrollo: Presentación del tema y construcción de nuevos conocimientos (50 min.)</b> |   |   |        |

|           |  |                                  |                          |
|-----------|--|----------------------------------|--------------------------|
|           | <p><b>Lluvia de ideas sobre salud sexual y salud reproductiva:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mediante una lluvia de ideas, recoge sus nociones sobre salud sexual y salud reproductiva.</li> <li>• Con sus aportes construye las definiciones de ambos conceptos:</li> <li>• <b>Salud sexual:</b> estado de bienestar integral (físico, mental y social) con la sexualidad; comprende una mirada respetuosa de la sexualidad y de las relaciones sexuales; la posibilidad de experiencias sexuales placenteras y seguras, libres de todo tipo de violencia y coacción o discriminación.</li> <li>• <b>Salud reproductiva:</b> estado de bienestar integral (físico, mental y social) con relación a los procesos, funciones y sistema reproductivo durante las etapas de vida. Incluye la capacidad de reproducir y decidir si, cuándo y con qué frecuencia tener hijos.</li> <li>• <u>Resalta que todas y todos tienen nociones de estos conceptos porque forman parte de nuestro cuerpo y vida. Posteriormente, después de explicar cada concepto comenta que existen derechos que garantizan nuestra salud sexual y nuestra salud reproductiva.</u></li> </ul> | <p>Papelógrafos<br/>plumones</p> | <p><b>20 minutos</b></p> |
| <p>3.</p> | <p><b>Nuestros derechos sexuales y derechos reproductivos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Comenta que los conceptos de salud sexual y salud reproductiva nos ayudarán a comprender los derechos sexuales y derechos reproductivos.</li> <li>• Dividiremos el alumnado en 2 y a cada grupo le repartiremos una lista de derechos sexuales y derechos reproductivos.</li> <li>• Tendrán 10 minutos de tiempo para poder diferenciar entre Derechos sexuales y Derechos reproductivos.</li> <li>• Luego compararemos entre grupos las respuestas.</li> </ul>  |                                  | <p>30 minutos</p>        |

|                              |   |  |                   |
|------------------------------|---|--|-------------------|
|                              | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Promoveremos la reflexión a través de casos de nuestro país.</li> <li>• ¿Cómo viven las adolescentes en nuestro país sus derechos sexuales y derechos reproductivos? ¿Cómo así? ¿Por qué?</li> <li>• Haz un énfasis en la educación sexual integral y la situación actual de la misma.</li> </ul>  |  |                   |
| <b>Cierre – (10 minutos)</b> |   |  |                   |
|                              | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Antes de finalizar, pregunta al grupo:</li> <li>• ¿Qué aprendieron hoy? ¿Cómo esto que aprendieron hoy lo usarías en tu vida? ¿Qué les llamó la atención? Proyectar pantalla mientras responden</li> <li>• Valora lo conversado y compartido en la sesión, así como el clima de confianza que se generó en el grupo. Invita a seguir pensando en lo compartido durante el día de hoy y a compartir con otras personas aquello que aprendieron o les parezca interesante.</li> <li>• <b>Invitación a la acción:</b> revisar sobre los DS y DR de las y los adolescentes en periódicos, revistas, noticias, doramas, series, canciones donde sientan que se vulneran estos derechos. En la sesión presencial se realizará un collage.</li> </ul> |  | <i>10 minutos</i> |

### Invitación para la acción

| Elementos           | Descripción   |
|---------------------|---|
| <b>Actividad</b>    | Trae un recorte periodístico, noticia de internet o link de una noticia relacionada con los derechos sexuales y derechos reproductivos. |
| <b>Herramientas</b> | Puedes realizarlo en la computadora o también en cartulina, papelotes, lápiz, colores, etc.   |

## Hoja de Apoyo N° 4: CARTILLA “NUESTROS DERECHOS SEXUALES Y REPRODUCTIVOS”

1. Derecho a vivir la propia sexualidad abiertamente, sin miedo, vergüenza, falsas creencias y otros impedimentos para el **libre ejercicio del deseo**. Personas de todas las edades tienen derecho a **buscar y sentir placer sexual**.

1. Derecho a expresar potencial sexual con exclusión de toda forma de coerción, explotación y abuso en cualquier momento y en todas las situaciones de la vida. Toda persona tiene derecho a expresar su sexualidad sin sufrir violencia o ser forzado a hacer algo que no quiere hacer. 3. Derecho a elegir parejas sexuales sin discriminación. Cada persona tiene el derecho de elegir a su pareja sin sufrir ningún tipo de discriminación.

4. Derecho al pleno respeto de la integridad física. Derecho a que su cuerpo y sus límites sean respetados y no que otros le obliguen a hacer o experimentar algo que no quiere, por ejemplo, que otra persona toque sus genitales.

5. Derecho a optar por ser sexualmente activo o no, incluido el derecho a participar en relaciones sexuales de mutuo acuerdo y de casarse con el consentimiento completo de ambas partes. Derecho a no ser obligado a casarse o tener relaciones sexuales con alguien.

6. Derecho a ser libre y autónomo para expresar la orientación sexual. Cada persona tiene su propia manera de ser hombre o mujer.

7. Derecho a expresar la sexualidad independientemente de la reproducción. Cada persona tiene el derecho de tener relaciones sexuales sin querer tener hijos.

8. Derecho a la igualdad, el respeto mutuo y la responsabilidad compartida en las relaciones sexuales. Los hombres y las mujeres tienen los mismos derechos y responsabilidades en las relaciones sexuales.

9. Derecho a insistir en la práctica de sexo seguro para evitar el embarazo y prevenir las infecciones de transmisión sexual, incluido el VIH. Cada persona puede exigir el uso de condones para prevenir infecciones de transmisión sexual o para prevenir el embarazo.

10. El derecho a decidir libre y responsablemente el número y cuando va a tener hijos. Las personas pueden decidir si quieren y cuándo quieren tener hijos y cuántos quieren tener. 11. Derecho a la información y los medios para tomar decisiones. Las personas deben recibir información para decidir qué es lo mejor para sí mismos.

12. Derecho a la salud sexual, que requiere el acceso a todo tipo de información de calidad sobre salud sexual, educación y servicios confidenciales. Derecho a la información y servicios confidenciales.

## SESION 7

|                             |  |                 |                            |
|-----------------------------|--|-----------------|----------------------------|
| <b>Sesión 7:</b>            | <b>Sexualidad y autocuidado</b>  | <b>DURACIÓN</b> | <b>2 horas pedagógicas</b> |
| <b>APRENDIZAJE ESPERADO</b> | . Reflexionar sobre la importancia de vivir la sexualidad de forma placentera, responsable reconociendo los riesgos a evitar, tales como contraer una ITS o el VIH o un embarazo no deseado, con autocuidado y cuidado mutuo, así como con consentimiento para tener relaciones sexuales plenas y seguras.   |                 |                            |
| <b>Mensajes claves</b>      | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Para disfrutar la sexualidad con otra persona es muy importante aprender a conocerse a sí mismo, saber cómo reconocer una relación saludable y basada en el respeto mutuo y que no lo es, así como también identificar las zonas del cuerpo que nos dan placer. La práctica de relaciones sexuales basadas en la responsabilidad y el consentimiento son más plenas, en términos de disfrute y seguridad.</li> <li>• El ejercicio de la sexualidad también involucra riesgos para nosotros/as y para otros/as, como el riesgo de infecciones o embarazos no deseados. Tanto hombres como mujeres por lo general son fértiles y sus relaciones sexuales pueden resultar en un embarazo si no son protegidas, y ambos pueden ser portadores de algún tipo de enfermedad de transmisión sexual (ITS). Por tanto, hombres y mujeres son igualmente corresponsables de evitar riesgos al tener una relación sexual.</li> <li>• Muchos/as jóvenes se relacionan sexualmente sin priorizar el consenso y bienestar de las personas involucradas en la relación sexual, sin cuidados ni protección, y exponiéndose a sí mismos y a otras/os a riesgos tanto de salud sexual y reproductiva como a tener experiencias degradantes, forzadas, de coerción o incluso violentas. La cultura machista influye negativamente en esas conductas, tanto en hombres como en mujeres, aunque de muy diferente forma. En el caso de los hombres, puede fomentar una conducta sexual agresiva e irresponsable, basada en la creencia de que se es más hombre si no se usa condón, sin importar sus consecuencias en la vida de su pareja. En el caso de las mujeres, la cultura machista a menudo las coloca en una posición de menor poder en donde no se sienten libres de expresar sus deseos, donde el hombre no respeta sus límites y que hace difícil la negociación en términos de igualdad, de las condiciones en que ocurre o no una relación sexual.</li> </ul> |                 |                            |

|   |   |
|---|---|
| <p><b>Notas para el facilitador/la facilitadora</b></p> | <p style="text-align: center;"><b>Reconociendo métodos de protección en las relaciones sexuales</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ten presente que los y las participantes seguramente tienen diferentes acercamientos con su sexualidad. Algunos/as pueden haberse iniciado al respecto, mientras que otros/as pueden no haberlo siquiera pensado ni deseado. Por ello es muy importante que desde el inicio dejes claro que cada uno y una define su actividad sexual, y que no juzgaremos eso en la conversación.</li> <li>• Deja que los y las participantes opinen sobre los distintos métodos de protección presentados. Luego complementa y precisa alguna información si consideras que es necesario (formas de uso, efectividad, otros métodos, etc.).</li> </ul>   |
|   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Explora junto a los y las participantes cuál es la realidad sobre el uso de los métodos de protección en el ejercicio de la sexualidad en ellos/as y en sus relaciones cercanas, intenta que comenten sus experiencias o de personas conocidas y cercanas. Trata de que se expresen las creencias de los/las jóvenes sobre el uso de métodos de protección y las razones por las cuales no los usan o tienen aprehensión de hacerlo.</li> <li>• Informa en donde es posible conseguir cada uno de los métodos de protección, y también la forma de conseguirlos.</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>El cuidado para tener relaciones sexuales plenas y placenteras</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• En el momento del análisis de caso pasa por los grupos para ver que el debate sea ágil, no se enreden en discusiones y avancen en responder a las preguntas.</li> <li>• Explora las opiniones sobre las maneras de sentir del hombre y la mujer de la situación presentada, conéctalo con los mandatos machistas y en cómo afectan de manera diferente la conducta de hombres y mujeres.</li> <li>• Haz mención al poder diferencial que genera ese tipo de relación (voluntad de uno y sumisión del otro/a). Remarca y guía la discusión para identificar y analizar el rol agresivo e insistente de los hombres y el rol sumiso y temeroso de las mujeres. Utiliza para ello el caso analizado y los comentarios de los/las propios/as participantes y agrega lo que creas necesario.</li> <li>• Procura que durante la conversación los/las participantes cuenten otras situaciones en que haya riesgos en el plano sexual y/o diferencias de opinión o de voluntad entre las partes. Aprovechelas para ilustrar los conceptos.</li> <li>• Advierte que el autocuidado, el cuidado mutuo y el respeto de los límites que de manera explícita o implícita establece la otra persona en la actividad sexual siempre debe ser la prioridad, en cualquier tipo de relación (parejas sexuales ocasionales, parejas estables, parejas del mismo sexo, etc.).</li> </ul> |

|  |  |
|--|--|
|  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Es importante hablar del consentimiento y la libertad de decidir cuándo iniciar o no una relación sexual con alguien. No se puede asumir o iniciar si no hay una afirmación o consentimiento de parte de las personas involucradas.</li> <li>• Haz hincapié en que no siempre hay acuerdo de cómo proceder en una relación sexual pero sí cuando iniciarlas, que actividades/actos sexuales realizar o acerca de si utilizar protección o que métodos de protección usar. Indica que en esos casos es importante conversar y consensuar para que ambas partes lleguen a acuerdos sobre los términos en que se darán sus relaciones, y se sientan seguras y tranquilas.</li> </ul> |
|--|--|

| N°                                    | Descripción   | Recursos | Tiempo |
|---------------------------------------|---|----------|--------|
| <b>Inicio: Presentación (20 min.)</b> |   |          |        |
|                                       | <p><b>Retrospectiva y objetivo de la sesión</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Da la bienvenida y agradece a todos los y las participantes por asistir a la sesión.</li> </ul> <p>A partir de ello, realiza una retroalimentación participativa de la actividad de la semana/sesión anterior; y pregunta sobre cómo se sintieron realizando el ejercicio. • Recuerden los acuerdos de convivencia</p>   |          | 10     |
|                                       | <p><b>Dinámica “El WhatsApp”</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Invita a que se sienten formando un círculo (a excepción de un/a facilitador/a) e indica que jugarán el “El WhatsApp”, por lo que darás la siguiente consigna:</li> <li>• Facilitadora/o: “Ha llegado un WhatsApp”,</li> <li>• Participantes: “¿Para quién?”,</li> <li>• Facilitadora/o: Para todas y todos los que hoy se han bañado.</li> <li>• Todas las personas que cumplen con ese requisito deben cambiar de lugar y tú debes también tomar un asiento; de modo que, un/a participante quede de pie y continúe con el juego.</li> <li>• Los destinatarios del WhatsApp pueden cambiar acorde al tema de sexualidad que hayan abordado previamente, por ejemplo: para todas o todos las que tienen vulva, para todas o todos que tienen pene, para todas o todos que tienen escroto, para todas o todos que menstrúan, para todos y todas que se han enamorado, para todos y todas que tienen género, para todos y todas que les gusta una persona en este momento, entre otros.</li> <li>• Es importante que al finalizar puedan hacer una breve observación como grupo sobre cómo se sintieron en el manejo de ciertos temas relacionados a la sexualidad. Esto ayuda como indicador a ver qué conocemos y qué nos falta conocer sobre sexualidad.</li> </ul> |          | 10     |

|  |  |  |  |
|--|--|--|--|
|  |  |  |  |
|--|--|--|--|

|   |  |  |        |
|---|--|--|--------|
| <b>Desarrollo: Presentación del tema y construcción de nuevos conocimientos (65 min.)</b> |  |  |        |
|   | <p><b>“Reconociendo métodos de protección en las relaciones sexuales”</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Para comenzar a hablar del tema pregunta al grupo <b>¿cuándo una está lista para tener relaciones sexuales?, ¿cómo saber si estoy lista o listo para tener relaciones sexuales?, ¿es igual para los varones que para las mujeres?</b> Invita a que compartan sus opiniones y luego comenta que no hay una edad ni momento definido para ello, ya que cada persona debería definir y estar preparado para hacerlo cuando así lo desee, y si no lo desea también está bien. Sin embargo, es importante señalar cuáles podrían ser los indicadores para tener relaciones sexuales seguras, placenteras y libres de violencia. Puedes señalar como elementos importantes la información sobre el tema, los riesgos, el cuidado, la madurez emocional, la madurez física, entre otros.</li> <li>● Señala que no es una imposición, ni se debe hacerlo por miedo, tampoco como un requisito o prueba para demostrar que se quiere a alguien, ya que eso sería violencia.</li> <li>● Ser adulto/a no es indicador de estar listo/a para tener relaciones sexuales; ni tampoco haber iniciado ya una vida sexual. Recordemos que existe la asexualidad, donde no se presenta el deseo sexual hacia otras personas; y esto también es una decisión.</li> </ul> <p>Recuerda parte de los derechos sexuales y derechos reproductivos donde se señalaba las relaciones sexuales, seguras y placenteras. Por ello, en la sesión se abordarán puntos relacionados al cuidado y la prevención de ITS y embarazos no planificados</p> |  | 15 min |

|  |   |  |            |
|--|---|--|------------|
|  | <p><b>Mini feria de métodos anticonceptivos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Alista previamente 3 mesas donde puedas tener en ellas diversos métodos anticonceptivos, tanto información como ejemplares reales y/o imágenes. La clasificación puede ser de la siguiente manera:</li> <li>• Métodos de barrera: condón masculino o externo, condón femenino o interno, DIU de cobre.</li> <li>• Métodos hormonales: inyectables, pastillas anticonceptivas, implante subdérmico, parches, DIU hormonal, entre otros.</li> <li>• Métodos permanentes: vasectomía, esterilización.</li> <li>• Divide a las y los participantes en 3 grupos e indica que cada grupo se acercará a cada mesa a explorar los métodos anticonceptivos. Con apoyo de la cofacilitación acércate a cada grupo para poder extender la información.</li> <li>• En cada mesa pueden estar entre 5 a 10 minutos aproximadamente. Posteriormente, dialoguen sobre la actividad e información que han encontrado:</li> <li>• ¿Qué métodos anticonceptivos han visto?</li> <li>• ¿Conocían todos los métodos?</li> <li>• ¿Cuál les llamó la atención? ¿Por qué?</li> <li>• ¿Conocen algún otro método que no se haya presentado en la miniferia?</li> <li>• <b>Muestra el video sobre los métodos anticonceptivos.</b></li> <li>• ¿Quiénes deben conocer estos métodos? ¿Las chicas o los chicos? ¿Por qué?</li> <li>• ¿Quiénes deben ser responsables de usar estos métodos? ¿Las chicas o los chicos? ¿Por qué?</li> </ul> |  | 30 minutos |
|  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Qué situaciones podrían hacer que los métodos no ofrezcan la protección esperada?</li> <li>• ¿Cómo cuidan ustedes de sí mismos y de las otras personas en el ejercicio de su sexualidad?</li> <li>• Resume las ideas y cierra la conversación consultando al grupo: “¿luego de esta conversación, qué métodos de protección serían óptimos para usar?, ¿con qué criterios se puede definir ello?”</li> </ul>  |  |            |

|  |  |   |               |
|--|--|---|---------------|
|  | <p><b>LAS INFECCIONES DE TRANSMISIÓN SEXUAL:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Empieza este momento recogiendo sus ideas sobre lo que son las ITS.</li> <li>● <b>Puedes emplear el video las ITS que se encuentra en la caja de herramientas.</b> Por la duración del video puedes hacer pausas y reforzar la información con aportes del grupo.</li> <li>● Presenta información sobre las ITS (Hoja de Apoyo N°1) de una manera creativa. Puedes primero brindar la información, como dando pistas e invitando a que participen, y al final das el nombre.</li> <li>● Invita a que compartan sus dudas, opiniones o casos que conozcan relacionados al tema.</li> <li>● Comenta que, es muy importante la información sobre las ITS para prevenir pero también para no discriminar a las personas. Puedes comentar sobre la situación de las personas que viven con VIH.</li> <li>● Problematisa sobre la situación de las y los adolescentes para acceder a métodos que permitan el cuidado adecuado para prevenir las ITS.</li> <li>● Finalmente, revisa el buzón de preguntas y absuelve las dudas que plantea el grupo.</li> </ul> | <p>Video<br/>ITS<br/>Proyector<br/>Laptop</p> | <p>20 min</p> |
|  | <p><b>Cierre: 10 minutos</b></p>   |   |               |
|  | <p>Antes de finalizar, pregunta al grupo:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Comenta sobre la invitación a la acción de la sesión.</li> </ul>  |   | <p>5 min</p>  |

### Invitación a la acción de la sesión 7

| Elementos           | Descripción  |
|---------------------|--|
| <b>Actividad</b>    | <p>Opción 1: Hacer un meme que busque de manera amigable fortalecer mensajes sobre vivir la sexualidad de forma placentera, responsable evitando riesgos, tales como contraer una ITS o el VIH o un embarazo no deseado, con autocuidado y cuidado mutuo, así como con consentimiento para tener relaciones sexuales plenas y seguras.</p> |
|                     | <p>Opción 2: Hacer un meme o cartel sobre las características del consentimiento sexual.</p>   |
| <b>Herramientas</b> | <p>Equipo: Celular – Laptop. Puedes usar aplicaciones de meme</p>  |

**HOJA DE APOYO N°5**

**LAS INFECCIONES DE TRANSMISIÓN SEXUAL**

|  |   |
|--|---|
| <p><b>GONORREA</b></p> <p>Es una bacteria que puede infectar el tracto genital, la boca o el ano. Algunas veces no provoca síntomas, especialmente en las mujeres. En los hombres la gonorrea puede causar dolor al orinar y secreción proveniente del pene.</p> <p>Cuando no se trata, en hombres puede causar epididimitis que afecta los testículos y causar infertilidad; en mujeres puede causar hemorragias en los periodos menstruales, problemas de infertilidad o durante el embarazo.</p> <p>Puede pasar de la madre al bebé durante la gestación.</p> <p>Se cura con un tratamiento indicado por un especialista.</p> <p>Se adquiere por mantener relaciones sexuales sin protección con una persona portadora de la bacteria.</p> <p>La única manera de prevenirlo es usando un condón masculino o femenino.</p> | <p><b>SÍFILIS</b></p> <p>Es una bacteria que puede infectar el tracto genital, la boca o el ano. Puede comenzar con una llaga única pequeña e indolora, en algunos casos puede causar inflamación de los ganglios linfáticos cercanos. A veces puede desaparecer la lesión aparentemente, pero puede afectar otros órganos del cuerpo incluyendo el cerebro.</p> <p>Durante el embarazo puede ser causal de aborto o de defectos congénitos.</p> <p>Si es diagnosticado a tiempo puede curarse con un tratamiento; sin embargo, de no ser así puede causar hasta la muerte.</p> <p>Se adquiere por mantener relaciones sexuales sin protección con una persona portadora de la bacteria.</p> <p>La única manera de prevenirlo es usando un condón masculino o femenino.</p> |
| <p><b>TRICOMONIASIS</b></p> <p>Es causada por un parásito que afecta a hombres y mujeres, pero los síntomas son más comunes en las mujeres. En las mujeres la secreción puede llegar a ser verdosa o amarillenta que causa picazón en la vagina, vulva y molestias para orinar. En caso de los hombres no suelen tener síntomas, pero puede aparecer una irritación dentro del pene; y puede seguir</p>  | <p><b>HERPES GENITAL</b></p> <p>Es causada por un virus que afecta a hombres y mujeres. Son como pequeñas ampollas (pican y duelen) en el área genital o rectal, nalgas y muslos.</p> <p>Puede contagiarse aun cuando las llagas no están presentes; las madres también pueden infectar a sus hijos/as durante el parto; y en recién nacidos es aún más grave o en personas con bajo sistema inmunológico.</p>  |
| <p>infectando o reinfectando cada vez que tenga relaciones sexuales.</p> <p>Se adquiere por mantener relaciones sexuales sin protección.</p> <p>La única manera de prevenir es usando un condón masculino o femenino</p>   | <p>Se adquiere por mantener relaciones sexuales sin protección con una persona portadora del virus.</p> <p>La única manera de prevenirlo es usando un condón masculino o femenino.</p>  |

|   |  |
|---|--|
| <p><b>VIRUS DEL PAPILOMA HUMANO (VPH)</b></p> <p>El virus se adquiere en las relaciones sexuales que causan verrugas. Existen muchos tipos, 30 de ellos se asocian con tener un mayor riesgo de cáncer, especialmente en el cuello uterino. Para poder detectarlo en las mujeres es necesario el examen de Papanicolaou, lo cual ayuda a evitar que se desarrolle cáncer.</p> <p>Actualmente, existe la vacuna contra el VPH para las mujeres mayores de 10 años. Se adquiere por mantener relaciones sexuales sin protección.</p> <p>La única manera de prevenir es usando un condón masculino o femenino.</p> | <p><b>VIH - SIDA</b></p> <p>VIH es la sigla del Virus de Inmunodeficiencia Humana, el cual ataca a las células del sistema inmunológico que defienden nuestro organismo.</p> <p>SIDA es la sigla del Síndrome de Inmunodeficiencia Adquirida, es el daño que origina el VIH, que al bajar las defensas permite que se desarrollen otras enfermedades que afectan gravemente la salud y pone en riesgo la vida de la persona. El VIH puede estar en nuestro cuerpo incluso sin presentar síntomas, se encuentra en la sangre y los fluidos del cuerpo. Las personas portadoras (VIH +) necesitan medicarse para controlar la propagación del virus en el cuerpo; esto no elimina el virus, solo lo controla.</p> <p>El SIDA es la etapa más avanzada del VIH, donde se desarrollan enfermedades que deterioran el sistema inmunológico.</p> <p>Se transmite a través de las relaciones sexuales sin protección de un condón masculino o femenino, con una persona infectada o portadora.</p> <p>Otras formas: agujas inyectables y navajas de afeitar que fueron usados por una persona portadora. También se puede transmitir durante el embarazo y parto.</p> |
|---|--|

## SESION 8

| Sesión 8:                   | El ciclo de la violencia   | DURACIÓN | 2 horas pedagógicas |
|-----------------------------|--|----------|---------------------|
| <b>APRENDIZAJE ESPERADO</b> | Reconocer, analizar y reflexionar sobre los tipos de violencia que sufren los y las adolescentes y jóvenes en su vida cotidiana en su entorno y los impactos que tiene la violencia de género en las personas involucradas y la necesidad de “romper el ciclo de la violencia”   |          |                     |
| <b>Mensajes claves</b>      | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Todos hemos sido testigos o protagonistas de alguna forma de violencia en nuestro entorno comunitario, escolar y/o familiar. La violencia deja huellas, desde lesiones físicas, consecuencias que afectan la salud e incluso la muerte. También deja huellas psicológicas, como miedo, impotencia, dolor, pena, rabia y deseos de venganza afectando la autoestima y el bienestar.</li> <li>• Hay pocos espacios sociales para conversar sobre aquellas situaciones en que hemos sido víctimas o testigos de violencia, y acerca de todos los sentimientos que tuvimos en aquellas situaciones. Asimismo, hay poco espacio en nuestra sociedad para conversar y problematizar las situaciones donde hemos ejercido violencia contra otras/os.</li> <li>• La violencia es un problema grave que atenta contra la salud mental y física de las personas, viola sus derechos humanos a una vida libre de violencia y miedo. La violencia causa mucho dolor y a veces incluso la muerte. <b>La violencia es todo acto que una persona utiliza para fragilizar y torcer la voluntad de otra persona o grupo.</b> Entre sus características destacan que, usualmente, quien ejerce violencia se encuentra en una posición de mayor poder que su víctima. La violencia no solo se manifiesta de manera física, puede ser psicológica, verbal, económica, institucional, simbólica, social, entre otras. La violencia intrafamiliar es la que se produce en la casa, el hogar, y la puede ejercer y sufrir cualquiera de los miembros del núcleo familiar.</li> <li>• La “violencia de género” comprende todos los actos de agresión física, sexual y emocional, que causan sufrimiento, daño o perjuicio y que se desarrollan en un contexto de desequilibrio de poder y desigualdad de género. En el ejercicio de la violencia de género quien detenta mayor poder busca doblegar la voluntad del otro u otra para mantener el ejercicio de ese poder cuando encuentra resistencias o cuando siente amenazado el orden establecido del cual emana su mayor poder. Dado que por razones sociales y culturales existen relaciones asimétricas de poder favorables a los varones, este tipo de violencia ha sido dirigida, fundamentalmente, en contra de las mujeres y también, aunque en menor medida, contra varones considerados más débiles que se alejan del estereotipo hegemónico del varón heterosexual.</li> </ul> |          |                     |

**Al Inicio:**

- Colabora constantemente para que cada testimonio sea escuchado con atención y respeto. No fuerces a nadie a hablar si no quiere, y tampoco presiones a contar más de lo que quieran **compartir los que así lo hacen.** Agradece muy especialmente cada testimonio de violencia que se comparta.
- Al cerrar la discusión grupal es muy importante **reconocer la confianza** que el grupo ha tenido en compartir estas experiencias. Se recomienda también recordar que todo lo conversado dentro del grupo es confidencial, por ende, no se debe hablar fuera del grupo de la experiencia que otro compañero o compañera haya compartido en la sesión.
- **Es importante ayudar a los jóvenes a pensar en los actos de violencia que cometen**, ya que es más fácil reconocer a los otros como violentos que reconocer nuestras propias prácticas de violencia. En este sentido, el tipo de violencia sobre la que más cuesta conversar es la que uno/a mismo/a ha cometido. En el caso de que los y las participantes no estén dispuestos a hablar sobre sus experiencias con la violencia, puedes pensar en otras actividades alternativas que sean más adecuadas con lo que está sucediendo con el grupo en ese momento. Esto último es importante porque, como fue mencionado anteriormente, ser víctima de violencia interpersonal está asociado al hecho de cometer posteriormente actos de violencia. Ayudar a los jóvenes a comprender esta conexión y pensar sobre el dolor que la violencia les causó, es una forma potencial de interrumpir el ciclo de la violencia.
- **Comprender cómo nos hemos sentido cuándo hemos recibido violencia o cómo se han sentido otros que han sufrido violencia nos permite empatizar y ponernos en el lugar del otro.**
- **Si algún participante se conecta con alguna experiencia muy dolorosa, es importante que te acerques y le muestres disposición de escucha y preocupación por cómo se siente.**
- Si necesita contención emocional, intenta darte el tiempo para hacerlo. Si observas que necesita mayor apoyo, puedes recomendarle algún especialista o centro de salud mental donde acudir a sesiones de apoyo psicológico o consejería, o analizar con tu equipo cómo se puede proveer ese apoyo dentro de su institución. **En las próximas sesiones pon atención a cómo está este/a participante.**

Es importante señalar que el uso de las palabras inclusivas (sin género explícito) puede generar preguntas o dudas desde los participantes. Explicarles por qué y para qué utilizamos estos términos (ej. salir de la generalidad masculina, reconocer la existencia de las diversas identidades de género), y como los idiomas románicos asumen un binario del género

|  |  |
|--|--|
| <p>Notas para el facilitador/la facilitadora</p> | <p><b>En el desarrollo</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• En esta sesión las y los participantes estarán compartiendo situaciones de violencia en sus vidas. Si algún/a joven contara que está sufriendo algún tipo de violencia, o que ha sufrido recientemente algún tipo de abuso (incluyendo el abuso sexual o el abuso físico dentro de su casa), y a ello se añade que sea menor de 18 años de edad, el o la facilitadora está obligado/a denunciar o derivar el hecho a las autoridades correspondientes. Por ello, debe contactar a los responsables de su organización para informarse sobre la legislación de protección al adolescente, así como de las instituciones que pueden ofrecer soporte psicológico, de salud y legal a los jóvenes (Revisar protocolos para la atención contra la violencia de niños, niñas y adolescentes RM 274-2020, y la ruta de atención en casos de violencia en contextos escolares.</li> <li>• Al cerrar la discusión grupal es muy importante reconocer la confianza que el grupo ha tenido en compartir estas experiencias. Se recomienda también recordar que todo lo conversado dentro del grupo es confidencial, por ende, no se debe hablar fuera del grupo de la experiencia que otro compañero o compañera haya compartido en la sesión.</li> <li>• Comprender cómo nos hemos sentido cuándo hemos recibido violencia o cómo se han sentido otros que han sufrido violencia nos permite empatizar y ponernos en el lugar del otro</li> <li>• Ten en cuenta que cuando se habla de violencia habitualmente se piensa que solo es dañina la agresión física, por ello es necesario que aclares que las otras manifestaciones de violencia son igualmente dañinas para las personas que las reciben, aunque no dejen marcas visibles.</li> <li>• Respecto del ejercicio de la violencia y el hecho de que también las mujeres puedan cometer violencia ten en cuenta, y coméntalo así al grupo, que, si bien eso es posible y sucede, la violencia de los hombres hacia las mujeres es desproporcionadamente más frecuente, está basada en una relación desigual de poder en base al género, y las consecuencias en la salud y otros aspectos de la vida de quienes la sufren, suelen ser más graves para las mujeres. <i>Los hombres pueden sufrir violencia de parte de otros hombres o de sí mismos como parte de una manifestación de la violencia machista</i></li> </ul> |
|--|--|

| N°                                    | Descripción  | Recursos  | Tiempo     |
|---------------------------------------|--|---|------------|
| <b>Inicio: Presentación (20 min.)</b> |  |   |            |
| 1.                                    | <p><b>Retrospectiva y objetivo de la sesión</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Da la bienvenida y agradece a todos los y las participantes por asistir a la sesión.</li> <li>• A partir de ello, realiza una retroalimentación participativa con apoyo de sus aportes. Revisen la actividad asincrónica o que quedó de tarea (memes o afiches).</li> <li>• Menciona el objetivo de la sesión.</li> <li>• Recuerda cuáles son los acuerdos de convivencia haciendo énfasis en la confidencialidad como elemento importante para la sesión.</li> </ul>   | PPT o papelote con los objetivos                        | 10 min     |
| 3                                     | <p><b>Reconociendo las violencias</b><br/>Imágenes de distintos tipos de violencia</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Las imágenes no son explícitas, son a modo sombra para no interpelar sensibilidades de las adolescencias. Laptop</li> <li>• Analizaremos qué tipos de violencia pueden identificar en cada imagen.</li> <li>• Se abre un espacio para compartir opiniones respecto de lo observado.</li> </ul>   | Proyector imágenes                                      | 10 min     |
| 4                                     | <p><b>El violentómetro</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Comenta que en la sesión se dialogará sobre la violencia, pero esta vez se analizará desde un enfoque de género.</li> <li>• Muestra el violentómetro en un PPT y pregunta qué les llama la atención y qué otras situaciones no mencionadas podrían compartir como ejemplos.</li> <li>• Explica que “En el nivel más simple, la violencia es el uso de la fuerza o la amenaza de la fuerza de una persona contra otra. La violencia no es un acto al azar. Sucede en circunstancias y contextos específicos. La violencia ocurre con más frecuencia en algunos entornos que en otros, como durante un conflicto, pero también está muy presente en las instituciones estatales y privadas, en nuestras comunidades y en nuestros hogares”.</li> <li>• Luego, afirma que “dentro de las situaciones de violencia hay varias de ellas que tienen un carácter de género, en especial las que se basan en la superioridad que la cultura machista y patriarcal atribuye a los hombres por sobre las mujeres, considerándolas incluso objetos de su propiedad.”</li> </ul> | PPT con el violentómetro<br><br>Papelógrafo<br>Plumones | 15 minutos |

|   |   |     |       |
|---|---|-----|-------|
|   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Recalca que las agresiones sexuales que ejercen los hombres no son producto de una “enfermedad” - más allá de que efectivamente puedan dar lugar a patologías- sino que se basan en el ejercicio de poder machista sobre el cuerpo de otras y otros.</li> <li>• Recuerda que además la violencia de género puede vincularse con otras condiciones o características de la persona, un grupo poblacional o comunidad. Por ejemplo, origen étnico, país de origen, nivel socioeconómico, entre otros. Es decir, la violencia de género muchas veces se expresa y se agrava con otras formas de discriminación, como la que se dirige a mujeres pobres, migrantes, campesinas, indígenas, entre otras.</li> <li>• Posteriormente, invita a que compartan de manera voluntaria las situaciones que evocaron para poder analizarla con el Violentómetro y desde un enfoque de género.</li> </ul>  |     |       |
| 5 | <p>A partir de la definición general continua en el PPT explicando los siguientes tipos de violencia que están definidas en la Ley N° 30364 “<u>Ley para prevenir, sancionar y erradicar la violencia contra las mujeres y los integrantes del grupo familiar</u>” en el Perú:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Violencia física:</b> golpes en diferentes partes del cuerpo, puñetes, patadas, empujones, jalones de cabello, bofetadas, maltrato por abandono, entre otros.</li> <li>• <b>Violencia emocional o psicológica:</b> agresión a través de palabras, calumnias, gritos, insultos, desprecios, burlas, ironías, situaciones de control, humillaciones, amenazas y otras acciones para menoscabar la autoestima.</li> <li>• <b>Violencia sexual:</b> además de los delitos de violación sexual y actos contra el pudor, incluye actos que no implican penetración o contacto físico (acoso sexual en espacios públicos, exposición del cuerpo sin consentimiento, insinuaciones sexuales), y la exposición a material pornográfico, entre otros</li> <li>• <b>Violencia económica:</b> pérdida, sustracción, destrucción, retención, apropiación ilícita de los objetos, instrumentos de trabajo, documentos, bienes, valores, limitación de la entrega de recursos económicos para satisfacer necesidades básicas (alimentación, vestido salud y otros), evasión en el cumplimiento de las obligaciones alimentarias, control de los ingresos, entre otros</li> </ul> <p><b>Violencia simbólica:</b> Es la que se transmite de manera sutil o como espectáculo a través de medios de comunicación y que normaliza y naturaliza las</p> | ppt | 15min |

|   |  |  |    |
|---|--|--|----|
|   | <p>violencias mencionadas: en publicidad, en programas de humor, en telenovelas, etc.</p>  |  |    |
| 6 | <p><b>Trabajo grupal: ICEBERG DE LA VIOLENCIA DE GÉNERO</b><br/>Explicar que la violencia de género es una estructura que se manifiesta de diferentes formas: desde las más sutiles o invisibles hasta las más violentas y evidentes.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Se arman 2 grupos y se le indicará a cada uno que conversen sobre 3 tipos de violencia (grupo 1: V. física; v. sexual; v. Psicológica. Grupo 2: v. económica; v. psicológica; v. simbólica. Se les pedirá que mencionen casos o situaciones que se anotarán en papelógrafos.</li> <li>• En plenaria comentarán lo conversado y uno de los facilitadores ubicará cada caso en el lugar respectivo en la figura del iceberg.</li> </ul> <p>Genera discusión con ayuda de la siguiente pregunta:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ ¿Con qué frecuencia ocurre la violencia de género en el lugar donde vives?</li> <li>○ ¿Cómo nos afecta la violencia?</li> <li>○ ¿Cuáles podrían ser las secuelas?</li> <li>○ ¿Qué acciones podemos tomar al respecto?</li> <li>○ ¿Con qué información contamos?</li> </ul> |  | 20 |
| 7 | <p><b>Centros de atención:</b></p> <p>En un PPT muestra el directorio sobre línea de ayuda, que contiene información y teléfonos acerca de los principales centros de apoyo, en caso de alguna situación de violencia. También puedes hacer una infografía previamente con la información y dar un ejemplar a cada participante.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Es importante que las y los adolescentes sepan cómo actuar frente a situaciones de violencia. Para ello puedes revisar y sugerir: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Resolución Ministerial N° 274-2020: Protocolos para la atención de la violencia contra niños, niñas y adolescentes (anexo 03).</li> <li>• Ley N° 30364: Ley para prevenir, sancionar y erradicar la violencia contra las mujeres e integrantes del grupo familiar.</li> </ul> </li> </ul>   |  | 10 |

|   |  |  |       |
|---|--|--|-------|
|   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• FONOAYUDA: Línea gratuita del programa +Diversidad.</li> <li>• LÍNEA 100 • SISEVE</li> </ul> <p>Para reforzar la información puedes hacer uso de los recursos audiovisuales de la Caja de Herramientas.</p>   |  |       |
| 8 | <p><b>¿Qué hacemos frente a la violencia?</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Comenta que es importante que las y los adolescentes asuman un rol activo para prevenir y apoyar en casos de violencia. Es importante concluir que, así como la violencia impacta de manera diferenciada, el rol que tenemos frente a la violencia también puede tener ciertas diferencias y que ambos son importantes; ya que, la violencia no es un asunto solo de mujeres, sino que es importante contar con hombres sensibilizados que asuman responsabilidad para frenar la violencia.</li> <li>• Se les pedirá que comenten en grupos de qué manera se comprometen para prevenir y enfrentar la VBG.</li> </ul> |  | 5 min |
|   | <p><b>Cierre</b><br/>Explica la actividad: invitación para la acción.</p>  |  | 5 min |

### Actividad asincrónica de la sesión

| Elementos           | Descripción   |
|---------------------|---|
| <b>Actividad</b>    | Realiza un collage sobre frases de empoderamiento ante situaciones de VBG que atraviesan las y los adolescentes; y coloca un mensaje relacionado a la prevención de la VBG. |
| <b>Herramientas</b> | Hoja, lapicero, tijeras, periódicos, plumones. También puede ser virtual.   |

## SESION 9

| Sesión 9:                   | Poniendo fin al acoso y a la violencia sexual juntos  | DURACIÓN | 2 horas pedagógicas |
|-----------------------------|---|----------|---------------------|
| <b>APRENDIZAJE ESPERADO</b> | Reflexionar sobre las condiciones que generan el acoso y la violencia sexual y las maneras en que puede prevenirse y enfrentarse. Conoce los protocolos de atención frente a la violencia contra los niños, niñas y adolescentes en la comunidad educativa.   |          |                     |
| <b>Mensajes claves</b>      | <ul style="list-style-type: none"> <li>● <b>La violencia sexual se puede expresar de diversas maneras,</b> entre ellas: abuso sexual, violación, explotación sexual infantil, etc. Se entiende que el abuso sexual es obligar a otra persona a hacer cosas que no quiere hacer, negarse a usar un preservativo cuando la pareja lo pide, no respetar las decisiones de la mujer respecto a iniciar o continuar relaciones sexuales o decisiones que afectan la salud sexual o salud reproductiva, actos que no implican penetración o contacto físico (acoso sexual en espacios públicos, exposición del cuerpo sin consentimiento, insinuaciones sexuales), y la exposición a material pornográfico, entre otros. Una forma más reciente de violencia sexual se ejerce mediante las redes, ya sea en forma de ciberacoso, cyberbullying, grooming y otras.</li> <li>● <b>Una forma muy invisibilizada de violencia es la llamada violencia sexual.</b> La mejor forma de prevenir esta forma de violencia es visibilizándola y hablando de ella. La violencia sexual toma diferentes formas, a veces sutiles y eso hace que muchas veces sea difícil reconocerla. Esto, a su vez, puede hacer que la víctima se sienta todavía peor, incluso culpable de lo que sufrió. Es así, importante aumentar nuestro conocimiento al respecto como modo de evitar este tipo de violencia y de apoyar a quienes la sufren.</li> <li>● <b>El machismo que prevalece en nuestra cultura avala en muchas ocasiones la violencia sexual a través de diversos comportamientos como la presión y el acoso sexual.</b> Hay que considerar que la mayoría de las veces la violencia sexual ocurre entre personas conocidas como novios, convivientes, parejas y parientes. Algunas normas restrictivas de género favorecen relaciones en las que se ignora la voluntad de las mujeres y la necesaria búsqueda de consenso a la hora de iniciar un avance sexual. Normas de este tipo son, por ejemplo, las que sostienen que los hombres necesitan tener más sexo que las mujeres y que a mayores conquistas sexuales mayor es su hombría, mientras que las mujeres deben mostrarse sumisas, y eventualmente ceder a los avances masculinos. Lo que además puede traer como consecuencia que se dude de la versión de la mujer denunciante de abuso sexual, se le culpabilice y re victimice.</li> </ul> |          |                     |

|   |  |
|---|--|
| <p><b>Notas para el facilitador/la facilitadora</b></p> | <p><b>Identificando la violencia sexual</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Aclara el concepto de violencia sexual en cada caso presentado y en las experiencias que los/las participantes comenten.</li> <li>● Durante el diálogo procura que se puedan expresar las distintas opiniones y que se pueda debatir si hubiera diferencias de enfoque.</li> </ul>  |
|   | <ul style="list-style-type: none"> <li>● Sé muy cuidadosa/o con la intimidad de las personas. No presiones a nadie para contar una experiencia personal. Pueden existir en el grupo participantes que sufrieron violencia sexual en la infancia o en la adolescencia, pero nunca hablaron con alguien sobre el tema por vergüenza o miedo. Otros podrían haber sido testigos o saber de familiares y/o amigos/as que han sido víctimas de violencia sexual.</li> </ul> <p><b>Prevenir la violencia sexual</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Reflexiona con los participantes sobre la necesidad de enfrentar y no naturalizar este tipo de violencia. Las víctimas jamás debieran ser culpabilizadas. El agresor es el único responsable de la violencia.</li> <li>● Explora junto a los y las participantes las razones por las que las víctimas de violencia sexual muchas veces no saben cómo reaccionar. Introduce la importancia de la cultura machista como elemento justificador y normalizador de esa violencia.</li> <li>● Reflexiona con los/las participantes sobre el papel de los agresores, sobre el grado de conciencia que ellos/as tienen de la violencia de sus acciones y de su capacidad (o no) de revisarlas.</li> <li>● Ten presente que esta actividad no busca que las personas compartan experiencias personales en que hayan sido víctimas de acoso o violencia sexual, sino más bien que los jóvenes discutan y se enteren de la existencia de la temática. Aun así, en el grupo puede haber adolescentes/ jóvenes que hayan sufrido alguna forma de violencia sexual en la infancia o en la adolescencia, y que puedan necesitar ayuda. Si algún participante se conectara con alguna experiencia muy dolorosa, es muy importante que muestres en privado tu afecto y preocupación por cómo se siente. Si necesita contención emocional, toma el tiempo necesario para ello. Si vieras que necesita mayor apoyo, puedes recomendarle algún especialista o centro de salud mental donde acudir a sesiones de apoyo psicológico o consejería, o analizar con tu equipo cómo se puede proveer ese apoyo dentro de tu institución.</li> </ul> |

| N° | Descripción  | Recursos | Tiempo |
|----|--|----------|--------|
|    | <b>Inicio:</b>   |          | 10 min |
| 1  | <p><b>Retrospectiva y objetivo de la sesión</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Da la bienvenida y agradece a todos los y las participantes por asistir a la sesión.</li> </ul> |          | 5 min  |

|  |   |  |    |
|--|---|--|----|
|  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• A partir de ello, realiza una retroalimentación participativa con sus aportes. Comenta sobre la actividad que quedó de tarea y permite que presenten sus trabajos comentando cada uno de ellos.</li> <li>• Menciona el objetivo de la sesión.</li> <li>• Recuerda cuáles son los acuerdos de convivencia.</li> </ul>   |  |    |
|  | <p><b>Dinámica rompe hielo: Rueda de acciones</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Rueda de acciones: Se explica que jugarán a una rueda de acciones; para ello, formarán un círculo y una persona (de recomendación el o la facilitadora) se coloca al frente y dice una acción, y la persona que está a su lado derecho debe pasar al frente y hacer la acción que comentó la persona. De la misma manera, mencionará una acción y la persona que está a su derecha saldrá al frente y realizará la acción. La dinámica tiene que ser ágil y con acciones espontáneas que no deben repetirse. La dinámica finaliza cuando todas y todos hayan pasado al frente a realizar una acción como mínimo.</li> <li>• Comenta que en la presente sesión hablaremos sobre acoso y la violencia sexual. Recuerda que esta es una de las formas en que se expresa la violencia de género</li> </ul> |  | 10 |

|    |   |  |        |
|----|---|--|--------|
| 4. | <p><b>“Identificando la violencia sexual”</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b><u>La idea de esta sesión es que las y los estudiantes puedan analizar diferentes formas de violencia y diferencien cuál es violencia sexual y cuál no.</u></b></li> <li>• <i>Se proyectan dos casos públicos que generaron indignación y preocupación respecto al tema.</i></li> <li>• Se forman 3 grupos para analizar los 3 casos expuestos en los videos. Para ello, debatirán si lo que se describe es o no un caso de violencia sexual. Agrega que si no están seguros de ello pueden responder “en duda”. Aclara que una vez que todos los grupos hayan tomado una decisión tú pedirás que un/a miembro/a del equipo explique las situaciones analizadas y argumente las razones de las respuestas que dieron.</li> </ul> <p><i>Se dividirá la sala en 2 (un facilitador en cada grupo) y a cada grupo se le otorgará un caso para que pueda ser discutido en grupo durante 10 min. y luego en plenaria en la sala general. La descripción del caso puede ser compartida por el chat o por el PPT.</i></p> <p><b>GRUPO 1:</b> Violación grupal Surco, se incluye un video de las declaraciones del abogado.</p> <p><b>GRUPO 2:</b> Acoso sexual Andrés Wiese. Hasta el 1’30”.</p> <p><b>GRUPO 3:</b> El calzón rojo.</p> | <p>Videos</p> <p>Proyector</p> <p>Laptop</p> | 20 min |
|----|---|--|--------|

|  |  |  |        |
|--|--|--|--------|
|  | <p><b>En plenaria:</b></p> <p>Luego de la revisión del caso se les comparte papelógrafos para que puedan responder si es o no violencia, cuáles son las particularidades del caso que podrían hacer dudar de que es o no violencia. Después, el o la facilitadora leerá en voz alta los comentarios y desarrollará los temas respectivos.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Cada grupo comparte el caso que le ha tocado, las reflexiones y su conclusión sobre si es un acto de violencia sexual o no, y por qué.</li> <li>● Invita a qué evidencien qué otras situaciones de violencia están asociadas o se desencadenan.</li> <li>● Luego, dialogan con las siguientes preguntas:</li> <li>● Basados en lo que hemos escuchado y compartido en los casos ¿Qué entienden por violencia sexual? (Se recomienda explorar el tema de la culpa sobre la víctima y la justificación del agresor)</li> <li>● ¿Creen que las situaciones presentadas se dan en la realidad como en su barrio, ciudad, colegio, etc.? <ul style="list-style-type: none"> <li>¿Quiénes son más propensos a vivir situaciones de violencia sexual, los varones o las mujeres?</li> <li>¿por qué piensan eso? (Para las facilitadoras: Se sugiere incorporar el enfoque interseccional en el diálogo si es pertinente con los tiempos. Considerar condición migratoria, situación económica, pertenencia a la comunidad LGTBIQ, discapacidad)</li> </ul> </li> <li>● ¿Cuáles son las consecuencias para alguien que ha sufrido violencia sexual? (en la salud física y emocional, económicas, sociales, entre otras)</li> <li>● ¿Cómo se relacionan estos casos con el consentimiento?</li> <li>● De ser necesario, haz una lluvia de ideas sobre el consentimiento.</li> <li>● Proyecta el video: Hablemos de consentimiento (Caja de Herramientas).</li> </ul> |  | 20 min |
|  | <p><b>El Consentimiento</b></p> <p>Para abordar el tema del consentimiento se prepararon diálogos cortos en el que el o la facilitadora o las y los adolescentes interpretarán personajes ficticios en situaciones donde se visibilice el consentimiento y situaciones en las que no.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Caso para el diálogo: Consentimiento en la primera vez</li> </ul> <p>Una pareja de enamorados está en el cumpleaños de un amigo y ambos tienen permiso para quedarse hasta tarde, empiezan a besarse y aparentemente van a tener sexo por primera vez, si ustedes estuvieran en sus lugares ¿qué señales o cómo podrían saber si esa persona realmente está segura de querer tener sexo en ese momento y también una misma/o</p>  |  | 15 min |

|  |   |  |    |
|--|---|--|----|
|  | <p>Este ejemplo tan específico ayuda a comprender que el consentimiento es una herramienta que permite empoderar a la persona y también respetar los límites propios y de la otra persona.</p> <p>El consentimiento debe ser:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Libre</li> <li>● Informado</li> <li>● Explícito</li> <li>● Entusiasta</li> <li>● Específico</li> <li>● Reversible</li> </ul> <p>Se aprovechan las respuestas para abordar los mitos sobre la violencia sexual y la identificación de un consentimiento explícito y las suposiciones que la sociedad maneja en torno a la violencia sexual.</p> <p>Ejemplo de mitos:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Las mujeres provocan la violencia sexual por su forma de vestir</li> <li>● Si es que la mujer se “prepara” con lencería y demás, no hay violación.</li> <li>● Si una mujer estaba borracha es culpable de lo que le pueda pasar</li> <li>● Cuando un hombre está borracho no se da cuenta de lo que hace; además es el instinto de hombre.</li> <li>● Si es que no se quejó o no dijo nada a nadie es porque le gustó</li> <li>● Si es mi pareja, debo acceder a tener siempre relaciones sexuales.</li> <li>● Los que violan a las mujeres son enfermos mentales.</li> <li>● Los menores de edad no pueden ser agresores sexuales</li> </ul> |  |    |
|  | <p>Para consolidar el conocimiento se puede presentar algunos videos de la caja de herramientas</p> <p>Dialoguen sobre:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● ¿Qué es lo más importante en el consentimiento?</li> <li>● ¿Cómo saber si estoy dando mi consentimiento o lo está dando mi pareja?</li> <li>● ¿Cuáles son las características de una persona que está dando su consentimiento?</li> <li>● Cierra la actividad comentando la necesidad de observar, reconocer y reflexionar sobre las violencias sexuales que ocurren a nuestro alrededor.</li> <li>● Resalta el tema del consentimiento como parte de sus DDSS Y DRR.</li> <li>● Cierra la actividad estableciendo que “cuidarse y cuidar del otro/a, evitar riesgos, hablarlo y consensuarlo, permite tener relaciones sexuales más plenas, placenteras, seguras y sin violencia”. Utiliza los argumentos y análisis que hicieron los/las participantes.</li> </ul>   |  | 15 |

|  |   |  |    |
|--|---|--|----|
|  | <ul style="list-style-type: none"> <li>Se puede revisar el siguiente video para invitar a la reflexión de la construcción de la masculinidad:<br/><a href="https://www.youtube.com/watch?v=pTAq3aRZyYg">https://www.youtube.com/watch?v=pTAq3aRZyYg</a></li> </ul> <p><b>¿CUÁL ES EL ROL DE LOS HOMBRES FRENTE A LA VIOLENCIA?</b></p> <p><b>¿CÓMO EMPEZAMOS A CUESTIONAR NUESTRA MASCULINIDAD?</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Cierra el ejercicio, planteando que es necesario que estén atentos a situaciones de este tipo, que sepan qué hacer para que no ocurran, y que ubiquen a quien pedir ayuda en estas situaciones. Comenta también que es importante que sean sensibles a lo que pueda sucederles a otras/os, y puedan intervenir para que no se reproduzca ningún tipo de violencia sexual.</li> </ul> <p>Pregunta al grupo</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>¿Qué aprendieron hoy? ¿Qué piensan de lo que se ha compartido hoy?</li> <li>¿Qué les llamó la atención?</li> <li>¿Tienen algunas preguntas o dudas sobre lo que conversamos?</li> <li></li> </ul> |  |    |
|  | <p><b>OPCIONAL</b></p> <p><b>“Prevenir la violencia sexual”</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Recuerda que en la actividad que acabamos de realizar analizamos distintas situaciones de violencia sexual para distinguir las diferentes formas en que esta se puede ejercer. Comenta que lo que realmente importa es que este tipo de violencia no suceda, y que para ello debemos analizar cómo prevenir la violencia sexual, cómo podemos intervenir si sabemos o vemos que está ocurriendo, y cómo podemos enfrentarla si nos vemos involucrados en una situación de ese tipo.</li> <li>Puedes invitar a que reflexionen sobre qué hacer en estos casos guiándote de las preguntas:</li> <li>¿Qué podemos hacer si somos testigos de alguna forma de acoso o violencia?</li> <li>¿Cómo podríamos prevenir si vemos o sabemos de una situación de violencia sexual como esta?</li> <li>¿Cómo podríamos enfrentar una situación de violencia sexual como esta si nos ocurriera a nosotros/as? ¿A quién se podría pedir ayuda o apoyo en caso de violencia sexual?</li> </ul>            |  | 10 |

|  |  |  |  |
|--|--|--|--|
|  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Informa además que existen protocolos de atención a la violencia contra los niños, niñas y adolescentes. Puedes presentarles un resumen (proyectar PPT de anexos de la sesión) de los 6 protocolos, y que es necesario conocer para también difundir y que no se quede sin atención y/o sanción frente a un caso de violencia que afecta a los niños, niñas y adolescentes de la comunidad educativa.</li> <li>• Cierra el ejercicio, planteando que es necesario que estén atentos a situaciones de este tipo, que sepan qué hacer para que no ocurran, y que ubiquen a quien pedir ayuda en estas situaciones. Comenta también que es importante que sean sensibles a lo que pueda sucederles a otras/os, y puedan intervenir para que no se reproduzca ningún tipo de violencia sexual.</li> </ul> |  |  |
|--|--|--|--|

|                                   |   |  |            |
|-----------------------------------|---|--|------------|
| <b>Cierre: Plenaria (10 min.)</b> |   |  |            |
|                                   | <p>Pregunta al grupo</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Qué aprendieron hoy? ¿Qué piensan de lo que se ha compartido hoy?</li> <li>• ¿Qué les llamó la atención?</li> <li>• ¿Tienen algunas preguntas o dudas sobre lo que conversamos?</li> </ul> |  | 10 minutos |
|                                   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Nota: Recordar el material complementario sobre espacios a donde se puede acudir en situaciones de violencia.</li> </ul>   |  |            |

## SESION 10

|                             |   |                 |                            |
|-----------------------------|---|-----------------|----------------------------|
| <b>Sesión 10:</b>           | <b>Respeto a la diversidad</b>  | <b>DURACIÓN</b> | <b>2 horas pedagógicas</b> |
| <b>APRENDIZAJE ESPERADO</b> | Reflexiona sobre la violencia asociada a la discriminación por orientación sexual y por otros aspectos referidos a la identidad de las personas para una mayor aceptación y respeto de la diversidad sexual.  |                 |                            |
| <b>Mensajes claves</b>      | <ul style="list-style-type: none"> <li>• La cultura machista todavía dominante ha generado mitos acerca de la diversidad sexual y de género (LGTBI lesbianas, gays, trans, bisexuales, intersexuales), tratándolas como originadas por confusiones, enfermedad mental o errores de educación. Estos son conceptos falsos y cargados de prejuicios. Gran parte de estos prejuicios se transforman en aversión, discriminación y violencia hacia quienes tienen orientaciones sexuales diversas o personas de género no binario, es decir, que no se identifican con el género masculino o femenino.</li> <li>• Todas las personas, sin importar su orientación sexual tienen el derecho de expresar su identidad sea cual sea y ejercer su sexualidad, y deben ser por tanto respetadas.</li> <li>• Otros aspectos de la identidad de las personas, como su nacionalidad, su condición migratoria, su nivel socio-económico o pertenencia étnica o racial, discapacidades, pueden injustamente ser utilizados para discriminar y generan mucho daño a quien es excluido/a, humillado/a o sufre bullying por este motivo. Es importante reconocer estos actos de discriminación y no quedarse callado/a o hablar con un/a adulto de confianza que pueda interceder si tienen miedo de hacerlo, porque estos comportamientos de odio y maltrato se fortalecen si no se los detiene.</li> </ul> |                 |                            |

|   |  |
|---|--|
| <p><b>Notas para el facilitador/la facilitadora</b></p> | <p>Es importante estar familiarizado con algunos términos que podrán surgir en esta sesión para aportar claridad y despejar dudas cuando sea relevante. A continuación, se listan algunos de ellos, y en el glosario en el anexo se pueden encontrar otros.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• La <b>orientación sexual se refiere</b> a la atracción sexual que experimentan las personas hacia otras. Las categorías más usadas son: homosexual para explicar la atracción sexual por el mismo género; bisexual, la atracción por personas de ambos géneros, heterosexual, cuando existe atracción por personas del género opuesto.</li> <li>• La <b>identidad de género</b> es la vivencia interna e individual del género tal como cada persona lo siente, la cual puede corresponder o no con el sexo asignado al momento de nacimiento, incluyendo la vivencia personal del cuerpo. También incluye otras expresiones de género como la vestimenta, el modo de hablar y los modales.</li> <li>• <b>La diversidad sexual</b> comprende a todas las formas de expresión que muestran las diferentes orientaciones sexuales e identidades de género.</li> </ul>   |
|   | <p><b>Reconociendo la discriminación por orientación sexual</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Como facilitador/a asegúrate de revisar previamente tus propias opiniones y actitudes sobre diversidad y orientación sexual. También repasa las definiciones y particularidades de las distintas orientaciones e identidades sexuales conocidas.</li> <li>• Es importante diferenciar el sentido de cuando se dice “opción” sexual, ya que la vivencia de la orientación sexual hace referencia a hacia quiénes se dirigen los afectos y la atracción, lo cual no es algo que se elige (no es una opción), sino que se siente. Pero lo que muchas personas homosexuales eligen es no expresar sus afectos libremente, por miedo a ser víctimas de violencia y discriminación.</li> <li>• Siempre mantén una actitud de defensa hacia la expresión de todas las orientaciones sexuales y diversidad. También insiste en no catalogarlas como normales ni anormales, legitima su expresión como un derecho.</li> <li>• Durante el debate comenta que la homofobia surge en gran medida por el temor, inseguridad y la repulsión a la diferencia que genera la cultura machista.</li> <li>• Ten cuidado de no quedarte solo en los conceptos y definiciones, siempre procura que los temas abordados en las preguntas sean ilustrados con ejemplos y comentarios que provengan de las experiencias y vivencias de los y las participantes.</li> <li>• En la conversación aprovecha los ejemplos para promover la empatía con las personas discriminadas y violentadas por conductas homofóbicas, así como la importancia no legitimar sino reaccionar y no permitir ese tipo de conductas.</li> <li>• Pon atención si algún participante manifiesta sufrir o haber sufrido violencia de este tipo y siente incomodidad con la situación. En ese</li> </ul> |

|  |   |
|--|---|
|  | <p>caso procura que se le escuche –si es que quiere expresarse- y se siente cómodo/a.</p> <p><b>Los otros y yo</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Insiste en que cada persona se compenetre con el personaje que le tocó, que piense y sienta cómo vive esa situación que se resalta de él.</li> </ul> <p>En la conversación procura que surjan ejemplos de situaciones de discriminación que hayan visto o vivenciado los y las participantes. Aprovecha estos ejemplos para trabajar sobre cómo prevenir y evitar esas conductas.</p> |
|--|---|

| N°                                    | Descripción  | Recursos              | Tiempo |
|---------------------------------------|--|-----------------------|--------|
| <b>Inicio: Presentación (15 min.)</b> |  |                       |        |
| 1                                     | <p><b>Retrospectiva y objetivos</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Da la bienvenida y agradece a todos los y las participantes por asistir a la sesión.</li> <li>Comenta que en la presente sesión hablaremos sobre la discriminación y la violencia que esta genera en la vida y los derechos de las personas.</li> <li>Pregunta a las y los participantes como les fue con sus afiches e invítalos a que puedan incorporar el contenido de esta última sesión en ellos.</li> <li>Recuerda cuáles son los acuerdos de convivencia.</li> <li>Comenta que esta es la última sesión del programa y recoge sus experiencias y sentires.</li> </ul>  |                       | 15 min |
| <b>Desarrollo: (60 min.)</b>          |  |                       |        |
|                                       | <p><b>Juego de roles:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Alista previamente tarjetas o stickers con roles de personas: gay, lesbiana, bisexual, policía, serenazgo, sacerdote, transexual, trabajadora sexual trans, heterosexual, pastor evangélico, médico, policía, enfermera, militar, mujer venezolana en situación de calle, niño venezolano vendedor ambulante, adolescente venezolana. Puedes repetir los roles para completar la cantidad de personas.</li> <li>Comenta que en esta actividad cada persona tendrá un rol pero no sabrá qué rol le ha tocado; ya que, se les pegará el rol en un sticker en la frente. Nadie puede decir el rol de nadie hasta que termine la actividad.</li> <li>Indica que caminarán por el espacio durante unos minutos y deben observar el rol de las y los demás sin decir cuál es. Asimismo, deben tratar a la persona cómo suele hacerlo la sociedad (según el rol que tiene); promover la mayor interacción posible entre las</li> </ul> | Tarjetas,<br>stickers | 30'    |

|  |   |  |     |
|--|---|--|-----|
|  | <p>personas, pueden saludar, pero sin mencionarle a la persona que rol tiene.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Al finalizar, pueden reflexionar con apoyo de las siguientes preguntas:</li> <li>• ¿Cómo me trataron en la actividad? ¿cómo me sentí con ello?</li> <li>• ¿Qué rol creo que tengo? ¿Por qué?</li> <li>• Invita a que se saquen el sticker y descubran el rol que les ha tocado; posteriormente, que compartan de manera libre sus reflexiones.</li> <li>• ¿La sociedad trata así a las personas? ¿Conocen algún caso?</li> <li>• ¿Qué opinión tengo sobre este tipo de trato? • ¿Qué enseñanza me da el ejercicio?</li> </ul>  |  |     |
|  | <p>Trabajo en equipo: “Reconociendo la discriminación por orientación sexual y por nacionalidad”</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Proyecta el video: “Miedo de qué?” y “Todos somos migrantes”</li> <li>• Divide en dos grupos al azar y asigna un vídeo para cada grupo; es decir, grupo 1 analizar sobre el video 1, y el grupo 2 analiza el video 2. Cada grupo tendrá entre 10 a 15 minutos.</li> <li>• Plantea las siguientes preguntas para los grupos:<br/>         ¿Hay situaciones de violencia? ¿Cuáles?<br/>         ¿Cómo ve actualmente la sociedad a este grupo de personas? ¿Por qué?<br/>         ¿Cómo se le puede llamar al trato diferenciado que tienen hacia estas personas?</li> </ul> <p>En plenaria</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Invita a que cada grupo presente lo que ha trabajado. Promueve la participación de todo el grupo.</li> <li>• ¿Conoces algún caso similar al caso del video? ¿Cómo se llegó a abordar en tu escuela, familia o el lugar donde vives?</li> <li>• Respecto al caso de diversidad sexual: refuerza conceptos sobre diversidad sexual y comenta la necesidad de respetar las distintas formas de orientación y expresión sexual y el derecho de todas las personas a ejercer su sexualidad de manera plena. Resume brevemente algunos de los instrumentos legales que protegen esos derechos en el Perú (tratados, pactos, leyes), así como algunos puntos teóricos básicos como orientación sexual, identidad de género y diversidad sexual. Se sugiere a las facilitadoras usar un PPT como recurso.</li> </ul> |  | 30’ |

|  |  |  |     |
|--|--|--|-----|
|  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Respecto al caso de migración: Es importante que las y los adolescentes reconozcan que todas y todos tenemos una identidad cultural proveniente de nuestra historia familiar. Invita a que compartan de dónde son sus familias, cuáles son las costumbres más características que tienen; como facilitador/a es importante que puedas también compartir.</li> <li>• Posteriormente, reflexionen sobre por qué decimos que todos y todas somos migrantes. En este momento es importante reflexionar sobre los procesos de migración de las familias y las dificultades que han enfrentado; pueden compartir experiencias familiares. Además, es importante guiar el análisis desde un enfoque interseccional.</li> </ul> <p>Finalmente, concluye que, así como tenemos nuestra identidad cultural, también tenemos una identidad de género; ambas son importantes y deben ser respetadas porque es parte de quienes somos, de cómo queremos ser percibidos, nos representa e identifica como personas en la sociedad</p>   |  |     |
|  | Cierre en Plenaria   |  | 15' |
|  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Antes de finalizar, pregunta al grupo:</li> <li>• ¿Qué aprendieron y qué les llamó la atención hoy?</li> <li>• ¿Qué aprendieron y qué les llamó la atención en todo el programa? (todas las sesiones)</li> <li>• ¿Tienen algunas preguntas o dudas sobre lo que conversamos?</li> <li>• Valora lo conversado y compartido en la sesión.</li> <li>• Invita a seguir pensando en lo compartido durante el día de hoy y durante todas las sesiones. Comparte con otras personas aquello que aprendieron o les parezca interesante. Presta más atención a las situaciones de discriminación que puedan ocurrir en tu entorno y trata de reaccionar para que ellas no sucedan.</li> <li>• Se agradece por la participación durante todas las sesiones.</li> <li>• <b><u>Recordar el llenado del cuestionario de salida.</u></b></li> <li>• Se sugiere que por ser la última sesión puedan hacer alguna actividad especial: un compartir entre todas y todos con música o alguna otra actividad donde las y los adolescentes se sientan cómodas/os y reconocidos en su participación.</li> </ul> <p><i>CAMPAÑA ESI: invitar a que traigan ideas de juegos para enseñar ESI en la feria.</i></p> |  | 15' |

## Invitación a la Acción de la sesión 10

| <b>Elementos</b>    | <b>Descripción</b>   |
|---------------------|--|
| <b>Actividad</b>    | Hemos pasado por 10 sesiones importantes de reflexión y compartir opiniones. Necesitamos ahora ponernos en acción para prevenir situaciones de violencia y desigualdad. Realizaremos una idea de campaña que les gustaría emprender en sus colegios. |
| <b>Herramientas</b> | Hoja, lápiz, documento en Word, etc.   |

## Caja de Herramientas

### Sesión 1: Género

- Política de Igualdad de Género  
<https://www.gob.pe/institucion/mimp/normas-legales/271118-008-2019-mimp>
- Lineamientos de ESI  
<https://cdn.www.gob.pe/uploads/document/file/1931935/RVM%20N%C2%B0%20169-2021-MINEDU.pdf.pdf>
- Características de la ESI  
<http://www.grade.org.pe/creer/archivos/Cartilla-ESI-Nro-1-Docentes-1-1.pdf>
- Guía para la prevención de la violencia de género en las instituciones educativas  
<https://tinyurl.com/2ju8t9bz>

### Sesión 2: Género, desigualdad y poder

- Marco conceptual MIMP  
<https://www.mimp.gob.pe/files/direcciones/dgcvg/mimp-marco-conceptual-violencia-basada-en-genero.pdf>
- Estereotipos y roles de género  
<https://www.youtube.com/watch?v=d36phzZib90>
- Brechas de Género en el Perú  
<https://www.youtube.com/watch?v=V17W8oHHCxU>
- Una aproximación al concepto género Documento  
[http://perso.unifr.ch/derechopenal/assets/files/articulos/a\\_20180408\\_02.pdf](http://perso.unifr.ch/derechopenal/assets/files/articulos/a_20180408_02.pdf)

### Sesión 3: sexualidad y salud sexual

- ¿Cuánto pesa el machismo?  
[https://www.youtube.com/watch?v=r5TBqu\\_IFcg](https://www.youtube.com/watch?v=r5TBqu_IFcg)
- Heorínas del Perú. Mujeres de la Independencia  
[https://www.youtube.com/watch?v=k\\_h1Bv8rxMg](https://www.youtube.com/watch?v=k_h1Bv8rxMg)
- La Escuela del silencio  
<https://www.youtube.com/watch?v=wBG3jUvTMCs&t=1s>
- La educación prohibida  
<https://tinyurl.com/5f83ktae>

### Sesión 4: Mi cuerpo y mis derechos

- ¿Piropos o acoso sexual?  
[https://www.youtube.com/watch?v=6EHbX6Xay\\_s](https://www.youtube.com/watch?v=6EHbX6Xay_s)
- Las siete Ps de la violencia de los hombres  
<https://tinyurl.com/345km6ab>
- Masculinidad para la paz  
<https://www.youtube.com/watch?v=Gy0Xo0FYySA>
- Cambia el chip Video  
<https://www.youtube.com/watch?v=qq3ltfiNn2o>

### Sesión 5: Sexualidad y autocuidado

- Flores Rojas

- <https://www.youtube.com/watch?v=2WELKCBWXIY>
- Salud sexual y reproductiva  
<https://www.youtube.com/watch?v=QVvcDITwqBk>
- El Nazareno: La escuela que previno el embarazo adolescente y la deserción estudiantil  
<https://wayka.pe/nazareno-escuela-previno-embarazo-adolescente-desercion-educacion-sexual-integral/?fbclid=IwAR1nYkoKMqG858dmUBUyWx98SdND5-mUqM4GZ3ztRwfuruVFOWsODNU-CEM>
- Mitos  
[https://www.youtube.com/watch?v=WL7dg\\_r5iqc](https://www.youtube.com/watch?v=WL7dg_r5iqc)

#### **Sesión 6: DDSS Y DDDR**

- Situación de la ESI  
<https://www.instagram.com/p/CdN-5DVO4IB/>
- DDSS y DDDR  
<https://www.youtube.com/watch?v=9jy5Oyee8yk>
- DDSS y DDDR  
[http://jovenesredlac.org/wp-content/uploads/2018/01/01\\_Cartilla\\_Derechos\\_Sexuales\\_web-1.pdf](http://jovenesredlac.org/wp-content/uploads/2018/01/01_Cartilla_Derechos_Sexuales_web-1.pdf)
- Servicios diferenciados  
<https://www.youtube.com/watch?v=2ZjgBNa9wPO>
- Qué abarca la ESI  
<https://m.facebook.com/emmayyoperu/photos/la-educaci%C3%B3n-sexual-integral-no-se-trata-solo-de-hablarle-a-los-ni%C3%B1os-de-c%C3%B3mo-se/761220854827700/>

#### **Sesión 7: MAC**

- A qué edad la ESI  
<https://www.instagram.com/p/Cbcd3z1Oj1Q/>
- MAC  
<https://www.youtube.com/watch?v=NdEKzllittk&t=2s>
- ITS  
<https://www.youtube.com/watch?v=zhsNNiALN2E>

#### **Sesión 8: CONSENTIMIENTO**

- La historia de Pablo  
<https://www.youtube.com/watch?v=-YSsit8r42w&t=1s>
- Ciclo de la violencia  
<https://www.youtube.com/watch?v=trbRjOuB23g>
- Violencia disfrazada de amor  
<https://www.youtube.com/watch?v=D09qkyN53o0>
- Este cuerpo es Mío  
<https://www.youtube.com/watch?v=dT2mTKwXIG8>

- Canción sin miedo  
<https://www.youtube.com/watch?v=VLLyzqkH6cs>
- Ni una menos  
[https://www.youtube.com/watch?v=VbQ\\_yOlzWTs](https://www.youtube.com/watch?v=VbQ_yOlzWTs)
- Baila contigo  
<https://www.youtube.com/watch?v=QrMWdR4HpVM>
- Libre y peligrosa  
[https://open.spotify.com/track/65Gcq8OqSSnygHzTKq2LHR?si=lqjELShgSwSDRdsIpB4\\_vg](https://open.spotify.com/track/65Gcq8OqSSnygHzTKq2LHR?si=lqjELShgSwSDRdsIpB4_vg)

### Sesión 9: ACOSO SEXUAL

- Acoso callejero- Avon  
<https://www.youtube.com/watch?v=pTAq3aRZyYg>
- Acoso digital – Avon  
[https://www.youtube.com/watch?v=Ovun3A\\_kXGY&t=1s](https://www.youtube.com/watch?v=Ovun3A_kXGY&t=1s)
- Caperucita dice NO  
<https://www.youtube.com/watch?v=xCEEKqcSFL0>
- No es No  
<https://www.youtube.com/watch?v=1jwDk1ISw38>
- Consentimiento Ceviche  
<https://www.youtube.com/watch?v=IUxUsJ36jQA>
- Consentimiento  
<https://www.youtube.com/watch?v=qqDSvDd9PpU>
- SI SE VE: Protocolo para la atención de la violencia escolar  
<http://www.siseve.pe/Web/file/materiales/Protocolos-Violencia-Escolar.pdf>
- Protocolos para la atención de la violencia contra niños y adolescentes.  
[https://cdn.www.gob.pe/uploads/document/file/1016158/RM\\_N\\_274-2020-MINEDU.pdf](https://cdn.www.gob.pe/uploads/document/file/1016158/RM_N_274-2020-MINEDU.pdf)
- Ley 30364: : Ley para prevenir, sancionar y erradicar la violencia contra las mujeres e integrantes del grupo familiar  
<https://busquedas.elperuano.pe/normaslegales/ley-para-prevenir-sancionar-y-erradicar-la-violencia-contra-ley-n-30364-1314999-1/>

### Sesión 10: Respeto a la diversidad

- Miedo de qué  
[https://www.youtube.com/watch?v=Qj\\_1IS4juS0](https://www.youtube.com/watch?v=Qj_1IS4juS0)
- La sociedad aún no entiende lo que es la violencia de género  
[https://www.youtube.com/watch?v=I4TSXVPr8\\_8](https://www.youtube.com/watch?v=I4TSXVPr8_8)
- Corazón resiste  
<https://www.youtube.com/watch?v=nszVWwVO56Y>
- Respeto a la diversidad sexual  
<https://www.youtube.com/watch?v=sB6YH56HsHs>
- Todos somos migrantes  
<https://www.youtube.com/watch?v=OA3aNEyp1L0>

## Referencias:

- Aguayo, F. & Sadler, M. (2006). *Estudio de las Dinámicas Familiares en Familias de Padres y Madres Adolescentes*. Santiago, Chile: CIEG.
- Aguayo, F., Kimelman, E., Saavedra, P., y Kato-Wallace, J. (2016). *Hacia la incorporación de los hombres en las políticas públicas de prevención de la violencia contra las mujeres y las niñas*. Santiago: EME/CulturaSalud, Promundo-US, ONU Mujeres y UNFPA, Santiago, Washington, D.C. and Ciudad de Panamá.
- Amaze. (s.f.). *Amaze*. Disponible en: <https://amaze.org/es/>
- Ávila, M. B. (1993). *Direitos Reprodutivos: Uma Invenção Das Mulheres Reconhecendo A Cidadania*. Recife: SOS Corpo.
- Barker, G., Ricardo, C. & Nascimento, M. (2007). *Cómo hacer participar a los hombres y los niños en la lucha contra la inequidad de género en el ámbito de la salud. Algunos datos probatorios obtenidos de los programas de intervención*. Promundo/OMS/UNFPA. • Barker, G., Contreras, J.M., Heilman, B., Singh, A.K., Verma, R.K., & Nascimento, M. (2011). *Evolving Men: Initial Results from the International Men and Gender Equality Survey (IMAGES)*. Washington, D.C.: International Center for Research on Women (ICRW) and Rio de Janeiro: Instituto Promundo.
- Barker, G. & Aguayo, F. (coords.) (2012). *Masculinidades y políticas de equidad de género: reflexiones a partir de la encuesta IMAGES y una revisión de políticas en Brasil, Chile y México*. Río de Janeiro: Promundo.
- Bott, S., Guedes, A., Goodwin, M., Mendoza, J.A. (2012). *Violence Against Women in Latin America and the Caribbean: A comparative analysis of population-based data from 12 countries*. Washington, DC: Pan American Health Organization.  
[http://new.paho.org/hq/index.php?option=com\\_docman&task=doc\\_download&gid=19825&Itemid=270&lang=en](http://new.paho.org/hq/index.php?option=com_docman&task=doc_download&gid=19825&Itemid=270&lang=en)
- Cáceres, C. et al. (2011). *Estudio a través de internet sobre “bullying” y sus manifestaciones homofóbicas en las escuelas de Chile, Guatemala, México y Perú, y su impacto en la salud de jóvenes y varones entre 18 y 24 años*. Instituto de Estudios en Salud, Sexualidad y Desarrollo Humano / Universidad Peruana Cayetano Heredia y la Organización Panamericana de la Salud. Lima. En: <http://www.codajic.org/sites/www.codajic.org/files/Estudio%20a%20través%20de%20Internet%20sobre%20“Bullying”,%20y%20sus%20manifestaciones%20homofóbicas.pdf>
- Connell, R. (1997). La Organización Social de la Masculinidad. En Olavarría, J. & Valdés, T., *Masculinidad/es. Poder y Crisis*. Santiago de Chile: Isis Internacional/FLACSO. • Connell, R. (2003). *Masculinidades*. México D.F.: UNAM.
- Contreras, J. M., Bott, S., Guedes, A. & Dartnall, E. (2010). *Violencia sexual en Latinoamérica y el Caribe: análisis de datos secundarios. Iniciativa de Investigación sobre la Violencia Sexual*. Sudáfrica: Sexual Violence Research Initiative.
- Deutsch, F. M. (2007). Undoing Gender. *Gender & Society*, 21(1), 106–127.  
<https://doi.org/10.1177/0891243206293577>
- Eljach, S. (2011). *Violencia escolar en América Latina y el Caribe: Superficie y fondo*.

- Panamá: Plan y UNICEF. Recuperado de [http://www.unicef.org/lac/violencia\\_escolar\\_OK.pdf](http://www.unicef.org/lac/violencia_escolar_OK.pdf)
- Federación Internacional de Planificación de la Familia (IPPF). (2009). *Derechos sexuales: una declaración de IPPF. Guía de bolsillo*. Londres, Reino Unido: IPPF. Disponible en: [https://www.ippf.org/sites/default/files/ippf\\_sexual\\_rights\\_declaration\\_pocket\\_guide\\_spanish.pdf](https://www.ippf.org/sites/default/files/ippf_sexual_rights_declaration_pocket_guide_spanish.pdf)
  - Fleming, P.J., McCleary-Sills, J., Morton, M., Levtoy, R., Heilman, B. & Barker, G. (2015). Risk Factors for Men's Lifetime Perpetration of Physical Violence against Intimate Partners: Results from the International Men and Gender Equality Survey (IMAGES) in Eight Countries. *PLoS ONE* 10(3).
  - Fondo de Población de las Naciones Unidas (UNFPA). (mayo, 2020). *La menstruación y derechos humanos - Preguntas frecuentes*. Disponible en: <https://www.unfpa.org/es/menstruaci%C3%B3n-preguntas-frecuentes>
  - Freire, P. (1970). *La educación como práctica de la libertad*. Santiago, Chile: ICRA.
  - Fuller, N. (2001). *Masculinidades. Cambios y Permanencias*. Perú: Pontificia Universidad Católica del Perú.
  - Fuller, N. (2004). Contrastes regionales en las identidades de género en el Perú urbano. El caso de las mujeres de la baja Amazonía. *Anthropologica*, 22(22).
  - Fuller, N. (2012). Repensando el machismo latinoamericano. *Masculinities & Social Change*, 1(2), 114-133. [10.17583/msc.2012.218](https://doi.org/10.17583/msc.2012.218)
  - Geneva declaration secretariat. (2015). Lethal Violence against Women and Girls Global. En: Alvazzi del Frate, A., Krause, K. & Nowak, M. (eds.). *Global Burden of Armed Violence 2015: Every Body Counts*. S/d.
  - Giddens, A. (2007). *Sociología*. Madrid: Alianza Editorial.
  - GLSEN. (2016). *Kit Espacio Seguro: Guía para Ser un/a Aliado/a de Estudiantes LGBT*. Nueva York, Estados Unidos: GLSEN.
  - Greene, M. (2004). *Revisión de la literatura y el marco teórico acerca del empoderamiento de mujeres jóvenes*. Cuernavaca, México: Mimeo.
  - Greig, A. (2018). *Strengthening Prevention Work with Men and Boys in Community Settings*. The Prevention Collaborative.
  - Healthy Children. (agosto, 2020). *Métodos anticonceptivos eficaces para los adolescentes sexualmente activos*. Disponible en: <https://www.healthychildren.org/Spanish/ages-stages/teen/dating-sex/Paginas/birthcontrol-for-sexually-active-teens.aspx>
  - Heilman, B., Barker, G. & Harrison, A. (2017). *La caja de la masculinidad: un estudio sobre lo que significa ser hombre joven en Estados Unidos, el Reino Unido y México*. Washington DC y Londres: Promundo-US y Unilever.
  - Heise, L., Greene, M. E., Opper, N., Stavropoulou, M., Harper, C., Nascimento, M., ... & Henry, S. (2019). Gender inequality and restrictive gender norms: framing the challenges to health. *The Lancet*

- INEI. (2016). *Encuesta Nacional sobre Relaciones Sociales (ENARES) 2013 Y 2015. Principales Resultados.*
- INEI. (2016). *PERÚ. Encuesta Demográfica y de Salud Familiar-ENDES.*
- INEI. (2017). *PERÚ. Encuesta Demográfica y de Salud Familiar-ENDES.*
- INEI. (2019). *PERÚ: Maternidad en las adolescentes de 15 a 19 años de edad. Sobre la base de los resultados de los Censos Nacionales 2017: XII de población, VII de Vivienda y III de Comunidades Indígenas.*
- Jewkes, R. Flood, M. y Lang, J. (2014). From Work with Men and Boys to Changes of Social Norms and Reduction of Inequities in Gender Relations: A Conceptual Shift in Prevention of Violence Against Women and Girls. *The Lancet*, 385(9977), 1-10.  
[10.1016/S0140-6736\(14\)61683-4](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(14)61683-4)
- Madrid, S. (2006). Paternidades Adolescentes y Ordenamiento de género en Chile. En *Revista Observatorio de la Juventud. Año 3, n 10.* Santiago de Chile: INJUV. Disponible en:  
[http://engagingmen.net/files/resources/2010/EME/Paternidades\\_adolescentes\\_y\\_ordenamiento\\_de\\_genero\\_en\\_Chile.pdf](http://engagingmen.net/files/resources/2010/EME/Paternidades_adolescentes_y_ordenamiento_de_genero_en_Chile.pdf)
- Naciones Unidas. (2001). *Declaración de compromiso en la lucha contra el VIH/SIDA.*
- Naciones Unidas. (1995). *Beijing Declaration and Platform for Action. Fourth World Conference on Women: Action for Equality, Development and Peace, Beijing.*
- Observatorio Nacional de la Violencia Contra las Mujeres y los Integrantes del Grupo Familiar. (s.f.). *Datos y evidencias sobre violencia hacia las mujeres y a los integrantes del grupo familiar según fuente de información.* Disponible en:  
<https://observatoriovioencia.pe/datos/>
- Office on Women's Health. (s.f.). *Métodos Anticonceptivos.* Disponible en:  
<https://espanol.womenshealth.gov/a-z-topics/birth-control-methods>
- Olavarría, J. & Valdés, T. (1998). Ser Hombre en Santiago de Chile: a pesar de todo, un mismo modelo. En Valdés, T. y Olavarría, J. (eds.), *Masculinidades y Equidad de Género en América Latina.* Santiago de Chile: FLACSO.
- Olavarría, J. (2001). *Y Todos Querían ser (Buenos) Padres. Varones de Santiago de Chile en Conflicto.* Santiago de Chile: FLACSO-Chile, Lom Ediciones. Disponible en:  
<http://cronopio.flacso.cl/fondo/pub/publicos/2001/libro/002607.pdf>
- Olavarría, J. & Madrid, S. (2005). *Sexualidad, Fecundidad y Paternidad en Varones Adolescentes en América Latina y el Caribe.* México: UNFPA/FLACSO Chile. Disponible en: <http://joseolavarria.cl/wp-content/uploads/downloads/2010/10/Sexualidadfecundidad-y-paternidad-en-varones-America-Latina-Olavarría-Madrid.pdf>
- Olavarría, J. (2009). La investigación sobre masculinidades en América Latina. En Toro Alfonso, José (ed.), *Lo masculino en evidencia: investigaciones sobre la masculinidad*, (pp. 315 -344). Publicaciones Puertorriqueñas. Editores y Universidad de Puerto Rico, Puerto Rico.  
[https://www.thelancet.com/pdfs/journals/lancet/PIIS01406736\(14\)61683-4.pdf](https://www.thelancet.com/pdfs/journals/lancet/PIIS01406736(14)61683-4.pdf)
- OMS. (2003). *Informe Mundial Sobre la Violencia y la Salud.* Organización Mundial de la Salud. Washington, D.C.: OMS/OPS.

- OMS. (2013). *Informe mundial sobre la violencia y la salud*. Organización Mundial de la Salud. OMS/OPS., Washington, D.C.
- Organización Panamericana de la Salud (OPS). (2013). *Comprender y abordar la violencia contra las mujeres. Consecuencias para la salud*. Washington D.C:  
[http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/98862/1/WHO\\_RHR\\_12.43\\_spa.pdf?ua=1](http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/98862/1/WHO_RHR_12.43_spa.pdf?ua=1)
- Organización Panamericana de la Salud (OPS). (2019). *Masculinidades y salud en la Región de las Américas*. Washington, D.C.: OPS.  
[https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/51764/9789275321645\\_spa.pdf?sequence=5&isAllowed=y](https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/51764/9789275321645_spa.pdf?sequence=5&isAllowed=y) Organizaciones de las Naciones Unidas. (1994). *Informe de la conferencia Internacional sobre la Población y el Desarrollo, El Cario*.
- Palma, I. (2006). Trayectorias sexuales, vínculos y contextos en la generación que hace su entrada en la sexualidad activa en la democracia. *Revista Observatorio de la Juventud. Juventud y Sexualidad: transformaciones en el nuevo milenio*. Santiago: Instituto Nacional de la Juventud.
- Perú. MIMP. (2012). *Plan de Acción por la Infancia y la Adolescencia 2012 – 2021*. Disponible en: <https://www.mimp.gob.pe/webs/mimp/pnaia/pnaia.php>
- Perú. Ministerio de la Mujer y Poblaciones Vulnerables. (2016). *CARTILLA ORIENTADORA LEY N° 30364. “Ley para prevenir, sancionar y erradicar la violencia contra las mujeres y los integrantes del grupo familiar”*. Disponible en: [www.mimp.gob.pe/webs/mimp/ley30364/pdf/Cartilla-orientadora-Ley-N-30364.pdf](http://www.mimp.gob.pe/webs/mimp/ley30364/pdf/Cartilla-orientadora-Ley-N-30364.pdf)
- Planned Parenthood. (s.f.). *Planned parenthood*. Disponible en: <https://www.plannedparenthood.org/es>
- Planned Parenthood. (s.f.). *Consentimiento sexual*. Disponible en: <https://www.plannedparenthood.org/es/temas-de-salud/relaciones/consentimientosexual>
- Planned Parenthood. (s.f.). *Anatomía Sexual y Reproductiva*. Disponible en: <https://www.plannedparenthood.org/es/temas-de-salud/salud-y-bienestar/anatomiasexual-y-reproductiva>
- Planned Parenthood. (s.f.). *Enfermedades de transmisión sexual (ITS)*. Disponible en: <https://www.plannedparenthood.org/es/temas-de-salud/enfermedades-detransmision-sexual-ITS>
- Planned Parenthood. (s.f.). *¿Cómo puedo evitar el VIH?* Disponible en: <https://www.plannedparenthood.org/es/temas-de-salud/enfermedades-detransmision-sexual-ITS/vih-sida/como-puedo-evitar-el-vih>
- Planned Parenthood. (s.f.). *Métodos anticonceptivos*. Disponible en: <https://www.plannedparenthood.org/es/temas-de-salud/anticonceptivos>
- PNUD-ONU Mujeres. (2013). *El compromiso de los Estados: planes y políticas para erradicar la violencia contra las mujeres en América Latina y el Caribe*, Programa de Naciones Unidas para el Desarrollo y Entidad de Naciones Unidas para la Igualdad de Género y el Empoderamiento de las Mujeres. Disponible en: [https://www.latinamerica.undp.org/content/rblac/es/home/library/womens\\_empowerment/el-compromiso-de-los-estados--planes-y-politicas-para-erradicar.html](https://www.latinamerica.undp.org/content/rblac/es/home/library/womens_empowerment/el-compromiso-de-los-estados--planes-y-politicas-para-erradicar.html)

- Promundo, Salud e Género, ECOS, Instituto PAPAI & World Education. (2008). *Trabajando con mujeres jóvenes: empoderamiento, ciudadanía e saúde*. Rio de Janeiro: Promundo, 2008.
- Promundo, Instituto PAPAI, Salud y Género & ECOS. (2013). *Programa H|M|D: Manual de Acción/Involucrando a los jóvenes para alcanzar la equidad de género*. Promundo: Río de Janeiro, Brasil y Washington, DC, USA. Recuperado de: <http://promundoglobal.org/wp-content/uploads/2015/01/Programa-HMD-ManualdeAccion.pdf>
- Ramírez, J.C. (2006). La violencia de varones contra sus parejas heterosexuales: realidades y desafíos. Un recuento de la producción mexicana. *Salud Pública de México*, 48(2), 315-327. Recuperado de: <http://www.scielo.org/pdf/spm/v48s2/31388.pdf>
- Ramírez, J.C. (2008). *Madeiras entreveradas: violencia, masculinidad y poder*. México, D.F.: Plaza y Valdés.
- Ramos, M. (2012). *MANUAL DE CAPACITACIÓN A LÍDERES LOCALES EN MASCULINIDADES Y PREVENCIÓN DE LA VIOLENCIA BASADA EN GÉNERO*. Perú: UNFPA.
- Ramos, M. & Palomino, N. (2018). *Detrás de la máscara. Varones y violencia sexual en la vida cotidiana*. Lima: Universidad Peruana Cayetano Heredia.
- Redlac. (2018). *Cartilla de los Derechos Sexuales de las y los jóvenes para América Latina y el Caribe*. Disponible en: [jovenesredlac.org/wp-content/uploads/2018/01/01\\_Cartilla\\_Derechos\\_Sexuales\\_web-1.pdf](http://jovenesredlac.org/wp-content/uploads/2018/01/01_Cartilla_Derechos_Sexuales_web-1.pdf)
- Rubio, M. (2017). *La construcción de un sistema de protección social adecuado a la infancia en el Perú Oportunidades y retos*. CEPAL/UNICEF.
- Sánchez, A. Fávora, M. & Lavado, P. (2016). Comprendiendo el embarazo, la convivencia y el matrimonio en la adolescencia: el caso del Perú, Contribuciones al debate sobre la formulación de políticas públicas. *Análisis & Propuestas*, (34), 1-4.
- TeensHealth. (noviembre, 2016). *Métodos Anticonceptivos ¿Cuál es su grado de eficacia?* Disponible en: <https://kidshealth.org/es/teens/bc-chart-esp.html>
- Tomicic, A., Gálvez, C., Quiroz, C., Martínez, C., Fontbona, J., Rodríguez, J., Aguayo, F., Rosenbaum, C. Leyton, F., & Lagazzi, I. (2016). Suicidio en poblaciones lesbiana, gay, bisexual y trans: revisión sistemática de una década de investigación (2004-2014). *Revista médica de Chile*, 144(6), 723-733. <https://dx.doi.org/10.4067/S003498872016000600006>
- USAID. (2015). *Working with Men and Boys to End Violence against Women and Girls: Approaches, Challenges and Lessons*. Washington, EE.UU. Recuperado de: [https://www.usaid.gov/sites/default/files/documents/1865/Men\\_VAW\\_report\\_Feb2015\\_Final.pdf](https://www.usaid.gov/sites/default/files/documents/1865/Men_VAW_report_Feb2015_Final.pdf)
- UNESCO. (2014). *En Lima se presentó investigación sobre el bullying homofóbico en colegios de Perú, Chile y Guatemala*. Disponible en: [http://www.unesco.org/new/es/media-services/single-view/news/en\\_lima\\_se\\_presento\\_investigacion\\_sobre\\_el\\_bullying\\_homof/](http://www.unesco.org/new/es/media-services/single-view/news/en_lima_se_presento_investigacion_sobre_el_bullying_homof/)
- UNESCO. (2015). *La Violencia homofóbica y transfóbica en el ámbito escolar: hacia centros educativos inclusivos y seguros en América Latina*. Disponible en: <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000244840>