

EUROPEAN FLIRT EXPERT

MANUAL

Programa taller de Trabajo juvenil

Prevención de la violencia sexual



Dieses Projekt wurde mit Unterstützung
der Europäischen Kommission finanziert.
Die Verantwortung für den Inhalt
dieser Veröffentlichung (Mitteilung) trägt allein
der Verfasser; die Kommission haftet nicht
für die weitere Verwendung der darin
enthaltenen Angaben.

The European Commission support
for the production of this publication
does not constitute an endorsement
of the contents which reflects the views
only of the authors, and the Commission
cannot be held responsible for any use
which may be made of the information
contained therein.

ÍNDICE

- 1. Introducción**
- 2. Criterios de calidad del trabajo preventivo contra la violencia sexual**
- 3. Información general sobre el programa/taller**
 - 3.1. Contenido**
 - 3.2. Objetivos**
 - 3.3. Marco teórico**
- 4. Metodología del taller**
 - 4.1. Introducción / Conociéndonos**
 - “Soy el único/a...”
 - Dos verdades, uno falso
 - Bingo de identidad
 - Entrevista
 - 4.2. Emoción**
 - Postal
 - Cartel: “Sentimientos”
 - Sensación de emociones contrarias
 - 4.3. Identidad**
 - Coquetear: “Se tú mismo/a”
 - “Hey baby”
 - El amor romántico
 - El amor pertenece a...
 - Ligamos tal y como vivimos
 - Diseñar un anuncio de contacto
 - Carteles de identidad
 - Juego de relaciones
 - Verdadero o falso
 - 4.4. Sexualidad /Educación sexual**
 - Cadena de asociación
 - Caja negra
 - Expertos asociados
 - Anticonceptivos
 - Cuestionario sobre la sexualidad
 - Cuestionario sobre la pornografía
 - 4.5. Prevención de la violencia sexual / Ayuda y soporte / Regulación legal**
 - Patricia y Roland
 - Hechos y mitos respecto a la violencia sexual
 - Concepto de violencia sexual
 - “Cómo explicar el sexo consensuado con una taza de té”
 - Explicación de las regulaciones legales y los diferentes sistemas de ayuda y soporte.
- 5. Referencias**

1. Introducción

Partiendo de las tareas de desarrollo psico-sexual, las y los **adolescentes** necesitan adquirir habilidades en ámbitos o áreas *emocionales*, de *identidad* y de *sexualidad*.

La prevención o el trabajo preventivo con adolescentes contra la violencia sexual significa centrarse en estos tres conceptos ya mencionados. La disputa con la *emocionalidad* contiene la percepción, verbalización y manejo de las propias emociones, necesidades que cada persona tiene, conflictos, inseguridades, temores...y de la misma manera, el fortalecimiento y crecimiento de las capacidades reflexivas y empáticas.

La cuestión con la tarea de la *identidad* tiene como objeto permitir a los adolescentes desarrollar su propia identidad. Para ser críticos, este desarrollo va en función hacia los modelos (tradicionales) de género (en cuanto adopción de ciertos roles) y los estereotipos que esto conlleva. El trabajo con los jóvenes adopta medidas contra estas nociones sexistas y homofóbicas. Es necesaria una fuerte crítica, y un planeamiento serio, hacia las restricciones relacionadas con el género que acaban afectando a los adolescentes de ambos sexos.

Eventualmente, los adolescentes necesitan lidiar con sus necesidades sexuales, ideales y conceptos. Tienen que aprender sobre la sexualidad, des de un punto de vista responsable, consensuado y socialmente aceptado (Krahè, 2011).

2. Criterios de calidad del trabajo preventivo contra la violencia sexual

- La base está en una imagen corporal positiva. El amor, las relaciones, la sexualidad y los cuerpos son buenos y positivos.
- Los talleres se repiten y los programas son continuados.
- Los talleres de prevención de la violencia sexual deberían ser implementados en grupos homogéneos (chicas o chicos) cuando se trabaja en educación sexual. Es más fácil para las y los adolescentes hablar y preguntar abiertamente sin que tengan la presión de “reproducir su propio género al género contrario”. Por lo tanto, se apoya una homogeneidad en los grupos por tal de que las y los adolescentes se sientan más libres de etiquetas y estereotipos de cómo actuar delante del sexo contrario cuando se habla de sexualidad. Aun así, hay métodos que funcionan bien en grupos mixtos, y en las diferentes sesiones se dan actividades tanto de identidad como de emociones.
- Los contenidos y programas de los talleres están orientados a los grupos de adolescentes.

- Los talleres informan sobre las formas de violencia sexual y dan definiciones de esta misma. Informan sobre los derechos humanos sexuales y las regulaciones legales específicas que conciernen a la sexualidad.
- A los y las adolescentes se les comunica que tienen el derecho de ayudar y apoyar, y donde obtener toda la información que necesitan sobre el tema.

3. Información general sobre el programa/taller

3.1. Contenido

- Emociones, relaciones, responsabilidad
- Coqueteo, citas, comunicación entre las y los adolescentes
- Educación sexual, sexualidad
- Sexualidad y medios de comunicación / pornografía
- Roles de género, estilos de vida diferentes, valores
- Identificación de infracciones sexuales y violencia
- Ley que regula los delitos sexuales
- Sistemas que proporcionan ayuda

3.2. Objetivos

Los talleres tienden a alcanzar diferentes objetivos para las y los adolescentes:

- Obtener conocimiento sobre la sexualidad, regulaciones legales e información sobre cómo obtener ayuda y apoyo.
- Reflejar estrategias de coqueteo y citas.
- Aumentar la capacidad de reflexión sobre la sexualidad, la conciencia corporal, las relaciones; y la comprensión personal de los roles de género.
- Fortalecer la autoestima
- Fortalecer las habilidades de comunicación

3.3. Marco de referencia

Los talleres sobre los temas ya mencionados deberían ser implementados:

- Para adolescentes de 14 a 24 años de edad
- En un grupo de aproximadamente 8 a 12 adolescentes
- Se debe realizar de una manera agradable y cómoda porque el objetivo es que sean empoderados, no amenazados con miedo
- En grupos homogéneos por sexo (educación sexual, prevención /definición de violencia sexual)

- El taller debe ser participativo
- El taller debe ser respetuoso, es decir, percibiendo y respetando la diversidad, sensible al género.
- El taller debe ser voluntario (en general para todo el programa y los ejercicios y discusiones que conlleva).

→ Un participante podría haber sido afectado por una experiencia de violencia sexual y necesita salir del taller. La persona responsable de llevar el taller debe asegurarse de que haya un compañero de contacto en la escuela o instalación, donde se lleve a cabo, durante todo el tiempo del taller, a los que los participantes puedan acudir en caso de ayuda.

4. Metodología en el taller

4.1. Introducción / Conociéndonos

Junto a la introducción personal del facilitador del taller y la visión general de todo el contenido que se va a dar en él, se deben explicar las reglas grupales de una interacción respetuosa, es decir, respetando la diversidad y la voluntariedad.

¿Qué esperan y desean las y los adolescentes de los talleres? ¿Qué no debería suceder en los talleres?

Soy la/el único...	30 min.
Objetivo: • Conocer a las otras personas • Reflexiones sobre identidad, similitudes y diferencias en el propio grupo.	
Los y las participantes se sientan en un círculo de sillas y se les pide que piensen en una de sus aficiones o habilidades en que creen que son los únicos de la sala que tienen/ o pueden realizar. El primero dice: "Mi nombre es Y yo soy la única persona que realmente le gusta (por ejemplo) tocar la trompeta". Si otro miembro del grupo también toca la trompeta, él o ella deberán decirlo, y este deberá pensar en otra cosa en que crea que sea único/a. Puede ser con una propiedad determinada, una afición, habilidad, etc.	
Este método es una buena introducción si los participantes no se conocen. En los grupos homogéneos de chicas o chicos se pueden señalar diferencias dentro de un determinado grupo, y por tanto, pueden utilizarse	

para así romper los estereotipos de género.

Dos verdades, una falso	30 min.
Objetivo: • Conocerse mejor y estrechar lazos • Reflexiones sobre identidad, similitudes y diferencias en un grupo	
Cada participante hace tres declaraciones sobre él/ella misma. Dos de ellas tienen que ser verdad, una debe ser falso (por ejemplo: Soy buena en el skateboarding, tengo dos hermanas y vivo en una granja). El resto de grupo deberán adivinar cuál de las afirmaciones es falsa.	
Hazissa Los participantes del grupo deben estar familiarizados unos con otros. En los grupos homogéneos se pueden señalar diferencias dentro de un determinado grupo y, por lo tanto, pueden utilizarse para romper los estereotipos de género.	

Bingo de identidad	45 min.
Objetivo: • Ponerse en contacto y familiarizarse más estrechamente con el grupo • Percibir semejanzas y diferencias entre los integrantes del grupo • Percibir la diversidad de identidades de este	
Las/los adolescentes reciben la siguiente hoja de bingo, que se llena primero. Posteriormente, deben caminar por la sala donde se encuentren y buscar personas que escribieron la misma respuesta en uno de los campos. Esto se confirma con una firma de las/los dos adolescentes en cada hoja. Una persona sólo da una firma, luego se trasladan a la siguiente persona. A partir de aquí, la primera persona del grupo que alcanza cinco firmas seguidas (diagonalmente, verticalmente u horizontalmente) gritará “Bingo” y ganará de la dinámica.	

IDENTITY BINGO

Responda las preguntas de manera espontánea. Después busque a una persona que tenga la misma respuesta. Confirme esto con una firma en cada hoja de otros. Si usted ha recogido 5 firmas en una fila (diagonal, vertical, horizontal) debe cantar "Bingo". ¡Ganarás!

COLOR DE PELO	SIGNO DEL ZODIACO	MI IDOLO	TALLA DE PIE	EDAD
Firma:	Firma:	Firma:	Firma:	Firma:
SOY BUENO EN ESTO	LOS CHICOS NO DEBEN	COMIDA PREFERIDA	NOMBRE DE NOVIO/NOVIA	LIBRO FAVORITO
Firma:	Firma:	Firma:	Firma:	Firma:
¿SOLTERO ?	EN LAS CHICAS ME GUSTA	¿QUE QUIERO ESTUDIAR?	ENAMORAD O DE MOMENTO	SOY BUENA EN...
Firma:	Firma:	Firma:	Firma:	Firma:
TIPO DE CASA DONDE VIVO	EN LOS CHICOS ME GUSTA	LUGAR DE NACIMIENTO	RELIGION	LAS CHICAS NO DEBEN
	Firma:		Firma:	

Firma:		Firma:		Firma:
ROPA FAVORITA	ASIGNATURA FAVORITA EN EL INSTITUTO/ESCUELA	APODO	ESTILO O GRUPO DE MÚSICA PREFERIDO	BEBIDA PREFERIDA
Firma:	Firma:	Firma:	Firma:	Firma:

cf. Sexulpädagogik der Vielfalt, 2008, p.91 et seq.

Este ejercicio es muy adecuado para una posterior introducción personal. En grupos más pequeños, las y los jóvenes pueden darse mutuamente más firmas para otorgar un logro. La persona que facilita el taller también puede participar en esta dinámica.

Partner interview	45 min
<u>Objetivo:</u> • Conocerse más estrechamente • Desarrollo de una imagen propia • Reflexiones sobre identidad, similitudes y diferencias en un grupo	
Cada participante recibe una hoja de papel en la que están escritas una serie de preguntas. A partir de aquí se hacen parejas al azar y se entrevistan entre sí, posteriormente se introducen al facilitador del taller y al resto del grupo. <u>Preguntas:</u> Nombre: Lugar de nacimiento: Edad: Signo del zodíaco:	

¿Qué te gusta hacer especialmente (aficiones...)?

¿Qué te hace feliz?

¿Qué cosas te preocupan o te molestan?

¿Qué te gusta de las chicas?

¿Qué te gusta de los chicos?

¿Cómo imaginas tu futuro?

Si te concedieran un deseo, ¿cuál sería?

cf. Sexualpädagogik in interkulturellen Gruppen, 2007, p. 48 et seq.

En los grupos homogéneos por sexo se pueden señalar las diferencias dentro de un determinado grupo y, por tanto, pueden utilizarse para romper los estereotipos de género. También puede adaptarse las preguntas a las características del grupo que está trabajando. Recomendamos señalar que todas las personas tienen similitudes y diferencias y son absolutamente iguales.

4.2. Emoción

Postal	30 min.
<u>Objetivo:</u> • Introducción a temas sobre emociones. • Práctica para verbalizar las emociones.	
Los participantes se sientan en un círculo de sillas alrededor de una mesa. En el centro de ésta, hay una serie de fotos, tarjetas o postales con diferentes motivos y/o dichos que son puestos por el facilitador. Cada participante elige una postal y le dice al grupo cuáles son las asociaciones que tiene con ésta. La persona que facilita puede hacer preguntas como: ¿Cómo te sientes hoy?, ¿Qué asocias con esta foto o postal? ¿Te hace recordar en alguna experiencia?	

suggestions: *Bildimpulse maxi: Emotionen – Fotokarten für Inspiration und Coaching*, 2013.

A veces las/los adolescentes no quieren hablar de sus sentimientos o les resulta difícil hacerlo. La participación es voluntaria.

Posters “Sentimientos”	45 min.
<u>Objetivo:</u> • Reflexión sobre las propias emociones • Mejora de la capacidad de expresar sus propios sentimientos de manera adecuada. • Formación de la empatía	
Los posters o carteles se preparan en la sala o lugar de realización del taller. Los jóvenes tienen que escribir o dibujar diferentes maneras de expresar sentimientos. En cada poster tiene que haber sólo un tema. A: • ¿Qué sentimientos agradables conozco? • ¿Qué sentimientos desagradables conozco? • ¿Qué tacto desagradable se? • ¿Cuándo es fácil decir “no”? • ¿Cuándo es difícil decir “no”? B: • ¿Cómo me muestro cuando estoy enamorado? • ¿Cómo me muestro cuando estoy enfadado? • ¿Cómo le muestro a una persona cuando realmente él/ella me gusta? • ¿Cómo me puedo mostrar cuando alguien me ofende? Posteriormente habrá un debate acerca de las experiencias que hayan surgido a raíz del ejercicio. ¿Qué ha sido más difícil? ¿Y más fácil?, ¿Qué sentimientos eran más adecuado y cuáles menos?; ¿Cómo pueden otras personas reconocer sus sentimientos correctamente, y que pueden hacer si no se da el caso?	

Sensación de emociones contrarias	30 min.
<u>Objetivo:</u> • Reflexión de nuestras propias emociones	

• Reflexión sobre estrategias de afrontamiento positivas.
La sala o zona de taller estará separada en dos áreas (se puede utilizar cualquier material, como por ejemplo una cuerda). Las áreas están asignadas a emociones opuestas. La persona facilitadora menciona un estado emocional y su contrario. Los y las participantes ahora tienen que decidir con qué emoción están más familiarizados/as, es decir la que experimentan con más frecuencia. A partir de esta decisión, entran en el área designada. Una vez en el área deberán sentir esta emoción e incorporarla con la expresión facial. Posteriormente, tienen que cambiar al área opuesta y realizar la misma actividad. <u>Ejemplos:</u> • Tener miedo – ser valiente • Sentir Indefensión – tener poder • Estar triste – ser feliz • Amor – odio • <i>cf. Fühlen erwünscht, 2007, p.91</i> Una vez realizada la actividad, en la reflexión posterior a esta, recomendamos señalar que también las emociones desagradables o negativas son parte de nuestras vidas. El facilitador de taller debe reflexionar sobre estrategias constructivas de afrontamiento de todas estas emociones. Por ejemplo, cuando estoy enfadado me ayuda ir a correr, o quedar con amigos, escuchar música...maneras de gestionar estas emociones y afrontarlas de manera constructiva.

4.3. Identidad

Coquetear “Se tú misma/o”	60 min.
<u>Objetivo:</u> • Reflexión sobre las necesidades y expectativas personales • Desarrollo de la propia imagen • Reflexión sobre el autocontrol en situaciones de coqueteo	

La persona facilitadora presenta la sesión mostrando el video: “*Flirting: Be yourself*”. Después se les pide a las/os adolescentes que piensen en situaciones de coqueteo / citas que hayan experimentado. A partir de aquí, la persona facilitadora prepara tres carteles (2 ó 3 dependiendo del número de participantes); Uno está dedicado a los aspectos positivos y agradables de las situaciones de coqueteo, el otro para los desagradables, y otro para las emociones o experiencias neutrales. Por ello, se pide a las/os adolescentes que hablen de sus experiencias y se asignen por ella, en los diferentes grupos por carteles (grupos de unas cuatro personas aproximadamente). Una experiencia en que se da el coqueteo puede contener aspectos tanto agradables como desagradables. Los adolescentes desarrollan su situación ideal de cita (que se plasma en otro cartel) y resume el facilitador.

- ¿En qué lugar y a qué hora debería ser?
- ¿En qué estado de ánimo debería estar?
- En caso de inseguridad, ¿quién me puede ayudar, con quien puedo hablar?
- ¿Qué espero de mí misma/o?
- ¿Que espero de la persona con la que coqueteo o quiero coquetear?
- ¿Cómo quiero comportarme? y ¿Cómo quiero que se comporte?
- ¿Qué impacto debo tener para hacer realidad mis expectativas?
- ...

Cuando se desarrolla la situación de coqueteo ideal, las/os adolescentes pueden hacer un juego de roles de esa situación, o escribir una historia sobre ella.

Hazissa

video: <http://www.european-flirt-expert.eu/produkte/peer-materialien/>

El humor y la diversión son un ejercicio importante en esta actividad. Las declaraciones degradantes que pueden surgir son detenidas por la persona facilitadora. El juego de roles también se guía en caso de que alguien comience a sentir incomodidad. Este método funciona mejor en grupos heterogéneos de sexo.

“Hey Baby”	20 min.
Objetivo: • Práctica de coquetear de manera lúdica	

• Experiencia de aceptación y aprecio • Práctica para tratar el rechazo
Las/s participantes se sientan en círculo (con sillas). Una participante se encuentra en medio del círculo. Tiene que conseguir un asiento. La manera de conseguir ese sitio es mediante conseguir la sonrisa de una persona. El sexo de la persona no es importante. Lo que se dice es: “Hey baby, me gustas, si te gusto también, dame una sonrisa”. Si la persona a la que va dirigido sonríe. Responde: “Hey baby, a mí también me gustas, y por eso tienes mi sonrisa”, él o ella tienen que ponerse en medio del círculo. El intento de coquetear también puede ser rechazado: “Hey baby, me gustas también, pero no tienes mi sonrisa”. En este caso, la persona en medio del círculo tiene que continuar intentándolo. Concluyendo el ejercicio se debe comenzar una reflexión para el grupo. ¿Era más fácil coquetear con mujeres o con hombres? ¿Qué actividades no verbales fueron útiles? ¿Cómo me sentí cuando me rechazaron? ¿Cómo me sentía cuando rechazaba el intento de una persona?
cf. <i>Sexualpädagogik der Vielfalt</i>, 2008, p.139 Este método funciona cuando el grupo es mixto. Flirtear entre el mismo sexo es igualitario e igual de posible. En general, sirve para superar la timidez. Con un poco de estímulo, es una actividad alegre para la mayoría de participantes.

El amor romántico	60 min.
Objetivo: • Tomar conciencia de que el amor romántico es una imagen de amor que se promueve en un mundo en el que no tenemos suficiente amor por nosotros/as mismos/as y, por lo tanto, necesitamos que otros/as nos lo den para que podamos sentirnos bien.	
El amor romántico es un acercamiento emocional al amor que nos “invita” a mirar hacia fuera y que opera sobre la base de necesidades que necesitamos que otros nos satisfagan. Este es un acercamiento al “amor” que requiere una confirmación externa permanente. La confirmación que requiere es que se adapte a las necesidades de la persona en ese momento. En términos generales, no somos plenamente capaces de entregar permanentemente lo que la otra	

persona necesita. Aquí está la trampa del amor romántico: se basa en necesidades interminables, pero no es capaz de entregar lo que se necesita para poder satisfacerlo. Esto abre la puerta al conflicto que conspira contra la posibilidad de moverse “en unión” (un movimiento que requiere armonía). Si esto es así, la intención y el estado de ser de la persona cuando coquetea hace una diferencia significativa.

El amor romántico se basa en una serie de mitos. Entre otros:

1. El mito de “mi otra mitad” o “la media naranja”: hay otra persona que está destinada a ser nuestra pareja. Es la persona ideal tanto para nosotros/as como para la otra persona. Solo necesitamos conocernos. El resto simplemente pasará.

El riesgo de aceptar este mito es que alimenta nuestras expectativas sin límites. Esto conlleva: A) Colocar enormes exigencias sobre la otra persona (con el consiguiente riesgo de decepción) o B) una sobre tolerancia que podría traer para justificar todo lo que está mal porque terminar la relación sería un fracaso total e implicaría no tener éxito en la vida.

Por último, este mito podría llevar a aquellos que no tienen “suerte” a encontrar su “otra mitad” para sentirse vacío/a, angustia o falta de autoestima y ser tratados inferiores a comparación de aquellos que si encuentran “su mitad”.

2. El mito del dolor: el amor significa sufrimiento, sacrificio y aceptación de que, a pesar de la intensidad de los conflictos entre la pareja, el amor prevalecerá y trabajará a través de todo lo que sucede.

Cualquier relación requiere aceptar que todo no puede ser, que tenemos que negociar y renunciar a cosas que nos importan en el nombre de estar juntos/as. Anteponer “estar juntos/as” antes de nuestro bienestar puede terminar en situaciones abusivas de diferente tipo e intensidad.

3. El mito de los celos: los celos son una clara señal de amor. Si

eres celoso/a, eso solo significa cuánto te importa tu pareja. Si seguimos esta línea de pensamiento, si no eres celoso implicará que tu pareja no te importa demasiado. Basándonos en esto, mientras que los celos son un signo de una verdadera relación, la falta de ellos son una mala señal.

El celo se dice, popularmente, que nace del miedo o temor a que nuestra pareja no nos confirme como elegido/a en algún momento de la relación. Esta posibilidad, implica inseguridad, miedo, sospecha y desconfianza en la relación.

Los celos pueden convertir fácilmente la relación en una pesadilla y llevar a todo tipo de comportamiento abusivo /control entre la pareja. Depende de cada uno/a de nosotros/as decidir si ser controlado/a o abusado/a es un signo de amor o no.

4. El mito de la ceguera: el amor es ciego y fortuito. Se da cuando se da, y no puede ser controlado cuando viene. Por tanto, no es racional. El amor es como una tormenta. No hay barreras sociales o culturales.

En relación con este mito, hay que tener en cuenta que todos nosotros somos seres sociales, culturales y económicamente condicionados. Simplemente no es cierto que somos totalmente libres para tomar nuestras propias decisiones con respecto la relación que tengamos con nuestra pareja y el hecho de que no somos responsables ante nadie. Por lo tanto, lograr un equilibrio entre las emociones y la razón puede funcionar bien.

Actividades:

1. Formar grupos de 4 personas y compartir su experiencia y la de alguien que conoces que fue tocado por la noción de amor romántico. A partir de aquí, explorar los mitos uno por uno. Ser tan completo y ordenado como se pueda en las explicaciones. Llegar a conclusiones sobre cada uno de ellos. Una persona del grupo tiene que tomar notas y compartir con el gran grupo final.
2. Discutir si el amor romántico es una idea deseable o no y

si es algo que se pueda considerar deseable. ¿Es sostenible?
Fundación Privada Indera

El amor pertenece a...	45 min.
Objetivo: • Reflexionar sobre el amor y las relaciones • Reconocimiento de opiniones similares o diferentes.	
La persona facilitadora explica que, un lado de la sala donde se realiza el taller, representa “no, estoy totalmente en desacuerdo”, y el lado opuesto de la sala representa que “sí, estoy totalmente de acuerdo”. E espacio en medio debe utilizarse para los matices. Se pide a los participantes que se pongan en el centro de la sala y escuchen a la persona facilitadora leyendo una declaración tras otra y luego encuentren su propia posición apropiada. Después de cada declaración se comienza un debate o discusión. El amor implica: • Peleas o discusiones • Devoción • Buen sexo • Confianza • Sensación de seguridad • Tener un hobby común • Tener relaciones sexuales al menos 4 veces a la semana • Cena romántica con velas • Apoyo mutuo • Escuchar la misma música • Celos • Ir a la misma escuela • Ser atractivo para tu pareja • Permitirse tener relaciones sexuales con otras personas • Confianza • Sexo oral	

- Pasar tiempo con amigos
- Hablar sobre el futuro
- Regalos frecuentes
- Establecer y/o formar una familia
- ...

cf. Sexualpädagogik der Vielfalt, 2008, p.49 et. seq.

Hicimos esta experiencia que en la que en general los chicos y las chicas son muy comunicativos/as al realizar el ejercicio. Los/las adolescentes más tranquilos/as pueden participar de manera más individual y se les pide que compartan sus opiniones y experiencias. No hay declaraciones “verdaderas” o “falsas”. Sin embargo, las preguntas reflexivas, son necesarias y deben hacerse.

Flirteamos según nuestro modo de vida	60 min.
Objetivo: • Tomar conciencia de la relación existente entre cómo vivimos y cómo coqueteamos. • Tomar conciencia de las consecuencias de la violencia sexual y la necesidad de prevenirla a través de nuestra forma de vivir.	
Vivimos con una energía específica. Si somos alegres, por ejemplo, nos movemos con alegría y lo transmitimos allá donde nos movemos. Si estamos enfadados, nos movemos con ira y también nos movemos con ella. Y así igual con la tristeza. Incluso, si lo deseamos, no podemos compartir la vida a voluntad. No es tan fácil cambiar los estados de ánimo una vez que estamos en movimiento. No es imposible volver a realizar nuestros movimientos, pero no siempre es fácil, y puedo llevar tiempo. Tendemos a ser bastante monotemáticos/as con respecto a lo que pedimos la vida en un momento determinado. Si buscamos el reconocimiento de los demás, tendemos a buscarlo en todos los aspectos de nuestra vida. En cualquier ocasión e interacción es una buena oportunidad de conseguir lo que estamos pidiendo. “Vemos” la vida a través de las lentes de cómo nos sentimos y lo que queremos/necesitamos y consecuentemente, “leemos” cada	

ocasión y cada interacción basada en eso y actuamos para asegurarnos de que obtengamos lo que queremos. Si nos sentimos en un estado de ánimo muy cariñoso y lo queremos compartir, nos aseguramos de que esto suceda en cada interacción. Por tanto, nos sentimos como nos sentimos, no hay parte de nuestra vida que no lo refleje.

Coquetear es parte también de la vida. Esencialmente, flirteamos de una manera que no sea diferente a cómo vivimos nuestra vida y a como somos. Si esto es así, el enfoque no está en las estrategias, sino en aprender a cómo gestionar nuestro comportamiento. El enfoque tiene que ser colocado principalmente en cómo vivimos. ¿Qué significa esto? Se refiere a la calidad en la que elegimos vivir nuestra vida diaria, cómo estamos con nosotros/as mismos/as, cuál es el nivel de conexión con nuestro cuerpo y con nosotros/as mismos/as (autocuidado) y para otros/as (como nos comunicamos con la gente...). Cuanto mejor sea la calidad general, mejor será lo que podamos compartir con el mundo y más naturales seremos cuando ligamos. Es necesario trabajar para las formas positivas de vivir y construir el bienestar que conducirá naturalmente a formas positivas de coquetear. Una manera positiva de ligar comienza con nosotros/as mismos/as.

Actividad:

La persona facilitadora elige a dos personas (o más), les pide que cierren los ojos y les dice que recuerden una situación de coqueteo que realmente les molestó o les dolió. Al abrir los ojos tienen que coquetear de esa forma entre sí. El objetivo de hacer esto es que sean capaces de sentir las limitaciones y los obstáculos que pueden llevar a ese comportamiento.

Pide al grupo que se sientan de nuevo, que vuelvan a cerrar los ojos y que respiren durante dos o tres minutos sintiendo cómo se mueve el cuerpo cuando empujan el aire hacia dentro y hacia fuera y les dicen que conecten los movimientos mecánicos del cuerpo mientras respiran con la intención de flirtear con respeto y con cariño. Esto ayudara a los participantes a sentir lo diferente que sería para ellos (en comparación con la situación anterior) si siguen coqueteando de un cuerpo que transpira intenciones amorosas, cariñosas y respetuosas.

Para llegar a este punto, se iniciará una discusión general sobre:

• ¿Cómo se sintieron en sus cuerpos en ambos momentos? • ¿Qué cuerpos los soporta mejor para entrar en el estado de ánimo de coquetear? • Si pudieron elegir, ¿qué tipo de cuerpo preferirías que tuviera tu pareja potencial? Los participantes aprenderán que, si les gusta “darle al amor una oportunidad”, ahora pueden.
<i>Fundación Privada Indera</i>

Diseñar un anuncio de contacto	45 min.
<u>Objetivo:</u> • Experiencia de apreciación • Reflejo de los estereotipos de género • Reflexión sobre nociones de amor y relaciones • Ejercicios de autopercepción • Empatía entre los participantes.	
Los/as adolescentes se separan en grupos mixtos. En parejas se hacen entrevistas entre sí: ¿Quién eres? ¿Cómo estás? ¿Qué es importante para ti? ¿Cómo debería ser la chica o el chico ideal para ti? ¿Qué es importante para ti en una relación? Las parejas diseñan anuncios de contacto de ellas/os mismas/os. Después, los anuncios se colocan en la pared y son leídos por todos/as los/as participantes. A partir de allí, se hace una discusión respecto a los anuncios de contacto. ¿Le dan una imagen realista de la persona? ¿Mi propio anuncio me atrae? ¿Hay diferencias entre anuncios de chicos y chicas? ¿Cuáles son las diferencias y similitudes dentro de un grupo de chicas o de chicos? etc.	
<i>cf. Sexualpädagogik in interkulturellen Gruppen, 2008, p. 127</i> El humor es un factor muy importante en este ejercicio; la persona facilitadora debe tener cuidado respecto declaraciones desagradables y pararlas a tiempo.	

Carteles de identidad	45 min.
------------------------------	----------------

Objetivo:

- Reflexiones sobre las nociones personales hacia la planificación de la vida.
- Reflexiones sobre las estrategias para alcanzar los objetivos de la vida.

Los/as participantes se dividen en pequeños grupos de aproximadamente cuatro personas. La persona facilitadora trae preparados carteles con las siguientes categorías y preguntas de reflexión escritas en él. Cada grupo pequeño trabaja y discute en una categoría por 10-15 minutos. Se les instruye a escribir o a sacar sus conclusiones en los carteles. Posteriormente lo hacen con otra categoría. Finalmente, las conclusiones son presentadas delante de todos.

Profesión:

- ¿A qué profesión te gustaría dedicarte?
- ¿Qué puedo hacer para lograr este objetivo?
- ¿Qué y quien necesito para ello?

Vivienda:

- ¿Cómo quieres vivir en el futuro?
- ¿Dónde quieres vivir en el futuro?
- ¿Con quién te gustaría vivir? ¿Quieres vivir sola/o?
- ¿Qué puedo hacer ahora para lograr este objetivo?
- ¿Cómo diseñarías tu habitación o apartamento para sentirte cómodo/a?

Tiempo libre:

- ¿Cómo te gusta pasar tu tiempo libre?
- ¿Qué te gustaría probar en un futuro?
- ¿Qué hábitos te molestan o preocupan? ¿Qué te gustaría cambiar en un futuro?

Red social – Amigos/familia...:

- ¿Qué personas son particularmente importantes para ti? ¿Con quién te sientes cómodo/a?
- ¿Desearías tener más contacto con alguien?
- ¿Desearías tener menos contacto con alguien?
- ¿Qué puedes hacer para que tus deseos se hagan realidad ?- ¿Qué

necesitas para eso?
<i>Hazissa</i> Dependiendo del tamaño del grupo, la facilitación puede saltarse algunas categorías y los/as participantes pueden elegir en qué temas quieren trabajar. Recomendamos obligar a las categorías red-social – amigos/ familia...y asociación.

Juego de relaciones	60 min.
Objetivo: • Desarrollo autónomo de opiniones • Práctica de las argumentaciones • Mejora de las habilidades empáticas	
Las/os participantes se sientan en un círculo alrededor de una mesa y obtienen dos pilas de tarjetas de respuestas. La persona facilitadora lee la primera pregunta, los/as participantes responden anónimamente con sus tarjetas y se recogen en una caja. Después los/as participantes deben adivinar cuál es la respuesta más común del grupo con una segunda tarjeta. Los/as participantes que lo hayan adivinado tendrán un punto. Los/as adolescentes sacan su tarjeta de respuesta fuera de la caja, y se realiza otra ronda. Después de cada ronda se discuten las situaciones de relación. Acaba ganando la persona que tenga más puntos. <u>Preguntas:</u> 1. ¿Qué harías si tu pareja te deja durante la noche? A: Saltaría por un puente. B: Me vengaría C: Trataría de hablar con mi pareja. D: No me importa, ya buscaré otra pareja.	

2. ¿Qué harías si alguien coquetea con tu pareja en una discoteca?

A: Me enfrentaría a esa persona.

B: Coquetearía yo también con otra persona.

C: Me iría a casa.

D: Le mostraría a esa persona que es mi pareja de una manera agresiva.

3. ¿Qué harías si tu pareja quiere tener sexo, pero tú no quieres?

A: No quiero rechazarla. Se hace rápido de todos modos.

B: Diré que tengo dolor de cabeza.

C: Le diré que en ese momento no me apetece tener relaciones sexuales.

4. ¿Qué harías tú, si quieres tener relaciones sexuales con tu pareja, pero ella no quiere?

A: Saldría con los amigos.

B: Haría cualquier otra cosa con mi pareja.

C: „No” no tiene que significar necesariamente “No”. Intentaría presionar.

D: El sexo es parte de una buena relación, acabaría consiguiendo lo que quiero.

5. ¿Qué harías si tu pareja te dice que tiene tendencias homosexuales?

A: Me sorprendería, y acabaría con la relación.

B: Intentaría traerla de vuelta al camino correcto.

C: No importa. Todavía creo en nuestra relación.

D: Reflexionaré sobre los errores que he cometido.

6. Te enamoraste profundamente de una persona. ¿Cuáles serían tus próximos pasos?

A: Intento obtener su número de teléfono o contactos de redes sociales y contactar vía mensajes o redes sociales.

B: Me acercaría y empezaría hablar.

C: Intentaría averiguar lo que la persona piensa de mí, y cuando estuviera segura/o de que la persona también siente algo por mí, mostraría mis sentimientos.

D: Intento conseguir su atención, pero espero hasta que empiece a hablar conmigo.

7. ¿De dónde sacarías los anticonceptivos, si los necesitases?

Chicos:

A: No lo sé, es una tarea de mujeres

B: Me pondría un condón de algún dispensador de condones

C: No he pensado todavía en eso

D: Hablaría con mi pareja para ver qué anticonceptivo es el más adecuado en nuestro caso

Chicas:

A: No he pensado todavía en eso

B: Hablaría con mi pareja para ver qué anticonceptivo es el más adecuado en nuestro caso

C: Me informaría sobre el tema (ginecóloga, amigas, internet...).

D: Mientras esté teniendo relaciones, tendré cuidado de no quedarme embarazada

8. Es fin de semana y tu pareja quiere salir con los amigos, y a ti, te gustaría pasar tiempo a solas con él o ella. ¿Qué harías?

A: Hablaría con él y trataría de encontrar un compromiso.

B: No me importa. Lo que yo quiera hacer, lo haré.

C: Lo dejaría ir, pero le mostraría que me duele.

Hazissa

No hay respuestas verdaderas o falsas, aun así las preguntas reflexivas

deben hacerse. Las/os participantes deben estar familiarizados entre sí.

Verdadero o falso	30 min.
Objetivo: • Confrontación con la orientación sexual/homosexualidad • Ruptura de nociones homofóbicas.	
Un lado de la sala donde se realiza el taller está determinado para el “sí”, el otro lado, para el “no”. Se hacen varias preguntas y los participantes van a un lado u otro en función de su respuesta. Después de cada pregunta se ve la posición de los participantes, cada persona debe reflejar su sentimiento, sin hablar ni hacer comentarios. <u>Posibles preguntas:</u> ¿Alguna vez te has enamorado? ¿Has sido infeliz por amor? ¿Has cogido un autobús sin pagar el billete? ¿Alguna vez has besado a una mujer? ¿Alguna vez has besado a un hombre? ¿Conoces a personas lesbianas, gays, bisexuales o transexuales en persona? ¿Eres suficientemente tímido/a para acercarte a la persona que te gusta? ¿Irías a un bar de lesbianas? ¿Te molesta o te incomoda si conoces a una persona y no sabes si es mujer o hombre? ¿Te gusta bailar en una fiesta? etc. Última pregunta: ¿quién mintió como mínimo una vez?	
<i>cf. Sexualpädagogik in interkulturellen Gruppen, 2007, p. 149</i> Esta actividad se debe realizar con grupos mixtos de chicos y chicas.	

4.4. Sexualidad /Educación sexual

Cadena de asociación	20 min.
Objetivo: • Introducción al tema de la sexualidad	

• Superar los tabús respecto al tema
Un/a participante del grupo dice cualquier término relacionado con la sexualidad. Puede referirse a emociones, amor, genitales, relaciones sexuales...La persona facilitadora escribe la palabra en una hoja. Entonces la/el siguiente adolescente tiene que encontrar una palabra que comience con la última letra de la palabra anterior.
<i>cf. Sexualpädagogik in interkulturellen Gruppen, 2007, p.27</i> Los términos que se usen de manera incorrecta pueden ser explicados en la reflexión final.

Caja negra	30 min.
Objetivo: • Reducir las inseguridades • Tener más conocimiento respecto a la sexualidad	
A los/as adolescentes se les da una hoja de papel y pueden escribir todas la preguntas o dudas que tengan respecto la sexualidad, las relaciones, el amor...La persona facilitadora de la actividad, recoge las hojas y da explicaciones generales al grupo una vez leídas las preguntas.	
Este método bien conocido es muy útil porque da a los adolescentes la oportunidad de hacer sus preguntas de manera anónima. Se recomienda, que se recolecten las hojas antes de tener un breve descanso para que el facilitador tenga el tiempo de leer las preguntas y preparar las respuestas.	

Expertos asociados	40 min.
Objetivo: • Manera positiva para coquetear • Adquirir conocimientos sobre la sexualidad	
De cuatro a seis adolescentes voluntarias/os del grupo se determinan como las personas“expertas en sexualidad y formas positivas de coquetear”. Se sientan frente al resto del grupo y responden las preguntas que les realizará el “público”.	
<i>Stowarzyszenie Nowa Kultura i Edukacja</i> La facilitación también puede hacer preguntas para motivar el debate y dar apoyo a los “expertas/s” con explicación fácticas.	

La cuerda de los anticonceptivos	30 min.
Objetivos: • Adquirir conocimientos sobre anticonceptivos	
La persona facilitadora prepara fotos de anticonceptivos, una cuerda como tendedero, y pinzas. El tendedero se pone en la sala, las fotos sobre la mesa. Se ordena a los/as adolescentes que pongan las fotos en orden en la cuerda del menos seguro al más seguro. Posteriormente se explica cada uno de los anticonceptivos.	
cf. http://oegf.at/wissen/methoden.html, http://www.contraceptivetechnology.org/the-book/take-a-peek/contraceptive-efficacy/ También se puede formar dos grupos y el que tiene más respuestas correctas es el grupo ganador.	

Cuestionario sobre la sexualidad	45 min.
Objetivo: • Educación sexual.	
¿Cuánto suele durar la relación sexual? - Lo que decidamos/querramos mi pareja y yo. (Correcta) 1 hora - De 5 a diez minutos - Lo que dure el hombre ¿Hay también niños que sufren VIH? - Los niños no pueden ser afectados porque aún no tienen relaciones sexuales - Si, pueden haber nacido con ella o se infectaron con sangre contaminada (Correcta) ¿A qué edad se permite tener relaciones sexuales? 16 (correcta) 12 - Cuando ella se sienta lista, y él quiera también.	

4. ¿Qué es el clítoris?
 - a. Un órgano sexual femenino muy excitable y sensible (correcta)
 - b. Una glándula masculina que produce líquido seminal.
 - c. La región entre la vagina y el ano.

5. ¿Cuáles de estos anticonceptivos pueden prevenir también enfermedades de transmisión sexual?
 - a. La píldora anticonceptiva
 - b. El preservativo (correcta)
 - c. DIU

6. ¿Qué significa un coitus interruptus?
 - a. Relaciones sexuales sin condón
 - b. Relaciones homosexuales
 - c. Un coito interrumpido (correcta)

7. ¿Cuántas personas hablan abiertamente con su pareja acerca de la sexualidad?
 - a. 10 % (correcta)
 - b. 40 %
 - c. Más de un 60 %

8. Aproximadamente ¿qué medida tiene el pene erecto de los hombres adultos?
 - a. 8-10 cm
 - b. 12-15 cm (correcta)
 - c. 17-20 cm

9. ¿Cuál es la profundidad de la vagina de las mujeres adultas cuando no está erigida sexualmente?
 - a. 5 -7 cm
 - b. 7-12 cm (correcta)
 - c. 12-15 cm

10. ¿Qué significa “salir del armario”?

a. Cuando los políticos tienen que dar malas noticias respecto un tema en los medios de comunicación. b. Cuando una compañía farmacéutica presenta un nuevo medicamento. c. Cuando una persona revela que se siente atraída por personas del mismo sexo (correcta)
11. ¿Qué significa “masturbación”? a. Una fantasía erótica b. Una actividad sexual que se hace solo/a, y para uno/a mismo/a (correcta) c. Una enfermedad de transmisión sexual
12. ¿Qué es una hormona? a. Una sustancia endógena que causa cambios físicos en la pubertad; p.ej. Crecimiento del vello púbico, pechos, etc...(correcta) b. Una religión c. Un ermitaño
<i>cf. Sexualpädagogik der Vielfalt, 2008, p.100 et. Seq.</i> Recomendamos la creación de un cuestionario en línea, por ejemplo: https://getkahoot.com/ Cada adolescente necesita una conexión a internet a través de un teléfono inteligente o el taller se puede realizar en una sala de ordenadores. El facilitador necesita uno también. Cuando comienza el cuestionario se muestra el nombre que se da a cada participante para que inicie la sesión. Ahora pueden crear un perfil. Una clasificación para determinar quién gana es hecha por la propia web (kahoot). La facilitación da explicaciones fácticas después de cada pregunta antes de continuar con la siguiente.

Video: „Sex, we can? “	45 min
<u>Objetivo:</u> • Adquirir conocimientos sobre la sexualidad • Reflejar los roles de género • Reflejar la pornografía	

La educación sexual para adolescentes a través de películas es un método útil. La película “Sex, we can?” da esos objetivos en relación con el mundo emocional de los/as adolescentes con un toque de humor.

<http://www.sexualpaedagogik.at/sex-we-can/>

Esta película es recomendada para adolescentes de entre 14 y 18 años. Está estructurada en tres capítulos y se recomienda hacer una pausa entre capítulo y capítulo para resumir los contenidos principales, iniciar una discusión y responder preguntas.

Cuestionario sobre pornografía	45 min.
Objetivo: • Sensibilización sobre las diferencias entre la sexualidad de la vida real y las imágenes distorsionadas creadas por los medios pornográficos • Ruptura de nociones sexistas	
1. ¿Por qué las mujeres gimen tan fuerte en el porno todo el tiempo? a. Porque el sexo es bueno b. Porque así lo dice el director (correcta) c. La simulación de sentimientos reales conduce a mayores ventas (correcta) 2. ¿Por qué los hombres tienen el pene tan largo en el mundo del porno? a. La industria pornográfica selecciona principalmente hombres con grandes penes (correcta) b. El sexo es más fácil de visualizar c. Cuando más largo el pene, más dura el acto sexual 3. ¿Por qué normalmente las mujeres tienen los pechos grandes en el mundo del porno? a. Es más fácil para los hombres agarrarlos b. Hay menos lesiones al tener relaciones sexuales en la posición del misionero. c. La industria del porno hace esta selección (correcta) 4. El buen sexo tiene que seguir este orden crucial: sexo oral, sexo vaginal, sexo anal y eyaculación. ¿Cierto?	

- a. Eso está bien porque sabes lo que viene después.
 - b. Cierto. Así ninguna bacteria intestinal puede entrar en la vagina.
 - c. No. Las personas que tienen relaciones sexuales deciden lo que quieren hacer (correcta)
5. ¿Por qué los hombres pueden tener tantas eyaculaciones consecutivas en el porno?
- a. Ellos practican mucho para hacer eso
 - b. La edición de las películas se utiliza para dar esta falsa impresión. (correcta)
 - c. Los hombres que actúan no tiene relaciones sexuales mucho tiempo antes de rodar la película
6. ¿Por qué hay tanto esperma en el porno?
- a. El sexo en el porno hace que el cuerpo masculino produzca más esperma
 - b. Las espectadoras femeninas quieren ver una gran cantidad de esperma
 - c. No es real. Se utiliza esperma artificial (Correcta)
7. Ser actriz/actor porno es un gran trabajo. Tener sexo todo el día y ganar mucho dinero ¿Cierto?
- a. No, tener sexo delante de las cámaras y frente desconocidos no es genial (correcta)
 - b. No del todo, ya que no todo el mundo elige esto de manera voluntaria, especialmente las mujeres (correcta)
 - c. Es bueno solo para unas pocas personas a las que les gusta ser observadas (correcta)
8. ¿Por qué la mayoría de actores no usan preservativo en el porno?
- a. Un médico está allí todo el tiempo; por tanto, no hay necesidad de preservativo
 - b. Es demasiado complicado y nada sexy usarlo
 - c. El porno sin preservativos vende mejor (correcta)
9. Todos los adultos tienen sexo como se muestra en el porno. ¿Cierto?

- a. No, el porno muestra fantasías, no la realidad (correcta)
- b. Si, el sexo es salvaje y lascivo siempre
- c. No, pero algunas personas tratan de imitar las imágenes mostradas (correcta)

10. ¿Se permite ver pornografía a todas las edades?

- a. Sí, es una buena manera de aprender sobre el sexo
- b. No, a partir de los 18 (correcta)
- c. Si, puedes verlo fácilmente en internet

11. Obtienes una foto de una compañera de clase desnuda. ¿Qué haces?

- a. Informaría de ello a un adulto (correcta)
- b. Eliminaría la imagen (correcta)
- c. La colgaría en internet

12. El porno a menudo es criticado ¿Por qué?

- a. Se dedica principalmente a los espectadores (correcta)
- b. Los roles de género producidos son desiguales (correcta)
- c. Algunas mujeres se ven obligadas a hacer porno (correcta)

cf. Sexualpädagogik der Vielfalt, 2008, p.120 et. seq.

Recomendamos la creación de un cuestionario en línea, por ejemplo:

<https://getkahoot.com/>

Cada adolescente necesita una conexión a internet a través de un teléfono inteligente o el taller se puede realizar en una sala de ordenadores. La persona facilitadora necesita uno también. Cuando comienza el cuestionario se muestra el nombre que se da a los/as adolescentes para que inicien la sesión. Ahora pueden crear un perfil. Una clasificación para determinar quién gana es hecha por la propia web (kahoot). La facilitación da explicaciones tácticas después de cada pregunta antes de continuar con la siguiente.

4.5. Prevención de la violencia sexual / Ayuda y soporte / Regulación legal

Patrizia y Roland	45 min.
Objetivo: Reflexionar sobre las formas de violencia sexual	

- Reflexionar sobre las estrategias de prevención

Se lee la siguiente historia:

Patricia es invitada a una fiesta en casa de una amiga. Ella espera que Roland venga a la fiesta (ya que su amiga Lena, se lo había dicho). Patricia se encontró con Roland un par de veces en el patio del instituto y se siente atraída por él. En la fiesta, ella tiene la intención de llegar a conocerlo.

Roland se encuentra con sus amigos en la plaza principal. Él va vestido con una camiseta nueva para impresionar a Patricia. Él espera verla esta noche en la fiesta. Tom y Kevin también se reúnen en la plaza principal y le dicen a Roland: “¿Qué, vas a lanzarte sobre Patricia esta noche?” con una sonrisa en sus caras. Roland se pone rojo de vergüenza, y no contesta. Cuando están todos juntos van hacia la fiesta. Cuando llegan allí, hay muy buen ambiente. Cuando Patricia ve a Roland y sus amigos viniendo, ella se emociona y se pone nerviosa, se toma una copa y se queda a su lado. Cuando suena la siguiente canción, Patricia saca a bailar a Roland, y él aunque al principio se queda un poco sorprendido, sale contento a bailar con ella. Después de un buen rato bailando juntos, deciden salir, se sientan en un banco a hablar. Roland pone su brazo alrededor del hombro de Patricia y se besan. Patricia está muy feliz, porque todo va como ella esperaba.

Él también está muy contento. De repente, Patricia se levanta y le propone ir dentro a continuar bailando, pero él le dice de quedarse un rato más, que acaban de empezar. Trata de empujarla hacia él y besarla, pero ella sigue con la idea de irse con sus amigos: “¡Vamos dentro!”, pero Roland agarra su muñeca e intenta empujarla de nuevo al banco donde estaban sentados. Ella se defiende con todas sus fuerzas y escapa de él, mientras él le grita: “maldita puta, te atraparé!”.

Posteriormente, la persona facilitadora modera un debate en la sala, centrado en estas preguntas:

¿Cómo se siente Patricia?

¿Cómo se siente Roland?

¿Cómo creéis que continúa la historia?

¿Cómo queréis que continúe la historia?

Posteriormente se puede hacer:

Grupo A: un juego de roles.

Grupo B: un cómic de la historia.

Hazissa

Al practicar el juego de rol y el cómic es importante que las personas facilitadoras detengan el ejercicio cuando los/as adolescentes tienden a realizar situaciones violentas. El juego de rol y el cómic se centran en estrategias constructivas de afrontar una situación conflictiva como la planteada en la historia.

Hechos y mitos sobre la violencia sexual	30 min.
Objetivo: • Romper mitos de “verdades” que no son reales, comparado con diversas estadísticas y explicaciones	
1. Las víctimas provocan agresiones sexuales cuando se visten provocativamente o actúan de manera promiscua 2. Si una persona va a la habitación de alguien, casa, o va a un bar, el/ella asume el riesgo de asalto sexual. Si algo sucede más tarde, el/ella no puede decir que fue violada o sexualmente agredida porque el/ella debería haber sabido que no iría a esos lugares 3. Sólo las mujeres jóvenes y bonitas son asaltadas 4. La violación es un delito sexual cometido por un extraño 5. No es agresión sexual si sucede después de beber o tomar drogas 6. La violación solo le ocurre a ciertos tipos de mujeres 7. Cuando una mujer dice no, realmente quiere decir sí 8. La mayoría de violaciones son denunciadas	
<i>Stowarzyszenie Nowa Kultura i Edukacja</i> Después de esta actividad, se instruye a las/os adolescentes para que discutan acerca de las situaciones que conocen que consideran formas de violencia sexual. Luego se les da la siguiente definición de violencia sexual.	

Concepto de violencia sexual	30 min.
<u>Objetivo:</u> Reflexión sobre las diferentes formas de violencia sexual	
Las/os adolescentes son informados sobre la distintas formas de violencia sexual: La violencia sexual es ... - Alguien que hace un comentario ofensivo y obsceno sobre tu cuerpo - Que alguien te toque, aunque no te guste (por ejemplo: acariciar los genitales...) - Que alguien te bese, aunque no te guste - Que alguien te obligue a tocarlo, aunque no te guste - Que alguien te obligue a verlo o verla desnudo, aunque no te guste - Que alguien te muestre contenido pornográfico (en algún caso cuando tengas menos de 18 años o en otros casos, que te sientas obligado hacerlo, sin importar que seas mayor de edad) - Que alguien tenga fotos o videos que tuyos desnudo o desnuda en contra de tu voluntad - Que alguien te obligue a tener relaciones sexuales o intentar hacerlo (por ejemplo, persuadir, instar...) - Cuando te ves obligado a no hablar de ello	
<i>Hazissa</i>	

“Cómo explicar el sexo consensuado con una taza de té”	10 min.
<u>Objetivo:</u> Reflexionar sobre el consentimiento en las relaciones sexuales.	
Este video de 2:50 min, da una excelente explicación de lo que trata el consentimiento mutuo en las relaciones sexuales.	

<https://www.youtube.com/watch?v=VKn96LdbRI0>

Explicación de las regulaciones legales/ Sistemas de ayuda y soporte	30 min.
Objetivo: • Adquirir conocimientos sobre los derechos sexuales • Adquirir conocimientos sobre las normas legales relativas a la sexualidad en un país concreto	
Con los folletos disponibles las/os adolescentes son informados sobre las regulaciones legales relativas a la sexualidad en su país. Estos son debatidos y los/as adolescentes también pueden introducir ejemplos de agresiones sexuales. La persona facilitadora debe dar opciones de ayuda de asociaciones del país o región que den apoyo a los jóvenes.	
http://www.european-flirt-expert.eu/produkte/ La persona facilitadora tiene que cuidar que los debates entre los adolescentes no sean demasiado emocionales y se expliquen de manera factual (con ejemplos y hechos, y no teórico). En el caso de que un/a adolescente participante informe de que ha sido afectado/a por la violencia sexual, las personas responsables deben involucrarse e informar sobre los sistemas de ayuda y apoyo también para continuar el proceso de asistencia.	

5. Referencias

- Bildimpulse maxi: Emotionen – Fotokarten für Inspiration und Coaching; Berlin, 2013.
- Fühlen erwünscht: Praxishandbuch für alle sozialen Berufe. 88 Übungen für verschiedene Zielgruppen und Symptomatiken; Paderborn, 2007.
- Krahé, Barbara: Pornografiekonsum, sexuelle Skripts und sexuelle Aggression im Jugendalter. In: Zeitschrift für Entwicklungspsychologie und Pädagogische Psychologie, 43 (3), S. 133-141, Göttingen: Hogrefe, 2011.
- Renz, Meral (2007): Sexualpädagogik in interkulturellen Gruppen – Infos, Methoden und ArbeitsblätterMülheim an der Ruhr, 2007.
- Timmermanns, Stefan / Tuidar, Elisabeth: Sexualpädagogik der Vielfalt – Praxismethoden zu Identitäten, Beziehungen, Körper und Prävention für Schule und Jugendarbeit; Weinheim und München, 2008.
- <http://www.european-flirt-expert.eu/produkte/peer-materialien/>
- <http://oegf.at/wissen/methoden.html>
- <http://www.contraceptivetechnology.org/the-book/take-a-peek/contraceptive-efficacy/>
- <http://www.sexualpaedagogik.at/sex-we-can/>
- <https://www.youtube.com/watch?v=VKn96LdbRI0>

Media owner



Verein Hazissa \ Karmeliterplatz 2/2 \ 8010 Graz

Editing

Mag^a. Yvonne Seidler \ Hazissa \ Karmeliterplatz 2/2 \ 8010 Graz

Christoph Schnabl, BA. \ Hazissa \ Karmeliterplatz 2/2 \ 8010 Graz

Graphic Design

Sarah Seidler

This manual was developed in cooperation with:



ASOCIATIA TINERI PARTENERI PENTRU DEZVOLTAREA SOCIETATII CIVILE

STR.IZVORUL OLTULUI NO.6. BL.21,SC.2,AP.118

041037 București

www.youngpartners.ro



Fundación Privada Indera

C/ Hospital, 53

08001 Barcelona

www.fundacion-ndera.org



Stowarzyszenie Nowa Kultura i Edukacja

T. Kościuszki 41 m 3

05-825 Grodzisk Mazowiecki

www.nkie.pl