

**PROGRAMA YO DECIDO, YO ME CUIDO
PARA EL APLAZAMIENTO DEL EMBARAZO EN ADOLESCENTES¹**

MÓDULO 6

COMUNICACIÓN PADRES E HIJOS Y SEXUALIDAD²

Yuliana Andrea Bustos
Natalia Mosquera
Angie Tatiana Hoyos³
Martha Lucia Gómez González, PhD⁴

1. Definición y clasificación:

La comunicación entre padres-madres e hijos (as) es para Cerrato (2016) un intercambio fluido de información, tanto verbal, emocional y no verbal, así como un mutuo entendimiento y agrado en la interacción familiar. También dice que, una apropiada comunicación entre madres-padres e hijos-hijas permite que se desarrolle una confianza y libertad de expresión entre ellos, además, genera ambientes para hablar diferentes temas, entre ellos la sexualidad. Para el autor, los adolescentes tienen muchas preguntas respecto a este tema y es en ese momento en que los padres-madres deben estar atentos y presentes para tener una comunicación activa y así evitar malas relaciones y conflictos familiares.

La comunicación tiene una gran influencia en el contexto y funciona como factor de protección y de riesgo en el desarrollo de los adolescentes, dado que es una etapa crucial para sus vidas. Asimismo, una comunicación positiva y abierta, se vincula con una variedad de logros en el funcionamiento familiar (Raimund, Molina, Leibovich & Schmidt, 2017).

En esta línea, Toro (2010) como se cita en Cerrato (2016), afirma que “una comunicación sexual ineficiente, entre otros factores, podrían aumentar el riesgo de conductas como el inicio precoz de citas románticas y relaciones sexuales, un escaso uso de anticonceptivos y un mayor riesgo de embarazos adolescentes” (p. 3)

Con base a lo expuesto anteriormente se encontró la necesidad de trabajar y fortalecer siete temas diferentes con padres-madres e hijos (as); los cuales son:

- Diálogos sobre educación sexual y sus mitos.
- Resolución de conflictos.

¹ Producto del Semillero Relaciones Interpersonales y Adolescencia, Adscrito al grupo de investigación GIBPSICOS, Programa de Psicología, Universidad Católica de Oriente

² Producto en el marco del proyecto Yo decido-Yo me cuido. Programa para el Aplazamiento del embarazo en adolescentes Propuesto por el Semillero Relaciones Interpersonales y Adolescencia del programa de Psicología

³ Estudiantes semillerista y participantes en el proyecto

⁴ Docente y líder del semillero Relaciones interpersonales y adolescencia, Universidad Católica de Oriente

- Expresar libre y plenamente su afectividad.
- Ideales románticos en la elección de pareja.
- La comunicación como habilidad para el aprendizaje.
- Tipos de crianza en cuanto a la educación de los hijos.
- Redes sociales, comunicación a través de internet.

A continuación, se expondrán los temas mencionados haciendo hincapié en su relevancia frente a la necesidad de aplazar el embarazo durante esta etapa de la vida.

Los diálogos de educación y mitos sexuales pueden desarrollarse mediante diferentes dimensiones ya que existe una estrecha relación entre el riesgo de embarazo en adolescentes y la comunicación. Estas dimensiones van desde el nivel de confianza, nivel de atención, hasta diversos factores sociales. Según lo expuesto por Ramos (2019) “el vínculo que existe entre los miembros de una familia se transforma en un recurso para que sus miembros de manera auténtica y sencilla se apoyen y se integren para satisfacer carencias en el aspecto emocional y afectivo” (p. 37).

Lo anterior se hace posible por la conexión emocional y psicológica, seguridad y confianza que existe entre sus miembros, por lo tanto, recomienda dialogar permanentemente con los hijos, sin estigmas, prejuicios o creencias que puedan afectar el nivel de confianza que estos tienen con respecto a sus padres para así dar lugar a un adecuado desarrollo de la vida sexual, con el objetivo de prevenir el embarazo en los adolescentes a temprana edad.

En cuanto a la *resolución de conflictos* podemos observar que juega un papel clave en la incidencia del embarazo en adolescente ya que está involucrada en el proceso comunicativo y de interacción, pues tiene como objetivo mediar un desacuerdo entre dos o más personas hasta que las partes involucradas sean capaces de encontrar una adecuada solución.

En este sentido, es necesario desarrollar esta competencia tanto en los hijos como en los padres, de tal modo que, durante el desarrollo sexual adolescente, sea un puente y modelo efectivo y afectivo entre ambas partes, y así garantizar el logro de valores como reciprocidad, igualdad, responsabilidad y respeto, los cuales son prerequisites para mantener relaciones sociales y sexuales consensuadas, sanas y seguras (García & Redín, 2018).

Por otra parte, se requiere *expresar libre y plenamente su afectividad*, identificando dentro de este tema la importancia del relacionamiento afectivo dentro del círculo familiar, tal y como lo decía Lila, Buelga y Musitu, (2006) como se cita en González (2015), la familia ejerce un papel fundamental en el desarrollo del adolescente, permitiendo que se basen sobre esta relación para interactuar con otras personas, y establecer relaciones íntimas significativas y duraderas. En esta temática también podría evidenciarse la independencia que el adolescente

busca y quiere obtener en esta etapa de la vida, tomando distancia de su círculo familiar y apropiándose cada vez más de las relaciones sociales, es decir, el adolescente comienza a apartarse de su familia y a no comunicar lo que está sintiendo, sino que se basa de su grupo de pares para manifestar lo que piensa y siente; esta problemática se explica desde la falta de empatía que se presenta por parte de los miembros de la familia, ya que no se comprenden los conflictos que cada uno presenta o se minimizan los sentimientos del adolescente, llevando a que ambas partes se vean afectadas y que los problemas paterno-filiales sean cada vez más propensos a debilitar la afectividad en la relación familiar. (González, 2015)

Por otro lado, según lo expuesto por Flores (2019), los *ideales románticos en la elección de pareja* se basan en la transmisión de valores y costumbres de generación a generación, estos giran en torno a una construcción social idealizada del rol de cada género que tiene como finalidad la correcta elección de una pareja que se rija por los parámetros establecidos en la familia.

En esta línea, según, Cuevas et al. (2015) los padres-madres podrían tener injerencia en la toma de decisión de su hija-hijo respecto a tener una relación de pareja, y, aunque la sociedad y la cultura también están posiblemente vinculados a esta decisión, se hace necesario hablar principalmente de la familia como pilar en la transmisión de creencias, valores y principios que sirven de guía para su desarrollo en la vida; además, Cuevas et al. (2015) resalta que, la familia es la primera en brindar unas bases sólidas para que los adolescentes tomen buenas decisiones, y en este caso, tienen una cuota de responsabilidad frente a la elección de pareja de su hijo-hija, dado que el ejemplo, tipo de familia, valores, creencias, convivencia y manera de resolver conflictos se transmiten y se verán reflejados en las acciones de los adolescentes.

En cuanto a *la comunicación dentro de la familia que permita un aprendizaje*, encontramos que la dinámica familiar no se trata solo a pertenecer a un grupo que comparte lazos de sangre, sino que a través de la interacción y el aporte de cada miembro de la familia, se coopera, se comparte y se facilita la convivencia basada en crecimiento personal, enfrentando y solucionando conflictos; de esta manera, se comprende que los padres al ser la principal y primera figura de apego del menor, constituyen el principal referente o modelo a seguir, impactando de manera directa en el desarrollo de competencias socioemocionales constructivas, que en el curso de su vida se verá reflejada en el establecimiento de relaciones sanas y basadas en la confianza para comunicar los sentimientos, pensamientos y emociones. (Carrera y colaboradores, 2013)

Por todo lo anterior, es importante que los padres tengan herramientas personales que propicien este aprendizaje y comuniquen de manera respetuosa y directa los temas sobre

sexualidad, ya que esto permite que los padres sean modelos saludables y transmitan bienestar a sus hijos, esto desde las habilidades comunicativas. (Carrera y colaboradores, 2013)

Asimismo, es importante resaltar el *papel que tienen los padres-madres en la crianza de los hijos-hijas*, dado que es en los primeros años de vida donde se forman los modelos mentales relacionados con las primeras interacciones de la infancia; es decir, informan de los comportamientos, pensamientos y emociones de un niño en las relaciones posteriores, como por ejemplo en una relación pareja, de modo que, la manera en que los padres-madres interactúan con sus hijos-hijas, la forma como se da la convivencia, el nivel de cercanía y confianza entre los integrantes de la familia informa de algunos posibles patrones de comportamiento adolescente.

Esto ocurre puesto que estos modelos son esenciales para un buen desarrollo de la identidad, formación de su personalidad, habilidades y destrezas que lo acompañaran y le brindaran seguridad para mantener relaciones sociales y personales sanas a lo largo de su vida (Mumford, Liu, Taylor, 2016).

Por otra parte, el sano monitoreo de los padres sobre las relaciones románticas de sus hijos-hijas, permite que se establezcan normas, confianza y comunicación entre ellos, asimismo, se genera un clima donde se pueden modelar los propios rasgos y comportamientos de relación de los padres-madres. Además, la paternidad coercitiva como las reglas restrictivas de las citas durante la adolescencia pueden ser un factor de riesgo y aumento de problemas de conducta, por lo tanto, el monitoreo, la comunicación y las pautas de crianza bien establecidas promueven las sanas relaciones sociales, la autonomía, la seguridad personal, el proyecto de vida y la toma de decisiones conscientes. (Giordano et al. 2016)

Para hablar acerca de la *comunicación a través de internet (redes sociales)*, es importante recordar que la comunicación es un intercambio de comunicación entre un emisor y un receptor, además, de permitir la construcción de sentido en el relacionamiento (Reyes y Velásquez, 2018), siendo las redes sociales, una de las herramientas más populares en esta época, y que permite compartir información de una manera interactiva. De esta manera, estamos ante un cambio comunicacional que se ha producido desde hace aproximadamente una década, donde el ámbito familiar también se ve afectado por la necesidad de privacidad que exigen los hijos (Castells, 2007). Teniendo en cuenta lo anterior, se considera trabajar en el proyecto el área de comunicación dentro de la familia, donde los vínculos puedan fortalecerse, y el uso de la información pueda verse beneficiado en cuanto a la privacidad de cada integrante del núcleo familiar.

A. Teorías que lo explican o definen:

Para adentrarnos en la discusión de lo que implica la comunicación entre padres e hijos en relación con el aplazamiento del embarazo, es necesario hacer claridad sobre algunos términos como lo son “comunicación y familia”, todo esto con el fin de dar a conocer la importancia de la socialización y educación sexual en familia.

De esta manera, se cita a Cordero (2018) quien entiende la comunicación como el proceso de interacción que tiene la sociedad en general para intercambiar y crear conocimiento entre sí, teniendo presente, que para que este intercambio se lleve a cabo, es importante que exista uno o varios receptores que codifican esta información y a su vez apoyen la construcción de significados y símbolos nuevos, identificando también, el intercambio de roles que se experimentan durante este proceso.

Otro aspecto importante es la familia, ya que esta es una institución universal tomada como elemento primario de socialización transmisión de valores, culturales y religiosos totalmente imprescindible en el desarrollo del ser humano y esta debe brindar al adolescente en primer lugar el apoyo y la protección y en segundo lugar el respeto a sus necesidades de independencia y autoconocimiento para que de esta manera se pueda edificar en él, una persona totalmente funcional.

Además de todo lo mencionado anteriormente, la familia debe establecer una adecuada comunicación acerca de temas asociados a la sexualidad y prevención del embarazo en adolescentes. A muchos padres les gustaría comunicarse con sus hijos sobre cuestiones sexuales, pero lo hacen superficialmente o no lo hacen en absoluto, porque carecen de las habilidades de comunicación, el conocimiento o la comodidad necesarios (Gervilla, 2013, como se cita en Calle, 2017).

Según, Baumrind, (1993) como se citó en Chura, (2016), planteó cuatro categorías donde se ve reflejado la vinculación de las conductas de los progenitores y sus actitudes frente al comportamiento de los hijos en temas de crianza. La autora dice que “el estilo de relación se asocia con la adquisición de características socioemocionales y se basa en dos aspectos de la crianza. Por un lado, la capacidad de respuesta de los padres a las necesidades del niño y, por el otro, la exigencia de los padres en cuanto espera un comportamiento más maduro y responsable de un niño” (p.18). Estas interacciones se enmarcan principalmente en dos dimensiones: afecto-comunicación y control-exigencias. De estas, propuso las cuatro categorías o estilos: autoritario, democrático, permisivo e indiferente- negligente. Estos estilos resumen un conjunto de conductas parentales, tales como, afectividad, comunicación, calidez,

exigencia-control y autonomía, que se relacionan con el desarrollo y bienestar de los niños y las decisiones que tome en la vida.

A continuación, se presenta la tabla 1 donde se organiza de forma resumida el estilo de crianza, sus características y el comportamiento parental y de los hijos(as), según Diana Baumrind (1993):

Tabla 1.

Estilos de crianza según Baumrind

Estilo	Características	Comportamiento
Autoritario (TooHard)	Se presentan niveles bajos de comunicación asertiva, sensibilidad y demostraciones de afecto, también hay una fuerte afirmación del poder por parte de los padres hacia los hijos.	Hijo(a): baja autonomía y creatividad, falta de seguridad personal y competencias sociales, como también se pueden evidenciar rasgos de agresividad y poca espontaneidad. Padre-madre: uso del castigo, se mantienen rígidos con normas exigentes y suelen ser duros con sus hijos.
Permisivo (TooSoft)	Sensibilidad y conexión afectiva de los padres hacia los hijos, bajas exigencias y demandas de madurez para promover la autonomía, dado que, evitan la confrontación con los hijos y permiten las conductas impulsivas.	Hijo(a): bajo autocontrol, dificultades con las normas y restricciones, alta capacidad de respuesta por parte de los mayores. Padre-madre: El padre permisivo es excesivamente sensible a las demandas del niño, y bajo nivel de exigencia paterna
Democrático	Manifestaciones empáticas y afectivas, usando argumentos y un refuerzo positivo acompañado de una disciplina inductiva, retirada de privilegios. Se ve reflejada una comunicación fluida que promueve la buena convivencia.	Hijo (a): En la conducta de los hijos se ve reflejado en las buenas habilidades sociales, en su responsabilidad y proactividad, desarrollo de su autoestima, autocontrol y autoconcepto, además, permite un grado menor de incidencias a conductas de riesgo o conflictos Padre-madre: se interesa por el bienestar y obligaciones del hijo (a), promoviendo la autonomía y la expresión de lo que piensa y siente.
Negligente	Indiferencias con las necesidades emocionales de los hijos, hay permisividad y pasividad en el control de la conducta, se refleja pocas restricciones y reglas por un afán de complacencia de los padres hacia los hijos, limitándose solo a darles lo básico y necesario.	Hijo(a): escaso autocontrol, poco desarrollo en la seguridad y competencias sociales, poco respeto por las normas y figuras de autoridad, bajo nivel de autoestima e identidad difusa, además, presentan poca estabilidad emocional.

Padre-madre: poco compromiso y exigencia, indiferentes con necesidades afectivas y se limitan a dar lo necesario.

Fuente: Córdoba (2014)

B. Relación o influencia en el embarazo en adolescentes:

La comunicación familiar es un factor determinante para las relaciones que se establecen dentro del sistema familiar y con las demás personas; por lo tanto, Vanegas & Valles (2019), consideran que, la estructura familiar debe presentar un adecuado funcionamiento, establecer pautas de crianza, comprender la interacción entre un subsistema y otro al anterior del núcleo familiar, cumpliendo el rol que cada miembro representa, la comunicación y los límites que instauran entre cada subsistema, de lo contrario el núcleo familiar puede ser disfuncional o multiproblemático, presentándose así como un factor asociado al embarazo en adolescentes.

Con respecto al ámbito de la educación sexual dentro de la familia, se considera un tema importante en la formación integral del individuo, dado que implica un conocimiento más allá de lo meramente biológico, como por ejemplo la búsqueda y construcción de la identidad y relaciones afectivas. Por ello, es importante que la familia establezca diálogos al interior de la familia, ejerzan y suplan las necesidades afectivas, puesto que, este punto tiene una gran connotación en el inicio de las relaciones sexuales de los adolescentes; a su vez, la desinformación que se tiene y que, al no satisfacer sus temores e inquietudes en casa, busque suplirlos en los grupos de pares o en una relación de pareja (Vanegas & Valles, 2019).

En esta línea, Larico (2020) identificó la falta de compromiso que tienen algunos padres frente a temas de educación sexual y/o embarazo a temprana edad, y es que, sin tener una razón válida o cierta, los padres desde su posición rechazan y asumen actitudes de silencio frente a estas temáticas, y cierran la comunicación con sus hijos basados en los mitos, los tabús y los saberes que desde su experiencia adquirieron, llevando a sus hijos a la búsqueda de información poco confiable.

Esto lo confirman Silva & Hurtado (2018), y describen el poco compromiso que asumen las familias para hablar de sexualidad, incluso, toman posturas de reprensión cuando en el ámbito familiar se presentan situaciones encaminadas a la vida sexual de uno de los integrantes, en este caso los hijos, teniendo como resultado que estos tomen decisiones, no tanto por iniciativa propia, sino por llevar la contraria a sus padres. Cuando los padres continuamente edifican barreras que limitan la comunicación con sus hijos sobre temas de sexualidad y embarazo, generan en estos la privatización a conocimientos necesarios los cuales

pueden permitir en el adolescente la toma de decisiones conscientemente y que experimenten su sexualidad de manera plena, segura y responsable, sobre todo, que puedan prevenir el embarazo precoz.

Finalmente, en el sistema familiar se debe brindar seguridad emocional y tener un equilibrio en la manera de ejercer la autoridad, sin perder el rol, pero sí buscando ofrecer confianza a sus hijos.

Partiendo de lo anterior, hay que considerar que los comportamientos que los padres utilizan en los procesos de socialización de los hijos instauran bases que inciden en los comportamientos de los hijos. Los padres se vinculan entre sí en una bidimensionalidad, la conyugalidad para ejercer funciones parentales, ambas partes se pueden influenciar mutua y eventualmente, una y otra pueden fracasar, tanto por defecto como por exceso; y es en estos casos donde la personalidad del hijo (a) que se refleja las consecuencias negativas o positivas. Estos comportamientos pueden expresarse de manera internalizante o externalizante, siendo éstos últimos, los que despiertan preocupación en las convivencias familiares y relaciones sociales (Chura, 2016).

En este sentido, según Torres y colaboradores (2018), el embarazo en adolescentes puede ser el resultado de diversos factores psicosociales, como lo es la falta de apoyo emocional, falta de preocupación por los padres, falta de conocimiento, organización social del adolescente y por la manera en que las dinámicas familiares se llevan a cabo, es decir, se pueden encontrar familias con relación estrecha donde la comunicación sea abierta y fluente, así como también se pueden encontrar familiar con conflictos y ningún tipo de comunicación.

La comunicación como tal dentro de la familia puede ser otorgada a uno de los miembros de los padres, específicamente por corresponder al mismo género, facilitando que el proceso de la comunicación se lleve a cabo y logre sus objetivos: informar y educar; sin embargo, cuando la dinámica familiar se presenta como conflictiva y sin diálogo abierto, el distanciamiento de los jóvenes con sus padres es notorio, según lo planteado por Campo-Arias, (2009) citado en González y colaboradores, (2017) quien afirma, además, que la exploración de su sexualidad puede ser poco compartida con la familia y, por tanto, que los jóvenes se podrían distanciar de sus padres.

Cuando se logra que los padres compartan información con sus hijos, lo hacen basados en sus experiencias, tal como lo plantea González et al. (2017), ya que, de acuerdo con los resultados encontrados en sus estudios, los padres manifestaban que se basaban en el contexto que tuvieron durante su desarrollo personal, y de este modo cada adolescente podía interpretar esta información y construir la propia. Además, los autores resaltan la independencia que van

incorporando los adolescentes en cuanto a su vida sexual, pues a partir de la información que tienen y van ganando en la interacción con el medio, toman decisiones sobre su sexualidad. En este sentido, si el vínculo con la familia es fuerte, se tomarán decisiones encaminadas a las expectativas que tienen los padres; en cambio, si el vínculo no es fuerte, los adolescentes se valdrán por sí mismos para tomar las decisiones encaminadas a su sexualidad.

Considerando lo planteado anteriormente, y algunas previas investigaciones, surgen algunas razones por las cuales se evidencia poca o falta de comunicación entre padres y adolescentes, las cuales se basan en miedos o barreras en la comunicación que impiden a estos tener una buena relación con sus hijos (Kajula y colaboradores, 2014).

Esta investigación de Kajula y colaboradores (2014), es una exploración cualitativa acerca de la comunicación sobre la sexualidad con adolescentes, en la que participaron dos grupos diferentes, un grupo de 114 adolescentes de 12 a 15 años y un subgrupo de 20 padres. El estudio incluyó 24 entrevistas a profundidad y 12 discusiones de grupos focales con personas del mismo sexo. Se obtuvo como resultado la identificación de algunas razones que impiden que pueda surgir una adecuada comunicación, estos son:

- El foco de los mensajes de los padres
- La moraleja del mensaje
- Las barreras a la comunicación entre padres y adolescentes.

Adicionalmente se evidenció que el género y las actitudes conservadoras influyen en el grado de comunicación a tal punto de generar sucesos en el cual el adolescente tiene consecuencias negativas en su vida sexual activa y sobre los métodos de planificación. Por otra parte, los padres no conservadores establecen una mayor comunicación orientadas a la educación sexual, pues estos padres tienen un reconocimiento positivo sobre la comunicación efectiva, seguridad y uso de métodos anticonceptivos, así como lo planteaba Swain y colaboradores (2006) como se cita en Carrillo y colaboradores (2017).

ESTRUCTURA DEL MÓDULO

TEMAS	SESIONES	COGNICIONES	COMPORTAMIENTOS
La comunicación como habilidad para el aprendizaje.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Conociéndonos: mis actitudes hacia la sexualidad 2. “Enséñame a comunicar y aprendamos juntos” (Padres e hijos) 	<ul style="list-style-type: none"> -Autoevaluación -Reformulación de esquemas. -Empatía -Desarrollo de habilidades y conceptos relacionados a la comunicación. 	<ul style="list-style-type: none"> -Identificar actitudes hacia la sexualidad que se pueden modificar -Desplegar conductas de comunicación asertiva con los padres
Resolución de problemas.	<ol style="list-style-type: none"> 1. “Buscando estrategias para dialogar” (Padres e hijos) 	<ul style="list-style-type: none"> -Comprender y reflexionar sobre los condicionantes de la comunicación. “Contexto de la comunicación” 	<ul style="list-style-type: none"> - Desplegar habilidades para la escucha activa, propuesta de alternativas y manejo de problemas
Expresar libre y plenamente su afectividad.	<ol style="list-style-type: none"> 1. “Hablemos de afectividad” (hijos) 2. “La línea del amor” (padres e hijos) 3. “Lo que yo quiero es comprender y aprender” (solo padres) 	<ul style="list-style-type: none"> -Empatía -Solidaridad -Conocimientos sobre la afectividad. -Identifica los sentimientos que vivencia por los miembros de la familia. -Compartir sentimientos y emociones con los padres. - Habilitar herramientas para el diálogo sobre sexualidad. 	<ul style="list-style-type: none"> -Expresa de manera abierta y asertiva su afecto hacia otros -Expresa de forma asertiva sus pensamientos y emociones respecto a los miembros de la familia, permitiendo que esto no interfiera en el relacionamiento. -Comparte sus sentimientos de manera abierta y asertiva con los miembros de la familia.
Diálogos sobre educación sexual y sus mitos.	<p>“Me Conozco, Me Construyo”</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Construcción de los mitos (Padres e hijos) 	<ul style="list-style-type: none"> -Análisis constructivo entre padres e hijos. -Comprender sobre el valor de la comunicación y el apoyo para prevenir el embarazo y el abuso sexual. 	<ul style="list-style-type: none"> -Disminuir las consecuencias negativas en la sexualidad por parte de los adolescentes.

SESIÓN 1

EMPATIZO Y ME COMUNICO CONTIGO

TEMAS	SESIONES	COGNICIONES	COMPORTAMIENTOS
La comunicación como habilidad para el aprendizaje.	1. "Empatizo y me comunico contigo"	-Reformulación de esquemas. -Empatía -Desarrollo de habilidades y conceptos relacionados a la comunicación y sexualidad	-Identificar actitudes hacia la sexualidad que se pueden modificar -Desplegar conductas de comunicación asertiva con los padres e hijos

Objetivo general: Realizar una aportación teórico-práctico sobre las barreras relacionadas con las actitudes hacia la sexualidad y sobre cómo abordarlo en los hogares.

Objetivos específicos:

- Promover el clima para comenzar a abordar temas vinculados a la sexualidad entre padres e hijos
- Utilizar la empatía como herramienta para comunicar a sus hijos e hijas

Logros esperados: A partir de las actividades planteadas para el trabajo con adolescentes y sus padres, se espera que los mismos logren apropiarse de la información encontrada para el aprendizaje del tema de la sexualidad y así avanzar en la comunicación empática y asertiva con sus hijos.

Descripción y encuadre: el objetivo principal de realizar un encuadre al inicio de la sesión es muy importante porque es en este espacio donde los participantes de los encuentros tendrán claridad de lo que se va a hacer, cómo se va a hacer y con base a ello se construirán los compromisos y normas que se llevarán a cabo en cada jornada entre ambas partes (facilitadores/as y participantes). Es fundamental que los facilitadores se presenten y enfatizan en agradecer a los padres el poder estar en los encuentros, puesto que tienen varias obligaciones y sacar un tiempo para compartir, aprender y reflexionar es un indicador de la responsabilidad que tiene como padre-madre.

Es importante decirles que para que todo funcione bien es necesario ponerse de acuerdo sobre cómo van a trabajar, algunos ejemplos que se pueden dar para estimular su participación son: respetar las opiniones de los otros, escuchar al otro, solidaridad, libertad para participar, respeto, entre otras... Aquí se les pide a los participantes si desean agregar otra norma de trabajo, si surgen se deben anotar todas y tenerlas muy presente en cada encuentro, en caso de que no surjan, los facilitadores/as pueden proponer otras y dar continuidad con el desarrollo del encuentro.

Duración: 2 horas aproximadamente

Materiales: Solo se requiere del recurso humano (facilitadores/as y participantes)

Momentos de actividad

1. Presentación del tema:

En un primer momento se abordará una de las barreras más importantes que se han identificado para poder ser efectivo a la hora de involucrarnos en la educación de la sexualidad de nuestros hijos e hijas, o de hablar de manera más eficiente con nuestros padres sobre estos temas. Esta barrera se relaciona con las actitudes hacia la sexualidad, es decir, los juicios de beneficios o no beneficios que hacemos sobre la sexualidad, sobre hablar de este tema y de abordarlo con los adolescentes en los hogares.

En un segundo momento se llevará a cabo el desarrollo del tema principal que es la comunicación acompañada de los estilos de respuestas con un ingrediente fundamental: la empatía; y, por último, se realizará el cierre acompañado de una reflexión y conclusiones generales del encuentro.

2. Desarrollo:

Actividad 1. Cuestionario actitudes hacia la sexualidad. (15 a 20 minutos)

Entonces, vamos a identificar algunas de sus actitudes hacia la educación de la sexualidad y vamos a basarnos en un cuestionario elaborado por la Dra Angela Rojas (2021, p.47-49), y que nos ha permitido usarlo acá.

Les entregamos el cuestionario del anexo 1 y les pedimos que califiquen de 1 a 5 qué tan de acuerdo están con las afirmaciones que allí se encuentran en el cuestionario según la escala. Debe indicarles que las afirmaciones hacen referencia a la manera en que ellos piensan la

mayoría de las ocasiones y que es importante que al responder piensen en lo que ellos consideran y no en lo que otros pueden pensar de su respuesta.

Espere a que todos la contesten (aproximadamente 15 minutos) y ahora indíqueles que van a sumar los puntajes de cada escala y luego van a sumar los totales de todos los cuestionarios para obtener el puntaje definitivo.

Indíqueles que este puntaje solo es un criterio numérico de comparación que les facilitará identificar esas actitudes hacia la sexualidad y evaluar su progreso a medida que se avanza en el módulo y en otros en los que van a participar.

Una vez que tengan el puntaje, presénteles la siguiente tabla (la puede escribir en el tablero):

Puntaje final	Este puntaje indica que expresa
Entre 32 y 64	Pocas actitudes negativas hacia la sexualidad
Entre 66 y 96	Algunas actitudes negativas hacia la sexualidad
Entre 98 y 160	Muchas actitudes negativas hacia la sexualidad

Fuente: Rojas (2021, p. 49)

Pídales entonces que identifiquen en qué grupo está su puntaje y si reflejan sus actitudes hacia la sexualidad, y si no es así ¿por qué creen que no la reflejan?

Cuéntales, para cerrar la actividad, que hay muchas razones por las que adquirimos esas actitudes, entre las que se encuentra la forma en que este tema se ha abordado en la familia, la escuela, trabajo, comunidad, etc, o también algunas experiencias que se hayan vivido y que llevaron a formarse unos tipos de actitudes específicas, entonces es conveniente que en casa se pregunten de qué manera este tema se ha tratado, cómo se ha hecho y si predominan actitudes positivas o negativas, pensando que a lo mejor esta forma de pensar se transmita a los hijos e hijas y terminan pensando igual o muy semejante a ellos.

Actividad 2. “Role Playing”.

Primer momento

Por parejas (conformadas por parejas combinadas, es decir, que las parejas no sean de la misma familia) representarán una situación o caso concreto de la vida real que será asignado por el facilitador/a relacionado con temas de sexualidad (*anexo 2*), deben crearlo según el papel que se les ha asignado y de tal forma que se haga más vivido y auténtico, teniendo en cuenta la manera como lo resolvería el adolescente o el padre/madre en su vida cotidiana (qué diría,

cómo lo diría, qué recomendaciones o consejos daría, sus gestos, movimientos), es decir, el padre/madre fingirá el rol del hijo y viceversa. Para la preparación del tema se dan 10 minutos.

Después de que todos hayan hecho sus presentaciones se pasará al segundo momento, aquí se les habla acerca de los *estilos de respuestas* que se pueden obtener de una comunicación. Para esta parte, se pueden apoyar del **anexo 3**, entréguelo a los padres/madres e hijos. Pida a alguno/a que le ayude con la lectura de cada estilo, con sus conductas habituales y consecuencias, y dé un ejemplo de cada uno.

Es importante que se haga énfasis al estilo de respuesta más constructivo para tener un mejor diálogo (*asertivo*), generar la confianza entre padres e hijos y crear una mayor empatía en las conversaciones. La familia es donde se empieza a entrenar la habilidad empática para lograr una mejor respuesta asertiva, donde los padres/madres tanto como los hijos/as deben desarrollar la habilidad empática mutuamente, y de manera que, viendo el beneficio de ser comprendido por el otro, se habitúan a ser ellos empáticos con los demás.

Explique que comprender a los padres o a los hijos no es una tarea fácil y menos en la etapa de la adolescencia, ya que es un periodo muy crítico para la mayoría de los adolescentes (más para uno que otros). Es fundamental que padre/madre hagan conciencia de la manera cómo comunican las cosas a sus hijos/as, al igual que los adolescentes reconozcan la forma como les dicen las cosas. Mencione que hay comunicación tanto verbal (lo que se dice) y no verbal (cómo lo decimos y lo que hacemos en el momento de decirlo), asimismo, se debe tener presente el cómo se sienta la otra persona con lo que se dijo, si se hirió emocionalmente, si lo tomo a mal, si lo interpreto de otra manera o si le puso a reflexionar; el aprender y adoptar este estilo de conducta en la comunicación. Este es un proceso y no es algo que se aprende de la noche a la mañana, por lo tanto, es importante que se intente poner en práctica en el diario vivir; en este caso, ustedes de padres/madres de familia para que sus hijos/as se sientan en libertad de abrirse a compartir experiencias con ustedes, que puedan dialogar de temas importante como lo es la sexualidad para los adolescentes en esta etapa de sus vidas, que ellos sientan que su familia los escucha, comprende, dialoga y que sean en ellos donde puedan encontrar buenos argumentos e información clara para tomar una decisión en sus vidas, además, esto favorece otras habilidades sociales (autoestima, independencia, autonomía, confianza en sí mismo, mejores relaciones interpersonales) en los adolescentes que le ayudarán a desenvolverse en su diario vivir.

Luego, de la explicación de la importancia de un estilo de respuesta asertivo, se continúa con la siguiente parte del “Role Playing”.

Segundo momento

Consiste en hacer lo mismo que lo anterior con los mismos casos, pero en este momento se tendrá en cuenta la explicación de los estilos de respuesta, es decir, mientras los adolescentes representan el papel de progenitores este tiene que intentar mantener una comunicación positiva con el hijo (madre/padre/), lo que no presupone que haya de estar de acuerdo con el adolescente, ni que se deba ceder a las peticiones si éstas son consideradas inadecuadas o que ponen en peligro ó en alto riesgo a los hijos. Se trata de mantener en todo momento una actitud comprensiva y de argumentar con fundamento la posición que se mantiene. Hay que prestar especial atención a lo que se dice y a la forma en que se dice (el componente no verbal de la comunicación, tono de voz, expresión facial, postura corporal).

Después de realizar todas las actuaciones se abre un espacio para debatir sobre las acciones observadas, si realmente cumplieron con lo que se pedía, si notaron la diferencia entre el primer momento y el segundo del “Role Playing”, y que aprendieron. Este espacio posibilita la toma de conciencia de los elementos funcionales y disfuncionales en la comunicación padres/madres-hijos/as. Los facilitadores/as da por terminada la actividad haciendo una síntesis de ésta de la actividad y de la importancia de practicar los contenidos trabajados en el encuentro, además, se hace la sugerencia que tanto padres/madres e hijos/as compartan aunque sea dos horas a la semana en un lugar tranquilo, un momento de diálogo, de reflexión y de escucha activa, donde puedan intercambiar sentimientos y opiniones de lo vivido en la semana/día, que se sientan escuchados y puedan aprender juntos estrategias que promuevan una adecuada interacción familiar, y les ayuden a mejorar la comunicación entre todos cada día. **(60 minutos)**

3. Reflexión:

Por parte de los facilitadores/as se invita a que los participantes interioricen lo importante de la comunicación en sus vidas, esto lleva a que las familias pongan normas y límites en su convivencia, donde las funciones, derechos y deberes de cada miembro se respeten, donde el tiempo de comunicación entre la familia sea cada vez mayor, a pesar de las necesidades laborales de los padres y por la variedad de actividades que realizan los hijos. Por el contrario, si no hay una buena comunicación en el entorno familiar cada uno hará lo que desea, no habrá

confianza para hablar sobre temas importantes para los adolescentes y es, en estas brechas donde los medios de comunicación, los amigos y demás personas suelen introducir valores en los adolescentes bastante diferentes a los que intentan transmitir los progenitores, hasta llegar a dudar de sus competencias y habilidades para ejercer positivamente su rol parental. Por todo lo anterior, es que se recalca la importancia de la comunicación constructiva. Para finalizar, se les da la palabra a los participantes para conocer sus puntos de vista y así poder construir un conocimiento en conjunto.

4. Cierre:

Los facilitadores/as realizan una síntesis de los principales contenidos presentados en la sesión y refuerzan algunas ideas importantes sobre la comunicación; dando especial importancia a los estilos de respuesta para una buena comunicación y al rol de escuchar empáticamente que los hijos necesitan de sus padres/madres y viceversa. Invite a los participantes a identificar los aprendizajes del encuentro preguntando con qué ideas se van de lo conversado y si creen poder aplicar algo de lo que se trabajó en el taller en sus casas.

Finalmente, los facilitadores/as les hacen la invitación a los participantes para que hagan parte de la próxima sesión.

Anexos de sesión

Anexo 1

Cuestionario actitudes hacia la sexualidad

(Rojas, 2021)

Este cuestionario facilitará identificar algunas de sus actitudes hacia la educación de la sexualidad.

Califica de 1 a 5 qué tan de acuerdo o en desacuerdo está con las siguientes afirmaciones, donde 1 está totalmente en desacuerdo y 5 está totalmente de acuerdo. Marca al frente de cada ítem su respuesta según la escala. Las afirmaciones son generales y hacen referencia a lo que usted piensa en la mayoría de las ocasiones. Es importante que al responder piense en lo que usted considera y no en lo que otros pueden pensar de su respuesta.

1	2	3	4	5
Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo

1. La sexualidad es algo que

N.º	Ítem	1	2	3	4	5
1	Es mejor tratar en privado					
2	Es incómodo de tratar					
3	Es inapropiado tratar con personas desconocidas					
4	En ocasiones es indecente o incorrecto					
5	No es tan importante como algunos creen					
6	No se aprende ni se enseña					
7	En general es desagradable					
8	No puede ser tratada en serio					
9	Siempre termina siendo algo obsceno					
10	Es sagrado					
11	Es íntimo y muy personal					

Puntaje de cada columna:					
Puntaje final: _____					

2. Cuanto más se hable de sexualidad a niñas, niños y adolescentes

N.º	Ítem	1	2	3	4	5
1	Más rápido se van a involucrar en actividades sexuales					
2	Peor serán su moral y su ética					
3	Tendrán mayor interés en empezar a experimentar sexualmente					
4	Presentarán más comportamientos sexuales inapropiados para su edad					
5	Despertaran su deseo sexual antes de tiempo					
6	Habrán más embarazos en adolescentes					
7	Sentirán más curiosidad sobre este tema					
Puntaje de cada columna:						
Puntaje final:						

3. La educación de la sexualidad de niñas, niños y adolescentes es

N.º	Ítem	1	2	3	4	5
1	Un gran desafío					
2	Algo que da miedo emprender					
3	Imposible de ofrecer					
4	Inútil de todas formas					
5	Generalmente inoportuna					
6	Difícil de ofrecer					
7	Aburrida					
8	Algo que prefiero no asumir					
puntaje en cada columna						
puntaje final						

4. La educación de la sexualidad de niñas niños o adolescentes debería ser brindada principalmente por

N.º	Ítem	1	2	3	4	5
1	La familia					
2	La familia las instituciones educativas					
3	Los grupos religiosos					
4	El personal de salud					
5	Los medios de comunicación					
6	Personas de la misma edad buena similar a la del adolescente					
Puntaje en cada columna						
Puntaje total						

Anexo 2. Situaciones- Fuente: elaboración propia

Situación 1

Camila es un adolescente de 17 años, vive con sus padres y su hermano menor, la joven está cursando su último grado de bachillerato. Camila tiene novio hace 6 meses y su familia lo sabe, pero lo que no saben es que su hija ya comenzó su vida sexual. Un día cualquiera la joven estaba hablando por teléfono y decía “quiero verte y repetir lo que hicimos ese día”, su hermano menor la escuchó y fue corriendo a contarle a sus padres, ellos para salir de dudas decidieron preguntarle a Camila. Ella se los confesó y les dijo que lo había hecho por amor, su padre lleno de ira le prohíbe rotundamente seguir con el novio, le quita el teléfono y la computadora, y le advierte que, si la vuelve a ver con el joven, el castigo iba a ser peor; por su parte, la madre no dice nada y deja que todas las medidas las tomé el hombre de la casa.

Situación 2

María es una adolescente de 16 años, está en el noveno grado de la secundaria, vive sola con su madre porque su padre las abandonó hace 8 años. Su madre trabaja mucho y es muy poco el tiempo que pasan juntas. María pretende iniciar su vida sexual, pero antes quiere cerciorarse acerca de cuál sería el mejor método para planificar, por lo tanto, una noche decide esperar a su madre al llegar del trabajo para preguntarle sobre el tema. Su madre le dice que está muy cansada y que no desea hablar de nada, la joven muy triste decide buscar en la internet sobre los mejores métodos anticonceptivos y cuál sería el más adecuado para ella.

Situación 3

Fabián es un adolescente de 18 años, está en el último año del colegio, vive con sus padres, pero dice que es como si viviera solo porque sus padres se la pasan en negocios y viajes. Es un joven muy aislado de los demás, solo tiene una amiga a la cual le confiesa todo lo que le pasa. Fabián desde hace dos años sabe que su inclinación sexual es hacia el mismo sexo (homosexualidad), esto le ha traído serios problemas en cuanto al relacionamiento con otros, pues le dicen que es un afeminado y que debería darle vergüenza, los padres del joven aun no lo saben porque son personas que le tiene mucho odio a quienes se identifican como homosexuales. Su mejor amiga le aconseja que es mejor que se los cuente y que sea lo que tenga que pasar, que pueden que ellos lo entiendan; pasaron varios días y las burlas se incrementaron, entonces el joven decidió contarles a sus padres una noche que llegaron los dos juntos. Su padre lo golpeó y le dijo que no quería a una niña en su casa y que se fuera de la casa inmediatamente, la madre muy impactada intentó hablar con su esposo para mirar qué otra opción había, pero el señor no quiso escucharla y le dijo que no quería volver a saber nada de ese muchacho.

Situación 4

Juan es un joven de 17 años, vive con sus padres y sus dos hermanas mayores, últimamente, le expresa a su mejor amigo que quiere tener relaciones sexuales con su novia, pero que ella aún no se siente preparada. Juan le dice a su novia que si ella no quiere tener relaciones con él es porque no lo quiere, ella le dice que quiere que sea algo bonito y romántico, pero Juan no lo ve así. Una noche el padre de Juan le pregunta que, si ya se había convertido en todo un hombre, con esto se refería a que, si el adolescente ya había iniciado su vida sexual; Juan le responde a su padre que la novia quiere que sea un momento especial, pero su padre le dice que se deje de tonterías y excusas, que a la edad que tiene es hora que sepa lo que se siente tener relaciones y estar con una mujer.


Situación 5

Andrea es una adolescente que está en plena pubertad siente cambios en su cuerpo y esto le asusta un poco, dice hasta sentir vergüenza. Ella vive con sus padres y su abuela paterna. Andrea quiere saber qué es lo que le está pasando, por lo tanto, decide hablar con su madre, pero esta solo le dice que es algo normal y que está creciendo, pero no le da respuestas concretas. Los padres de la joven son personas muy poco expresivas y no les gusta hablar de estos temas relacionados a la sexualidad; por otra parte la abuela, que la adolescente la considera como una segunda mamá, le explica un poco más acerca de lo que está pasando en el cuerpo de Andrea, la abuela le dice *“es un etapa de la adolescencia por el cual todo ser humano pasa, hace que se experimentan muchos cambios en el cuerpo y vas a comenzar a sentir muchas sensaciones, los niños te van a mirar más y querrán conquistarte”*. La joven queda un poco más tranquila, pero siente que no es suficiente lo que le dijo su abuela, y decide buscar por su cuenta, ya sea en la internet, con otras personas mayores o sus amigas.

Situación 6

Ana es una joven de 15 años, vive en el campo con sus padres y su hermana menor. La joven tiene novio hace 2 años y va dos años más adelante que ella en el colegio, pero últimamente, Ana se siente atraída por una compañera de su salón, hace trabajos con ella, se imagina y fantasea muchas cosas con ella, pero al mismo tiempo cae en cuenta que es su amiga, que tiene novio y que no tiene por qué estar sintiendo esas cosas e incluso siente que no se conociera a sí misma por todo lo que siente y piensa últimamente. A medida que pasa el tiempo Ana se siente más confundida con los sentimientos que está teniendo, y se siente agobiada porque no tiene a quien contarle lo que le pasa, sabe que si les cuenta a sus padres la echan de la casa al pensar que es una persona que le gusta tanto los hombres como las mujeres (bisexual), si le cuenta a su amiga puede perder su amistad, y si le dice a su novio de seguro le termina. Ana está muy desesperada y no sabe a quién acudir para que la ayude a entender lo que le está pasando.

Estilos de respuesta



Agresivo

Se caracteriza por la expresión agresiva de las opiniones sin respetar las ajenas despreciando las o atacándolas en un intento de dominar al otro, someterlo a los intereses propios e intentando conseguir las propias metas al precio que sea.


<p>Conductas habituales</p> <ul style="list-style-type: none"> • Acusación • Pelea • Amenaza e insultos • Volumen alto de voz • Mirada retadora, ceño fruncido, cara tensa • Culpar al otro 	<p>Consecuencias</p> <ul style="list-style-type: none"> • Desahogo inmediato • Malestar posterior • Aislamiento • Las otras personas se alejan
--	---

EJEMPLO:
 Las respuestas agresivas en las personas se pueden identificar por medio de críticas e invalidaciones de los sentimientos, verbalizaciones negativas, anotaciones sarcásticas y/o humillaciones hacia su persona, además de mirada fija, agresiva, amenazante, tono de voz elevado, postura corporal tensa, gesto enérgicos, amenazantes, enfrentamiento y habla rápida.


Pasivo

Se caracteriza por no defender los propios derechos al no expresar correctamente las opiniones porque no se conocen, por no saber el modo de hacerlo o por creer que no son importantes para los demás. La conducta pasiva está provocada a menudo por una falta de confianza en uno mismo y por atribuir superioridad al otro.

<p>Conductas habituales</p> <ul style="list-style-type: none"> • Silencio • Asentimiento • Movimientos corporales nerviosos o inadecuados • Dar la razón al otro • Evitar la mirada, ojos hacia abajo • Volumen bajo de voz 	<p>Consecuencias</p> <ul style="list-style-type: none"> • Irritación • Resentimiento • Humillación • Evita los conflictos o no los enfrenta • Los otros abusan
--	--



EJEMPLO:
 Las respuestas pasivas en las personas se pueden identificar por medio de desviación de la mirada, titubear, bajar el tono de voz, postura corporal de indefensión, expresión facial de miedo y/o duda, movimientos corporales nerviosos o inapropiados.
 Normalmente se expresan: "No importa", "Como tú prefieras", "Bueno...", "¿Te enfadas si...?", "¿Te molestaría mucho que...?", "¿Puedo...?"



Asertivo

se caracteriza por ser aquel que implica la expresión directa de los propios sentimientos, necesidades, derechos legítimos u opiniones que no amenazan, castigan ni violan los derechos de los demás. Considerado también como positivo y funcional.

<p>Conductas habituales</p> <ul style="list-style-type: none"> • Expresión de la opinión • Defensa de los propios intereses • Mensajes en primera persona • Contacto ocular directo, gestos firmes 	<p>Consecuencias</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bienestar • Satisfacción en la vida social • Mayor empatía • Mayor confianza en uno mismo • Relaciones más íntimas y significativas
---	---

EJEMPLO:
 Las respuestas asertivas en las personas se pueden identificar por medio del mantenimiento de la mirada, tono de voz firme, pero no elevado, postura corporal erecta, mirada directa, movimientos corporales serenos, asentimientos hacia los argumentos de los demás.
 Expresan sus ideas de la siguiente manera: "Me siento ..., cuando tú te comportas" (hechos), "Yo creo, yo pienso, yo me siento....", "Comprendo que tú.... pero yo....", "¿Qué piensas?", "¿Qué te parece?", "¿Tú qué opinas?" "A mi me gustaría...", verbalizaciones positivas, validación de los sentimientos del otro.

Tomado de:
 Aguirre, T. (2019). Habilidades sociales y su influencia en las relaciones interpersonales en los alumnos de primer grado de educación básica de la escuela fiscal "cuarto centenario" en el periodo lectivo 2017-2018. Tesis previa a la obtención del Grado de Licenciada en Psicorrehabilitación y Educación Especial. <https://dspace.unl.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/21736/1/TATIANA%20AGUIRRE.pdf>

SESIÓN 2
“Enséñame a comunicar y aprendamos juntos”
(Padres e hijos por separado)

TEMA GENERAL	TEMA DE LA SESIÒN	COGNICIONES	COMPORTAMIENTOS
La comunicación como habilidad para el aprendizaje	“Enséñame a comunicar y aprendamos juntos” (Padres e hijos)	-Autoevaluación -Reformulación de esquemas. -Empatía -Desarrollo de habilidades y conceptos relacionados a la comunicación.	-Identificar actitudes hacia la sexualidad que se pueden modificar -Desplegar conductas de comunicación asertiva con los padres

Objetivo general: Brindar acompañamiento a los padres y adolescentes para mejorar las pautas de comunicación

Objetivos específicos:

- Identificar las falencias en los procesos comunicacionales en padres e hijos.
- Potencializar las habilidades comunicacionales que poseen los adolescentes y padres, tanto como emisor como receptor.

Logros esperados: Se espera que con el desarrollo de esta temática la relación entre padre e hijo esté basada en la comunicación abierta, donde la transmisión de la información se entregue de manera efectiva.

Descripción: Se realiza un segundo encuentro de actividades entrelazadas para identificar el alcance que se tuvo con la primera sesión del tema “comunicación asertiva”, de manera que se pueda reforzar el tema con los adolescentes.

Duración: 1 hora

Materiales:

- Hojas de papel block (Tener disponibilidad de 2 block).
- Lápices y marcadores.
- Cinta.
- Sillas.
- Una tela con medida 2mX2m.

- Vendas para los ojos.
- Mensajes que recuerden la importancia de la buena comunicación:
 - ✓ “Lo que no se comunica no existe”
 - ✓ “La comunicación es una ventana de oportunidades”
 - ✓ “No lo olvides nunca: todo comunica y la comunicación es como el eco: devuelve lo que hagas ¡cuídala!”

Momentos de la actividad:

1. Presentación del tema:

Bueno jóvenes, para esta parte del encuentro queremos que sea un espacio de identificación y reflexión por parte de ustedes. Esta es una actividad donde queremos saber y trabajar la comunicación, además, de saber cuáles conocimientos tienen ustedes sobre sexualidad y cómo adquirieron esta información. Queremos compartir esta actividad, considerando que la comunicación es uno de los elementos más importantes en las interacciones entre las personas, es así como transmitimos información a las personas de nuestro entorno, es así como la otra persona puede darse cuenta de cómo nos estamos sintiendo y como también nosotros podemos recibir información; Así mismo, recordemos que la comunicación no solo se desarrolla de manera oral, sino también escrita, por dibujos, entre otras maneras que encontramos para comunicarnos, siendo estas maneras de comunicarnos las que queremos trabajar hoy con ustedes.

Para este encuentro es importante que se recuerden las normas acordadas en el anterior encuentro (respetar las opiniones, escuchar al otro, respeto, libertad para participar y otras normas que como grupo se acordaron).

2. Desarrollo:

- ❖ **Para los hijos:** Se entrega a cada uno de los participantes una hoja de papel blanca junto con marcadores y lápices. Cuando todos tengan su material de trabajo se explica el paso a seguir: “Cada uno tiene una hoja de papel, lápices y marcadores. Van a dividir la hoja en dos: Queremos que en una de las mitades nos cuenten por medio de un dibujo, de un escrito o de un símbolo **cómo consideran ustedes que es la comunicación con las personas** en general, con sus compañeros, con sus amigos, con sus padres, con sus familiares y con sus profesores, *sobre temas de sexualidad* y en la otra mitad, queremos que nos cuenten **con quiénes han hablado sobre sexualidad** (padres, amigos, compañeros, profesores). Para realizar el dibujo tienen 10 minutos, cuando termine, pasan por un pedazo de cinta y pegar

su dibujo en la tela que tenemos en el centro del salón. Pueden comenzar; si necesitan más materiales se pueden acercar al escritorio”.

- ❖ **Para los padres:** Se entrega a cada uno de los participantes una hoja de papel blanca junto con marcadores y lápices. Cuando todos tengan su material de trabajo se explica el paso a seguir: “Cada uno tiene una hoja de papel, lápices y marcadores. Van a dividir la hoja en dos: Queremos que en una de las mitades nos cuenten por medio de un dibujo, de un escrito o de un símbolo **cómo consideran ustedes que es la comunicación con sus hijos** (diversas temáticas) y en la otra mitad queremos que nos cuenten **cómo ha sido el acercamiento para hablar de sexualidad y cuál es el resultado** (lo lograron o no lo lograron). Para realizar el dibujo tienen 10 minutos, cuando termine, pasan por un pedazo de cinta y pegan su dibujo en la tela que tenemos en el centro del salón. Pueden comenzar; si necesitan más materiales se pueden acercar al escritorio”.

Cuando todos los participantes hayan terminado se pide a 5 de ellos que compartan una opinión sobre lo que ven en la tela, es decir, se realiza la pregunta: “A partir de lo que están viendo en la tela: los dibujos, las frases y los símbolos:

- Para los hijos: *¿Cómo es la comunicación de ustedes con las otras personas en cuanto al tema de la sexualidad?*

¿Quién o quiénes son las personas que les han hablado sobre sexualidad?

- Para los padres: *¿Cómo definen la comunicación con sus hijos? explique*

¿Qué actitudes adoptan ambas partes (ustedes y sus hijos) cuando quieren hablar sobre sexualidad?

Anote los comentarios en el tablero

- ❖ Luego de escuchar las conclusiones de la primera actividad, se pide al grupo que formen parejas, donde deben elegir uno de los integrantes como el guía, el otro participante deberá vendarse los ojos y seguir las instrucciones del compañero guía. Cuando las parejas están conformadas se pide que se ubiquen a una distancia de 6 metros de sus parejas (se establece el punto de salida y el punto de llegada), se espera que la ubicación de las parejas no sea de forma recta, sino de manera que durante el desplazamiento deban hacer un recorrido y pasar por los diferentes obstáculos para tener un grado de dificultad (esto servirá para identificar la claridad con que se pueden dar instrucciones).
- ❖ Para esta actividad se pondrán a lo largo del salón algunos obstáculos (sillas). Se explica a los participantes la actividad: “el guía debe encargarse de que su pareja llegue hasta donde él está, utilizando su voz para guiarlo y darle las indicaciones adecuadas, si el

participante que está vendado choca con un obstáculo, deberá regresar al punto de salida. Pueden ir hasta el punto de salida y colocar las vendas... Pueden comenzar”. Cuando la mayoría de las parejas hayan terminado (si hay 3 parejas faltantes se puede finalizar la actividad) se dispone el grupo para responder algunas preguntas de manera general.

- *¿Qué sintieron al dar instrucciones y al recibirlas?*

- *¿Qué fue lo más fácil para este ejercicio?*

- *¿Qué fue lo más difícil para este ejercicio?*

- *¿Qué conclusión pueden dar para este ejercicio?*

3. Reflexión:

Se pide a los participantes que realicen un círculo y se tomen de las manos. Una vez el círculo esté formado, se comienza a hablar sobre la importancia de la comunicación entre todos, se dice “La mano derecha representa la comunicación que nosotros transmitimos a nuestros compañeros y padres, es la información que nosotros tenemos dentro de nosotros para expresa, como lo son las ideas, los pensamientos, las emociones; y la mano izquierda es la información que nosotros recibimos de nuestros compañeros y padres, es la información que ellos quieren compartir con nosotros, así como yo quiero compartir información con mis compañeros y demás personas que me rodean, también debo estar dispuesto a escucharlos. Debemos tener presente que esta información que estamos recibiendo y transmitiendo es para hacer el bien, para crear conocimientos y para tener información confiable, no es información para hacer el mal”.

Mencione que es necesario tener en cuenta el valor de la comunicación, pues expresarnos con las otras personas permite adquirir nuevos conocimientos y no solo esto, sino que también nos permite conectarnos ellas, generar vínculos positivos donde seamos un apoyo para la otra/s personas que nos rodean y hacerle saber también a los demás que cuentan con nosotros, es por esto que la comunicación debe practicarse en todo momento y evaluarse, saber compartir con las personas la información de interés, y tener información que permita crecer como personas y tener de esta manera, conocimientos sobre las situaciones que influyen en nuestra vida.

4. Cierre:

“Chicos de esta manera terminamos el encuentro de hoy, quisimos que fueran actividades que no se hicieran monótonas y que permitieran un aprendizaje para ustedes. Quisimos también hacer énfasis en la comunicación porque es una de las herramientas que más dejamos pasar

por alto, siendo unas de las más importantes en el proceso de socialización de las personas. Por último, queremos compartir con ustedes un mensaje, para que lo lleven con ustedes y recuerden la importancia de una buena comunicación”.

Los facilitadores tendrán una bolsa que contiene mensajes reflexivos (Anexo 1) sobre la temática trabajada en la sesión, de manera que los estudiantes se acerquen a estos y saquen el mensaje de la bolsa; luego cada estudiante comparte la conclusión que tienen del encuentro.

Anexos de sesión

Anexo 1. ejemplo tarjetas. mensajes reflexivos



Fuente: [El gran problema de la comunicación es que no escuchamos para entender sino para contestar]. (s. f.). Pinterest. <https://co.pinterest.com/pin/391953973792869445/>



Fuente: La falta de comunicación deja demasiado espacio para la imaginación. (s. f.). [Imagen]. <https://www.pinterest.com.mx/pin/721561171522902613/>



Fuente: Lo más importante en la comunicación es escuchar lo que no se está diciendo. (2016, 19 septiembre). [Imagen]. Miles de frases. <http://milesdefrases.com/7752/lo-importante-comunicacion-escuchar-esta-diciendo.html>

SESIÓN 3

BUSCANDO ESTRATEGIAS PARA DIALOGAR

Tema general	Tema de la sesión	Cogniciones	Comportamientos
Resolución de conflictos en familia.	“Buscando estrategias para dialogar” (Padres e hijos)	-Comprender y reflexionar sobre los condicionantes de la comunicación. “Contexto de la comunicación”	- Desplegar habilidades para la escucha activa, propuesta de alternativas y manejo de conflictos

Objetivo general: Promover la adquisición de estrategias y habilidades entre padres e hijos para favorecer una adecuada resolución de conflictos.

Objetivos específicos:

- Motivar a los padres e hijos a que apliquen las habilidades y estrategias aprendidas durante la sesión.
- Potenciar en cada participante la reflexión individual sobre cómo dialoga con relación a las problemáticas presentadas.

Logros esperados: lograr en los participantes la escucha activa, comunicación asertiva y efectiva y saber darle la palabra a la otra persona.

Nota para el facilitador

En esta sesión se trabajará teniendo en cuenta la sesión anterior donde se trabajó “la identificación y la reflexión sobre la comunicación”.

Los temas por trabajar en esta sesión 3, será la escucha activa y manejo de problemas, con el fin de que los padres e hijos fortalezcan su comunicación con estrategias que evidencien un diálogo asertivo, pues una buena comunicación familiar permite a sus integrantes: crecer, desarrollarse, madurar, resolver sus conflictos, comprenderse entre sí, y ser modelos constructivos para las nuevas generaciones.

Indique que para esta sesión haremos una actividad por medio de una dramatización donde tanto padres como hijos deben representar la manera correcta de resolver los conflictos de acuerdo con lo que se ha visto en las sesiones pasadas.

Pero antes, explique que la dramatización es una manera de representar en forma de diálogo o monólogos, situaciones de la vida diaria o de creaciones personales.

Materiales para la sesión:

Solo se requiere del recurso humano (facilitadores/as y padres e hijos).

Nombre de la actividad 1: “Buscando estrategias para dialogar”

Duración: 45 minutos.

Momentos de la actividad:

1. Presentación del tema:

Se realiza en primer lugar una explicación sobre el tema que se quiere trabajar “la resolución de conflictos” ya que está involucrada en el proceso comunicativo y de interacción, pues tiene como objetivo mediar un desacuerdo entre dos o más personas hasta que las partes involucradas sean capaces de encontrar una adecuada solución; por ende, para hacer esto se requiere aprender unas estrategias que ayudan a que sea eficaz en medio de una situación problemática en casa.

Desarrollo:

Momento 1:

El facilitador pedirá a los participantes cuatro o cinco voluntarios, a los cuales se les entregará unas tarjetas (*anexo 1*) que ilustran unas problemáticas de la vida cotidiana, estos podrán escoger solo 2 tarjetas y con estas deberán dramatizar como mínimo en 6 minutos la situación que le corresponde de la tarjeta seleccionada. Los participantes que van a dramatizar pueden moverse libremente, hacer muecas, adoptar posturas y actitudes que crean que se hace en general en las familias y/o de acuerdo con lo que han visto durante las sesiones pasadas. Los participantes que no harán la dramatización deberán apoyar a los que, si la hacen, aportando ideas de cómo podrán ejecutarla. Posteriormente a la dramatización, se les pedirá que identifiquen aquellos aspectos obstaculizadores que no permitieron una solución adecuada en la situación planteada.

En seguida, se les explicará que hay algunas estrategias que pueden ayudar a mejorar la comunicación y resolver mejor los conflictos. Escribirá cada una en el tablero, mientras las explica.

Entre ellas está la **Escucha activa**. Se les explica que *La escucha es activa cuando hemos entendido lo que el otro nos quiere decir y cuando el otro se da cuenta de que ha sido así; para esto podemos utilizar nuestro cuerpo, nuestros gestos, no sólo las palabras. No hay una*

postura física única para escuchar, pero un cuerpo relajado y abierto facilita las cosas. Dar la cara y mirar a la cara, a los ojos, favorece la comunicación.

También podemos usar una **comunicación asertiva y efectiva**, *saber comunicarnos en nuestro día a día es muy importante ya que en ocasiones podemos encontrarnos enfadados con nuestros padres o nuestros hijos y esto hace que les echemos la culpa o que nos expresemos de una manera no tan adecuada, yéndonos a la agresión verbal, insultos o palabras soeces; sin embargo, sabemos que no es el camino más adecuado para la solución del conflicto, más bien, provocamos que se defiendan y contraataquen. Es más difícil solucionar los problemas cuando utilizamos la descalificación, la crítica destructiva, los mensajes dobles o incongruentes; por esto si cambiamos el lenguaje podemos cambiar el escenario de la discusión y, tal vez, el resultado.*

Y una tercera que es clave, se refiere a **Participar, es decir**, *Dar a otra persona la oportunidad de opinar es reconocerla y hacerle saber la importancia que tiene su opinión.*

Momento 2:

De acuerdo con lo anterior, el facilitador ahora les expresa que esas herramientas se pueden poner en práctica cuando queremos resolver un conflicto. Preguntará al grupo si alguien sabe qué pasos debemos tener en cuenta para hacerlo de forma efectiva, sin lastimar a la otra persona con quien tenemos el conflicto, y que además sean útiles para lograr resolverlo. Esperará la participación de una o dos personas y luego les dirá que van a conocer y practicar una herramienta muy útil para hacerlo.

Ahora entregará una infografía práctica (**anexo 2**) donde se describe el paso a paso para resolver los conflictos de una forma asertiva, y pedirá que alguno del grupo la lea, y pregunte al grupo si ha quedado claro. Ahora solicitará a otros participantes que nuevamente realicen la dramatización de la problemática, pero esta vez utilizando los pasos que se observan en infografía, para resolver un conflicto. Por último, todos los participantes deberán practicar este paso a paso, con las otras situaciones que tienen en las tarjetas para que estén en la misma sintonía y conozcan cómo hacerlo, el facilitador observará como lo hacen y les ayudará a ajustar la conducta cuando lo estén practicando, y puedan hacerlo mejor.

Cierre y reflexión:

Cuando se terminen las dramatizaciones se les pedirá a los participantes en general que describan cómo se sintieron, que hablen un poco sobre esta experiencia. para finalizar se hará una breve reflexión con los participantes respondiendo a las siguientes preguntas:

1. *¿Qué fue lo que más les gustó de la actividad y por qué?*
2. *¿Consideran que el paso a paso les fue útil?*

3. *¿Creen que esto lo puedan seguir aplicando en su vida y con su familia?*

Luego de responder estas preguntas el facilitador dará por terminada la sesión, y les invitaría para que sigan participando de las próximas actividades.

Anexos de sesión

Anexo 1: tarjetas de problemáticas



Diálogos sobre elección de pareja



Diálogos sobre métodos anticonceptivos



Diálogos sobre cambios emocionales



Diálogos sobre Bullying



Fuente: elaboración propia

Pasos para RESOLVER UN CONFLICTO

- Identificar el Motivo del conflicto:**

preguntarle a la otra persona por qué está molesto/a, o decirle a la otra persona por qué tu estas molesto/a


- Ponerse en el lugar de la otra persona**

para entender mejor lo que pasaba: cuando te diga las razones por las que está molesto/a, trata de entenderle


- Escuchar lo que explica la otra persona**

obre el motivo del conflicto y esperar a que termine de habla, no interrumpirle


- Plantear alternativas para solucionarlo**

preguntarle a la persona que opciones propone para resolver el conflicto y tú también decirle lo que tu propones.


- Decidir cuál opción es la mejor**

pensando en que los dos ganen o que al menos ninguno pierda totalmente.

Basado en el material del Programa Relaciones Románticas Constructivas, RRC. Gómez y Chaux, 2013

SESIÓN 4

HABLEMOS DE AFECTIVIDAD

TEMA GENERAL	TEMA DE LA SESIÓN	COGNICIONES	COMPORTAMIENTOS
Expresar libre y plenamente su afectividad.	“Hablemos de afectividad” (hijos)	-Empatía -Solidaridad -Conocimientos sobre la afectividad. -Identifica los sentimientos que vivencia por los miembros de la familia. -Compartir sentimientos y emociones con los padres. - Habilitar herramientas para el diálogo sobre sexualidad.	Expresa de manera abierta y asertiva su afecto hacia otros Expresa de forma asertiva sus pensamientos y emociones respecto a los miembros de la familia, permitiendo que esto no interfiera en el relacionamiento. -Comparte sus sentimientos de manera abierta y asertiva con los miembros de la familia.

Objetivo general: Fundamentar el tema de la afectividad en los adolescentes, de manera que se permita a estos expresarse de manera clara.

Objetivos específicos:

- Detallar la afectividad en la relación entre padres e hijos, donde estos puedan aplicar los aprendizajes en su vida cotidiana.
- Fortalecer las relaciones personales, principalmente la relación entre padre e hijo donde la afectividad sea la protagonista.

Logros esperados: Para esta sesión se espera que los adolescentes y padres sientan la plena confianza para demostrar la afectividad que se siente el uno por el otro, a partir de las herramientas y explicaciones brindadas durante la sesión.

Descripción: Para el tema de expresión afectiva, se busca trabajar en los menores la identificación de actitudes en la relación familiar, de manera que sea esto lo que permite

proyectar esta y encontrar mejoras en el relacionamiento familiar. Para esta sesión las actividades se desarrollarán como un conversatorio, identificando a su vez la manera en que se está comprendiendo el tema.

Duración: 45 minutos.

Materiales: Tablero

Marcadores

Hojas de papel

Lapiceros

Momentos de la actividad:

1. Presentación del tema

Se realiza en primer lugar una explicación sobre el tema que se quiere trabajar “Expresión afectiva”. Es por esto, que primero se deberá explicar desde dónde comienza el proceso de la afectividad, específicamente en el contexto entre padres e hijos.

Primero debemos recordar lo que es la afectividad y las herramientas que poseemos para demostrar nuestros sentimientos, esto permitiendo una breve introducción de lo que hablaremos. La afectividad, la debemos comprender en primera instancia como los lazos sentimentales que se establecen con otras personas, independiente de si hacen parte de nuestra familia, amigos o compañero de estudio; para manifestar la afectividad a estas personas, hemos recurrido a los abrazos, a los besos, a detalles materiales a los que otorgamos significado, entendiendo que la afectividad la podemos demostrar de diferentes maneras pero que nunca va a perder su significado. Lo que se debe tener en cuenta sobre las demostraciones de afecto, es si la otra persona si toma estas como demostraciones, ya que hay actos que pueden ser incómodos para la otra persona, por ejemplo, no a todas las personas les gustan los abrazos, y es ahí donde debemos respetar el espacio de la otra persona, manifestando nuestro afecto de otra manera.

2. Desarrollo

Teniendo en cuenta que se realizó una introducción breve sobre la afectividad, se pide a los adolescentes que tengan 1 minuto para pensar en cómo es actualmente la relación afectiva con sus padres, y de inmediato, pensar en cómo les gustaría mejorar los aspectos que consideren estén fallando en este proceso de expresión afectiva.

Para esto, los facilitadores pedirán al grupo organizarse en mesa redonda, por cuestiones de privacidad se pide a cada uno de los estudiantes que en una palabra definan cómo es la

afectividadad con sus padres y lo compartan con el grupo, esto con cada uno de los miembros del grupo (los facilitadores pueden participar para guiar el proceso); cuando todos hayan compartido su palabra, los facilitadores entregarán una hoja de papel y un lapicero donde cada integrante tendrá un momento de reflexión para responder algunas preguntas:

-A partir de la palabra con la que definiste tu familia ¿cómo te gustaría que tus padres te demostraran amor?

-¿Cómo le demuestras el amor a tus padres? Si no lo haces ¿Qué te impide realizarlo?

-¿Se te facilita demostrar el afecto?

-¿Qué mejorarías en la afectividad con tu familia? ¿Por qué?

Para esta actividad no se realizará socialización, se pedirá a los participantes que guarden la hoja, ya que son temas personales de la familia y pueden utilizar este recurso para generar mejoras en la dinámica familiar en cuanto a la afectividad.

Ahora se hablará sobre las maneras en que se puede demostrar el afecto, y qué tipos de expresiones nos pueden incomodar. A veces no estamos de acuerdo, o no nos gustan algunas formas de expresión de la afectividad, como los besos, los abrazos, o el contacto físico en general; por otro lado, en ocasiones algunas de estas expresiones pueden ser excesivas, entonces, es necesario notar con cuál nos sentimos más cómodos y sentimos que es apropiada para este tipo de relación. No todos tenemos que expresarnos de la misma manera, y por esto, es valioso que cada uno/a piense con qué tipo de expresión se siente seguro/a y tranquila/o.

Vamos ahora a ver algunos tipos de expresión de la afectividad. Hay más, pero vamos a ver estos que son los más generales. Para esto, prepare un cofre, baúl o una caja que va a contener las “*Las joyas de la afectividad*” e indique que se va a ubicar en el centro del salón, donde se pondrán los tipos de demostraciones de afecto, estarán escritos sobre un fragmento de papel.

Las demostraciones seleccionadas son: *Dedicar tiempo, hablar sobre los gustos, muestra de afecto, regalos, preguntar cómo está, decir lo que se siente*; se escogerán 5 estudiantes al azar para que saquen una por una las joyas, cada uno deberá decir con sus palabras el significado de la joya correspondiente y luego hacer la demostración con un compañero o con los facilitadores. Luego los facilitadores retroalimentaran el significado de cada una de las joyas:

-**Dedicar tiempo**: No quiere decir que se deba estar la mayor parte del tiempo, pero que cuando puedan compartir sea un espacio donde ambos se sientan bien y estén enfocados en el momento que tienen el uno para el otro. Esta manera de afecto puede resultar un poco difícil

por la actitud que se tiene en algunos momentos, entonces se recomienda estar abierto y con buena actitud para compartir.

-Hablar sobre los gustos: Interesarse por los gustos de la otra persona permite que el compartir tiempo también sea divertido, donde pueden realizar actividades que a ambos les guste.

-Muestra de afecto: Es importante saber a la persona que tanto le agrada la muestra de afecto físico, de manera que esto no sea motivo para hacerla sentir incómoda, un abrazo tierno o un abrazo fuerte, incluso, el tomarla de la mano.

-Regalos: En ocasiones la mejor manera de demostrar amor es compartir un detalle como flores, chocolates o un regalo simbólico donde se vea reflejada la creatividad, como una pintura, una carta y detalles que puedas realizar en casa.

- Preguntar cómo está: El interés también está presente cuando se pregunta a la otra persona por su diario, es decir, preguntar cómo está, cómo le fue en su día, cómo se siente, permiten que la otra persona sienta interés por nuestra parte, siente que nos preocupamos por su bienestar y por cómo se desarrolla su día a día.

-Decir lo que se siente: Puede que en algunas situaciones sea difícil expresar lo que se siente y más cuando queremos decirlo a otra persona, sin embargo, debemos encontrar el momento para hablar sobre los sentimientos y sentir la confianza de hacerlo.

(Espacio para que los participantes compartan otras ideas sobre el afecto).

Ahora indíqueles que van a hacer un **plan personal** para mejorar la expresión de afecto con los padres y madres. Para esto, se entrega media hoja de papel a cada participante, y expréseles que tendrán 10 minutos para que escriban qué acciones se van a proponer a sí mismos para mejorar la afectividad con sus padres (o para mantenerla), para luego, compartirlo con el grupo. *Ejemplo: Voy a abrazar más a mis padres durante el día, o, le diré más frecuentemente a mis padres que los quiero.*

Al final socializarán como grupo lo que sintieron en la actividad, y plantee estas preguntas a continuación:

¿Qué sintieron al dar afecto?

¿Es difícil dar afecto?

¿Es difícil recibir afecto?

¿Cómo se sintieron recibiendo y dando afecto?

3. *Cierre y reflexión*

Se realiza una retroalimentación sobre lo que los facilitadores compartieron, resaltando la importancia de la afectividad en el relacionamiento con los demás.

“Si bien es cierto, nuestros sentimientos por las personas que queremos siempre están presentes, sin embargo, el hablar sobre estos se nos dificulta un poco por diversos factores, bien sea la respuesta que la otra persona pueda tener, el no sentirnos cómodos o por el hecho de no encontrar los recursos suficientes para demostrar el afecto. Por eso, el día de hoy trabajamos este tema, ya que tenemos muy presente que no es solo a nuestros padres a quienes les compartimos afecto, sino también a nuestros compañeros, amigos y demás familiares, pero que hay veces no sabemos cómo hacerles saber que nuestros sentimientos hacia ellos están.

Debemos tener en cuenta también que el trabajo en este aspecto de la afectividad permitirá mejorar y encaminar la comunicación con las personas alrededor, donde los vínculos se verán beneficiados de este proceso y en situaciones futuras esto no se verá como un conflicto relacional. Para todo este aspecto debemos comenzar por trabajar con nosotros mismos la afectividad, ya que nosotros nos dejamos de lado y nos olvidamos de tratarnos bonito y de hacernos detalles, por eso queremos que se den un abrazo a sí mismo, o se digan una palabra bonita y se den cuenta que la muestra de afecto no comienza con el otro sino en nosotros mismos”.

De esta manera se agradece a los adolescentes por su participación y se extiende la invitación para los próximos encuentros.

SESIÓN 5

LA LÍNEA DEL AMOR

TEMA GENERAL	TEMA DE LA SESIÓN	COGNICIONES	COMPORTAMIENTOS
Expresar libre y plenamente su afectividad.	“La línea del amor” (padres e hijos)	-Empatía -Solidaridad -Conocimientos sobre la afectividad. -Identifica los sentimientos que vivencia por los miembros de la familia. -Compartir sentimientos y emociones con los padres. - Habilitar herramientas para el diálogo sobre sexualidad.	Expresa de manera abierta y asertiva su afecto hacia otros Expresa de forma asertiva sus pensamientos y emociones respecto a los miembros de la familia, permitiendo que esto no interfiera en el relacionamiento. -Comparte sus sentimientos de manera abierta y asertiva con los miembros de la familia.

Objetivo general: Establecer los cambios que han tenido las relaciones entre padres e hijos, teniendo como principal temática la afectividad y la práctica de esta.

Objetivos específicos:

- Comparar las situaciones afectivas entre padres e hijos basados en el pasado y la actualidad.
- Descomponer las principales barreras que interfieren en la demostración de sentimientos en las relaciones interpersonales, específicamente en la relación padre e hijo.

Logros esperados: Se pretende sensibilizar a los padres y a los adolescentes en su demostración y concepción del afecto, reconociendo este aspecto como punto fundamental en la relación.

Descripción: Esta sesión se trabajará con padres e hijos, siendo un espacio para recordar y reconocer los cambios en la muestra de afecto que se han presentado a lo largo de los años en su relación.

Duración: 1 hora.

Materiales: Hojas y lapiceros.

Momentos de la actividad:

1. *Presentación del tema*

Con los padres se realiza una socialización en conjunto con los adolescentes sobre lo que es la afectividad y las maneras en que esta se demuestra a los demás. También se explica sobre la importancia del tema y el impacto que tiene en el relacionamiento con los hijos. Aquí los menores pueden participar en la explicación, basados en la sesión anterior con ellos.

2. *Desarrollo*

Inicie hablando al grupo sobre la afectividad y las maneras en que esta se demuestra a los demás. También explique sobre la importancia e impacto que tiene en el relacionamiento con los hijos. Dígalos que debemos identificar lo que es la afectividad y las herramientas que poseemos para demostrar nuestros sentimientos.

La afectividad, la debemos comprender en primer lugar como los lazos sentimentales que se establecen con otras personas, independiente de si hacen parte de nuestra familia, amigos o compañeros de estudio; para manifestar la afectividad a estas personas, hemos recurrido a los abrazos, a los besos, a detalles materiales a los que otorgamos significado o de otras maneras que nos ingeniamos para manifestar al otro mis sentimientos, entendiendo de esta manera que la afectividad la podemos demostrar de diferentes maneras pero que nunca va a perder su significado.

Lo que se debe tener en cuenta sobre las demostraciones de afecto, es si la otra persona si toma estas como demostraciones, ya que hay actos que pueden ser incómodos para la otra persona, por ejemplo, no a todas las personas les gustan los abrazos, y es ahí donde debemos respetar el espacio de la otra persona, manifestando nuestro afecto de otra manera, incluso, debemos identificar la manera en que nosotros mismos nos sentimos cómodos demostrando el afecto.

Ahora pida a los participantes que se organicen en el espacio, sentados en el suelo y en desorden sobre el lugar, donde se sientan cómodos y conectados con la actividad. Luego se entregará una hoja y un lapicero a cada uno. Se debe tener presente la hoja que se entregará a cada uno, ya que hay una destinada para padres y otra para los hijos. (*Anexo 1 y 2*).

La hoja que se entrega contiene preguntas basadas en la afectividad que evidencian los padres en los hijos y viceversa, basados en algunos aspectos de sus vidas, como los primeros cumpleaños que tuvieron, el acompañamiento que han recibido de parte de ellos a lo largo de sus vidas en situaciones consideradas importantes, siendo conscientes de si ha sido un acompañamiento continuo, intermitente o nulo.

Lo ideal, es que los participantes principalmente identifiquen los momentos importantes en los que la afectividad ha sido la protagonista, sin embargo, es bueno indagar o identificar las situaciones que han hecho que no se exprese y no se compartan las emociones.

IMPORTANTE: No se indaga para juzgar o culpabilizar, sino para sanar y reconsiderar situaciones que logren generar comodidad frente a la afectividad.

Para el desarrollo de la actividad se plasma un ejemplo que permita tener presente el rumbo de las respuestas: (*Anexo 1*)

Aquí los adolescentes escribirán las respuestas afectivas que han recibido por parte de sus padres, también se plasma un ejemplo, de manera que permanentemente recuerden el propósito de la actividad: (*Anexo 2*)

Para realizar esta actividad se disponen de 10 minutos, cuando el tiempo termine, indique a los participantes reunirse por parejas (padre e hijo). Cuando estén reunidos, pídale que se sienten uno frente al otro para dialogar sobre las respuestas con asertividad y cuidado, sin culpabilizar ni acusar al otro de nada, y usando las estrategias aprendidas previamente. Tenga a la mano la información sobre los tipos de comunicación en especial la asertiva para que pueda estar a la vista de todos y todas, y puedan recordar las pautas aprendidas.

Para este espacio se dispone de 10 minutos y sólo se hablará de lo que escribieron y no del por qué, para luego compartir con todo el grupo cómo se sintieron. Se escucharán 5 opiniones de padres y 5 opiniones de estudiantes.

Se debe tener cuidado de estar observando las reacciones de padres e hijos, y tener el acompañamiento del psicólogo/a de la institución educativa por si hay necesidad de contención emocional.

3. Cierre

Para el cierre se realizará una actividad donde los padres y los hijos tendrán un momento para escuchar hablar sobre la actividad y compartirán entre sí lo que les gustó y lo que no les gustó, tendrán dos minutos para escribir en sus hojas una acta de compromiso entre padre e hijos donde se expresen las mejoras que quieren realizar en cuanto a la afectividad familiar (por ejemplo, quiero que en casa podamos compartir más tiempo). Cuando hayan terminado se darán un abrazo y esperarán a que todos lo hayan hecho, para así despedir al grupo. Se recuerda la importancia de asistir a los encuentros y se motiva para que lo continúen haciendo.

Anexo 1 Ejemplo y actividad para padres

¿Cómo crecí con mi hijo?	¿Cómo creció mi hijo?
El día que nació (ejemplo): Sentí mucha felicidad, pero también susto, vi mucha fragilidad en ella, y tenía miedo de hacerle daño.	Cambios físicos: Me sentí triste al ver que crece tan rápido, no supe cómo acercarme en ese momento a brindar todo mi apoyo.

Fuente; elaboración propia

¿Cómo crecí con mi hijo?	¿Cómo creció mi hijo?
El día que nació:	Cambios físicos:
Sus primeras palabras:	Cambios emocionales
En su primer cumpleaños:	Cambios en los gustos
Sus primeros pasos:	
Su primer día de escuela:	

Fuente; elaboración propia

Anexo 2. Ejemplo y actividad para los hijos

¿Cómo he crecido afectivamente?	¿Qué cambios he percibido en mi hogar?
¿Cómo me hacen sentir en mi cumpleaños?: Me hacen sentir muy especial, aunque en mi cumpleaños número 9 mi padre lo olvidó.	Cambios de mi madre: Mi madre ya no se acuesta conmigo a ver televisión, ya no me pregunta cómo me fue en el colegio, solo entra a la habitación para despedirse y dame un beso y un abrazo.

Fuente; elaboración propia

¿Cómo he crecido afectivamente?	¿Qué cambios he percibido en mi hogar?
¿Cómo me hace sentir en mi cumpleaños?	Cambios de mi madre:
¿Cuál es su reacción cuando obtengo un logro?	Cambios de mi padre:
¿Cómo fue el acompañamiento en mi primer día de clase de la secundaria?	Cambios de mis hermanos o de los otros integrantes de la familia:
¿Cómo reparten el tiempo libre?	
¿Cuáles son las palabras que usan para expresar cariño?	

Fuente; elaboración propia

SESIÓN 6

LO QUE YO QUIERO ES COMPRENDER Y APRENDER

TEMA GENERAL	TEMA DE LA SESIÓN	COGNICIONES	COMPORTAMIENTOS
Expresar libre y plenamente su afectividad.	“Lo que yo quiero es comprender y aprender” (solo padres)	-Empatía -Solidaridad -Conocimientos sobre la afectividad. -Identifica los sentimientos que vivencia por los miembros de la familia. -Compartir sentimientos y emociones con los padres. - Habilitar herramientas para el diálogo sobre sexualidad.	Expresa de manera abierta y asertiva su afecto hacia otros Expresa de forma asertiva sus pensamientos y emociones respecto a los miembros de la familia, permitiendo que esto no interfiera en el relacionamiento. -Comparte sus sentimientos de manera abierta y asertiva con los miembros de la familia.

Objetivo general: Identificar las barreras que impiden la comunicación efectiva sobre la sexualidad desde los padres hacia los hijos.

Objetivos específicos:

- Establecer pautas desde las fortalezas que poseen los padres para compartir y transmitir con sus hijos conocimientos sobre el tema de la sexualidad.
- Estimar las capacidades que poseen los padres para compartir conocimientos a sus hijos en los momentos oportunos.

Logros esperados: Se busca que los padres reconozcan la importancia del diálogo sobre sexualidad en los momentos oportunos, evitando de esta manera la desinformación y un acompañamiento apropiado a los adolescentes.

Descripción: Para esta sesión se trabajará únicamente con los padres, donde ellos puedan identificar los retos y fortalezas que tienen para dialogar con sus hijos acerca de la sexualidad. Para esto se plantea un conversatorio no solo por parte de los facilitadores, sino que los padres también tengan una participación activa.

Duración: 40 minutos.

Materiales: Hojas de papel y lapiceros.

Momentos de la actividad:

1. *Presentación del encuentro*

Esta será una sesión en la que se fomenta la comunicación constructiva con los adolescentes y el análisis crítico acerca de lo que representa hablar sobre sexualidad con los hijos, y derrumbar el mito que los lleva a pensar que si se habla de estos temas se induce a tener relaciones sexuales. Por el contrario, estimular la conversación sobre estos temas para promover la confianza y apoyo para resolver dudas e inquietudes, en este momento de la vida en que se enfrentan grandes retos.

2. *Desarrollo*

Inicie explicando el propósito de la sesión y expresando la importancia de hablar de temas personales con los hijos adolescentes. Menciona que muchas veces los padres consideran que esos temas no se hablan en casa, o que es mejor no hablar de esos temas para no darles ideas a ellos. Sin embargo, el problema con esto es que en algunos colegios no se habla de esto, y por lo tanto, los adolescentes, que si tienen curiosidad terminan recibiendo la información de personas que no tienen claro este tema, de internet, de páginas de pornografía o de los mismos amigos que están igual de desinformados y confundidos.

Entonces, vamos a empezar. Pídales que formen un círculo cerrado de manera que puedan mirarse uno a otros cuando estén tomando la palabra.

Para iniciar padres, queremos saber cuál es el significado que ustedes tienen sobre la sexualidad, o si no tienen información sobre lo que es esto, a qué cree usted que hace referencia. (Se destinan 10 minutos para escuchar a los padres) y luego, clarifique que la sexualidad es una dimensión de nuestra identidad, es una parte de lo que somos como seres humanos e incluye todo lo que tiene que ver con nuestro sexo, nuestro género y nuestra orientación sexual, y no es solo sexo, o relaciones sexuales. Entonces, hablar sobre sexualidad implica hablar entre otras cosas, de la afectividad, de la elección de pareja, de nuestra identidad de género, del cuidado del cuerpo, y también del sexo y de la prevención del embarazo.

Para continuar, pida a los padres que piensen y recuerden cuando su adolescencia comienza, con cambios en pensamientos, en relacionamientos y actitudes. Indique que es importante que recuerden los momentos en que comenzaron a sentir cambios en su cuerpo y mente.

Estando en ese momento de la vida y teniendo el recuerdo intacto, se pedirá a los padres que hablen de la información que tenían o que les compartieron sobre sexualidad. Se escuchará a todos los padres que quieran participar y compartir sus vivencias. Luego de escucharlos, se preguntará a los padres “¿Creen que esa información en su momento fue valiosa o les sirvió para algo?” y escucharán sus respuestas.

Luego de que los padres (5) compartan sus respuestas, se realizarán las siguientes preguntas, permitiendo que los padres hablen desde su experiencia.

- Si no les compartieron la información ¿De dónde adquirirían ustedes sus conocimientos?
- ¿Creen que, si hubiese sido una época diferente, pudieron tener información más completa?
- ¿En este momento consideran que esa información es vigente o que la pueden utilizar para hablar con sus hijos sobre sexualidad?

Ahora exprese que van a pensar en el crecimiento que han tenido sus hijos, en la etapa de la vida en la que ellos se encuentran y los cambios que han estado presentando. Dígales que a partir de lo que acabamos de hablar y de cómo les fue a ustedes en esta época, ¿Cómo consideran que ustedes como padres están guiando y hablando con sus hijos referente a la sexualidad o si por el contrario consideran que han aplazado el conversar sobre este tema? (Si la mayoría de las respuestas de los padres coinciden en que no están hablando con sus hijos se les pregunta por las razones para no haberlo hecho)

A continuación, compartiremos un caso (*anexo 1*), donde ustedes nos compartirán la solución que consideran efectiva.

Indique a los Padres que se van a organizar en grupos de 4 y teniendo en cuenta la historia anterior, ustedes compartirán cuáles creen que deben ser las soluciones o qué consideran que se pudo haber hecho desde el primer llamado que hicieron a los padres de Felipe.

Cuando los grupos terminan de compartir sus respuestas, se realiza la siguiente reflexión.

La historia que compartimos con ustedes es una historia de la vida real, y en muchos colegios esta situación se puede presentar de manera recurrente.

Acá lo que nos queda es comprender que los padres pueden apoyar en la educación sexual de los hijos teniendo conversaciones en las que se logren aclarar dudas, dar la información necesaria y correcta, e identificar posibles riesgos a los que ellos y ellas pueden estar expuestos. Esto lo debemos hacer desde temprana edad, para prepararlos e informarlos sobre lo que va a ocurrir con ellos, sus cuerpos, su identidad, sus elecciones, y así estarán listos y lo vivirán de una manera tranquila.

Y en la adolescencia les ayudaremos a afrontar de mejor manera toda la información que tienen disponible, ayudarles a seleccionar mejor esta información, y afrontar mejor la influencia de los amigos. En muchos estudios se ha encontrado que cuando los padres tienen una relación más cercana con los hijos desde temprana edad, ellos conversarán más con sus padres cuando lleguen esas dudas en la adolescencia y tendrán más influencia sobre sus decisiones que lo que influyen sus amigos. Cuando no hablamos con ellos y dejamos que otros lo hagan, puede que crean que lo que está pasando es normal o queden con mala formación o información incorrecta.

Es posible que algunos/as sientan que no tienen información clara, o que necesitan aprender más sobre estos temas para poder hablar mejor con sus hijos. Por eso, les invitamos a que consulten información que sea confiable y que tenga como propósito educar, que también esté disponible para ellos y ellas, que informen de donde se ha obtenido la información. Si hay dudas sobre las cualidades de algún material, pueden consultarlo con el psicólogo u orientador del colegio.

3. *Cierre*

Para el momento del cierre pida a los padres que hablen de cómo se sintieron en la actividad planteada, Pregunte a los participantes;

- *¿Cómo se sienten?*
- *¿De qué manera podrían concluir lo visto en la sesión?*
- *¿Qué aprendieron o que se llevan para aplicar en su entorno familiar?*

Es importante invitar a los participantes a que reflexionen, de manera que hagan conciencia del tema de la sesión.

Los facilitadores entregarán a los padres un certificado de participación (*Anexo 8*) en la actividad, siendo esta una memoria representativa sobre el encuentro y la participación para mejorar el bienestar de sus hijos y apoyarlos en la toma de decisiones sobre su vida, como acompañantes en su proceso de aprendizaje.

Acompañado de este certificado, se recordará a los padres que ellos en ocasiones pueden ser referentes de sus hijos para solicitar información sobre sexualidad, pero que es cuestión de confianza y seguridad por parte de ellos la información que entregarán a sus hijos según las situaciones que estén enfrentando.

Por último, el facilitador/a les recordará la hora, lugar y día de la próxima sesión, y se les agradecerá su presencia en esta sesión.

Anexo 9. Caso

Felipe es un joven de 13 años y estudiante de 7° grado de una Institución Educativa. Dentro de la institución, Felipe sobresale en su colegio ya que pertenece al grupo de representantes de grupo y además es el capitán del equipo de fútbol de la institución. Durante la última semana, Felipe ha estado comprometido en situaciones confusas dentro de su salón de clase, ya que durante la clase de ciencias naturales ha estado compartiendo con sus compañeros dibujos con frases con sentido y connotación sexual.

La rectora de la institución al enterarse del caso, cita a los padres de Felipe para hablar sobre esta situación, quienes efectivamente acuden a la cita y luego de escuchar lo que ocurre con Felipe manifiestan que hablarán con él para ponerle punto final a esta situación. Sin embargo, al llegar a casa, Felipe dice que él no estaba involucrado en esta situación y que considera innecesario hablar sobre lo ocurrido, por lo que sus padres deciden dejar la conversación hasta ahí.

La siguiente semana, se presenta otra situación en la institución, donde Felipe invitó a sus amigos a ver un video sobre fútbol a la sala de sistemas, estando allí, el profesor de tecnología encontró a los estudiantes viendo videos pornográficos. Nuevamente, los padres de Felipe son citados a la institución, ya que los compañeros de Felipe manifestaron que es él quien siempre les habla sobre el tema.

Fuente: elaboración propia

Anexo 4. Certificado

TALLER PARA EL APLAZAMIENTO DEL EMBARAZO EN ADOLESCENTES

Certifica que:

_____ *participo en el proceso de
acompañamiento y formación para los adolescentes.*



*Gracias por la participación y esfuerzo, estamos confiados en que
contribuirás y replicarás lo aprendido durante este encuentro.*

SESIÓN 7

ME CONOZCO, ME CONSTRUYO

COMPONENTES POR DESARROLLAR

Tema general	Tema de la sesión	Cogniciones	Comportamientos
Diálogos sobre educación sexual y sus mitos.	“Me Conozco, Me Construyo” 1. Construcción de los mitos (Padres e hijos)	-Análisis crítico sobre los mitos asociados a la educación en la sexualidad. -Revalorar la comunicación y el apoyo para prevenir el embarazo y el abuso sexual.	-Desplegar conversaciones entre padres e hijos que incluyan temas sobre sexualidad.

Objetivo general: Analizar y decantar de forma crítica los mitos y prejuicios que manejan los padres e hijos sobre la educación en la sexualidad.

Objetivos específicos:

- Promover la reflexión acerca de los mitos sexuales.
- Crear un clima de confianza y participativo donde se puede generar cuestionamientos a nivel personal acerca de estos mitos.

Logros esperados: Poder identificar y resignificar los prejuicios, estereotipos y creencias que dan base a los mitos sexuales.

Nota para el facilitador: es muy importante generar un clima de confianza, ya que el tema que se trabajará durante esta sesión podrá ser incómodo para algunos de los participantes, por esto es bueno poder generar confianza y así poder promover la participación y colaboración ya que es un ambiente donde se van a solucionar dudas

Materiales:

- Paredes o lugar cerrado
- Cartulina verde y roja
- Lista mitos
- Marcadores
- Colores
- Lapiceros
- Hojas de papel
- Encendedor y recipiente donde se puede introducir papel encendido

Nombres de las Actividades: “ Me conozco me construyo”

Duración: 45 minutos

Momentos de la actividad:

Momento 1:

1. Presentación del tema

Buenos tardes padres de familia y jóvenes; para esta sesión queremos hacer una actividad que nos guíe a la comprensión y al análisis sobre el diálogo de educación sexual y sus mitos. Queremos incentivar la participación de todos ustedes y que se puedan llevar grandes aprendizajes para su casa. Queremos iniciar diciendo que el tema a trabajar el día de hoy son los mitos sexuales; en la actualidad aún existen muchos mitos en la sexualidad y se cree que un mito se puede convertir en una creencia y puede afectar de manera negativa la forma con que la persona vivencia su sexualidad.

2. Desarrollo

El facilitador pegará en la pared una cartulina roja y una cartulina verde al lado. Luego les dirá a los participantes en que consiste la dinámica: en la pared hay dos cartulinas de diferentes colores la verde (correspondiente a las afirmaciones verdaderas) y la roja (correspondiente a las afirmaciones falsas); el facilitador leerá un listado de afirmaciones (*anexo 1*) respectivas a mitos sexuales, los participantes uno por uno deberán decidir si creen que estas afirmaciones son verdaderas o son falsas, ubicando el número de la afirmación en la cartulina rojo o verde, y dar un argumento o razón por la que cree que es falsa o verdadera, y así sucesivamente hasta

terminar la lista. Es muy importante aclarar que existen muchos mitos y que en la lista no estarán todos y que solo se tomarán algunos de estos.

Momento 2: luego de hacer esta actividad el facilitador retomará la lista y hablará de algunos mitos, seleccionando al azar cinco o seis, y hará un análisis de estos, explicando por que es un mito, por qué puede afectar la educación de la sexualidad y que importante es empezar a eliminarlos de nuestra forma de pensar. Luego dará un momento (aproximadamente 10 minutos) para resolver las inquietudes y explicando que los mitos sexuales es básicamente una opinión, creencia y afirmación no fundamentada sobre algún tema relacionado con el sexo. Ejemplo: “Tener relaciones sexuales con la menstruación no permite quedar en embarazo”.

3. Cierre:

Al finalizar la sesión, tomaremos los últimos 10 minutos y se hará una pequeña actividad de cierre la cual consiste que todos los participantes escribirán en dos pedazos de hoja, en una dirán que aprendizajes se quieren llevar para sus hogares y en la otra que dejan atrás y quieren cambiar. Se les dará aproximadamente 5 minutos para que escriban esto, luego se les pedirá a dos o 3 personas que quieran socializar lo que escribieron en las hojas.

Por último, se les pedirá a los participantes que la hoja en la que escribieron lo que no se quieren llevar de la sesión, deberán doblar esta hoja, pasarán al frente de una pequeña fogata que estará en el centro de los participantes y arrojará la hoja al fuego. Esto se hace con el fin de dejar ir los prejuicios, estereotipos entre otras cosas que hacen que se creen mitos sexuales”.

Anexo de sesión

Anexo 1. Mitos sobre la sexualidad

1. Yo puedo decidir cuándo iniciar mi vida sexual.
2. Los hombres sienten más deseo sexual que las mujeres.
3. Los hombres no pueden controlar sus impulsos sexuales.
4. Tener relaciones sexuales con la menstruación no permite quedar en embarazo.
5. La pastilla del día después no es un método de planificación.
6. Masturbarse es malo para la salud y puede causar infertilidad.
7. Los tampones rompen el himen de las mujeres.
8. La doble protección es usar dos condones, uno encima de otro.
9. Tomar Coca-Cola con Alka Seltzer antes de la relación sexual evita el embarazo.
10. Con el condón también se siente placer.
11. Luego de la primera relación sexual, a las mujeres les crecen los senos y las caderas.
12. El alcohol y las drogas psicoactivas son estimulantes sexuales.
13. Yo puedo decidir si quiero usar métodos anticonceptivos.
14. El VIH se transmite por dar la mano a una persona infectada o por tomar del mismo vaso.
15. Todas las infecciones de transmisión sexual se manifiestan con síntomas y por eso no es necesario hacerse exámenes de laboratorio preventivos.
16. Es malo que los hijos e hijas vean desnudos a sus padres.
17. La vasectomía y la ligadura de trompas causan impotencia o frigidez.
18. Tener sexo por primera vez si se puede quedar en embarazo.
19. El tamaño del pene influye en el placer.
20. La puntica no embaraza.

fuentes: elaboración propia

Referencias

- Aguirre, T. (2019). *Habilidades sociales y su influencia en las relaciones interpersonales en los alumnos de 6to grado de educación básica de la escuela fiscal “cuarto centenario” en el periodo lectivo 2017-2018*. Tesis previa a la obtención del Grado de Licenciada en Psicorrehabilitación y Educación Especial. <https://dspace.unl.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/21736/1/TATIANA%20AGUIRE.pdf>
- Calle, M. (2017). *La influencia familiar en la construcción de la identidad personal. Fundamentos y métodos para la formación permanente de los maestros de Educación Infantil. Análisis y prospectiva en la CAM*. (Tesis doctoral, Universidad Complutense de Madrid). <https://eprints.ucm.es/id/eprint/49421/1/T40303.pdf>
- Carrera, M., Lameiras., M & Rodriguez, Y. (2013). Hacia una educación sexual que todavía es posible. *Información psicológica* 103, 4-14.
- Carrillo, J. González, V. Orcasita. L. Palma, D. (2017). Comunicación familiar y toma de decisiones en sexualidad entre ascendientes y adolescentes. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 15 (1), 419-430. <https://www.redalyc.org/pdf/773/77349627027.pdf>
- Cerrato, Q. V. (2016). *La educación sexual entre padres e hijos adolescentes: frecuencia, contenidos y dificultades*. (Tesis de pregrado, Universidad de Salamanca). https://gredos.usal.es/bitstream/handle/10366/130213/TFG_CerQuiV_Educacionsexual.pdf?sequence=1
- Chura, K. (2016). Estilos parentales e indicadores de salud mental adolescente. *Temát. psicol.* 12 (1), 35 - 43. <http://revistas.unife.edu.pe/index.php/tematicapsicologica/article/view/1071/983>
- Córdoba, J. (2014). *Estilos de crianza vinculados a comportamientos problemáticos de niñas, niños y adolescentes*. (Tesis de maestría, Universidad Nacional de Córdoba). http://lildbi.fcm.unc.edu.ar/lildbi/tesis/cordoba_julia.pdf
- Córdoba, J. (2014). *Estilos de crianza vinculados a comportamientos problemáticos de niñas, niños y adolescentes*. (Tesis de maestría, Universidad Nacional de Córdoba). http://lildbi.fcm.unc.edu.ar/lildbi/tesis/cordoba_julia.pdf
- Cuevas, A. Covarruvas, M. Gómez, J. (2015). La situación de los derechos del niño y el desarrollo infantil en México. *Revista Internacional PEI Psicología y Educación Integral*. <https://chat.iztacala.unam.mx/r1/items/show/633>
- Echeverry, J. E., Márquez, A. C., Mora, L. L., & Martín, H. K. (2018). *El rol de los padres y madres en la educación sexual de sus hijos e hijas*. (Trabajo de pregrado, Universidad Católica de Colombia). <https://repository.ucatolica.edu.co/bitstream/10983/22260/1/EL%20ROL%20DE%20LOS%20PADRES%20Y%20MADRES%20EN%20LA%20EDUCACION%20C3%93N%20SEXUAL%20DE%20SUS%20HIJOS%20E%20HIJAS.pdf>
- Fonseca, M. (2019). Mecanismos en la construcción del amor romántico. *Revista de estudios de género, la ventana*, 282-305. http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1405-94362019000200282

- García, B. González, S. Quiroz, A. & Velásquez, A. (2002). *Técnicas Interactivas para la investigación social cualitativa*. Pontificia Universidad Javeriana de Cali, Colombia. http://proyectos.javerianacali.edu.co/cursos_virtuales/posgrado/maestria_asesoria_familiar/proyectos_I/m%C3%B3dulo%202/Tecnicas%20Interactivas%20-%20Quiroz.pdf
- García, S. Redín, C. (2018). *Capacitación socioafectiva de alumnos y profesores a través de la mediación y la resolución de conflictos*. DOI: <https://doi.org/10.14422/pym.i373.y2018.003>
- Gómez, S. & Zamudio, V. (2018). *Comunicación Activa Entre Padres-madres E Hijos-hijas*. (Tesis de pregrado, Universidad Católica de Colombia). <https://repository.ucatolica.edu.co/bitstream/10983/22262/1/COMUNICACION%20ACTIVA%20ENTRE%20PADRES-MADRES%20E%20HIJOS-HIJAS.pdf>
- González, E. (2015). *Programa de Mejora de las Habilidades Comunicativas y Emocionales entre Padres e Hijos Adolescentes*. (Tesis de maestría, Universidad Jaime I, Castellón). http://repositori.uji.es/xmlui/bitstream/handle/10234/151568/TFM_2014_gonzalezE.pdf?sequence=1
- Gutiérrez, L. & Miranda, M. (2011). *Métodos de conducción e intervención grupal. Taller: mejorando tu relación padre-hijo “aprendamos a comunicarnos y comprendernos”*. Universidad Autónoma Metropolitana, México. <https://es.slideshare.net/cathyvalenzuela/89988318-tallerparamejorarlacomunicacionentrepadresehijos1>
- Kajula, L.J, Sheon, N., De Vries, H. (2014). Dynamics of Parents–Adolescent Communication on Sexual Health and HIV/AIDS in Tanzania. *AIDS Behav* (18), 69–74. DOI: <https://doi.org/10.1007/s10461-013-0634-6>
- Larico, C. (2020). *El rol educador de la familia en el embarazo precoz de las adolescentes del centro de salud metropolitano Puno-2017* (Tesis, Universidad Nacional del Altiplano de Puno). http://repositorio.unap.edu.pe/bistream/handle/UNAP/14362/Larico_Quispe_Cristina.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Marín, M. Quintero, P. Rivera, S. (2019). Influencia de las relaciones familiares en la primera infancia. *Poesis*, (36), 164-183. DOI: <https://doi.org/10.21501/16920945.3196>
- Milán, D. (2012). *Taller para padres sobre como apoyar en la educación sexual a su hijo adolescente*. Secretaria de educación pública, universidad pedagógica nacional, México. <http://200.23.113.51/pdf/28451.pdf>
- Mosquera, L. (2015). “*Influencia del estilo de crianza familiar en el aprendizaje significativo de los estudiantes de inicial II de la escuela de educación básica 24 de julio del cantón santa elena, provincia de santa elena durante el año lectivo 2014-2015*”. Tesis de pregrado. <https://repositorio.upse.edu.ec/bitstream/46000/1944/1/UPSE-TPS-2015-0018.pdf>
- Mumford, E. Liu, W. Taylor, B. (2016). Parenting Profiles and Adolescent Dating Relationship Abuse: Attitudes and Experiences. *CrossMark*. <https://link.springer.com/article/10.1007%2Fs10964-016-0448-8>

- Palacios, E. (2014). Guía para el fortalecimiento afectivo entre padres e hijos a través de valores. Universidad Rafael Landívar.
<http://biblio3.url.edu.gt/Tesario/2014/05/84/Palacios-Eugenia.pdf>
- Raimundi, M. Molina, M. Leibovich, N. Schmidt, V. (2017). La comunicación entre padres e hijos: su influencia sobre el disfrute y el flow adolescente, *Revista de psicología*, 26-2.
<https://www.redalyc.org/pdf/264/26454662008.pdf>
- Ramos, L. (2019). *Relación Entre La Comunicación Familiar Y El Riesgo De Embarazo Adolescente En Estudiantes De La Institución Educativa Victor Andres Belaunde, De Cerro Colorado, Arequipa, 2017*. (Tesis de maestría, Universidad Andina Néstor Cáceres Velásquez).
http://190.116.50.21/bitstream/handle/UANCV/4709/T036_29344497_M.pdf?sequence=3&isAllowed=y
- Reyes, H. & Velásquez, E. (2018). *Incidencia de las redes sociales en la comunicación intrafamiliar*. (Tesis de maestría, Universidad Andina Simón Bolívar).
<https://repositorio.uasb.edu.ec/bitstream/10644/6434/1/T2743-MCE-Velasquez-Incidencia.pdf>
- Rizo, M. (2004). Comunicación e interacción social. Aportes de la comunicología al estudio de la ciudad, la identidad y la inmigración. *Global Media Journal*, 1(2),0.
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=687/68710210>
- Silva, M. & Hurtado, M. (2018). Estrategia de comunicación para sensibilizar a los estudiantes del 5to año “a” de secundaria de la institución educativa “Juan Manuel Iturregui” en acciones de prevención del embarazo adolescente, Lambayeque 2017. (Tesis, Universidad Señor de Sipán).
<https://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12802/5373/Silva%20Veliz%200%26%20Hurtado%20Herrera.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Torres Vásconez, M. P., Zambrano Macías, K. B., Jumbo Rosillo, R. J., & Brito Martínez, A. T. (2018). Embarazo en Adolescentes: Factores Psico-sociales. *RECIAMUC*, 2(2), 315-331. DOI: <https://doi.org/10.26820/reciamuc/2.2.2018.315-331>
- Vanegas, M. & Valles, B. (2019). Factores de riesgo que inciden en el embarazo adolescente desde la perspectiva de estudiantes embarazadas. *Rev Pediatr Aten*. 21. 83.
http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttex&pid=S1139-76322019000300006