



PERÚ

Ministerio  
de la Mujer y  
Poblaciones Vulnerables



# Sesiones para estudiantes

2° de  
Secundaria

Estrategia  
Educativa

**Sesiones**



**Nivel secundaria**

**Estrategia  
Educativa**

# Índice

**Ministerio de la Mujer y Poblaciones Vulnerables**

**Viceministerio de la Mujer**

**Programa Nacional Aurora**

**Unidad de Prevención y Promoción Integral  
frente a la Violencia Familiar y Sexual**

**Revisión y priorización de contenido**

- Gerardo Marín López
- María Tadeo Napán
- Nora Sánchez Silva
- Yaneth Llerena Arroyo
- Elva Cacñahuaray Suárez
- Cecilia Miranda Prieto

**Diseño y diagramación**

- Kattia Curi

**Presentación**

**3**

**Sesión 0. Mi asunto público, mi realidad**

**4**

**Sesión 1. Aprendiendo sobre la sexualidad**

**10**

**Sesión 2. Todos cambiamos a nuestro ritmo**

**14**

**Sesión 3. Expreso mis emociones con asertividad**

**16**

**Sesión 4. Amor correspondido y no correspondido**

**19**

**Sesión 5. Sí asumimos nuevos roles y superamos**

**22**

**los estereotipos de género, todas/os  
ganamos**

**Sesión 6. Mitos y creencias sobre menstruación y  
fecundidad**

**25**

**Sesión 7. Nos cuidamos ante las situaciones de  
riesgo**

**29**

**Sesión 8. Consecuencias de la violencia**

**31**

**Sesión 9. ¿Estoy en peligro?**

**35**

**Sesión 10. Modalidades de captación en  
situaciones de trata de personas**

**38**

**Sesión 11. Respeto y acepto las diferencias**

**42**

**Sesión 12. Construyo mi historia personal**

**45**

**Bibliografía**

**48**

# Presentación

Este material se ha elaborado en el marco de la intervención “Prevención de la violencia familiar y sexual, embarazo adolescente y Trata de personas con fines de explotación sexual en niñas, niños y adolescentes en instituciones educativas de la EBR del nivel secundaria,” con la finalidad que los (as) docentes a través del desarrollo de diversos temas y metodologías puedan comprender las causas y consecuencias de las diferentes manifestaciones de violencia y los factores de riesgo asociados que afectan en el bienestar de los (as) estudiantes. La comprensión en las(os) docentes les aportará en un adecuado conocimiento, percepción y actitud que conlleve a reducir la tolerancia social que incentivan o exacerban los actos de violencia hacia las mujeres, así como las niñas, niños y adolescentes.

La prevención de la violencia familiar y sexual y otros problemas asociados implica un proceso continuo de actualización de conocimiento y la adquisición de nuevas herramientas para generar una actitud reflexiva y crítica de los y las estudiantes sobre los actos de violencia, porque estas situaciones o expresiones de violencia que se ejercen hacia los y las estudiantes se han venido naturalizando o normalizando, pasando muchas veces desapercibidas.

Esperamos que este material aporte a los (as) docentes, pudiendo ser contextualizado y adaptado al entorno sociocultural, permitiendo profundizar los temas sobre la promoción del buen trato y la prevención de la violencia familiar y sexual, cuando se dialogue, reflexione o aborde con las familias y los (as) estudiantes, así como también dar pautas para saber qué hacer y donde buscar ayuda, cuando estemos frente a una persona víctima o se encuentra en situación de violencia.

En ese sentido, es importante que los integrantes de la comunidad educativa (directivos, docente, estudiantes y familias) conozcan y fortalezcan sus capacidades para prevenir la violencia familiar y sexual en sus instituciones educativas, de tal modo se promueve una convivencia respetuosa y saludable.

# Sesion 0: Mi asunto público, mi realidad

|                      |                        |
|----------------------|------------------------|
| <b>Dimensión:</b>    | Social                 |
| <b>Eje temático:</b> | Participación          |
| <b>Grado:</b>        | Primer y segundo grado |

## Presentación Motivación y exploración Tiempo: 20'

Iniciamos la sesión dando la bienvenida a los estudiantes.

Precisamos que, a través de los medios de comunicación, diariamente observamos múltiples situaciones problemáticas, como el maltrato infantil, la violencia hacia las mujeres, la violencia en la escuela, y se aprecia una indiferencia por parte de las personas para solucionar estos problemas o asuntos de carácter público.

Asimismo, pedirá un voluntario y una voluntaria para leer dos relatos:

### Primer relato

Un video grabado por los vecinos de Bellavista muestra cómo un hombre de 45 años agrede salvajemente a su hijo de tan solo 10 años. En las imágenes, el **menor pide a gritos que su padre deje de golpearlo**. La Policía y personal del MIMP llegó a la vivienda, para investigar el caso. Los vecinos esperan que las autoridades impongan justicia.

### Segundo relato

Un escolar de 13 años denunció haber sido víctima de bullying en su colegio. Por ese motivo escapó de su casa, para que no seguir yendo a su institución educativa. El adolescente dejó una carta que decía que ya no aguantaba ser marginado en el colegio. "A todas las personas que me quisieron y que me conocían, muchas gracias: los quiero", finalizaba la misiva.

Precisar que el primer relato trata sobre la violencia familiar y que es un asunto público que muchos adolescentes experimentan. El segundo relato se refiere a un caso de bullying, y es un asunto público de la escuela que les compete como estudiantes.

Preguntamos lo siguiente (podemos escribir la pregunta o colocar un cartel en la pizarra):

## ¿Qué entienden por asunto público?

Escuchamos sus respuestas y brindamos la siguiente información:

### Asunto público

Un asunto público es todo tema que resulta de interés general y está relacionado con los derechos de las personas y el bienestar colectivo. Puede tratar aspectos sociales, políticos, económicos, éticos, culturales y medioambientales (Ugarte, 2006, p. 75).

## ¿Qué buscamos?

Identificar un asunto público de interés para el aula y elegir líderes representantes para la asamblea multigrado.

### Materiales:

- ◆ Tarjetas con preguntas
- ◆ Carteles con títulos
- ◆ Lapiceros, plumón de pizarra
- ◆ Masking tape
- ◆ Tarjetas u hojas de colores

### Revisión de acuerdos Tiempo: 10'

En plenario, el/la coordinadora del aula pide a la/el secretaria/o que lea los acuerdos y compromisos asumidos en la sesión anterior, para evaluar el nivel de cumplimiento (que se estima entre 0%, 50%, 75% o 100%). El grupo felicita el logro o brinda sugerencias para su consecución.

Continuamos preguntando (podemos escribir la pregunta o colocar un cartel en la pizarra):

## ¿Por qué es importante dialogar sobre los asuntos públicos?

Escuchamos las respuestas y comentamos que en esta sesión identificaremos un asunto público de interés para las/los adolescentes y que la/el representante que sea elegida/o en el aula llevará este asunto a una asamblea multigrado, para que, entre las/los representantes de todos los grados, se escoja el asunto público que será priorizado por toda la secundaria.

## Desarrollo Tiempo: 50'

En este caso el/la docente informará que en la institución educativa se viene desarrollando la intervención "Prevención de la violencia familiar y sexual, embarazo en adolescentes y trata de personas". Por ese motivo, se ha elaborado un listado de cinco asuntos públicos de interés (ver anexo 1):

- Embarazo adolescente (Ser mamá o papá estando en el cole)
- Violencia en el enamoramiento (Ama sin violencia)
- Violencia sexual contra adolescentes (Mi cuerpo, mi territorio)
- Trata de personas (¡Las personas no tenemos precio!)
- Violencia familiar (Sin violencia, ¡qué bien se siente!)

Por ello, se discutirá en el aula sobre estas problemáticas. Finalmente, se da prioridad a uno de ellos.

## Trabajo grupal de discusión y plenaria

Mediante la técnica de conformación de grupos (1, 2, 3), subdividimos al aula en tres subgrupos. A cada uno le asignamos la tarea de escribir:

- ◆ De estos cinco asuntos públicos, ¿cuáles afectan en mayor medida a las/los adolescentes?
- ◆ ¿Cómo repercuten estos problemas en el día a día, en la escuela y en la comunidad?
- ◆ ¿Qué es necesario y posible hacer para enfrentar estos problemas?  
Seguidamente, cada grupo presentará sus conclusiones.

## Priorización del asunto público del aula

En plenario, explicamos que lo que acaban de reconocer son los asuntos públicos en su rol de adolescentes, de estudiantes y de ciudadanos de una localidad o de una región. Ahora es necesario seleccionar solo uno, que refleje la necesidad o que sea de mayor urgencia en el aula, y que se pueda atender en el presente año.

- ◆ ¿Cuál de estos asuntos pueden o quieren atender/abordar este año?

Cada grupo argumenta y, después de un debate, se procede a elegir un asunto público que el aula decidirá atender. Se escribe y se coloca en un lugar visible dentro del aula (en una cartulina o un papelote).

Finalmente, preguntamos lo siguiente:

- ◆ ¿Qué se puede hacer con los otros asuntos públicos para que no se queden sin atención?

Escuchamos las respuestas de las/los estudiantes y establecemos acuerdos (se recomienda colocar los acuerdos en un papelote y ubicarlo en algún lugar del aula).

## Elección de representante(s) para la asamblea multigrado

Asimismo, el aula deberá elegir mediante votación a una/o o más representantes a la asamblea multigrado (de preferencia una mujer y un hombre).

*A nivel de todas las aulas de la institución educativa, se deberá elegir a 30 líderes (mujeres y hombres), por lo que se deberá tener cuidado si la elección por aula deberá ser de uno, dos o más líderes. Para ello, coordinar previamente con el/la coordinador/a TOE.*

## Cierre

Tiempo: 5'

Preguntamos lo siguiente: ¿Qué les ha parecido la sesión? ¿Qué hemos aprendido hoy? Explicamos que, al identificar los asuntos públicos, tenemos la responsabilidad de atenderlos como parte del ejercicio de nuestra ciudadanía.

Luego de las conclusiones, reforzamos las siguientes ideas fuerza:

- Atender asuntos públicos permite desarrollar la sensibilidad y la solidaridad.
- Un asunto público no necesariamente afecta directamente a todas las personas.
- Los asuntos públicos son responsabilidad de todas las personas.

## Toma de decisiones

Tiempo: 5'

Animamos a cada estudiante a que, identificado el asunto público, realice un compromiso para ejecutar una acción que lo modifique o actúe sobre este en pro del bien común.

# ANEXO 1

## Temario de cinco asuntos públicos

Intervención para la prevención de la violencia familiar y sexual, embarazo en adolescentes y trata de personas con fines de explotación sexual en niñas/os y adolescentes, en instituciones educativas de educación secundaria de la Educación Básica Regular

**En Secundaria SI LA HACES**

**TEMARIO DE ASUNTOS PÚBLICOS**

¿Qué es un asunto público? Todo tema que resulta de interés general y está relacionado con los derechos de las personas y el bienestar colectivo. Puedo tratar de aspectos sociales, políticos, económicos, éticos, culturales y medioambientales.

### Asuntos públicos en nuestro día a día

Relacionados con las vivencias de las/los niñas/os y adolescentes.

Diariamente, las/los niñas/os y adolescentes experimentamos diversas situaciones que resultan complicadas, incluso para los adultos; sin embargo, no tenemos miedo de enfrentarlas y estamos dispuestos a buscar soluciones.

### Asunto público: Violencia en el enamoramiento (¡Ama sin violencia!)

El enamoramiento es una experiencia importante en la vida de todo ser humano. Es una oportunidad para aprender a relacionarnos, gozar de la compañía, tomar decisiones y ejercer nuestros derechos. Sin embargo, muchas experiencias de amor están rodeadas de creencias, como: "Si tiene celos, significa que me ama", "Siempre me llama porque me protege", "Le doy mi clave de redes porque tengo confianza", entre otras.

Todas estas ideas reflejan situaciones de control y dominio que se disfrazan con amor en la pareja. Estas situaciones son aceptadas como normales o naturales y, si no se detienen a tiempo, más adelante se convierten en situaciones de violencia. De ahí la importancia de identificar señales de riesgo, prevenir y detener estas situaciones que puedan afectar nuestra vida. En una relación de pareja es importante las muestras de afecto y de respeto.

|   |   |
|---|---|
| <b>Asuntos públicos en nuestro cole</b><br>Relacionados con la cultura escolar.   | El cole es nuestro segundo hogar, y en él, como en toda familia, existen situaciones que nos hacen sentir incómodas/os o hasta frustradas/os. No vamos a quedarnos calladas/os ni con los brazos cruzados. ¡Nosotras/os vamos a construir los cambios que queremos! |
| <b>Asunto público: Violencia sexual hacia adolescentes (Mi cuerpo, mi territorio)</b>   |   |
| La violencia sexual en cualquiera de sus formas (frases subidas de tono, roces, tocamientos, violación) atenta la libertad de las/los adolescentes. Nadie tiene derecho a tocar nuestro cuerpo, invadir nuestro mundo interior o a responsabilizarnos de sus deseos o agresiones sexuales. En la familia, escuela o comunidad, tenemos derecho a vivir seguras/os. Así también, debemos estar alertas a las situaciones que pueden representar un riesgo y rechazar las agresiones verbales por mínimas que parezcan.                                       |   |
| <b>Asunto público: Embarazo adolescente (Ser mamá o papá estando en el cole)</b>  |   |
| Dicen que no debería suceder, pero sucede. A veces, los adolescentes nos convertimos en padres y madres, a pesar de los riesgos. Además, repentinamente, todas/os hablan de lo que pudimos haber hecho, pero ¿no es mejor hablar de lo que podemos hacer? Es momento de asumir responsabilidades y buscar oportunidades. Acompañemos a quienes atraviesan por esta situación. Busquemos orientación y conversemos sobre lo que implica ser madres o padres adolescentes: los peligros, las responsabilidades, las emociones y el apoyo que debemos recibir. |   |
| <b>Asuntos públicos sobre mi realidad local o regional</b><br>Relacionados con la vida local, regional y nacional.  | Sabemos que somos una parte importante de nuestro país. Demostremos que no solo somos el futuro, sino que también formamos parte del presente. Ya es hora de que todos sepan que somos capaces de crear cambios.  |
| <b>Asunto público: La trata de personas (¡Las personas no tenemos precio!)</b>  |   |
| Las personas no somos objetos que se pueden comprar, vender o usar. Sin embargo, hay personas malintencionadas que comercian con la vida de niñas/os y adolescentes. No les dicen que los van a vender y los llevan lejos de sus hogares con engaños. Podemos estar expuestos a caer en estas trampas y falsas promesas, y si no conocemos nuestros derechos, es más fácil que nos convirtamos en víctimas. Conozcamos más sobre esta situación y contribuyamos a ponerle fin.  |   |
| <b>Asunto público: La trata de personas (¡Las personas no tenemos precio!)</b>  |   |
| Nuestro hogar debería ser espacio de tranquilidad y amor, pero muchas veces la violencia no deja que eso ocurra. En ocasiones, presenciamos o somos víctimas de situaciones de violencia, ya que, lamentablemente, algunas personas justifican el uso de la violencia debido a la forma en que fueron criadas. Hoy en día ¡nadie puede ser agredido física, verbal ni psicológicamente! Encontremos formas de reducir la violencia en nuestra comunidad. Conozcamos qué hacer si sufrimos esta situación y cómo podemos superarla.                          |   |

## ANEXO 2

Matriz para el trabajo grupal

| Asuntos públicos (problemas)  | ¿Cuáles son los dos problemas que afectan en mayor medida a las/los adolescentes? | ¿Cómo repercuten estos problemas en...? |            |              | ¿Qué es necesario y posible hacer para enfrentar estos problemas? | Candidata/o para la asamblea multigrado |
|---|---|---|------------|--------------|---|---|
|   |   | Nuestro día a día                       | La escuela | La comunidad |   |   |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>Ser mamá o papá estando en el cole (Embarazo adolescente)</li> <li>Ama sin violencia (Violencia en el enamoramiento)</li> <li>Mi cuerpo, mi territorio (Abuso o violencia sexual contra adolescentes)</li> </ul> | 1.  |   |            |              |   | 1.                                      |
|   | 2.  |   |            |              |   |   |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>¡Las personas no tenemos precio! (Trata de personas)</li> <li>Sin violencia, ¡qué bien se siente! (Violencia familiar)</li> </ul>  |   |   |            |              |   |   |

# Sesión 1: Aprendiendo sobre la sexualidad

|                      |                       |
|----------------------|-----------------------|
| <b>Dimensión:</b>    | Personal              |
| <b>Eje temático:</b> | Sexualidad y género   |
| <b>Grado:</b>        | Segundo de secundaria |

## ¿Qué buscamos?

Qué las/los estudiantes reflexionen sobre las dimensiones de la sexualidad humana.

### Materiales:

- ◆ Imágenes de niñas/os, adolescentes, jóvenes y adultos
- ◆ Lectura: "La sexualidad y sus diversas manifestaciones"

### Revisión de acuerdos Tiempo: 10'

En plenaria, el/la coordinador/a del aula pide a la/el secretaria/o que lea los acuerdos y compromisos asumidos en la sesión anterior para evaluar su nivel de cumplimiento (que va de 0%, 50%, 75% o 100%). El grupo felicita el logro o brinda sugerencias para su consecución.

### Presentación

**Tiempo: 15'**

### Motivación y exploración

Iniciamos la sesión colocando en un lugar visible del aula imágenes relacionadas con diferentes expresiones de la sexualidad en el curso de la vida (ver anexo). Luego, invitamos a las/los estudiantes a observar las imágenes.

Luego, se les pide que comenten qué observan en ellas. Se recoge sus reacciones y expresiones con respecto a lo que ven.

Tomamos nota de lo expresado para utilizarlo durante el desarrollo de la sesión y les preguntamos:

- ◆ ¿Cómo se han sentido al observar las imágenes y escuchar los comentarios de sus compañeras/os?

### Desarrollo

**Tiempo: 50'**

### Información y orientación

A través de una dinámica conformamos cuatro equipos mixtos y les entregamos la lectura "La sexualidad y sus diversas manifestaciones". Los equipos crearán una representación de mimo en la que expresen de manera vivencial la comprensión del tema desarrollado en la lectura.

Se resaltan los aspectos más relevantes expresados a través del mimo. Con el apoyo de las ideas clave se reflexiona sobre las diferentes expresiones de la sexualidad a lo largo del curso de la vida.

### Cierre

**Tiempo: 15'**

Promovemos que nuestras/os estudiantes consoliden lo trabajado. Para ello solicitamos realicen algunas conclusiones del tema tratado.

- ◆ ¿Qué hemos aprendido hoy?
- ◆ ¿Qué entendemos por sexualidad?
- ◆ ¿De qué manera se expresa la sexualidad?
- ◆ ¿Es igual en todas las personas?
- ◆ ¿Entre qué edades se expresa la sexualidad?

### Toma de decisiones Tiempo: 5'

Luego de haber reflexionado sobre las diferentes maneras de expresar la sexualidad a lo largo de la vida, las/los estudiantes se comprometen a compartir con sus compañeras/os diversas maneras en que cada uno o una manifiesta su sexualidad.

### Después de la hora de tutoría

Se motiva a las/los estudiantes a que en grupo elaboren unas viñetas sobre la "expresión de la sexualidad". El trabajo consiste en armar a través de cuadros gráficos y representativos un instante o momento de la sesión trabajada.



Ideas clave:

- La sexualidad es la capacidad de expresarse de manera integral, a través de expresiones de amor, afecto, contacto corporal y comunicación. Incluye aspectos biológicos, psicológicos y sociales. Se manifiesta de forma diferente en cada persona, dependiendo de su contexto social y cultural. Está presente en todas las etapas de la vida, desde que se nace hasta que se muere.
- Cada persona desarrolla formas particulares de expresar su sexualidad durante las distintas etapas de su vida. Por ejemplo, en la manera de hablar, de comportarse, de expresar sentimientos, en la forma en que cuida la apariencia personal, en el placer que generan ciertas sensaciones, actividades, intereses u obras artísticas o en el modo de relacionarse con las demás personas.
- En la adolescencia, el desarrollo físico genera cambios en la expresión de la sexualidad. Al inicio, las/los adolescentes suelen retraerse en sí mismas/os y se muestran menos expresivas/os con las personas de su entorno. Estos cambios hacen que la cercanía corporal pueda despertar ansiedades o temores. Sin embargo, conforme van desarrollando una imagen más clara de sí mismas/os y fortalecen su identidad, se da un mayor acercamiento con otras/os adolescentes.
- Es importante que las/los adolescentes desarrollen una visión afirmativa de la sexualidad. Asimismo, valoren la posibilidad de disfrutar de sus relaciones con las personas porque pueden expresar su sexualidad de múltiples maneras a través de expresiones de ternura y cariño, que crearán lazos afectivos con amigas/os.

## Recursos



## La sexualidad en la adolescencia y sus diversas manifestaciones

La sexualidad es la capacidad de expresarse de manera integral, a través de la expresión del amor, afecto, contacto corporal y comunicación. Incluye aspectos biológicos, psicológicos y sociales. Se manifiesta de forma diferente en cada persona, dependiendo de su contexto social y cultural.

La sexualidad está presente en todas las etapas de la vida de la persona; es decir, desde que se nace hasta que se muere. Un momento crucial de su desarrollo es durante la adolescencia. Incluye la orientación sexual, identidad sexual e identidad de género.



Estos aprendizajes están condicionados por las creencias, a veces exageradas o equivocadas, que cada cultura tiene con respecto a la sexualidad y por los sentimientos encontrados que se generan en esta etapa de la vida.



El comportamiento sexual está relacionado con las actitudes, valores, creencias, sentimientos, experiencias y responsabilidad de la persona, y tendrá una expresión particular para cada una.

## Valores, actitudes y creencias

Influyen en la sexualidad del/la adolescente. Estos son aprendidos de su familia, amigas/os, la institución educativa y el entorno inmediato.

# Sesión 2: Todos cambiamos a nuestro ritmo

|                      |                       |
|----------------------|-----------------------|
| <b>Dimensión:</b>    | Personal              |
| <b>Eje temático:</b> | Sexualidad y género   |
| <b>Grado:</b>        | Segundo de secundaria |

## ¿Qué buscamos?

Que las/los estudiantes comprendan que cada adolescente cambia a su propio ritmo.

### Materiales:

- ◆ Hojas bond
- ◆ Lapiceros

### Revisión de acuerdos Tiempo: 10'

En plenaria, el/la coordinador/a del aula pide a la/el secretaria/o que lea los acuerdos y compromisos asumidos en la sesión anterior para evaluar su nivel de cumplimiento (que va de 0%, 50%, 75% o 100%). El grupo felicita el logro o brinda sugerencias para su consecución.

### Presentación

**Tiempo: 15'**

### Motivación y exploración

Iniciamos la sesión solicitándoles que se dibujen y señalen:

- ◆ Una parte de tu cuerpo que te gusta mucho (derecha)
- ◆ Una parte de tu cuerpo que es la menos le gusta (izquierda)

Una vez que han terminado, realizarán la dinámica del museo con todos los trabajos elaborados por las/los estudiantes. Estos dibujos serán anónimos.

Presentamos el propósito de la sesión y motivar a seguir dialogando sobre el tema.

### Desarrollo

**Tiempo: 45'**

### Información y orientación

Utilizando los trabajos realizados por nuestros estudiantes en el bloque anterior, invitamos a dialogar sobre ello. Preguntamos:

- ◆ ¿Qué han observado en las imágenes?

Escuchamos y luego orientamos que como adolescentes se encuentran en una etapa de cambios, y que estos se dan de manera particular.

Continuamos promoviendo el diálogo formulando las siguientes preguntas:

- ◆ ¿Qué te preocupa o les preocupa a tus compañeras/os sobre estos cambios sobre todo los relacionados con la apariencia física?
- ◆ ¿Estos cambios se dan igual en todos los adolescentes?
- ◆ ¿Por qué crees que estos cambios se dan más rápido en unos que en otros?

Continuamos reforzando la idea que cada persona experimenta cambios particulares. Puede ser que a uno de tus compañeros aún no le crecen vellos y a otro desde los 11 años ya empezó a experimentar estos cambios.

### Cierre

**Tiempo: 20'**

A partir de la reflexión y, sobre todo, basándonos en lo que hayan expresado las/los estudiantes, solicitamos que voluntariamente expresen cómo se han sentido dialogando sobre el tema de la sesión. Preguntamos: ¿Qué han aprendido durante el desarrollo de la sesión? Podemos finalizar este bloque reforzando con las siguientes ideas fuerza:

Reforzamos con las siguientes ideas fuerza:

- En cada etapa se presentan cambios tanto en el aspecto fisiológico (estimulación y funcionamiento de los órganos por hormonas, femeninas y masculinas) y cambios estructurales (anatómicos y modificación en el perfil psicológico y de la personalidad). Sin embargo, la condición de la adolescencia no es uniforme y varía de acuerdo con las características individuales y de grupo.

### Toma de decisiones

*Motivamos a las/los estudiantes a asumir el compromiso de conversar con sus padres o un/a adulto/a de confianza cuando tengan dudas o preocupaciones en relación con los cambios que están experimentando.*

### Después de la hora de tutoría

Solicitamos a las/los estudiantes a investigar sobre los cambios que experimentan las/los adolescentes en esta etapa. Además, los animamos a dialogar con sus madres y padres o algún adulto de confianza sobre cómo se sentían ellos con los cambios cuando eran adolescentes.

# Sesión 3:

## Expreso mis emociones con asertividad

|                      |                                      |
|----------------------|--------------------------------------|
| <b>Dimensión:</b>    | Personal                             |
| <b>Eje temático:</b> | Competencias socioafectivas y éticas |
| <b>Grado:</b>        | Segundo de secundaria                |

### ¿Qué buscamos?

Que las/los estudiantes reconozcan la importancia de expresar sus emociones y sentimientos con asertividad.

#### Materiales:

- ◆ Lápiz
- ◆ Papel

#### Revisión de acuerdos

##### Tiempo: 10'

En un plenario, la coordinadora o el coordinador del aula pide a la secretaria o secretario que lea los acuerdos y compromisos asumidos en la sesión anterior para evaluar su nivel de cumplimiento (que puede ser de 0%, 50 %, 75 % o 100 %). El grupo felicita el logro o brinda sugerencias para su consecución.

#### Presentación

##### Tiempo: 15'

#### Motivación y exploración

Iniciamos la sesión y solicitamos cuatro voluntarios. A cada uno le damos un papelito que contiene una situación relacionada con una emoción. Decimos que representen solo a través de mímicas que les ha tocado. El grupo debe adivinar qué emoción están representando cada uno de sus compañeras/os.

- ◆ Situación 1: Un/a adolescente expresa alegría.
- ◆ Situación 2: Un/a adolescente muestra tristeza.
- ◆ Situación 3: Un/a adolescente expresa temor o miedo.
- ◆ Situación 4: Un/a joven se muestra enojado(a), con cólera y grita.

Solicitamos a los/as estudiantes que comenten sobre lo representado, sobre todo respecto a la última situación.

Señalamos que las emociones son naturales, reacciones inmediatas que experimentamos ante un hecho, que es importante y necesario expresar; sin embargo, también es necesario aprender a exteriorizarlas adecuadamente. Es decir, que estas no afecten o dañen a otras personas.

Luego indicamos el propósito de la sesión (qué se busca) y que seguiremos dialogando sobre las emociones en nuestra vida.

#### Desarrollo

##### Tiempo: 45'

#### Información y orientación

A continuación, solicitamos a nuestros estudiantes que elijan una de las emociones del primer momento, que le pongan un nombre al personaje y compongan una pequeña historia sobre él.

Para ayudarlos le podemos dar dos ejemplos:

##### Historia 1:

Juan está molesto porque su compañero lo ha insultado en la hora de recreo, por eso le quiere pegar a la hora de salida.

##### Historia 2:

María está triste porque su mejor amiga no la invitó a su cumpleaños. Llega a su casa, se encierra en su cuarto a llorar y le contesta mal a su mamá cuando le dice que almuerce.

Comentamos que es importante que la historia resalte la emoción y la respuesta ante la misma; por ejemplo, Juan se siente molesto por lo que pasó con su compañero y que su forma de reaccionar es agredirlo.

Solicitamos que algunos socialicen la historia elaborada y analicen de manera conjunta la emoción y la reacción de esta. Orientamos a nuestros estudiantes sobre las distintas formas que podemos responder ante las emociones, y que es importante que aprendamos a expresarlas de manera adecuada; es decir, asertiva, sin dañar o ir en contra de los derechos de los demás.

Solicitamos que transformen la historia para que expresen la emoción de manera asertiva.

##### Historia 1:

Juan está molesto porque su compañero lo ha insultado en la hora de recreo, conversa con su tutor sobre lo ocurrido. Más tranquilo, piensa que buscará un momento para conversar con su compañero sobre lo ocurrido.

##### Historia 2:

María está triste porque su mejor amiga no la invitó a su cumpleaños. Llega a su casa y le cuenta a su mamá/hermana cómo se siente. Más tranquila, se cambia y almuerza.

Solicitamos algunas/os voluntarias/os (las/os que no participaron en la primera parte) para que compartan su historia y la transformen de tal manera que la reacción ante la emoción sea asertiva.

#### Cierre

##### Tiempo: 20'

Tomando en cuenta lo dialogado con el grupo, solicitamos que elaboren conclusiones sobre lo trabajado en la sesión, sobre todo enfatizando la importancia de expresar las emociones y sentimientos a los demás.

De ser necesario podemos reforzar con las siguientes ideas claves:

- ¿Cómo se forma un grupo de amigos o amigas? ¿Los grupos son grandes o pequeños, mixtos o solo de varones o mujeres?, ¿Qué hace que las personas sean consideradas como amigas y amigos?
- ¿Cómo se divierten las/los adolescentes de la zona cuando están en grupo? ¿Qué cosas comparten?
- ¿Qué actividades o conductas negativas aparecen en algunos grupos?
- ¿Tienen distintos intereses los grupos de varones y de mujeres?

### Toma de decisiones Tiempo: 5'

Motivamos a nuestras/os estudiantes a comprometerse a expresar adecuadamente sus emociones y sentimientos hacia los demás.

### Después de la hora de tutoría

Proponemos a nuestras/os estudiantes que confeccionen tarjetas de refuerzo en las que escriban y expresen el afecto que sienten hacia las personas de su entorno.

# Sesión 4 : Amor correspondido y no correspondido

|                      |                       |
|----------------------|-----------------------|
| <b>Dimensión:</b>    | Personal              |
| <b>Eje temático:</b> | Sexualidad y género   |
| <b>Grado:</b>        | Segundo de secundaria |

### Presentación

**Tiempo: 20'**

### Motivación y exploración

Saludamos a nuestras/os estudiantes y solicitamos que se acerquen cuatro voluntarios (dos mujeres y dos varones) para que lean cuatro historias sobre situaciones de enamoramiento. Solicitamos que cada uno escoja el caso y personaje que con el que se siente más cercano:

### ¿Qué buscamos?

Que las y los estudiantes compartan sus sentimientos, ideas y opiniones que surgen en torno al enamoramiento, cuando los afectos son correspondidos y cuando no lo son, valorando la importancia del consentimiento y la reciprocidad.

### Materiales:

- ◆ Plumones de colores
- ◆ Masking tape
- ◆ Papelógrafos
- ◆ Tiza
- ◆ Las preguntas de la “botella preguntona” (anexo)

**Caso 1:** Jorge tiene 13 años y se siente atraído por Luisa. Él siempre la espera a la salida y durante el recreo la observa todo el tiempo. Sin embargo, a Luisa no le gusta Jorge, por eso no le hace caso. Es más, en una oportunidad le dijo que deje de estar siguiéndola, de lo contrario lo acusaría con el profesor.

**Caso 2:** Henry, de 15 años, y Natalia, de 14, se conocieron el verano pasado en la playa. Desde que se vieron se gustaron y se hicieron enamorados. Ellos pasan mucho tiempo juntos, pero Henry se ha dado cuenta de que se ha distanciado de sus amigos y ya no sale a jugar el habitual partido de fútbol con ellos, porque Natalia quiere estar solo con él.

### Revisión de acuerdos Tiempo: 10'

En plenaria, el/la coordinador/a del aula pide a la/el secretaria/o que lea los acuerdos y compromisos asumidos en la sesión anterior para evaluar su nivel de cumplimiento (que va de 0%, 50%, 75% o 100%). El grupo felicita el logro o brinda sugerencias para su consecución.

**Caso 3:** Cecilia tiene 14 años. Conoció a Genaro en una fiesta. Él tiene 18 años, no estudia ni trabaja, pero no se pierde ninguna fiesta de la discoteca de su barrio. A él le gusta estar con varias chicas a la vez. A Cecilia eso no le importa, porque cree que él es lo máximo y, además, le ha ofrecido cambiar.

**Caso 4:** Teresa y Juan van a cumplir 14 años, ambos se gustan. Ambos se gustan. Cada vez que se ven sienten un “cosquilleo” en el estómago. Para Juan, Teresa es linda y sueña despierto con ella. Teresa se la pasa pensando en él, lo encuentra atractivo y cree que es el mejor chico que ha conocido. Y, como no puede esperar más, esta tarde ella le enviará una carta para confesarle su amor.

Luego invitamos a algunos estudiantes a compartir con las/los demás por que han elegido ese personaje.

Se pregunta a las/los estudiantes: ¿Es enamoramiento lo que se ha tratado en estas historias? ¿Por qué? ¿Se puede observar que hay amor correspondido o no correspondido? Escuchamos sus respuestas.

Indicamos el propósito de la sesión y mencionamos que es importante reflexionar sobre lo que significa estar enamorado(a) y las características de una relación afectiva que enriquezca y contribuya al bienestar personal.

## Desarrollo

**Tiempo: 45'**

### Información y orientación

Explicamos que jugarán a “La botella preguntona”. Solicita un voluntario y una voluntaria para que ayuden a formar un gran círculo con las/los participantes.

Se encargarán de dar vuelta a la botella que se ha colocado en el centro y formularán las preguntas escritas en la tarjeta del juego (ver anexo).

Acompaña el juego y, con discreción, toma nota de las opiniones y reacciones de las y los estudiantes, para comentar luego que si lo que se experimenta en la adolescencia es amor o ilusión, explicando la diferencia entre ambos. Se manifiesta que las alegrías y desilusiones de amor, el contacto físico, las caricias, el unirse al otro, las vivencias conjuntas, la amistad y el afecto son experiencias que permiten el autoconocimiento, y con las cuales en la adolescencia, las personas van dejando de aislarse y se abren al mundo.

Otro aspecto que se debe analizar y que preocupa mucho en la adolescencia, es la posibilidad del rechazo, el abandono y la desilusión amorosa. Orientamos sobre el hecho de que quizás se presenten algunas penas y temores, pero eso es parte del conocimiento y del aprendizaje, sobre todo cuando las cosas no salen como se desea (frustración), pero eso no puede privarlos de tener en el futuro nuevas relaciones saludables.

Solicitamos que extraigan algunas conclusiones tomando como base lo desarrollado en la sesión.

Se complementa y refuerza las intervenciones con las siguientes ideas fuerza:

- Una relación de enamoramiento puede ser fuente de bienestar, y la pareja debe alentarse mutuamente, para desarrollarse como personas, dado que vuelca su afecto sobre la otra, con ella quiere compartir tiempo y espacio, así como vivencias, sueños y expectativas.
- Los “agarres”, “chapes” o “vacilones” pueden colocar a las personas en situaciones o comportamientos de riesgo, por lo que se deben evitar, para tener un desarrollo sexual saludable y sin riesgos.
- Todos nos enfrentamos alguna vez a situaciones de carencia o abandono y nos ponemos muy tristes, y no podemos evitarlo, pero depende de nosotros mismos aprender a reaccionar y sobreponernos frente a ellas.



### Toma de decisiones 10'

*Incentivamos a las/los estudiantes a que se comprometan a pensar en el enamoramiento como una oportunidad para establecer vínculos afectivos con una persona y aprender a comunicarse con ella, como una demostración de su desarrollo sexual integral.*

## Después de la hora de tutoría

Motivamos a las/los estudiantes a realizar una pequeña encuesta a sus amigas/os o conocidas/os. Posteriormente, la recogen y hacen una lectura atenta de las respuestas en la próxima sesión

### Creo que me he enamorado

La encuesta es anónima solo marcar si eres: mujer ( ), varón ( )

Piensa y responde (no importa si estás o no enamorada o enamorado):

1. ¿Cómo me gustaría que fuera mi enamorada o enamorado?
2. ¿Cómo me te comportarías si estuvieras enamorada o enamorado?

# Sesión 5:

Sí asumimos nuevos roles y superamos los estereotipos de género, todas/os ganamos

|                      |                       |
|----------------------|-----------------------|
| <b>Dimensión:</b>    | Social                |
| <b>Eje temático:</b> | Sexualidad y género   |
| <b>Grado:</b>        | Segundo de secundaria |

## ¿Qué buscamos?

Que las/los estudiantes analicen los roles, creencias y estereotipos de género en el ejercicio de la sexualidad de varones y mujeres.

### Materiales:

- ◆ Tarjeta con listado de estereotipos

### Revisión de acuerdos

**Tiempo: 10'**

Solicitamos al/la secretaria/o que lea los acuerdos y compromisos asumidos en la sesión anterior para evaluar el nivel de logro de los mismos (que va de 0%, 50%, 75% o 100%). En grupo se felicitan o brindan sugerencias para promover su cumplimiento.

### Presentación

**Tiempo: 20'**

### Motivación y exploración

Solicitamos a las/los estudiantes que imaginen que ha llegado un ser de otro mundo, un extraterrestre, al planeta Tierra, y que se ha encontrado con ellas/os. Este extraterrestre no identifica quién es varón y quién es mujer, así que debemos indicarle las características físicas, las conductas, las actitudes y los roles que tienen ambos.

Luego, pedimos que digan cuáles son esas características físicas de los varones y las mujeres. Se anota en la pizarra en dos columnas, una para cada sexo. Deben señalar las conductas, las actitudes y los roles propios de cada sexo, de tal modo que el extraterrestre tenga bien claro de qué sexo son los seres humanos al verlos.

Hacemos notar las características que asumimos para cada sexo y de cómo estas "diferencias" muchas veces dan paso a los estereotipos de género (se brinda la definición de estereotipo de género).

Los estereotipos de género son las ideas que tenemos sobre cómo deben comportarse los hombres y las mujeres, los papeles que deben desempeñar en el trabajo, en la familia, el espacio público e incluso en cómo deben relacionarse entre sí. Son ideas preconcebidas que utilizamos para analizar e interactuar con otros hombres y mujeres.

Existen estereotipos que se vivencian como verdades objetivas y que influyen de forma decisiva sobre las actitudes, las creencias y las conductas.

Señalamos cómo las sociedades tienden a valorar de forma distinta a los varones y a las mujeres por las expectativas diferentes que se forman respecto al género. Comentamos que en esta sesión de tutoría dialogarán sobre cómo a partir de estos estereotipos o diferencias de género se vivencia la sexualidad de cada género de forma diferente.

### Desarrollo

**Tiempo: 45'**

### Información y orientación

Escribe en la pizarra los siguientes títulos: "Ha nacido un varón" y, al costado, dejando un espacio suficiente, escribe "Ha nacido una mujer". Explica que haremos un concurso (que tomará 10 minutos).

Se trata de que los varones escriban, debajo de su respectivo título, todo lo que han escuchado o han visto hacer cuando se anuncia el nacimiento de un varón. Lo mismo hacen las mujeres: escriben bajo el título respectivo todo lo que han visto hacer o escuchado decir cuando se sabe que el bebé será mujer.

### Ejemplo:

**Ha nacido un varón:**

El rey de la familia

.....  
 .....

**Ha nacido una mujer:**

La reina de la casa

.....  
 .....

Pasado el tiempo sugerido, pedimos a un/a voluntario/a que lea lo que han escrito en la pizarra. Solicitamos al resto que escuche con la debida atención. Motivamos a encontrar semejanzas y diferencias en las cosas que se dicen o hacen cuando nace un bebé varón o mujer. Complementamos su análisis reflexionando sobre las diferencias en las expectativas de las familias sobre el nacimiento de un varón o una mujer.

Luego, les entregamos una lista de estereotipos de género, tanto del sexo femenino como del masculino. Deben marcar cuáles han escuchado o vivenciado. Analiza junto con ellas/os cuáles consideran que aún siguen vigentes en nuestra sociedad.

### Listado de estereotipos:

| MUJER  | HOMBRE   |
|--|--|
| Son cariñosas y demuestran su afecto a la pareja.              | No prestan mucha atención a su arreglo personal.                             |
| Es la encargada de cuidar a los hijos y la familia en general. | Son los que siempre dan la iniciativa, cuando se trata de querer una pareja. |
| Es muy sensible y delicada, llora con facilidad.               | Son fuertes, resisten el dolor y no lloran.                                  |
| Son obedientes y dependen de otra persona.                     | Son infieles por naturaleza.   |
| Se preocupa mucho por su apariencia física.                    | Son los que deben mantener el hogar económicamente.                          |

Hacemos notar cómo estos estereotipos creados por la sociedad perjudican tanto a varones como a mujeres al momento de expresar su sexualidad, y de ejercerla de forma saludable, responsable y placentera.

### Cierre Tiempo: 10'

Cerramos la sesión solicitando las ideas centrales de la sesión desarrollada o lo que aprendieron con ella.

### Toma de decisiones: Tiempo: 5'

*Indicamos que, a partir de lo visto en la sesión, se comprometan a promover entre sus amigas/os la importancia de dejar de lado los estereotipos de género que denigran a la mujer.*

Fortalecemos mencionando las siguientes ideas fuerza:

- El concepto de género nos remite a un conjunto de características, cualidades, capacidades, roles y formas de relacionarnos que las sociedades y las culturas asignan a las personas según su sexo biológico. Estos mandatos de género establecen derechos, deberes, obligaciones y formas de actuar distintas para varones y mujeres.
- Los roles y estereotipos de género están arraigados en nuestra sociedad e influyen en nuestro comportamiento. Por lo general, los asumimos sin discutirlos o cuestionarlos.
- Los estereotipos de género influyen en el ejercicio de la sexualidad de las personas. Por ejemplo, enseñar a negar o limitar a los varones la posibilidad de expresar sus sentimientos durante la niñez y la adolescencia influye negativamente en las relaciones afectivas que construyen con sus parejas.

### Después de la hora de tutoría

Sugerimos que revisen la letra de las canciones “Es mi niña bonita” y “Gracias, mamá, por haberme parido macho” y las comenten.

# Sesión 6 : Mitos y creencias sobre menstruación y fecundidad

|                      |                       |
|----------------------|-----------------------|
| <b>Dimensión:</b>    | Personal              |
| <b>Eje temático:</b> | Embarazo adolescente  |
| <b>Grado:</b>        | Segundo de secundaria |

### Presentación

**Tiempo: 15'**

### Motivación y exploración

Coloca en el extremo izquierdo de la pizarra un cartel que diga “Verdadero” y en el extremo derecho otro cartel que diga “Falso”. Luego, recurriendo a las frases (mitos) del anexo, invita a las/los estudiantes a que se desplacen teniendo en cuenta la siguiente consigna:

**“Iré leyendo algunas frases y ustedes tendrán que expresar si es verdadera o falsa. Los que consideren que es verdadera deberán desplazarse a la izquierda, y quienes piensen que es falsa se colocan a la derecha. Quienes tengan dudas se mantendrán en el centro”.**

### ¿Qué buscamos?

Que las/los estudiantes reconozcan mitos y creencias relacionados con la menstruación y la fecundidad.

### Materiales:

- ◆ Papelotes
- ◆ Plumones colores
- ◆ Tarjetas de cartulina de colores
- ◆ Cinta adhesiva

### Revisión de acuerdos Tiempo: 10'

*En plenaria, el/la coordinador/a del aula piden a la/el secretaria/o leer los acuerdos y compromisos asumidos en la sesión anterior para evaluar su nivel de cumplimiento (que va de 0%, 50%, 75% a 100%). El grupo felicita el logro o brinda sugerencias para su consecución.*

Culminada la actividad, señala que nuestra postura o posición frente a algo depende de la información que tenemos sobre el tema.

### Desarrollo

**Tiempo: 50'**

### Información y orientación

Al término de la actividad, solicita que se agrupen de acuerdo con la posición que asumieron en las frases presentadas. A cada grupo se les entrega las frases (mitos) de la actividad anterior, tarjetas de colores y plumones. Se dará la siguiente indicación:

“En cada tarjeta escribirán, de manera concisa, las razones por las que consideran que las frases son verdaderas o falsas (o tienen dudas). Luego, las pegarán en la pizarra”.

Una vez pegados los argumentos en la pizarra, se les preguntará:

- ◆ ¿Dónde han escuchado estas frases?
- ◆ ¿Consideran que muchas personas piensan como ustedes?
- ◆ ¿Por qué?

Se recoge las respuestas a través de una lluvia de ideas. Al término se analizan las frases y se despejan las dudas presentadas. Puedes apoyarte en los argumentos presentados en el anexo.

**Cierre** **Tiempo: 15'**

Al término de la actividad realiza las siguientes preguntas:

- ◆ ¿Qué hemos aprendido hoy?
- ◆ ¿Qué mitos y creencias hemos reconocido en la relación presentada?
- ◆ ¿De qué manera el reconocer estos mitos y creencias nos ayuda?
- ◆ Ahora, ¿qué puedes decir sobre los mitos y creencias sobre la menstruación y fecundidad presentadas durante la sesión?



**Toma de decisiones:**

Luego de haber reflexionado sobre los mitos y creencias relacionados con la menstruación y la fecundidad, las/los estudiantes se comprometen a dialogar con sus compañeras/os sobre los beneficios de contar con la información adecuada sobre la menstruación y la fecundidad.

**Ideas clave**

- Los mitos y creencias son relatos que surgen de la experiencia adquirida. Son transmitidos de forma oral. Dan respuestas lógicas a interrogantes de la vida cotidiana y no necesariamente cuentan con una base científica.
- Deshacernos de mitos y creencias sobre la menstruación y fecundidad permite tener información real que posibilitará cambiar hábitos y actitudes frente a la menstruación. Por otro lado, ayudará a tomar las medidas preventivas correspondientes cuando decidan mantener relaciones sexuales.

**Después de la hora de tutoría**

Se solicita que profundicen la información recibida, que investiguen y lean artículos que ayuden a cuestionar los mitos y creencias presentados en las frases discutidas en clase.

| MITO  | ARGUMENTO PARA REBATIRLO   |
|---|--|
| Cuando se tiene la primera relación sexual, no se corre el riesgo de quedar embarazada.             | <b>Falso.</b> Desde el momento en que una mujer comienza a ovular, su cuerpo está preparado para la función reproductiva; por lo tanto, puede perfectamente salir en estado en su primer encuentro sexual. También es frecuente que se piense que una sola vez de sexo no protegido no tiene mayor trascendencia, pero es justo esa “única vez” la que conlleva a los embarazos en adolescentes en dos de cada 10 mujeres. |
| Cuando está menstruando, la mujer no debe bañarse ni lavarse la cabeza porque se suspende la regla. | <b>Falso.</b> Puedes lavarte el cabello, tomar un baño libremente y mantener tu higiene personal.  |
| Cuando las mujeres están menstruando se vuelven “lunáticas” y están de mal humor.                   | <b>Falso.</b> Es posible que se presenten situaciones que produzcan irritabilidad, depresión o fatiga que coincidan con el periodo menstrual. La menstruación no produce “mal humor”.  |
| Tu periodo debe durar exactamente una semana.   | <b>Falso.</b> El periodo de cada mujer es diferente. Es perfectamente natural que un periodo dure entre tres y seis días. Es probable que tu periodo sea irregular, especialmente cuando se inicia.  |
| El espermatozoide más rápido es el que fertiliza al óvulo.  | <b>Falso.</b> Para que un espermatozoide atraviese el óvulo, se precisa que una gran cantidad de espermatozoides “erosionen” su cubierta durante un tiempo, hasta que la membrana se “rompe” en un punto. Entonces, el espermatozoide situado delante del desgarro puede penetrar y fecundar el óvulo. Si la concentración de espermatozoides no es suficiente, es menos probable la fecundación.                          |
| Lavarse los genitales después de la relación sexual impide el embarazo.                             | <b>Falso.</b> Esto no sirve más que como un elemento higiénico. Es totalmente falso si se pretende utilizar como método anticonceptivo.  |

|  |   |
|--|---|
| No debes hacer ejercicio, debes permanecer en reposo durante el periodo. | <b>Falso.</b> Si quieres hacer ejercicio, no hay razón para que no lo hagas. De hecho, es una manera de controlar los síntomas del síndrome premenstrual y los cólicos, debido a que el ejercicio aumenta el suministro de oxígeno a los músculos.  |
| Eyacular fuera de la vagina impide la fecundación.                       | <b>Falso.</b> Basta una pequeña gota de semen con millones de espermatozoides para lograr el embarazo. Recuerden que el líquido pre eyaculatorio también contiene espermatozoides.  |
| Con el condón no se siente igual.  | <b>Falso.</b> Esta percepción es más psicológica y cultural que real. El condón es un método anticonceptivo y de prevención de infecciones de transmisión sexual altamente seguro y confiable.<br>Los condones actuales se elaboran bajo controles estrictos de calidad, lo que hace que sea muy difícil que se rompan. Es importante conservarlos a temperatura y humedad adecuadas. |

**IMPORTANTE:** La Organización Mundial de la Salud (OMS) estima que el riesgo de morir a consecuencia de problemas relacionados con el embarazo para las mujeres entre 15 y 19 años es el doble que existe para las mujeres de 20 a 24 años.

# Sesión 7 : Nos cuidamos ante las situaciones de riesgo<sup>1</sup>

|                      |                       |
|----------------------|-----------------------|
| <b>Dimensión:</b>    | Personal              |
| <b>Eje temático:</b> | Prevención del riesgo |
| <b>Grado:</b>        | Segundo de secundaria |

## Presentación

**Tiempo: 15'**

## Motivación y exploración

Iniciamos la sesión con la lectura de la siguiente carta:

## ¿Qué buscamos?

Que las/los estudiantes planteen alternativas para afrontar diversas situaciones de riesgo.

## Materiales:

- ◆ Lápiz
- ◆ Papel

“Papá, mamá, estos 11 años que llevo con ustedes han sido muy buenos y nunca los olvidaré, como nunca los olvidaré a ustedes. Papá, tú me has enseñado a ser buena persona y a cumplir las promesas. Además, has jugado muchísimo conmigo. Mamá, tú me has cuidado muchísimo y me has llevado a muchos sitios. Los dos son increíbles. Juntos son los mejores padres del mundo. Tata, tú has aguantado muchas cosas por mí y por papá, te estoy muy agradecido y te quiero mucho. Abuelo, tú siempre has sido muy generoso conmigo y te has preocupado por mí. Te quiero mucho. Lolo, tú me has ayudado mucho con mis deberes y me has tratado bien. Te deseo suerte para que puedas ver a Eli. Les digo esto porque yo no aguanto ir al colegio y no hay otra manera para no ir. Por favor; espero que algún día puedan odiarme un poquito menos. Les pido que no se separen, papá y mamá, sólo viéndolos juntos y felices yo seré feliz. Los echaré de menos y espero que un día podamos volver a vernos en el cielo. Bueno, me despido para siempre. Firmado, Diego. Ah, una cosa, espero que encuentres trabajo muy pronto, Tata.

## Revisión de acuerdos

**Tiempo: 10'**

En un plenario, la coordinadora o el coordinador del aula pide a la secretaria o secretario que lea los acuerdos y compromisos asumidos en la sesión anterior para evaluar su nivel de cumplimiento (que puede ser de 0%, 50%, 75% o 100%). El grupo felicita el logro o brinda sugerencias para su consecución.

<sup>1</sup>Adaptado de “Aprendo a reconocer situaciones de riesgo”. MINEDU (2006). Sesiones de Tutoría para los niveles de educación primaria y secundaria. Lima.

**Preguntamos al grupo:**

- ◆ **¿Qué situación de riesgo está viviendo el niño?**  
Brindamos tiempo para los comentarios de los estudiantes y decimos: "Hoy vamos a aprender a plantear alternativas para afrontar situaciones de riesgo".

**Desarrollo**

**Tiempo: 35'**

**Información y orientación**

Escribimos en la pizarra las siguientes palabras:

Amigos que consumen drogas

Pasear en la noche

Violencia familiar

Compañeros abusivos

Decimos:

*"Estas son algunas de las situaciones de riesgo a la que estamos expuestos. Nos pueden traer muchos problemas y afectarnos bastante si no aprendemos a buscar alternativas para afrontarlas... Ahora, entre todos buscaremos las alternativas".*

Agrupamos a las/los estudiantes en cuatro equipos. Pedimos a cada uno que trabajen con cada situación de riesgo escrito en la pizarra. Para facilitar la interacción entre los/las integrantes se les pide que respondan las siguientes preguntas:

- ◆ **¿Por qué es una situación de riesgo?**
- ◆ **¿Cómo debemos actuar?**

Luego de 30 minutos, se invita a cada grupo que comparta sus respuestas.

**Cierre**

**Tiempo: 15'**

Promovemos la formulación de conclusiones sobre el tema tratado. Tomando en cuenta lo expresado por las/los estudiantes, trabajamos las siguientes ideas fuerza:



- Todos estamos expuestos a situaciones de riesgo, pero depende de nosotros estar alertas para que no nos afecte.
- Los problemas son parte de la vida. Todos tenemos problemas diferentes, aunque nos afectan igual. El tenerlos no nos hace menos ni más; sin embargo, no aceptarlos y enfrentarlos si nos hace menos.
- Las situaciones de riesgo no siempre se verán como un peligro en este instante; pero si piensas bien, te darás cuenta de que te afectará bastante después.
- Cuando sientas que estás ante una situación de riesgo o confundido; es importante que lo compartas con tus padres, tutores o persona a quien le tengas confianza. **NUNCA TE CALLES.**

**Toma de decisiones:  
Tiempo: 5'**

*Motivamos a nuestras/os estudiantes a comprometerse para estar alerta a cualquier situación de riesgo. De ser necesario, busca ayuda en una persona adulta.*

**Después de la hora de tutoría**

Proponemos a nuestras/os estudiantes que con sus padres y hermanos evalúen los de riesgos a los que están expuestos y propongan alternativas para enfrentarlos.

# Sesión 8 : Consecuencias de la violencia

(Consecuencias de la violencia contra la mujer y las/os integrantes del grupo familiar)

|                      |   |
|----------------------|---|
| <b>Dimensión:</b>    | Social  |
| <b>Eje temático:</b> | Violencia familiar (violencia contra la mujer y los integrantes del grupo familiar) |
| <b>Grado:</b>        | Segundo de secundaria   |

**Presentación**

**Tiempo: 20'**

**Motivación y exploración**

La/el docente dará inicio al tema y escribirá: **"Consecuencias de la violencia contra la mujer y los integrantes del grupo familiar"**.

Se les pide que mencionen lo que entienden por violencia contra la mujer y los integrantes del grupo familiar, y cuáles son los tipos que conocen.

**¿Qué buscamos?**

Las/los estudiantes identifican las consecuencias de la violencia familiar (violencia contra la mujer y los integrantes del grupo familiar).

**Materiales:**

- ◆ Tizas o plumones
- ◆ Recurso servicios del PNCVFS

Mediante una lluvia de ideas, las/los estudiantes mencionarán de manera general sus conocimientos referentes a la problemática tratada. Se les informa el objetivo de la sesión y la importancia de hablar sobre las consecuencias que genera este flagelo social.

- ◆ ¿Qué entendemos por situaciones de riesgo?
- ◆ ¿Estas situaciones de riesgo pueden facilitar que se presente un abuso sexual?

**Revisión de acuerdos  
Tiempo: 10'**

*El/la coordinador/a del aula pide a la/el secretaria/o que lea los acuerdos y compromisos asumidos en la sesión anterior para evaluar su nivel de cumplimiento (que va de 0%, 50%, 75% o 100%). El grupo felicita el logro o brinda sugerencias para su consecución.*

## Desarrollo

Tiempo: 45'

### Información y orientación

Se les pide que formen cuatro grupos. A cada equipo se le entregará una tarjeta en la que se narra una situación de violencia contra la mujer y los integrantes del grupo familiar. Se les explica que cada grupo realizará una representación (sociodrama) de cada situación entregada para fomentar la participación de todas/os. Cada quien asumirá un rol en la representación. Asimismo, se le pedirá a cada grupo que observen atentamente las escenas.

Al culminar las cuatro representaciones, se mantienen los grupos y se les pregunta:

- ◆ ¿Qué sintieron al observar estas situaciones de violencia que afectan a las mujeres y a los integrantes del grupo familiar?
- ◆ ¿Qué consecuencias pueden tener las personas afectadas por estos tipos de violencia?
- ◆ ¿Qué se podría hacer para detener estas situaciones?

La/el docente anotará las ideas más relevantes en la pizarra y aclarará las dudas que surjan. También ayudará a afianzar conocimientos sobre las consecuencias que genera la violencia contra la mujer y los integrantes del grupo familiar. Finalmente, informará a las/los estudiantes sobre los servicios que brinda el PNCVFS: Centros de Emergencia Mujer, Línea 100 y Chat 100.

### Después de la hora de tutoría

Se sugiere a las/los estudiantes que puedan socializar la información con sus amigas, amigos y familiares, para así compartir su experiencia con sus compañeras/os en la siguiente sesión.

#### Consecuencias de la violencia contra la mujer y los integrantes del grupo familiar:

- Baja autoestima
- Depresión, miedo, estrés, desorientación, ansiedad
- Conductas de aislamiento
- Conductas de dependencia y sometimiento, sentimientos de culpa
- Desmotivación, impotencia, indecisión
- Bloqueo emocional y desesperanza
- Trastornos de sueño
- Irritabilidad
- Dolores somáticos

## Cierre

Tiempo: 15'

La/el docente realizará un resumen o conclusión de lo trabajado con las/los alumnos. Se enfatizará en el rechazo de las/los estudiantes a las situaciones que afectan de manera negativa a las mujeres e integrantes del grupo familiar. Para ello, promoverá que cada estudiante asuma un compromiso para prevenir y denunciar estas formas de violencia.

#### Los compromisos asumidos frente a la violencia contra la mujer y los integrantes del grupo familiar:

- Nos comprometemos a rechazar cualquier tipo de violencia contra la mujer e integrantes del grupo familiar y dar a conocer a las instituciones para que sean atendidas.
- Nos comprometemos a informar a nuestra familia y amistades sobre las consecuencias que genera en lo personal, familiar y social.

## ANEXO 1

### Casos para analizar los tipos de violencia contra la mujer y grupo familiar

1. La señora María no sale mucho de su casa, siempre tiene miedo, vive asustada, y cuando llega su esposo empieza a temblar. Sus vecinas mencionan que su esposo le grita constantemente. Muchas veces la ha ridiculizado, en su casa y en la calle, en presencia de sus hijos.
2. La señora Lucrecia se ha escapado de su casa porque su esposo constantemente la golpeaba. Ella pidió ayuda a la comisaría para hacerle una denuncia. En la actualidad, tiene mucho miedo y desea irse lejos con sus hijos para que no la encuentre su pareja.
3. Miriam es una escolar adolescente que viene a clase, generalmente tarde, con un aspecto físico desaliñado o desordenado, se duerme en clase y a veces llega con los ojos hinchados como si hubiera llorado. Un día le mencionó a una de sus compañeras de clase que siempre tenía que atender a sus hermanitos menores porque la mamá trabajaba todo el día y si no lo hacía le pegaba fuertemente.
4. Manuela es una madre joven separada, tiene tres hijos que están en la escuela. Ella sale a trabajar después de llevar al colegio a sus hijos. El padre de los niños siempre la insulta y quiere controlar su vida. No desea que trabaje y que solo atienda a sus hijos. Manuela no accede porque el señor no es responsable. Ante la negativa de ella, él le grita y humilla en la calle.

### Recurso: Servicios del PNCVFS

#### ¿Qué es el CEM?

Centro Emergencia Mujer brinda servicios públicos especializados y gratuitos de atención integral y multidisciplinaria para víctimas de violencia familiar y sexual. Asimismo, da orientación legal de defensa judicial y consejería psicológica. Se procura la recuperación del daño sufrido y se presta asistencia social. También se realizan actividades de prevención a través de capacitaciones, campañas comunicacionales, formación de agentes comunitarios y movilización de organizaciones.

#### ¿Qué es la Línea 100?

Es un servicio gratuito de cobertura nacional a cargo de un equipo de profesionales especializados en brindar contención emocional, orientación e información en temas de violencia familiar y abuso sexual con acceso desde cualquier teléfono fijo, público o celular durante las 24 horas del día.

### ¿Qué es el Chat 100?

Es un servicio personalizado a través de Internet y en tiempo real, a cargo de profesionales del PNCVFS, quienes brindan información u orientación psicológica a fin de identificar situaciones de riesgo de violencia que pueden presentarse en las relaciones de enamoramiento o noviazgo. También atienden a personas afectadas por violencia familiar y sexual.

### ¿Quiénes acceden al Chat 100?

- Adolescentes y jóvenes que se encuentran en la etapa de enamoramiento o noviazgo, que requieran información u orientación psicológica para prevenir situaciones de riesgo de violencia física, psicológica o sexual.
- Todas aquellas personas afectadas por hechos de violencia familiar o abuso sexual, o que conozcan sobre estos casos.

**Horario de atención: de lunes a viernes de 8:00 a.m. a 10:00 p.m.**

### Facebook, Twitter y YouTube

A través de las redes sociales de Internet se brinda información a la población en torno a la problemática de la violencia familiar y sexual, así como la intervención del programa para contrarrestarla con servicios como CEM, Línea 100, Chat 100, etc. y la ejecución de campañas comunicacionales (actualmente vigentes: “Quiere sin violencia, marca la diferencia” y “No te calles”).

**CHAT100: [www.mimp.gob.pe/chat100](http://www.mimp.gob.pe/chat100).**

**Facebook: <https://www.facebook.com/pncvfs>**

**Twitter: [https://twitter.com/Contigo\\_Mimp](https://twitter.com/Contigo_Mimp)**

**YouTube: <https://www.youtube.com/user/Canaloficialpncvfs>**

## Sesión 9: ¿Estoy en peligro?

|                      |                       |
|----------------------|-----------------------|
| <b>Dimensión:</b>    | Social                |
| <b>Eje temático:</b> | Violencia sexual      |
| <b>Grado:</b>        | Segundo de secundaria |

### ¿Qué buscamos?

Que las/los estudiantes identifiquen conductas y actitudes ante una posible situación de abuso sexual.

### Materiales:

- ◆ Papel bond
- ◆ Tarjeta de palabras de abuso sexual
- ◆ Tarjeta: identificando el abuso sexual
- ◆ Tiza o plumón de pizarra

### Revisión de acuerdos

#### Tiempo: 10'

*En plenario, el/la coordinador/a del aula pide al/la secretario/a que lea los acuerdos y compromisos asumidos en la sesión anterior, para evaluar el nivel de cumplimiento (que se estima entre 0%, 50%, 75% o 100%). El grupo felicita el logro o brinda sugerencias para su consecución.*

### Presentación

#### Tiempo: 20'

#### Motivación y exploración

Iniciamos la sesión preguntando a nuestros estudiantes: ¿Qué formas de violencia hacia niñas/os y adolescentes has escuchado? A través de la técnica de lluvias de ideas haremos una lista de opiniones, las escribiremos en la pizarra e iremos analizando cada una de ellas.

Diremos que una de las formas de violencia es el abuso sexual, que pone en peligro a las/los niñas/os y adolescentes. En la presente sesión hablaremos del tema para saber cómo podemos reconocer las conductas o actitudes, a fin de evitarla y cuidarnos.

### Desarrollo

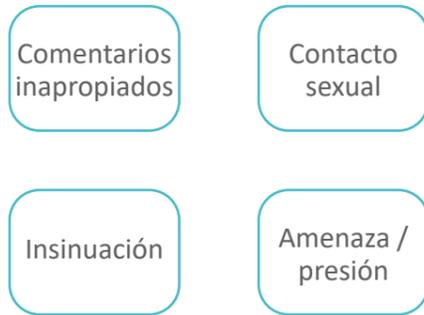
#### Tiempo: 45'

#### Información y orientación

Formamos grupos de cinco a ocho participantes cada uno, según el tamaño de la clase. Pedimos que en una hoja construyan el concepto de abuso sexual entregando la tarjeta con las palabras siguientes:

Toques  
indebidos

Caricias que  
molestan



Los grupos compartirán sus definiciones dando lectura a lo escrito. Reflexionamos sobre estas como situaciones de abuso sexual.

Explicamos que haremos una dinámica que consiste en identificar las conductas o situaciones que constituyen el abuso sexual y cuáles no lo son, según lo leído en la tarjeta "Identificando el abuso sexual". Escuchamos las opiniones de los grupos, anotamos en la pizarra y reflexionamos sobre las ideas mencionadas.

| Tarjeta: Identificando el abuso sexual   |  |
|--|--|
| Sí   | No                                       |
| 1. En una combi un hombre empieza a tocar su rodilla con la de una niña sentada a su lado.             | Dos hermanos que se acompañan y abrazan. |
| 2. Un amigo de la familia siempre acaricia el cabello, le sonrío y dice que es bonita a la hija menor. | Una pareja de enamorados que se besan.   |
| 3. Un niño está solo y un hombre lo invita a subir a su carro para llevarlo.                           | Dos amigos jugando en la calle.          |
| 4. Una mujer se insinúa a un adolescente diciendo que es todo un hombre.                               | Un padre que toca la cabeza de su hijo.  |
| 5. Un hombre le pide a una niña que le toque sus genitales.  | Un tío que dice "linda mi sobrina".      |

Revisaremos lo trabajado con las/los estudiantes y propiciaremos en todo momento la participación. Enfatizamos que el abuso sexual es un grave problema social, que afecta a muchos de nuestras/os niñas/os y adolescentes, ya sea dentro del núcleo familiar o fuera de él. Presentamos algunas formas de abuso sexual que debemos conocer:

1. Las insinuaciones que una persona hace a un/a niño/a o adolescente, y que puede hacerle sentir vergüenza, susto o confusión.
2. Las palabras o gestos relacionados con la actividad sexual o con los órganos genitales.
3. Los tocamientos, besos o caricias

obscenas en diversas partes del cuerpo del/la niño/a o adolescente, aun cuando esto se realice con el supuesto consentimiento de la víctima.

4. Los rozamientos del cuerpo del/la niño/a o adolescente con los órganos sexuales del abusador o abusadora.

## Cierre Tiempo: 15'

Promovemos la reflexión en torno a que el abuso sexual infantil es cualquier actividad sexual forzada entre un/a niño/a y alguien mayor. No es limitado al contacto físico y puede incluir cosas como exponer a un/a niño/a a la pornografía. Algunos abusadores usan fuerza física, pero muchos otros usan formas menos obvias de coerción, como la manipulación emocional, las amenazas, etc<sup>1</sup>.

Explicamos que todas/os tenemos la obligación de hacer frente y cuidarnos de este problema social, mediante el respeto y el ejercicio de los derechos de las/los niñas/os y adolescentes, salvaguardando su integridad emocional, física y social.

## Después de la hora de tutoría

Explicamos que deben conversar con algún familiar sobre las diferentes conductas y situaciones de abuso sexual. Solicitarán a su familiar otras situaciones o conductas que conozcan y además las medidas de autocuidado que deben practicar para evitar situaciones de peligro. Deberán anotarlas las respuestas en un papel bond y las presentaremos en la próxima sesión de tutoría.

<sup>1</sup>Tomado CVTC (s. f.). Abuso sexual infantil. Recuperado de <http://www.cvtcnyc.org/asi/>

# Sesión 10 :

## Modalidades de captación en situaciones de trata de personas

|                      |                       |
|----------------------|-----------------------|
| <b>Dimensión:</b>    | Social                |
| <b>Eje temático:</b> | Trata de personas     |
| <b>Grado:</b>        | Segundo de secundaria |

### ¿Qué buscamos?

Que las/los estudiantes identifiquen las diversas modalidades de la trata de personas.

### Materiales:

- ◆ Carteles con títulos de los temas a trabajar
- ◆ Sobres y hojas de papel con definiciones
- ◆ Papelotes
- ◆ Plumones
- ◆ Cinta adhesiva

### Revisión de acuerdos

**Tiempo: 10'**

En plenaria, el/la coordinador/a del aula piden a la/el secretaria/o leer los acuerdos y compromisos asumidos en la sesión anterior para evaluar su nivel de cumplimiento (que va de 0%, 50%, 75% a 100%). El grupo felicita el logro o brinda sugerencias para su consecución.

### Presentación

**Tiempo: 20'**

### Motivación y exploración

Iniciamos la sesión con la presentación de los carteles con las siguientes denominaciones: explotación infantil, explotación sexual infantil, pornografía infantil, explotación con fines laborales, turismo sexual (ver anexo), y preguntamos a las/los estudiantes: ¿Qué saben con respecto a esos temas?

Se registran las intervenciones en la pizarra (como máximo, dos intervenciones de cada estudiante por tema). Cierra la presentación señalando los saberes previos recogidos de sus intervenciones para compararlos con la nueva información que recibirán en el desarrollo de la sesión.

### Desarrollo

**Tiempo: 45'**

### Información y orientación

Luego, a través de una dinámica, conformamos cuatro grupos de estudiantes. Entregamos a cada uno un sobre con la definición de los títulos de los carteles.

Solicitamos que cada grupo lea el concepto entregado, lo analicen y coloquen el título correspondiente a la definición. Al término de la actividad, pedimos que nos indiquen qué indicios o palabras los llevaron a concluir que el concepto se refería al título colocado.

Resaltamos las definiciones, y mencionamos lo siguiente:

*“Todas estas definiciones y nombres hacen referencia a un tema que es más grande. ¿Saben cuál es? ¿Conocemos algún caso?”*

Recogemos las respuestas y comentarios. Los guiamos hacia llegar al tema de la trata de personas. Culminamos desarrollando el concepto.

Posteriormente, cada grupo dispondrá de cinco minutos para leer y analizar el contenido de las definiciones. Transcurrido el tiempo, cada grupo pegará su definición debajo del cartel que corresponda. Seguidamente, analizamos con las/los estudiantes las asociaciones realizadas.

Finaliza la sesión utilizando las ideas clave para reconocer las distintas modalidades de trata de personas.

### Cierre

**Tiempo: 20**

Cierra la sesión preguntando lo siguiente:

- ◆ ¿Qué hemos aprendido hoy?
- ◆ ¿Cuáles son las características de la trata de personas?
- ◆ ¿Cómo podemos identificarla?

### Toma de decisiones:

*Luego de recibir información sobre la trata de personas, las/los estudiantes se comprometen a identificar situaciones que nos podrían conducir a ella. Comparten con sus compañeras/os.*

Ideas clave:

- La trata de personas es una forma de esclavitud, en la que se compran o venden personas, sin consentimiento de la víctima. Tiene varias modalidades: explotación sexual, explotación laboral, mendicidad infantil, y compra y venta de personas.
- La trata es un delito y atenta contra la dignidad, la vida y los derechos de las personas. Las víctimas no son culpables de lo que sucede, pues son engañadas, chantajeadas o forzadas (por ejemplo, a través del chat en Internet).
- Nadie tiene derecho a disponer de la vida de otras personas. Debemos aprender a identificar situaciones de riesgo y conversar al respecto con alguien de confianza que pueda ayudarnos.

### Después de la hora de tutoría

Pedimos que conversen en casa, con su familia, lo trabajado en clase y que busquen más información sobre la trata de personas, a través de artículos de revistas, periódicos, artículos en la web, etc.

## Recursos para el/la docente

Las modalidades más comunes de la trata son:

- Explotación sexual: implica que una persona utiliza el cuerpo de otra para sacar ventaja o provecho basándose en una relación de poder. Esta puede estar acompañada de una transacción monetaria o en especies. Incluye la pornografía y el turismo sexual.
- Explotación doméstica: se trata del trabajo realizado en el hogar o en diversos hogares. Puede convertirse en una forma de explotación ante la falta de conocimiento de los derechos de las/los trabajadoras/es del hogar, y la poca valoración y reconocimiento social de esta actividad. Hay dificultad para fiscalizar las condiciones de la prestación del servicio.
- Mendicidad: involucra una forma de explotación y esclavitud. Las/los niñas/os son la población más vulnerable.

## ANEXO 1

### Tarjetas presentación

**Explotación sexual infantil**

**Pornografía infantil**

**Explotación con fines laborales**

**Turismo sexual**

<sup>1</sup>Ministerio de Justicia y Derechos Humanos (2015). Política Nacional frente a la Trata de Personas y sus Formas de Explotación. Lima: Conapoc.

## ANEXO 2

### Tarjetas definiciones

Es la captación de niñas/os y adolescente para actividades laborales en condiciones de servidumbre y coerción que limitan libertad de movimiento y sin una remuneración garantizada. Es una violación a los derechos fundamentales de la niñez y la adolescencia.

Es la acción de contratar u ofrecer los servicios de un/a niño/a o adolescente que ha sido trasladada a otro lugar para realizar actos sexuales a cambio de dinero u otra contraprestación brindada por esa misma persona u otra. Las víctimas son iniciadas por la fuerza o mediante engaños, y se les priva de sus derechos y su dignidad.

Es toda representación, difundida a través de cualquier medio (fotos videos o imágenes), de un/a niño/a o adolescente dedicados a actividades sexuales explícitas, reales o simuladas, con fines primordialmente sexuales. Esta situación atenta contra sus derechos.

Es la explotación sexual de niñas/os y adolescentes en su país de residencia por parte de nacionales o extranjeros que llegan en calidad de turistas. Las víctimas involucradas en este delito no son culpables de lo que sucede.

# Sesión 11:

## Respeto y acepto las diferencias

|                      |                       |
|----------------------|-----------------------|
| <b>Dimensión:</b>    | Social                |
| <b>Eje temático:</b> | Derechos              |
| <b>Grado:</b>        | Segundo de secundaria |

### ¿Qué buscamos?

Las/los estudiantes reflexionan sobre el respeto a las diferencias y el rechazo a la discriminación.

#### Materiales:

- ◆ Tiras de papel con "personajes"
- ◆ Papelotes
- ◆ Plumones
- ◆ Cinta adhesiva

#### Revisión de acuerdos

##### Tiempo: 10'

En plenario, el/la coordinador/a del aula pide al/la secretario/a que lea los acuerdos y compromisos asumidos en la sesión anterior, para evaluar el nivel de cumplimiento (que se estima entre 0%, 50%, 75% o 100%). El grupo felicita el logro o brinda sugerencias para su consecución.

#### Presentación

##### Tiempo: 10'

#### Motivación y exploración

Se inicia la sesión preguntando a las/los estudiantes a partir de qué características o cualidades diferenciamos a las personas: su aspecto físico (tamaño, color de su piel, facciones del rostro, textura, etc.), su forma de hablar y expresarse, su condición social, etc. La/el docente recoge las respuestas y las sistematiza en la pizarra o papelote.

#### Desarrollo

##### Tiempo: 60'

#### Diálogo en grupos (20')

Formamos grupos y entregamos a cada uno una tira de papel que contiene una frase que identifica a una persona. Luego, solicitamos que elaboren una breve historia relacionada con la persona que les ha tocado, bajo la siguiente pauta:

"La historia debe expresar sus principales características: rasgos físicos, a qué se dedica, cómo es tratada por las demás personas, cómo se comporta, qué piensa del futuro".

Cada grupo dispondrá de 10 minutos para elaborar su historia en un papelote, que se colocará en la pizarra o en un lugar visible del aula para compartirla con el resto de sus compañeras/os, de manera voluntaria.

Al finalizar las exposiciones, se les pregunta:

- ◆ ¿Consideran que la persona de su historia puede ser discriminada? ¿Por qué motivos?
- ◆ ¿Qué alternativas podemos plantear frente a la discriminación?

Se anotan en la pizarra las respuestas proporcionadas por las y los estudiantes, y se reflexiona al respecto.

#### Cierre

##### Tiempo: 15'

Al finalizar la actividad anterior se hacen las siguientes preguntas:

- ◆ ¿Qué hemos aprendido hoy?
- ◆ ¿Por qué es importante el respeto por las diferencias?
- ◆ ¿Por qué sería importante una postura de rechazo a la discriminación?

#### Toma de decisiones:

Luego de haber reflexionado sobre el respeto por las diferencias y el rechazo a la discriminación, las/los estudiantes identifican algunas actitudes o conductas propias que no contribuyen al respeto de las diferencias, y se comprometen a cambiarlas.

Ideas clave:

- La diversidad es una característica propia de los grupos humanos. Reconocer y aceptar la diversidad y las diferencias de las personas, así como respetar sus deseos y expectativas, es un paso importante para garantizar la convivencia armoniosa entre las personas con las que interactuamos cotidianamente.
- Los derechos humanos son los principios sobre los cuales se construye la igualdad entre los seres humanos, sin importar sus diferencias de sexo, género, condición social, orientación sexual, origen étnico, nacional, estado de salud, características físicas, lengua, entre otros.
- La discriminación se encuentra vinculada a nuestras actitudes, prejuicios, creencias y valoraciones sociales que marcan o estigmatizan a las personas, a sus formas de ser, comportarse y expresarse, etc., excluyéndolas, desvalorizándolas, menospreciándolas y subestimándolas por "no corresponder" con los modelos y estereotipos sociales.

#### Después de la hora de tutoría

Invita a las/los estudiantes a conversar con su familia acerca de la importancia de respetar las diferencias y evitar la discriminación.

## ANEXO 2

Tiras de papel: personajes para elaborar las historias.

“Soy una adolescente gorda”

“Soy gay”

“Soy un adolescente varón y quiero tener mi primera relación sexual cuando sea adulto”

“Soy una adolescente rural y hablo quechua”

“Soy una adolescente embarazada”

“Soy un afrodescendiente y toco cajón”

“Soy una persona con VIH”

“Soy un niño y tengo síndrome de Down”

“Soy una mujer que sufre violencia”

“Soy adolescente y trabajo como empleada doméstica”

“Soy estudiante de un colegio público”

## Sesión 12: Construyo mi historia personal

|                      |                       |
|----------------------|-----------------------|
| <b>Dimensión:</b>    | Personal              |
| <b>Eje temático:</b> | Proyecto de vida      |
| <b>Grado:</b>        | Segundo de secundaria |

### ¿Qué buscamos?

Que las/los estudiantes se planteen metas personales y las relacionen con sus habilidades y destrezas.

### Materiales:

- ◆ Hojas de papel
- ◆ Lápiz
- ◆ Cuadro “Mis metas personales” (anexo)

### Revisión de acuerdos

Tiempo: 10'

*En plenario, el/la coordinador/a del aula pide al/la secretario/a que lea los acuerdos y compromisos asumidos en la sesión anterior, para evaluar el nivel de cumplimiento (que se estima entre 0%, 50%, 75% o 100%). El grupo felicita el logro o brinda sugerencias para su consecución.*

### Presentación

Tiempo: 20'

### Motivación y exploración

Solicitamos a las/los estudiantes que en una hoja A4 o de cuaderno realicen dos dibujos de sí mismos:

El primero de ellos será una imagen actual y el segundo debe reflejar cómo se ven dentro de 10 años. Además, deberán contener detalles de la familia, objetos, ropa, etc., que nos ayuden a entender los dibujos de acuerdo con su proyección en la vida.

Terminado el tiempo establecido, les pediremos a algunos estudiantes (máximo 5) que de manera voluntaria socialicen sus dibujos en plenario. Luego, realizamos la siguiente pregunta:

- ◆ ¿Qué necesito para cumplir mis proyecciones o metas personales?
- ◆ ¿Será importante conocer y desarrollar nuestras habilidades y destrezas para cumplir mi proyección personal?

Anotamos las respuestas de las/los estudiantes, felicitamos al grupo por su participación y entusiasmo. Finalizamos este bloque dando a conocer el propósito de la sesión.

## Desarrollo

Tiempo: 45'

### Información y orientación

Solicitamos a nuestras/os estudiantes que con su dibujo sobre su proyección a 10 años completen el cuadro sobre “Mis metas personales” (ver anexo).

Terminada la actividad, pedimos a cinco estudiantes que de manera voluntaria nos comuniquen lo trabajado. Solicitamos que se muestren respetuosos y presten atención a la participación de sus compañeras/os.

Orientamos y reforzamos la importancia de que las/los estudiantes reconozcan la relación que existe entre nuestras habilidades y destrezas personales para lograr metas personales.

## Cierre

Tiempo: 15'

Promovemos la formulación de conclusiones sobre lo trabajado en la sesión de tutoría. También podemos preguntar: ¿Cómo se han sentido en la sesión? ¿Qué han aprendido? Se resaltarán la importancia de conocer y desarrollar nuestras habilidades y destrezas para lograr nuestros objetivos personales (proyecto de vida).

Reforzamos con las siguientes ideas:

- Las habilidades y destrezas son las herramientas con las que contamos para superar cualquier obstáculo en la vida y lograr nuestros objetivos.
- Para plantearnos objetivos en la vida debemos tomar en cuenta nuestras habilidades y destrezas. Esto evitará posibles frustraciones y obtendremos más beneficios o satisfacción.



### Toma de decisiones

*Motivamos a que nuestras/os estudiantes se comprometan a establecer acciones que las/los ayuden a mejorar sus destrezas y habilidades en relación con su proyecto de vida.*

*Ejemplo: Si yo en 10 años me veo como un exitoso profesional en turismo y hotelería, debo mejorar mis habilidades y destrezas para el uso y conocimiento del inglés (poner más empeño y predisposición en el curso de esa especialidad).*

### Después de la hora de tutoría

Les indicamos que realicen la siguiente tarea:

Imagina que dentro de 15 años te realizarán una entrevista radial o televisiva. ¿Cómo te gustaría ser presentado por el conductor?

Elabora una presentación (de 30 segundos) en la que el conductor (radial o televisivo) realizará una presentación de todos tus logros obtenidos en un lapso de quince años.

## ANEXO 1

### Mis intereses y aptitudes

| Mis metas personales | ¿Qué habilidades y destrezas poseo? | ¿Qué habilidades y destrezas debo lograr o desarrollar? |
|----------------------|-------------------------------------|---|
|                      |                                     |   |
|                      |                                     |   |
|                      |                                     |   |

Ministerio de la Mujer y Poblaciones Vulnerables

Jr. Camaná 616, Lima - Perú

Teléfono: 626-1600

[www.gob.pe/mimp](http://www.gob.pe/mimp)

 /MimpPeru

 /MimpPeru

 /mimpperu

 /MimpTV