



GUÍA PARA O PROFESORADO

EDUCACIÓN AFECTIVO SEXUAL NO ÁMBITO ESCOLAR

4ºESO, BAC e FP BÁSICA
IES ORTIGUEIRA

ACTIVIDADE FINANCIADA CON CARGO AOS CRÉDITOS RECIBIDOS DO MINISTERIO DA PRESIDENCIA, RELACIÓNS COAS CORTES E IGUALDADE A TRAVÉS DA SECRETARÍA DE ESTADO DE IGUALDADE



GOBIERNO
DE ESPAÑA

MINISTERIO
DE LA PRESIDENCIA, RELACIONES CON LAS CORTES
E IGUALDAD



Pacto de Estado
contra la violencia de género



**Concello de
Ortigueira**

Concellería de Benestar social e Igualdade

Vivimos nunha sociedade marcada polos tabús e os mitos asociados á sexualidade.

Asistimos constantemente a un bombardeo de mandatos sexuais, que abocan a sexualidade ao terreo do descoñecido. Os prexuízos que están intrínsecamente relacionados co xénero, a falta de educación emocional e sexual integral, posibilitan que as relacións estean cimentadas en roles sexistas que minúan a vivencia sa e pracenteira da sexualidade.

Construír unha sociedade na que as persoas podamos convivir en igualdade e sen discriminacións esixe ofrecer educación de calidade que contemple os aspectos de convivencia en equidade afectiva e sexual. Trátase de cubrir a necesidade de formar nenos, nenas, adolescentes capaces de asumir responsablemente a súa sexualidade, desenvolvendo competencias de autocuidado, de respecto por si mesmos/as e polos/as demais, consolidando valores e actitudes positivas que lles permitan incorporar esta dimensión no seu desenvolvemento.

O ser humano, como ser sexuado, require acompañamento, orientación e apoio para descubrir e valorar esta dimensión do seu desenvolvemento como suxeito integral. Por iso cobra tanta importancia ofrecerlles as ferramentas que lles permitan asumir responsablemente a súa sexualidade e relacións de afecto, promovendo a súa liberdade de conciencia e a súa autonomía progresiva.

Facilitar experiencias de aprendizaxe nun marco de desenvolvemento humano, que considere a etapa evolutiva na que se atopa a persoa amplía a posibilidade de xerar condutas de autocuidado, autorresponsabilidade e competencias para a toma de decisións na súa vida e na súa sexualidade.

Ofrecer espazos para relacionarse nun marco de tolerancia, de responsabilidade, inclusión e respecto á diversidade sexual, social e cultural, permite experimentar como establecer relacións equitativas, de recoñecer as súas emocións e aprender a manexalas. Tratar de comprender as súas eleccións e comportamentos.

Facelo desde un espazo seguro de botrato, enriquece o noso autoconecemento e as nosas interaccións persoais, relacionais e sociais.



QUE ENTENDEMOS POR EDUCACIÓN SEXUAL?

É contribuir á formación de persoas libres e capaces de asumir actitudes de respecto e responsabilidade nas súas relacións persoais, así como interiorizar actitudes de complicidade ante a sexualidade, entendéndoa como comunicación en todas as súas dimensións e con todas as súas implicacións".

Dr. Santiago Fraga Valls



OBXECTIVOS

Esta guía ten como obxectivo acompañar ao profesorado na sensibilización, orientación e apoio afectivo sexual ao alumnado.

- Xerar un pensamento crítico, libre de estereotipos sexistas que quíen os nosos actos e configuren as nosas identidades.
- Reflexionar sobre a violencia sexual sexista como un problema social que nos afecta a todas as persoas e que é necesario combater.
- Proporcionar novos enfoques sobre a sexualidade e diversidade sexual baseado na empatía, a comunicación, o pracer compartido e o desexo mutuo.
- Facilitar practicas pedagóxicas que fomenten o respecto, o bo trato e que faciliten as relacións positivas, seguras, sas e consensuadas.



CONTIDOS

Sexualidade
Identidade de xénero
Orientación Sexual
Autoconecemento para o autocuidado
Xénero, Expresión de Xénero
Sexismo

É necesario entender a sexualidade como unha vivencia, non como unha conduta, tendo en conta a biografía persoal de cada persoa.

As persoas somos sentimentos, emocións e desexos tanto ou máis que razón e coñecemento.

Aprender a querernos, a comunicarnos, a coñecernos, a relacionarnos con compañeiros e compañeiras, con amigos e amigas, coa nosa familia, é o principio dunha educación para a convivencia e para o desenvolvemento integral do alumnado. Máis aló, estas capacidades favorecerán unhas relacións afectivo-sexuais enriquecedoras, e en condicións de igualdade e liberdade.

Para traballar o sexismo na aula, para poder educar na diversidade sexual e de xénero, é necesario definir e esclarecer as diferenzas e as similitudes entre o sexo, o xénero e os roles de xénero.



SEXO

Sexo é unha parte da nosa sexualidade, tamén é o conxunto de características orgánicas que permiten diferenciar a unha persoa. O sexo non é o mesmo que o pracer ou a reprodución. É outra cousa! O sexo é algo que somos, persoas únicas, coa nosa personalidade e a nosa sexualidade, é dicir, a nosa propia forma de ser e de vivirmos como seres sexuados.



SEXUALIDADE

Conxunto de condicións físicas, psicolóxicas e afectivas que caracterizan a cada quen, coma o modo de verse, vivirse, comunicarse e sentirse como persoa sexuada. A sexualidade é unha forma mais de comunicarse con nós mesmos/as e co mundo que nos rodea. Podemos entender a sexualidade como forma de pracer, tenrura, relación e comunicación, fonte de satisfacción e benestar e tamén podemos vivenciala como algo saudable e positivo nas nosas vidas.



XÉNERO

O concepto xénero expresa o que cada cultura (en cada época) identificou como propio dun sexo ou doutro. Mentres que o sexo é biolóxico, o xénero está definido socialmente.

Conxunto de características adoptadas, social e culturalmente, como expresión e manifestación de como se sinten as persoas.

Por tanto, eses significados variarán de acordo coa cultura, a comunidade, a familia e as relacións, con cada xeración e no curso do tempo.



EXPRESIÓN DE XÉNERO

É como mostramos o noso xénero ao mundo, a través do noso nome, como nos vestimos, como falamos, como nos comportamos, como interactuamos, etc. Non existen persoas unicamente femininas ou unicamente masculinas. A maioría temos gustos, intereses, actitudes e formas de vestir femininos e masculinos á vez e en diferente intensidade.



IDENTIDADE DE XÉNERO

É a conciencia da persoa de sentir pertenza ao sexo masculino ou feminino; a forma en como se identifica a persoa, se como home, muller ou outro, a forma en que se reconece a si mesma, baseando a súa conduta e a súa forma de ser e pensar a ese xénero co que se sente identificada, todo isto vai indistintamente do seu sexo e orientación sexual, xa que unha persoa pode sentir unha identidade de xénero distinta das súas características fisiolóxicas innatas.

É o caso das persoas transexuais que poden modificar os caracteres sexuais.

Os xenitais non determinan a identidade de xénero. Ser homes ou mulleres non implica que teñamos todos os caracteres que son máis frecuentes no noso sexo.



ORIENTACIÓN DO DESEXO

A orientación sexual está relacionada coas persoas que nos atraen e coas que desexamos. Preferencia sexual por persoas da mesma ou diferente identidade sexual.



SEXISMO

Discriminación sexual ou discriminación de xénero, como o prexuízo ou discriminación baseada no sexo ou xénero; tamén se refire ás condicións ou actitudes que promoven estereotipos de roles sociais establecidos en diferenzas sexuais.

As actitudes sexistas sostéñense en crenzas e estereotipos tradicionais sobre os distintos roles de xénero.



POR TANTO, A(S) SEXUALIDADE É(SON):

- Unha dimensión bio-psico-social interrelacional.
- Está presente en todo o noso ciclo vital.
- Ten múltiples funcións e interaccións: pracer, procreación, comunicación, tenrura, afecto...etc.
- É distinta en cada persoa.
- É evolutiva, cambiante e modificable.
- É interdisciplinar, pode ser estudada desde moitas áreas.
- Depende da contorna e da nosa experiencias.
- É unha dimensión humana parcialmente explorada.
- É parte intrínseca do ser humano, por tanto é un dereito da persoa.
- Todas as persoas teñen a necesidade de intimidade sexual, do seu espazo sexual persoal.
- A sexualidade está en TODO o mapa erótico corporal.

Sexualidade non é soamente xenitalidade.

Tradicionalmente, a sexualidade que aprendemos homes e mulleres foi moi distinta, mesmo oposta, xerando estereotipos que inflúen nas nosas actitudes sexuais. .



ERÓTICA

As expresións do ser sexuado. As procuras dos propios desexos ás que van unidas ás condutas.

O encontro cos desexos e os xestos que fan sentir satisfacción. Así, a erótica é o conxunto dos desexos particulares de cada persoa, que incitan e promoven sensacións, emocións e sentimentos de atracción entre os sexos, conformando o núcleo da intimidade. (Abenzoa, 2006)



ACCIÓN- COMO TRABALLAR CO ALUMNADO?

Traballar o respecto persoal. É necesario comprender e estudar sobre a sexualidade desde o respecto ao particular e o persoal de cada un/a. Por iso, é recomendable traballar contidos nos que se vexan representados todas as persoas.

Afianzar a autoestima porque facilita a aceptación da súa identidade sexual. Que cada persoa consiga entenderse mellor co seu corpo, as súas emocións e os seus sentimentos. Unha boa forma é valorando os logros. Educar é facer visibles capacidades, posibilidades e valores, para que teñan oportunidade de demostralos.

Recoñecer a diversidade. O desenvolvemento integral da vida afectiva e sexual está estreitamente vinculado á igualdade de oportunidades. É necesario abrir o abanico da pluralidade (incluída a diversidade funcional) e fomentar actitudes de naturalidade e de respecto. É dicir, hai que atender as necesidades eróticas de todas as persoas, entendéndoas como fonte de gratificación, pracer e afectividade.

Fomentar a auto-responsabilidade. Cada persoa debe facerse responsable das súas decisións de forma madura, sen delegar esa responsabilidade noutros/as, en prol da súa autorrealización, para que sexa capaz de gozar das súas relacións eróticas.

Traballar a percepción do risco. Non é habitual que no momento de iniciar unha relación sexual as persoas pensen no preparados/as que están e no que hai que facer se xorden complicacións, polo que é conveniente traballar a percepción do risco desde a perspectiva da saúde, da madurez e do sentido da responsabilidade.

Cada persoa teñen as súas propias dúbidas, necesidades e identidade sexual, un corpo repleto de vivencias que son a base para os seus desexos, inquietudes e necesidades. Non obviar o interese do alumnado cara á sexualidade.

Fomentar o autoconecemento e o autocuidado como a base da vivencia erótica, facer unha educación sexual desde o pracer e o botrato.





ACCIÓN-COMO TRABALLAR CO ALUMNADO?

Incidir nos aspectos positivos de métodos de prevención que coñezan:

exemplo: "Co uso do preservativo vas gozar máis, xa que non estarás a pensar nos riscos que poidas correr nos teus encontros eróticos". Valorar as condutas saudables.

Non existen grupos de risco, senón prácticas de risco. Valorar cada práctica erótica desde a sexualidade global, todo o corpo é sexuado e sensible ao pracer. Desmitificar.

Respectar calquera opción de orientación e promocionar o respecto á diversidade sexual. Empregar unha linguaxe non sexista e neutro que permita a aceptación da diversidade. Responder as dúbidas e medos desde a escoita activa.

Responder a comentarios sexistas e homófobos (vaian dirixidos ou non a persoas concretas) xa que a ausencia de resposta implica a aceptación do comentario.



*ACCIÓN- CONDUCTAS DE RISCO

A Educación Sexual baseada na anticoncepción é importante, en tanto que hai que evitar embarazos "non buscados" e ETX. Con todo, esta anticoncepción tamén se pode traballar desde a idea de que somos "seres sexuados" e que non só existe o coito como forma de relacionarse. Por tanto, ao falar de erótica e amatoria faise Educación Sexual anticonceptiva sen recorrer ao concepto de coito, en tanto que se dan a coñecer outras formas de pracer. Así, propónse unha organización distinta dos anticonceptivos:

- **A-conceptivos:** Con frecuencia resulta conveniente ofrecer alternativas que excedan aos anticonceptivos e que poñan o acento na sexualidade non coitocéntrica. Así, falar de a-conceptivos é falar de todas aquelas prácticas que exclúen a penetración vaginal, e por tanto, a posibilidade dun embarazo. Estes métodos refírense fundamentalmente á masturbación, as caricias, os bicos, etc.,
- **Conceptivos:** Información acerca de como se concibe, que servirá como recurso para saber "o que non facer", para evitar embarazo. Estes conceptos sérvennos para traballar a amatoria, desde unha perspectiva que avogue pola responsabilidade, o coñecemento sexolóxico e a procura do pracer individual lonxe de dogmas sociais.

*Fonte: Guía de recursos y buenas prácticas de educación sexual.
Centro Reina Sofía de Adolescencia y Juventud.





RECURSOS

**CIM - CENTRO DE INFORMACIÓN
Á MULER - ORTIGUEIRA**

Recheo da Alameda, s/n - 15330 -
Ortigueira - A Coruña
Telf. 981 402 542

**COF - CENTRO DE ORIENTACIÓN
FAMILIAR "FONTENLA
MARIATANY" DE FERROL**

Centro de Saúde "Fontenla
Mariatany".
Praza de España, n.º 19-5ª planta.
Ferrol - A Coruña
Telf. 981 336 636

**SOGASEX - SOCIEDADE GALEGA
DE SEXOLOXIA**

Telf. 654 89 27 19

**ARELAS - Asociación de familias
de menores Trans*.**

arelasasociacion@gmail.com
Telf. 686 16 04 65

QUÉROTE +

<http://www.querote.org>

SEX- Inform - Fundación SEXPOL
915 222 333 - www.sexpol.net

**Asociación pola Liberdade Afectiva e
Sexual da Coruña - ALAS.**
Telf. 622 23 70 76 -
alacoruna@gmail.com

Afectividade e sexualidade:

CMIX- Sexualidade
Preguntas frecuentes

**Identidade de xénero e orientación
sexual**

<http://www.colegaweb.org>
<http://www.familiasporladiversidades>
<http://www.transsexualia.org>
CMIX - Identidade e orientación sexual
Sexualidade e diversidade funcional
www.sexualidadydiscapacidades

Anticoncepción

COF - Anticonceptivos

VIH/sida:

www.sogaisida.org
www.sidaestudi.org



BIBLIOGRAFÍA

EL DIARIO ROJO DE CARLOTA
Gemma Lienas. Editorial

EL DIARIO ROJO DE FLANAGAN
Andreu Martín y Jaume Riera

**100 PREGUNTAS SOBRE SEXUALIDAD
ADOLESCENTE**
Programa Santiago Sano

DÚBIDAS REAIS DE ADOLESCENTES SOBRE SEXO
Sabela Iglesias Faustino - Editorial Catro Ventos

NI OGROS NI PRINCESAS.
Guía para la educación afectivo-sexual en la ESO.
AA.VV.
Instituto Asturiano de la Mujer

EDUCACIÓN DE LAS SEXUALIDADES.
Los puntos de partida de la educación sexual.
DE LA CRUZ M-ROMO, C. (2003).
Madrid: Cruz Roja Juventud -

EDUCACIÓN SEXUAL Y DISCAPACIDAD.
Talleres de Educación Sexual con personas con
discapacidad.
GARCÍA RUÍZ, M. (2009). Oviedo:
Consejería de Salud y Servicios Sanitarios del
Principado de Asturias.

COLECTIVO HARIMAGUADA
Carpetas didácticas de Educación Afectivo-Sexual
(Educación Secundaria). Las Palmas:
Consejería de Educación, Cultura y Deportes,
Gobierno de Canarias.



GUÍA PARA O PROFESORADO

**EDUCACIÓN AFECTIVO
SEXUAL NO ÁMBITO
ESCOLAR**

4ºESO, BAC e FP BÁSICA
IES ORTIGUEIRA

ACTIVIDADE FINANCIADA CON CARGO AOS CRÉDITOS RECIBIDOS DO MINISTERIO DA PRESIDENCIA, RELACIÓNS COAS
CORTES E IGUALDADE A TRAVÉS DA SECRETARÍA DE ESTADO DE IGUALDADE



GOBIERNO
DE ESPAÑA

MINISTERIO
DE LA PRESIDENCIA, RELACIONES CON LAS CORTES
E IGUALDAD



Pacto de Estado
contra la violencia de género



**Concello de
Ortigueira**

Concellería de Benestar social e Igualdade