



Universidad de Valladolid

Facultad de Educación y Trabajo Social

Máster en Profesor de Educación Secundaria Obligatoria y
Bachillerato, Formación Profesional y Enseñanza de Idiomas

Especialidad: Orientación Educativa

Trabajo de Fin de Máster

**Diseño de Programa de Educación afectivo-sexual para concienciar
sobre la influencia de las redes sociales y los hábitos adolescentes en la
sexualidad y las relaciones afectivas de los alumnos de secundaria**

Estudiante: Marta Romero Simancas

Tutor: Prof. Dr. Luis Jorge Martín Antón

(Departamento de Psicología)

Tutor: Prof. Dr. Miguel Ángel Carbonero Martín

(Departamento de Psicología)

Valladolid, junio 2022

ÍNDICE

RESUMEN	2
1. INTRODUCCIÓN	3
1.1 JUSTIFICACIÓN	4
1.2 RELACIÓN CON LAS COMPETENCIAS DEL MÁSTER	7
2. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA	10
2.1 ADOLESCENCIA COMO ETAPA VITAL	10
2.2 ADOLESCENTES Y RELACIÓN CON USO PROBLEMÁTICO DE TICS Y REDES SOCIALES	11
2.3. INFLUENCIA Y RIESGOS EN EL CONSUMO DE REDES SOCIALES Y CIERTOS GÉNEROS MUSICALES EN LA EDUCACIÓN AFECTIVO-SEXUAL ADOLESCENTE	13
2.4 LA IMPORTANCIA DE LA EDUCACIÓN AFECTIVO-SEXUAL EN ADOLESCENTES Y SU PRESENCIA EN LA EDUCACIÓN FORMAL	17
3. OBJETIVOS	22
3.1 OBJETIVOS GENERALES	22
3.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS	23
4. PROGRAMA DE INTERVENCIÓN PREVENTIVA	23
4.1 PRESENTACIÓN	23
4.2 CONTEXTO	24
4.3 OBJETIVOS GENERALES DEL PROGRAMA	25
4.4 OBJETIVOS ESPECÍFICOS DEL PROGRAMA	25
4.4 METODOLOGÍA Y RECURSOS	26
4.5 CRONOGRAMA/TEMPORALIZACIÓN	27
4.6 ACTIVIDADES	28
4.7 EVALUACIÓN Y RESULTADOS ESPERADOS	37
5. CONCLUSIONES Y PROPUESTAS DE MEJORA	39
REFERENCIAS	42
ANEXOS	48

RESUMEN

La adolescencia es una etapa en la que predomina la búsqueda de identidad, la incertidumbre, las dudas, los cambios y la influencia de los agentes externos en el desarrollo del joven. En este sentido, las aficiones y el tiempo libre de los adolescentes están muy ligadas al uso de redes sociales y su impacto, influye directamente en la construcción de su sexualidad y sus relaciones afectivas; por esto, se considera de imperante necesidad incluir materias de educación afectivo-sexual y su relación con el uso abusivo de redes sociales en la educación formal, con el fin de ofrecer fuentes fiables e información a los adolescentes en su etapa como alumnos.

Para ello, teniendo en cuenta la ley de educación aprobada recientemente en la que se adquiere un compromiso especial con estas temáticas, se ha creído oportuno desarrollar un diseño de Programa de intervención de carácter preventivo sobre educación afectivo sexual. Éste se enmarca en el Plan de Acción Tutorial, los destinatarios del programa serán los alumnos de 4º de la ESO y se llevará a cabo en 5 sesiones pertenecientes a horas de tutoría.

Palabras clave: Educación afectivo-sexual, redes sociales, adolescencia, programa de intervención, educación secundaria.

ABSTRACT

Adolescence is a stage in which the search of the identity, uncertainty, doubts, changes and the influence of external agents on the young person's development predominate. In this sense, the hobbies and free time of adolescents are closely linked to the use of social networks and their impact, directly influences the construction of their sexuality and their affective relationships; for this reason, it is considered essential to include affective-sexual education subjects and their relationship with the abusive use of social networks in formal education, in order to provide reliable sources and information to adolescents in their stage as students.

To this end, taking into account the recently adopted Education Act, which establishes a special commitment to these issues, it has been considered appropriate to develop a preventive intervention programme on emotional sexual education. This is part of the Tutorial Action Plan, the recipients of the program will be students of 4th ESO and will be held in 5 sessions pertaining to tutoring hours.

Keywords: Affective-sexual Education, social networks, adolescence, Intervention Program, Secondary Education.

1. INTRODUCCIÓN

En el presente Trabajo de Fin de Máster (TFM) se trata una temática de máxima actualidad en las aulas de secundaria, la educación afectivo-sexual y la relación de ésta con los hábitos o aficiones del adolescente; para ello, se plantea y concreta el diseño de un Programa de intervención sobre Educación Afectivo-sexual con carácter preventivo que tiene como nombre **“Diseño de un Programa de Educación afectivo-sexual para concienciar sobre la influencia de las redes sociales y los hábitos adolescentes en la sexualidad y las relaciones afectivas de los alumnos de secundaria”**; el citado trabajo se enmarca dentro del Máster en Profesor de Educación Secundaria Obligatoria y Bachillerato, Formación Profesional y Enseñanza de Idiomas, en la especialidad de Orientación Educativa, llevado a cabo en el curso 2021/ 2022 en la Universidad de Valladolid.

Con el fin de poner orden y sentido al desarrollo del trabajo, se acuerda una estructura que sigue los siguientes apartados que se van a concretar; en el apartado de “Justificación” se recogen los motivos que han propiciado el desarrollo de esta intervención, la trascendencia que tiene la temática elegida en la actualidad y lo necesario de ahondar en la educación afectivo-sexual en la etapa de secundaria; también se hace referencia a la normativa que corresponde al Máster, las competencias y su relación con los contenidos del trabajo, asimismo, también se señala la relación existente con la legislación vinculada a los departamentos de orientación (objetivos y funciones).

Tras la justificación, se redacta el apartado de “Fundamentación teórica” en el que se detalla toda la información del contenido que da nombre al TFM, es decir, se define el concepto de sexualidad, de educación afectivo-sexual, se asocian éstos al concepto de adolescencia y se ahonda en la importancia que tiene la formación en sexualidad en las aulas desde la educación formal; se hará una búsqueda exhaustiva de la evidencia existente en cuanto a las fuentes que toman de referencia los jóvenes en materias de sexualidad y relaciones afectivas, éstas pueden ser la pornografía entre otras, pero el presente TFM se va a centrar especialmente en las redes sociales en relación con ciertos géneros musicales.

Se pretende poner el foco en la influencia que tienen los hábitos de los adolescentes en temas tan importantes como los relacionados con la educación afectivo-sexual porque son éstos los que determinan sus creencias; también se busca describir las

posibles consecuencias que pueden desencadenar en sus conductas, los adolescentes, en caso de realizar un uso nocivo y descontrolado de estas fuentes; igualmente, se analizan y enfatizan las distorsiones que pueden aparecer con respecto a las prácticas sexuales y a las expectativas en cuanto a las relaciones afectivas según el contenido que consumen.

A continuación, se exponen los objetivos que pretenden conseguirse con este programa, éstos como ejes centrales de la intervención, ya que, en torno a ellos, van a girar los demás elementos del programa.

Seguidamente, se desarrolla el Programa de intervención preventiva; en este apartado se incluyen distintos puntos, se expone el tipo de enfoque elegido para poner en práctica los objetivos planteados, se describen los destinatarios del programa, el contexto donde se llevaría a cabo la propuesta, así como las herramientas empleadas y las técnicas metodológicas junto a la estructura de la intervención (en la que se proporcionarán herramientas, técnicas y pautas para enfrentar esta situación) y las sesiones con sus respectivas actividades, finalizando con la evaluación del programa.

Por último, se redactarán las conclusiones, limitaciones y propuestas de mejora o líneas de futuro más deseables, sin olvidarse de las referencias y anexos poniéndole así fin al trabajo.

1.1 JUSTIFICACIÓN

Por todos es sabido que la educación afectivo-sexual es una temática que se sigue encontrando dentro de las asignaturas pendientes en los centros educativos debido a su poca presencia en las aulas de las etapas de secundaria y bachillerato; etapas en las que resulta especialmente necesario profundizar y desmitificar desde la educación formal muchas cuestiones relacionadas con creencias distorsionadas que adquieren por medio de plataformas y aficiones que en vez de aportar información y educación, consiguen el fenómeno contrario.

El concepto de sexualidad en la adolescencia se encuentra muy condicionado por la influencia del modelo social existente, y, teniendo en cuenta que sus miembros se encuentran sumidos en la era de la desinformación (o de la información sesgada y peligrosa de medios o plataformas de métodos cuestionables), se considera que propuestas de este tipo, podrían dar respuesta a posibles dudas, inquietudes, incertidumbres, en cuanto al tema en cuestión.

Así, se considera de imperante necesidad incluir de manera mucho más notable en los centros educativos y especialmente, en el currículum de secundaria y bachillerato educación afectivo-sexual en las aulas.

Ya que se considera imprescindible encuadrar legislativamente la temática elegida en el ámbito educativo, se hace referencia a la ORDEN EDU/1054/2012, de 5 de diciembre, por la que se regula la organización y funcionamiento de los departamentos de orientación de los centros docentes de la Comunidad de Castilla y León, con el fin de señalar los 3 grandes ámbitos de competencia que corresponden a los DO y señalar en cuál de ellos se ubica la propuesta desarrollada en el trabajo:

- ✚ Apoyo a la orientación académica y profesional (POAP)
- ✚ Apoyo al proceso de enseñanza y aprendizaje (PAPEA)
- ✚ Apoyo a la acción tutorial (PAT)

Al ámbito de Apoyo a la acción tutorial le pertenecen las funciones que se van a redactar a continuación tal y como se reflejan en la ley mencionada, y a su vez, todas ellas se asocian a las competencias con las que se pretende relacionar el desarrollo de la propuesta educativa elegida:

- a) Elaborar propuestas para el Plan de Acción Tutorial, contribuyendo a su desarrollo y evaluación.
- b) Colaborar con el jefe de estudios en la elaboración del plan y en el desarrollo de las actuaciones en él incluidas.
- c) Asesorar a los tutores en sus funciones.
- d) Asesorar al alumnado y familias.

Para el desarrollo de estas funciones, los departamentos de orientación llevarán a cabo las siguientes actuaciones:

- a) Participar en las reuniones de coordinación con tutores de un mismo curso o nivel.
- b) Elaboración de propuestas de intervención del profesorado del mismo grupo en tareas comunes, tales como actividades de coordinación, recuperación y refuerzo, evaluación y desarrollo de otros programas.
- c) Aportación de estrategias para la atención al alumnado con riesgo de abandono temprano de la educación y la formación, así como a sus familias, a través de la acción tutorial.

- d) Aportación de técnicas y estrategias de atención de los problemas grupales y de atención individual y de familias, encaminadas a la mejora de la dinámica y el clima social del aula.
- e) Dar información a los tutores sobre los recursos específicos necesarios para desarrollar las labores de tutoría, promoviendo la colaboración de los tutores del mismo nivel.

El Programa de educación afectivo-sexual destinado a los alumnos de secundaria desarrollado en este TFM a modo de intervención con carácter preventivo, se diseña para ser llevado a cabo desde el Departamento de Orientación de un instituto (IES), dentro del Plan de Acción Tutorial (PAT) en colaboración con los tutores de los niveles correspondientes y se correspondería con las siguientes actuaciones mencionadas anteriormente: b), c), d) y e) del orientador educativo en un departamento de orientación.

La intervención elegida para su puesta en marcha se expone para fomentar o potenciar, tal y como se indica en la Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre, por la que se modifica la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación (LOMLOE), haciendo referencia a uno de sus principios, en el apartado “1”, *“el desarrollo de la igualdad de derechos, deberes y oportunidades, el respeto a la diversidad afectivo-sexual y familiar, el fomento de la igualdad efectiva de mujeres y hombres a través de la consideración del régimen de la coeducación de niños y niñas, la educación afectivo-sexual, adaptada al nivel madurativo, y la prevención de la violencia de género, así como el fomento del espíritu crítico y la ciudadanía activa”*; aplicable todo eso al aprendizaje permanente a lo largo de la vida.

Según la ORDEN EDU/362/2015, de 4 de mayo, por la que se establece el currículo y se regula la implantación, evaluación y desarrollo de la educación secundaria obligatoria en la Comunidad de Castilla y León, en lo referente a los objetivos del Plan de acción tutorial y la tutoría en general, en el artículo 20, se menciona que ésta *“contribuirá a la adquisición de las competencias y a desarrollar la autoestima, así como a fomentar las habilidades y destrezas que les permitan programar y gestionar su futuro educativo”* .

Con el presente trabajo se pretende priorizar la importancia de la educación afectivo-sexual en el adolescente a lo largo de su vida formativa desde un enfoque integrador, con el fin de enfatizar que, desde una perspectiva de información y de desarrollo de competencias en conceptos como la sexualidad y la afectividad, el

adolescente podrá desarrollarse no solo en el ámbito afectivo-sexual si no en la manera en que esto le condiciona en sus comportamientos, en su forma de relacionarse con sus iguales y en el resto de aspectos relacionados con su evolución personal e individual.

1.2 RELACIÓN CON LAS COMPETENCIAS DEL MÁSTER

El presente TFM, como ya se indicó anteriormente, se enmarca dentro del Máster Universitario en Profesor de Educación Secundaria Obligatoria y Bachillerato, Formación Profesional y Enseñanzas de Idiomas en la especialidad de Orientación Educativa; por esto, es necesario que los contenidos y la propuesta desarrollada en este trabajo, se adecúen y relacionen con las competencias generales y específicas que se le atribuyen a la asignatura de “Trabajo de Fin de Máster”.

A continuación, se especifican cuáles de ellas se han adquirido en este trabajo:

Generales:

- **Comunicar las decisiones profesionales y las conclusiones, así como los conocimientos y razones últimas que las sustentan a públicos especializados y no especializados, de manera clara y sin ambigüedades.**
 - Tras la elaboración del Trabajo y, habiendo sido entregada la memoria de éste en el plazo concretado, se procede a la defensa pública ante un tribunal cuya función consistirá en evaluar el contenido propuesto y las competencias que logre demostrar el alumno; entre ellas, se evaluarán aspectos como la calidad de la exposición oral, el tipo de presentación y estilo correcto, el tiempo empleado, la seguridad manifestada por el estudiante en la exposición y los conocimientos del trabajo presentado, junto a la utilización de recursos de apoyo a la comunicación, con el objetivo de comprobar si el alumno ha adquirido el conjunto de competencias del Máster y está capacitado para iniciar su actuación profesional.
- **Responder y actuar de manera adecuada y profesional, teniendo en cuenta el código ético y deontológico de la profesión, en todos y cada uno de los procesos de intervención.**
 - En cuanto al desarrollo del Programa de intervención se ha partido de las premisas del código ético y deontológico de la Orientación Educativa, considerando cuestiones que se reflejan en la nueva Ley de Educación

(LOMLOE) como necesidades a trabajar para la mejora del sistema educativo.

- **Actualizarse de manera permanente en las TIC para utilizarlas como instrumentos para el diseño y desarrollo de la práctica profesional.**
 - Para la puesta en marcha de este Programa de Intervención con carácter preventivo, se va a utilizar contenido y plataformas digitales en la exposición y realización de las distintas actividades; así, no solo se va a hacer uso de ellas como recursos de apoyo, si no que al ser uno de los contenidos sobre los que gira la propuesta educativa, las TICS, especialmente el uso de redes sociales y contenidos multimedia como las principales herramientas que utilizan los jóvenes en su tiempo libre y como fuentes de información sobre patrones de afectividad o prácticas sexuales, se proponen una serie de pautas para fomentar y concienciar sobre el uso controlado y responsable de estas tecnologías.
- **Implicarse en la propia formación permanente, reconocer los aspectos críticos que han de mejorar en el ejercicio de la profesión, adquiriendo independencia y autonomía como discente y responsabilizándose del desarrollo de sus habilidades para mantener e incrementar la competencia profesional.**
 - Se considera requisito indispensable, y más en el sector de la educación, estar en constante actualización de recursos y metodologías que puedan resultar innovadoras de cara a la enseñanza y, para ello, es crucial la formación permanente del equipo docente; la sociedad está en continuo cambio y evolución y las necesidades o requerimientos de los alumnos caminan en paralelo a esos cambios. Una buena práctica profesional y una adecuada respuesta educativa se asocia con el hecho de que los educadores conozcan y se hayan familiarizado con las necesidades de sus alumnos.

Específicas:

- **Aplicar los principios y fundamentos de la orientación al diseño de actuaciones favorecedoras del desarrollo personal y/o profesional de las personas.**
 - El objetivo del Programa desarrollado no solo ha sido el de relacionar sus contenidos con las funciones del departamento de orientación o cumplir

con los fines y principios que rigen la nueva Ley educativa; también está cargado de intención y de esperanza, ya que se considera de gran relevancia la temática elegida y que forma parte de la Otra educación, la que aún necesita ser impartida con mayor ímpetu e incluida en mayor medida en el currículo de secundaria y bachillerato de los IES.

Asimismo, el planteamiento es sencillo, con un enfoque muy práctico y en el que el alumno tiene una participación activa, es decir, que podría ser aplicable o servir de herramienta para su uso en IES.

- **Diseñar, implementar y evaluar prácticas educativas, programas y servicios que den respuesta a las necesidades de las personas, organizaciones y colectivos específicos.**

- El programa de educación afectivo-sexual propuesto se expone como un diseño de programa y la implementación es un supuesto, aunque perfectamente aplicable y factible; a su vez, se señalan unos instrumentos viables si el programa se llevara a cabo con el fin de evaluar los resultados obtenidos.

La propuesta se desarrolla con la intención de ofrecer respuestas e información, de educar en temas afectivo-sexuales, a unos destinatarios, que sería la población adolescente de la etapa de secundaria de un IES.

- **Planificar, organizar e implementar servicios psicopedagógicos.**

- El eje central de este TFM es la redacción detallada del programa de educación afectivo-sexual, siguiendo una estructura que incluye unos apartados planificados, organizados y una intervención a implementar.

La propuesta se enmarca dentro de los servicios psicopedagógicos y funciones que forman parte del trabajo de un orientador en el departamento.

- **Analizar, interpretar y proponer actuaciones, teniendo en cuenta las políticas educativas derivadas de un contexto social dinámico y en continua evolución.**

- El mundo está en constante evolución y es imprescindible que la enseñanza se actualice y enriquezca al mismo tiempo, por esto, las actuaciones o programas propuestos que no se incluyan dentro del currículo de manera formal en alguna de las asignaturas que cursen los alumnos, tienen cabida en los IES siempre y cuando estén validados legislativamente; este es el caso del tema que nos concierne, la necesidad

de trabajar y fomentar la educación afectivo-sexual en las aulas y específicamente en secundaria, etapa tan asociada a su vez con el uso de redes sociales y plataformas digitales que pueden resultar distorsionadoras en cuanto a creencias relacionadas con el tema en cuestión, es un hecho, además la LOMLOE adquiere un compromiso claro con esta cuestión y el lugar para proponer y llevar a cabo actuaciones como el programa que se expone en este TFM, es el departamento de orientación.

- **Formular nuevas propuestas de mejora de la intervención psicopedagógica, fundamentadas en los resultados de la investigación psicopedagógica.**
 - La temática sobre la que gira este programa es de máxima actualidad, educación afectivo-sexual y hábitos adolescentes, especialmente uso de redes sociales como fuentes de conflicto que afectan a este tema; por eso, las investigaciones en las que se han basado algunos de los datos que se reflejan en el presente TFM han pretendido ser lo más actuales posibles.

2. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

2.1 ADOLESCENCIA COMO ETAPA VITAL

Según la Organización Mundial de la Salud, “la adolescencia es un periodo de crecimiento y desarrollo humano que se produce después de la niñez y antes de la edad adulta, entre los 10 y los 19 años” (OMS,2020).

La adolescencia es y ha sido un concepto a analizar en muchas investigaciones y a definir por distintos autores a lo largo del tiempo; entre ellos, se puede señalar a Stanley Hall, que en una de sus obras “Youth: Its Education, Regimen and Hygiene” (1906) sentencia que la adolescencia es un periodo caracterizado por conflictos intergeneracionales, cambios de humor e interés por los comportamientos de riesgo.

Krauskopf (1994), en su libro “Adolescencia y educación” también hace alusión a la adolescencia como la fase de mayor intensidad entre las tendencias individuales, las psicosociales, las metas sociales, las ventajas y desventajas del entorno.

Además, según Martínez y Sánchez (2016), la adolescencia es el período donde tiene lugar la construcción de la identidad de cada individuo, teniendo en cuenta las relaciones establecidas con los demás En referencia a lo mencionado anteriormente con respecto a la identidad personal, Arab y Díaz (2016) añaden que es también en la etapa

adolescente donde los jóvenes adquieren el sentido de seguridad con respecto a quiénes son y a lo que quieren ser, al igual que al sentido de intimidad.

En el proceso de convertirse en adultos, según Buckingham (2008) los adolescentes se enfrentan a crisis en las que se abordan cuestiones clave sobre sus valores e ideales, que tienen que ver con su futuro y su identidad sexual.

Asimismo, otra característica que definiría esta etapa sería la omnipotencia, la tendencia a buscar el porqué de sus problemas en los demás, la carente experiencia sobre la vida, el obstáculo para admitir adicciones leves y la inclinación por normalizar conductas de riesgo (Castellana, 2006).

Por tanto, a modo resumen, se puede decir que la adolescencia es un fenómeno psicológico, biológico, social, cultural y, además, un período en el que los adolescentes deben decidir a qué dedicar su vida y sus relaciones sociales. Es un período de desarrollo humano entre la niñez y la edad adulta en el que los jóvenes moldean sus identidades, aumentando la influencia de sus pares a expensas de la influencia y el control de los padres; en esto, los medios de comunicación pueden jugar un papel decisivo en cuanto a la provisión de material cultural a los adolescentes (Sánchez et al., 2013).

2.2 ADOLESCENTES Y RELACIÓN CON USO PROBLEMÁTICO DE TICS Y REDES SOCIALES

Las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC) han llegado para quedarse en la vida de todos, formando parte de la rutina de las personas y generando un impacto importante en la forma de socializarse de adolescentes y jóvenes, normalizando de tal manera su llegada que es difícil imaginar el día a día sin Internet ni redes sociales (Heredia y García, 2017). Cada vez son más los aparatos que cuentan con acceso a Internet (ordenadores, tablets, móviles, televisiones, smartwatch) posibilitando de esta manera que se pueda aumentar el tiempo de permanecer conectado. Las redes sociales se han convertido en una nueva vía de presentación que hace posible que se establezcan relaciones entre usuarios por medio de la subida de fotos y contenido digital.

En este sentido, Castells (2001) sostiene que Internet ha provocado el surgimiento de un modelo social de relación que se asocia con el individualismo en la red, es decir, consiste en que los usuarios que forman la propia red de Internet, eligen sus alicientes y sus gustos.

Actualmente las redes sociales suponen una herramienta de comunicación directa y dinámica, consideradas fuentes sencillas, rápidas y accesibles que ofrecen la posibilidad de establecer conexiones con personas a distancia y permitirles estar en contacto con desconocidos; esto puede generar en ocasiones cierto riesgo para toda la población y en mayor medida para los adolescentes (Arab y Díaz, 2016; Heredia y García, 2017).

Por primera vez, tras la irrupción de las TICS y las redes sociales en sus vidas, los adolescentes acceden a información, conocimientos, comprenden y manejan el mundo digital con más soltura y habilidad que la mayoría de los adultos (Frutos et al., 2012; Llorca et al., 2012). Sin embargo, esta nueva realidad no deja dudas sobre las posibles consecuencias, tanto a corto como a largo plazo, que su uso puede ocasionar (Figueredo y Ramírez, 2008); especialmente en los grupos de población más jóvenes que están más expuestos a este mundo interactivo, ya que, por el simple hecho de haber nacido inmersos en él, son más tendentes a correr riesgos por desconocimiento (INTECO, 2009; Mitjans, 2009).

Marc Prensky (2001) acuñó términos como “nativos digitales” e “inmigrantes digitales” definiendo a los primeros como aquellas personas que han nacido y han prosperado en el mundo virtual convirtiéndose en usuarios habituales, desarrollando una habilidad excepcional en el manejo de las TIC.

Esta situación está desencadenando intercambios de roles en las jerarquías familiares (Arab y Díaz, 2016); este hecho implica que los padres carezcan de control sobre sus hijos y no cuenten con estrategias para dirigir el tiempo que dedican a Internet y, por tanto, no dispongan de herramientas para proteger a los menores de los peligros que envuelven al universo digital y a las redes sociales, sobre todo, lo que aumenta el riesgo, fundamentalmente, en la etapa de la adolescencia.

Actualmente una de las problemáticas más comunes en relación a las adicciones conductuales sería la adicción a las nuevas tecnologías y el uso obsesivo de ciertos recursos tecnológicos; esto está repercutiendo en la calidad de vida de las personas, especialmente en los adolescentes, siendo uno de los síntomas principales el grave malestar emocional en que desemboca el síndrome de abstinencia que se ocasiona cuando no pueden hacer uso de estas herramientas (Echeburúa y Corral, 2010).

Internet influye de manera notable en la vida de los adolescentes, no solo a nivel comportamental sino también en lo relativo a las emociones. Investigaciones desarrolladas por García et al. (2008, citado en Martínez y Sánchez, 2016) han desvelado

una relación proporcional entre el tiempo que emplean los adolescentes en Internet y el estado emocional de éstos; hallazgos que demuestran la existencia de estados de ansiedad, depresión y estrés en los jóvenes, además de la repercusión que ejerce esto en la manera que tienen de relacionarse con su entorno.

Hoy en día, ser usuario de redes sociales no solo forma parte del ocio de las personas, sino que se ha convertido en un requisito indispensable para estar en contacto permanentemente con los iguales bajo el imperativo, “(...) en el mundo de las comunicaciones en que vivimos, el que no está conectado prácticamente no está en la sociedad” (Díaz, 2011, p. 5).

En esta línea, Livingston (2008) en un estudio, sostiene que la diversidad y accesibilidad de las redes sociales ha aumentado en los últimos años, ya que comunicarse y establecer relaciones por medio de las redes sociales forma parte ya, de una manera de expresar tu identidad y de un estilo de vida (citado en Sabik et al., 2019).

Según el Instituto Nacional de Estadística (INE) (2019), la tasa de participación en redes sociales es la cuarta más alta entre la población hispana de 16 a 74 años en términos de actividad en línea, produciéndose este hecho de manera más frecuente en mujeres que en hombres.

Actualmente el móvil ya no solo se asocia a la actividad de la persona que haga uso de él, sino de su propia identidad, corresponde a gran parte del mundo personal y social de las personas, entablándose una relación vital con esta herramienta; comienza siendo un aparato más, pero acaba por considerarse una estrategia para asegurar que perteneces a una sociedad y a un sistema relacional (Hoffner et al., 2015) que da respuesta a un conjunto de valores, significados, creencias y códigos.

2.3. INFLUENCIA Y RIESGOS EN EL CONSUMO DE REDES SOCIALES Y CIERTOS GÉNEROS MUSICALES EN LA EDUCACIÓN AFECTIVO-SEXUAL ADOLESCENTE

En el estudio de Cabra et al. (2010), se hace referencia al adolescente como un ser que se sigue presentando vulnerable ante situaciones novedosas y emociones características de su desarrollo como personas y su camino hacia la adultez, al igual que sus padres cuando atravesaban el mismo momento. El acceso a más información, junto a la libertad de prensa y acción, más contenidos no censurables presentes en radio y televisión, más consumo de imagen, más libertad y más entendimiento social no están siendo factores suficientes o posibles soluciones de cara a resolver la escasez de

educación y asistencia en el desarrollo sexual y afectivo, libre y teniendo en cuenta criterios que permitan crear lo único, original e indescriptible de cada uno de ellos como seres humanos.

El adolescente es bombardeado con información de manera salvaje, con patrones, incentivos y consumo, y esto, les genera confusión y necesidad de disponer de guías o personas que les ayuden a gestionar toda esta información con el fin de aprender a pensar y comparar para posteriormente, poder compartirlo desde una perspectiva adecuada. Además, existe una dificultad que convierte en problemática este tema, y es que frecuentemente, los aspectos relacionados con la intimidad, como puede ser el disfrute sexual, suelen ser objeto de dobles raseros e interpretaciones fragmentadas y heterogéneas en la sociedad (Cabra et al., 2010).

Actualmente, el auge de las redes sociales como plataformas de innovación tecnológica y fuentes de intercambio de información, ha desembocado en la no exclusión de ninguna dimensión que concierne al usuario que forme parte de la comunidad, es decir, no hay ninguna dimensión que se mantenga en la intimidad, incluyendo el ámbito perteneciente a la sexualidad (Cornejo y Tapia, 2011).

En lo referente al ámbito público y privado, esta materia también ha sufrido cambios. La sexualidad y las experiencias que la envuelven, en el pasado y hasta hace no tanto, eran un asunto privado que se compartía con alguien del círculo más cercano que generara confianza (Louro, 2000). Hoy por hoy, el sexo se ha convertido en un tema muy recurrente en distintos ámbitos de la sociedad moderna. Éste y su visión gobiernan todo, comercializándose de todas las formas posibles (Giddens, 1992).

La red europea de investigación EUKids Online ha clasificado los riesgos asociados al uso de las TIC por menores, de la siguiente manera:

Riesgo de contenido	Riesgo de contacto	Riesgo de conducta
El menor es un destinatario de contenido violento o agresivo, pornografía, contenido racista o de odio, o marketing encubierto.	Los menores de una forma u otra, incluso sin saberlo, incurren en situaciones de acoso, coqueteo, persuasión y uso indebido de datos personales.	Los menores están sujetos a acoso, acoso sexual, contenido generado por usuarios potencialmente dañino e infracción de derechos de autor.

Figura 1. Riesgos asociados al uso de las TIC por menores (citado en Garmendia et al., 2011).

Hoy en día, los fenómenos asociados a prácticas sexuales realizadas vía online que se realizan con mayor frecuencia son el sexting, el cibersexo y las relaciones afectivo-sexuales virtuales, aunque también cabe destacar la creciente prevalencia del grooming (Velázquez et al., 2013).

Los rasgos comportamentales propios de cada grupo social influyen en el trato y las licencias que los adolescentes tienen con sus pares, sus novios/as y con el sexo opuesto, en general. En la especificidad de cada uno de estos grupos sociales, los medios de comunicación juegan un papel muy importante, ya que los jóvenes buscan referentes para construir su identidad a partir de patrones de comportamiento presentes en estos estos medios (Flores-Gutiérrez y Díaz 2016; Lörsch y Arbuckle 2013; Viejo y Ortega Ruiz 2015).

Del fenómeno de las redes sociales y su surgimiento, han nacido nuevos trabajos que giran en torno a figuras creativas y/o profesionales denominados *influencers* y creadores de contenido digital. Su irrupción dio lugar a nuevos modelos de negocio que cambiaron el sector publicitario y penetraron en el sector cultural y de entretenimiento (Taramona, 2018). Junto al surgimiento de estas nuevas configuraciones digitales exponiendo el lado agradable de este mundo, también han aparecido una serie de amenazas internas que pueden ocasionar posibles impactos negativos en la vida cotidiana a distintos niveles, fundamentalmente entre adolescentes, ya que es más costoso para éstos discernir la realidad del mundo virtual y resultan más influenciables debido a la inestabilidad emocional y a la alta exposición a riesgos que caracterizan a esta etapa.

En el caso de las redes sociales, los jóvenes idealizan sus propias imágenes a través de diferentes imágenes sexuales de sí mismos adaptándose a las tendencias entre iguales (Hogue & Mills, 2019).

Según Buckingham y Bragg (2004), esto depende de la autoestima del individuo, en cuyo caso la audiencia joven y su relación con los medios tienen efectos adversos y los límites se vuelven cada vez más difíciles de definir.

Aubrey et al., (2011) sugieren que la cosificación sexual ocurre a través de la visualización de representaciones tales como partes del cuerpo reveladoras, vestimenta provocativa, bailes voluptuosos, gestos y apariencia de carácter erótico. El hecho de exponer o transmitir comportamientos erotizados en los mensajes que se lanzan en

distintos medios ha provocado que esto se haya convertido en una práctica hedonista y episódica propia de las culturas consumistas, que pretenden emitir significados relacionados con la conexión entre el cuerpo, la auto-identidad y las normas sociales (Attwood, 2006).

En lo expuesto hasta ahora, en concreto, con respecto al auge de las redes sociales y especialmente, el consumo de la plataforma Tik-tok entre jóvenes junto al consumo por parte de éstos de géneros musicales como el reggaetón, el cual se asocia frecuentemente al contenido expuesto en esta red social, ha provocado una relación entre ambos factores.

Como afirman en su estudio “Tiktokers y objetivación sexual de género en retos musicales” de Vizcaíno-Verdú et al. (2021), la trascendencia que están alcanzando ciertas redes sociales como Tik-tok en las vidas adolescentes, cuya característica principal es la subida de micro-contenido con una base musical o de audio, ha provocado una ola de desafíos musicales en línea. Los desafíos están asociados con canciones pertenecientes a la industria de la música que son tendencia en ese momento, o que la misma plataforma las viraliza, son clips bailados que se distribuyen en todo el mundo por la red algorítmica de forma permanente.

El objetivo de este estudio en concreto (Vizcaino-Verdú et al., 2021) era el de plantear las diferencias de género existentes en cuanto a esta temática y la cosificación sexual de los retos llamados “trends” musicales en esta plataforma digital. Para el análisis de los vídeos musicales, se tuvieron en cuenta aspectos como raza y edad de los usuarios, factores interpretativos como el nivel de exposición del cuerpo en las coreografías, los gestos, los roles, el atractivo y la apariencia física mostrada junto, por supuesto, el grado de sexualización global del contenido.

Y, en suma, la investigación esclarece, a través de los resultados obtenidos en el estudio realizado, la aparición de un nuevo fenómeno social que se caracteriza por la sexualización de sus usuarios, donde las diferencias de género cobran una máxima importancia en la juventud, manteniéndose el modelo mediático de la industria de la música (Vizcaíno-Verdú et al., 2021).

Otro factor plenamente relacionado con el factor de la cosificación sexual de los adolescentes en redes sociales, es la influencia que tiene la música que consumen, especialmente en este caso, se pondrá el foco en el reggaetón debido los matices que tiene

en común con los resultados de la investigación mencionada en cuanto al contenido de sus videoclips, por ejemplo.

La investigación entre videos musicales y género es muy interesante porque, como señalan Simpson-Hovater y Farris (2020), los adolescentes dedican mucho tiempo a la música, mediando ésta en su auto-concepto y desarrollo de identidad. A partir del tema del video y de cómo es retratado por su intérprete, los jóvenes construyen una visión del cuerpo que ha sido precedida por el entretenimiento y la industria del entretenimiento desde la antigüedad.

Rehbein et al., (2008) definen el aprendizaje implícito como un proceso caracterizado por la adquisición inconsciente de información y de la misma manera, del proceso de incorporación de la información aprendida a la propia conducta del que la recibe; los adolescentes consumen e interpretan diariamente los mensajes que se emiten en las canciones que escuchan, por medio de las cuales pueden imitar o incorporar pautas conductuales vistas en los videoclips a su vida cotidiana.

Como dato interesante y estudiado en distintas investigaciones sobre la temática, y tal y como señalan Grabe y Hyde (2009), en los vídeos musicales, el género más cosificado a nivel sexual es el femenino.

Los mensajes y emociones que transmite cada tipo de música son requisitos indispensables de las consecuencias que acarrearán en los distintos grupos sociales, ya que cada tipo de música comunica una serie de emociones con las cuales los adolescentes pueden identificarse, formas de vestir y un comportamiento particular, así como sentimientos de admiración y patrones de comportamiento que pueden imitar, ya que consideran que lo que ven y a quienes ven, son referentes o un reflejo de lo que quieren ser (Flores-Gutiérrez y Díaz, 2016) , (Loersch y Arbuckle, 2013) y (Viejo y Ortega-Ruíz, 2015).

2.4 LA IMPORTANCIA DE LA EDUCACIÓN AFECTIVO-SEXUAL EN ADOLESCENTES Y SU PRESENCIA EN LA EDUCACIÓN FORMAL

De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud:

La sexualidad es un aspecto central del ser humano a lo largo de la vida y tiene en cuenta aspectos como el sexo, la identidad y roles de género, la orientación sexual,

el erotismo, el placer, la intimidad y la reproducción. La sexualidad se experimenta y se expresa a través de pensamientos, fantasías, deseos, creencias, actitudes, valores, comportamientos, prácticas y relaciones. Mientras la sexualidad incluye todas estas dimensiones, no todas son expresadas o experimentadas. La sexualidad está influenciada por las interacciones entre lo biológico, lo psicológico, lo social, lo económico, lo político lo cultural, lo ético, lo legal, lo histórico, lo religioso y por factores espirituales. (OMS, 2018)

La OMS también define otros conceptos relacionados con la sexualidad como es el vínculo afectivo:

La vinculación afectiva es la capacidad humana de establecer lazos con otros seres humanos que se construyen y mantienen mediante las emociones. El vínculo afectivo se establece tanto en el plano personal como en el de la sociedad mediante significados simbólicos y concretos que lo ligan a otros aspectos del ser humano.

El amor representa una clase particularmente deseable de vínculo afectivo. (OMS, 1975)

Poniendo el foco en la educación de los dos conceptos definidos anteriormente, la educación afectivo-sexual podría ser definida como un derecho, tanto de niños como de niñas y adolescentes, incluyéndolo junto a otros derechos sexuales como pueden ser: la libertad, la vida privada, la justicia, la igualdad y la no discriminación (OMS, 2006).

López (2003) cita a Gaudreau (1985) tomando de referencia una clasificación propuesta por éste en la que explica la educación sexual dividiéndola en modelos, teniendo en cuenta los contenidos más sobresalientes que se exponen en cada uno de ellos.

Modelo basado en contenidos biológicos	Modelo basado en contenidos morales	Modelo basado en contenidos sociales	Modelo preventivo	Modelo basado en contenidos personales
Se centra en transmitir información sobre los aspectos anatómicos y fisiológicos de la sexualidad.	Asocia la sexualidad a aspectos morales y al concepto de familia.	Analiza de manera crítica las relaciones sociales, los roles, los hábitos, los comportamientos, entre otros aspectos.	Prioriza informar sobre los riesgos que envuelven a la sexualidad desde un enfoque basado en la prevención.	Pone el foco en el individuo, en la importancia de los aspectos comunicativos para lograr la satisfacción personal sexual.

Figura 2. Clasificación según Graudreau (1985) del concepto “Educación sexual” en distintos modelos.

Pellejero y Torres (2011), señalan que la educación sexual debería impartirse tomando de referencia la sexología y a través de propuestas integrales y co-educativas que partan de la persona. De ninguna manera, la pretensión es fomentar el inicio precoz de la actividad sexual; más bien el objetivo, es partir de una educación sexual integral que prevenga los riesgos de prácticas sexuales inadecuadas y aporte información sobre conocimientos en salud sexual (Rojas et al., 2017).

Junto a todo esto, no hay que olvidar y hay datos que lo avalan, que las conductas y primeras experiencias sexuales en la adolescencia se producen cada vez con mayor antelación (Rodríguez y Traverso, 2012).

Cerreti y Navarro-Guzmán (2018) elaboraron un estudio que hacía alusión al placer; en éste se obtuvieron resultados que demostraban que los adolescentes poseen escasos conocimientos, además de conceptos equivocados acerca de la sexualidad, aunque se le asignen competencias comunicativas y placenteras.

La educación sexual integral, en España, se incluye en la legislación, concretamente, en el Artículo 5 de la Ley Orgánica de Salud Sexual y Reproductiva (2010), en la que se plantea que la salud sexual debe ser incluida en el sistema educativo desde un enfoque integral, enfatizando en los siguientes aspectos: la promoción de la igualdad de género, la prevención de la violencia de género, el desarrollo positivo de la sexualidad en las personas adolescentes, concienciación acerca de las ITS y prevención de embarazos no deseados junto a la inclusión de los colectivos más vulnerables dentro de esta formación.

A pesar de esto, en España la educación sexual integral sigue siendo una asignatura pendiente en las aulas del sistema educativo. La educación en este ámbito varía en función de la comunidad autónoma y la mayor parte de los contenidos son introducidos en las distintas asignaturas. De la teoría a la práctica hay un abismo, y en los casos en que sí se lleva a la práctica, suele estar relacionado con el compromiso de los profesores que consideran esta formación necesaria y la incluyen, aunque minoritariamente, en sus clases (Fernández, 2016).

Es importante, antes de impartir esta formación, revisar el material y los recursos de los que se disponen como fuentes o apoyos a la hora de enseñar; en el caso de Gómara y de Irala (2006), quienes realizaron un análisis de libros de texto para comprobar de qué manera se considera la educación sexual, en el 100% del material analizado se obtuvieron carencias científicas y de fomento de valores positivos sobre sexualidad.

Por todo lo mencionado, se considera crucial el trabajo del orientador a la hora de incluir tareas, programas y proporcionar recursos útiles y prácticos sobre educación afectivo-sexual con el fin de concienciar de la importancia que tiene estar informados de estos aspectos en una etapa como la adolescencia y también con intención de aportar crecimiento personal a los estudiantes (Real Decreto 327/2010).

En cuanto a programas y formación en la materia impartida a nivel nacional, varias son las comunidades autónomas (CC. AA) que han desarrollado iniciativas enfocadas en la educación afectivo-sexual, sin embargo, tal y como propone Martínez (2019), éstas suelen girar en torno a conferencias específicas, cursos de periodos cortos o talleres estructurados y planeados por agentes externos al centro educativo. En el mejor de los casos, algunas CC. AA han aplicado programas esperanzadores específicamente para jóvenes y, casi todos ellos, accesibles en información.

El Principado de Asturias fue pionero en proponer un programa en esta materia al que llamaron “Ni ogros, ni princesas”; propuesta que se viene aplicando desde 2001 y se caracteriza por promover una educación estructurada en distintos ejes transversales y cuyos destinatarios son los centros que imparten Educación Secundaria Obligatoria (ESO).

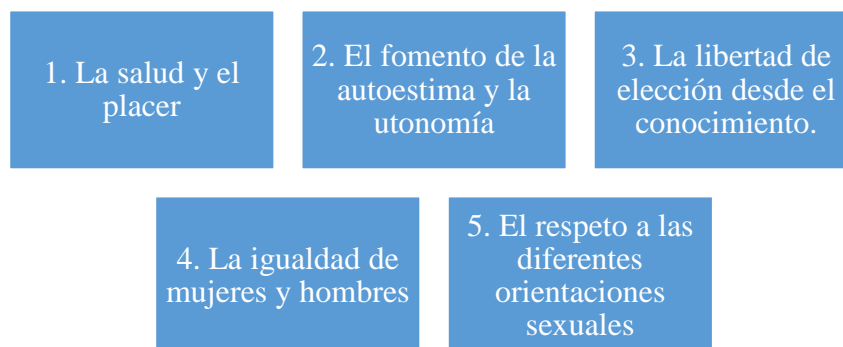


Figura 3. Ejes a tratar en el programa “Ni ogros, ni princesas” (Gobierno de Asturias, 2009).

Desde 2007, las distintas islas que conforman el archipiélago canario disponen de un programa multimedia llamado “SEXPRESAN” creado por el Colectivo Harimaguada, que también se caracteriza por la producción de herramientas y recursos educativos que sirven de referencia a otras comunidades autónomas. El proyecto tiene como objetivo permitir que los alumnos de ESO y de otras etapas posteriores experimenten su vida sexual de manera positiva para construir relaciones saludables y no discriminatorias (Colectivo Harimaguada, 2022).

Desde 2013, el País Vasco también cuenta con un programa multimedia llamado "SEXUMUXU" dirigido a alumnos de 3º y 4º de ESO. El objetivo primordial es facilitar la adquisición de habilidades necesarias que ayuden a gestionar las necesidades emocionales y sexuales (Gómez-Zapiain, 2016).

El más actual es el programa “Skolae” impulsado en la comunidad Foral de Navarra que se suma al programa co-educativo 2017-2021. Éste ha aplicado procedimientos y técnicas educativas a lo largo de todo el recorrido escolar, desde los 0-3 hasta los 18 años. El fin principal es desarrollar la capacidad de elegir proyectos de vida, esto es, desde la libertad y la diversidad de elección, independientemente de las condiciones de género, para aprender a reconocer las desigualdades y ejercer los derechos en igualdad desde los diferentes ámbitos (Gobierno de Navarra, 2019).

Aunque aún es un diseño y todavía no está en marcha, cabe señalar que en Cataluña se está elaborando un programa de educación sexual y emocional y se espera, como iniciativa piloto, para el siguiente curso académico. “Coeduca’t” coloca como destinatarios a todos los niveles educativos y tiene como objetivo ayudar a las escuelas a trabajar aspectos de diversidad, género y sexualidad de manera precisa, regular, detallada y tolerante. El contenido aún se presenta sin mucho matiz, pero cabe señalar que las Directrices Técnicas Internacionales de Educación Sexual (Generalitat de Catalunya, 2019) son una referencia.

Según Martínez (2019), en referencia a la formación del profesorado en materias de educación afectivo-sexual, el sistema parece atribuir toda la responsabilidad al ámbito escolar.

Los estudios realizados en torno a esta temática destacan las limitaciones que enfrentan los docentes para hacer realidad la educación afectivo-sexual en los entornos escolares. Sin embargo, tomando nuevamente de referencia a Martínez (2019), autor de algunos de estos estudios, las dificultades podrían superarse si el campo legislativo implantara una asignatura relacionada con la salud y el bienestar personal en la que se facilitara un sitio (junto con otros contenidos) a la educación de la sexualidad y las emociones.

Hasta el momento, la situación no ha cambiado significativamente y los docentes aún no reciben una formación integral sobre igualdad de género y sexualidad. En este sentido, como subrayan Bejarano y Marí (2019), cuando no te educas en igualdad, inconscientemente te estás educando en desigualdad. Además, según García-Cano e Hinojosa (2016), la educación sexual afectiva queda al libre albedrío de los docentes y su obligación, o no, de aportar conocimientos relacionados con estas materias en sus prácticas docentes.

3. OBJETIVOS

3.1 OBJETIVOS GENERALES

Los objetivos generales que se pretenden conseguir con la realización de este trabajo son los siguientes:

- Analizar teóricamente y profundizar conceptualmente en lo relativo a la educación afectivo-sexual en el ámbito de la educación formal.

- Diseñar una propuesta de intervención de carácter psicopedagógico sobre educación afectivo-sexual, desde un enfoque integrador destinado a los alumnos de secundaria haciendo uso de los conocimientos relacionados con la Orientación Educativa adquiridos en el transcurso del máster.

3.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Con respecto a los objetivos específicos, se pueden señalar los siguientes:

- ✚ Priorizar la necesidad de incluir la educación afectivo-sexual en el currículum de secundaria para contribuir al desarrollo integral del alumno como persona teniendo en cuenta el marco legislativo vigente en la actualidad.
- ✚ Proporcionar recursos y fuentes, así como programas educativos en materias de afectividad y sexualidad a los departamentos de orientación en apoyo al PAT (Plan de acción tutorial).
- ✚ Informar sobre todos los recursos disponibles no solo a nivel educativo, también sobre lo referente a servicios de salud sexual o relacionados con lo social que pueden dar respuestas a sus dudas o proporcionar ayuda en referencia al tema tratado en caso de que sea necesario.

4. PROGRAMA DE INTERVENCIÓN PREVENTIVA

4.1 PRESENTACIÓN

Tomando de referencia la información y datos de investigaciones expuestos en la fundamentación teórica, se reafirma la relevancia del tema protagonista de este trabajo. Que la educación afectivo-sexual carece de presencia en las aulas de la etapa de secundaria y bachillerato, es un hecho; aunque forme parte del plan de actuación de los departamentos de orientación, la carga exagerada de elementos académicos que tienen todas las materias que deben cursar los alumnos, desemboca en una dificultad para incluir esta “otra educación” en el currículum de esta etapa, en la que resulta especialmente trascendente este tipo de formación.

Después de haber desarrollado las prácticas correspondientes al Máster de Profesor de Secundaria, se ha visto en primera persona la escasez de programas o recursos dedicados a tratar este tema y las distorsiones que los mismos alumnos tienen sobre muchos aspectos relacionados con la sexualidad. A esto, se une la evidente influencia del

uso excesivo de dispositivos móviles, plataformas digitales y redes sociales en los adolescentes, formando parte éstas de gran parte de su vida social.

Ya que la presencia de las redes sociales en las vidas de los jóvenes y la necesidad de hacer más notable la educación afectivo sexual en su formación es una realidad, se considera pertinente contribuir con el diseño de este Programa de educación afectivo-sexual para intervenir, prevenir y detectar posibles conductas desadaptativas en alumnos de secundaria y dotar de herramientas y pautas que les ayuden a gestionar el mundo tan complejo que vivencian y que es característico de la etapa adolescente en la que están inmersos.

La propuesta planteada pretende proyectarse desde una perspectiva normalizadora, que comprende los procesos por los que está pasando el adolescente con el fin de que ellos mismos aprendan a conocer y comprenderse de la misma manera; la intención es hablar sin tabúes de manera natural, sin demonizar ni alertar, pero sensibilizando y concienciando de los peligros, ejemplificando situaciones y haciéndoles partícipes de las actividades que se proponen en todo momento.

El programa tendrá lugar en el contexto educativo, tratará de ser breve pero conciso y constará de 5 sesiones de 55 minutos cada una; las actividades propuestas serán guiadas por el tutor/a del curso correspondiente o el orientador del centro fijándose dichas sesiones en las horas de tutoría disponibles.

Antes de la puesta en marcha del programa, se pasarán unos cuestionarios iniciales para evaluar a los alumnos en aspectos y conocimientos previos acerca del tema en cuestión, con el fin de conocer la base de la que parten y recabar información de cara a la construcción de las sesiones posteriores.

4.2 CONTEXTO

La propuesta se diseña para ser puesta en marcha en un contexto educativo, en un aula de IES en concreto, pues la idea es incluir la educación afectivo sexual y la mejora en el uso de las TIC en la educación formal dándole el peso que se considera crucial en esta etapa; el fin no es más que promover una formación con un enfoque integral para todo el alumnado, que no sólo les proporcione un desarrollo intelectual o cognitivo, sino un aprendizaje más práctico que les dote de recursos y herramientas para socializarse y desarrollarse personalmente, fomentando el pensamiento crítico, la auto-confianza y la toma de decisiones (enseñar a vivir).

El programa se llevará a cabo en un IES público de Valladolid capital. Éste cuenta con ESO, Bachillerato y Formación Profesional; aunque la propuesta va dirigida a la etapa de la ESO en general, el diseño de este programa tiene como destinatarios los alumnos de 4º de ESO concretamente. Las clases en las que se impartirá la formación tienen entre 20 y 30 alumnos. Las edades estarán comprendidas entre 15 y 17 años.

La intervención es una iniciativa tomada desde el Departamento de Orientación en colaboración con los tutores de los grupos de 4º de ESO; formando parte del Plan de Acción tutorial con el que cuenta el IES que va a recibir el programa y en el que constan algunas de las funciones que sitúan a los alumnos como destinatarios, como *“contribuir al desarrollo de actitudes y hábitos que favorezcan el éxito de su aprendizaje, potenciar su autoconocimiento y su equilibrio emocional, potenciar el desarrollo de capacidades tendentes a adquirir comportamientos responsables, maduros y de autonomía personal en la sociedad”*.

4.3 OBJETIVOS GENERALES DEL PROGRAMA

Los objetivos generales que se pretenden alcanzar con la realización de este diseño de programa educativo son:

- Visibilizar la importancia de la educación afectivo-sexual en la etapa adolescente, fomentando el aprendizaje a través de medios digitales y juegos/dinámicas en el alumnado de secundaria.
- Normalizar y enseñar a gestionar emociones relacionadas con la sexualidad y las relaciones afectivas propias de la etapa adolescente al alumnado de secundaria.

4.4 OBJETIVOS ESPECÍFICOS DEL PROGRAMA

Concretamente, se han fijado una serie de objetivos específicos ligados, en mayor medida, a lo que se pretende conseguir en las distintas actividades expuestas y son los siguientes:

- Enfatizar en la aclaración y diferenciación de conceptos sobre sexualidad y afectividad desde un enfoque participativo y promoviendo la auto-evaluación por parte del alumnado con el fin de comprobar la propia adquisición de conocimientos.
- Fomentar el pensamiento y el análisis crítico sobre el contenido que generan ciertos personajes públicos, de su impacto en el adolescente y de la sexualización

de los perfiles presentes en redes sociales y en ciertos géneros musicales consumidos por los adolescentes.

- Analizar los comportamientos sexuales de riesgo que se manifiestan a través de las redes sociales e identificar el impacto y las consecuencias que pueden acarrear.
- Concienciar de la importancia de establecer límites en relación a la exposición de contenidos íntimos por redes.
- Sensibilizar sobre la importancia del consentimiento sexual como un aspecto imprescindible en toda relación sexual.
- Valorar la importancia de conocer y validar las emociones propias y las de los demás y aprender a gestionarlas, así como de promover la empatía entre adolescentes.

4.4 METODOLOGÍA Y RECURSOS

Para poner en práctica los objetivos planteados se pretende realizar un Programa de Educación afectivo-sexual por medio de talleres y desde un enfoque activo y participativo cuya intención es convertir a los alumnos en el eje central del proceso de aprendizaje.

Las sesiones serán impartidas por el orientador/a con la colaboración del tutor de cada clase, ya que son éstos los que mejor conocen a sus alumnos y actuarán de facilitadores del trabajo.

Sin olvidar la transmisión de información por parte del docente, que es pieza clave de todo proceso de aprendizaje, se ha elegido este tipo de metodología porque se considera la más adecuada a la hora de conseguir resultados y que sean los alumnos por ellos mismos los que desarrollen habilidades y actitudes relacionadas con la sexualidad y la afectividad, y de manera práctica, para afrontar posibles situaciones dudosas que se puedan dar en sus vidas y puedan resolverlas utilizando lo aprendido.

Otro aspecto importante a tener en cuenta, es que este Programa se decidió poner en marcha debido a las demandas del alumnado del mismo curso, afirmando estar cansados de dedicar las tutorías a temas recurrentes.

En cuanto a los recursos necesarios para llevar a cabo los talleres, ya que el tema central es relacionar la educación afectivo-sexual con el uso de redes sociales, se pretende utilizar mucho contenido digital, hacer uso de las mismas redes sociales como herramienta en algunas actividades y contrastar el uso inadecuado y desadaptativo con

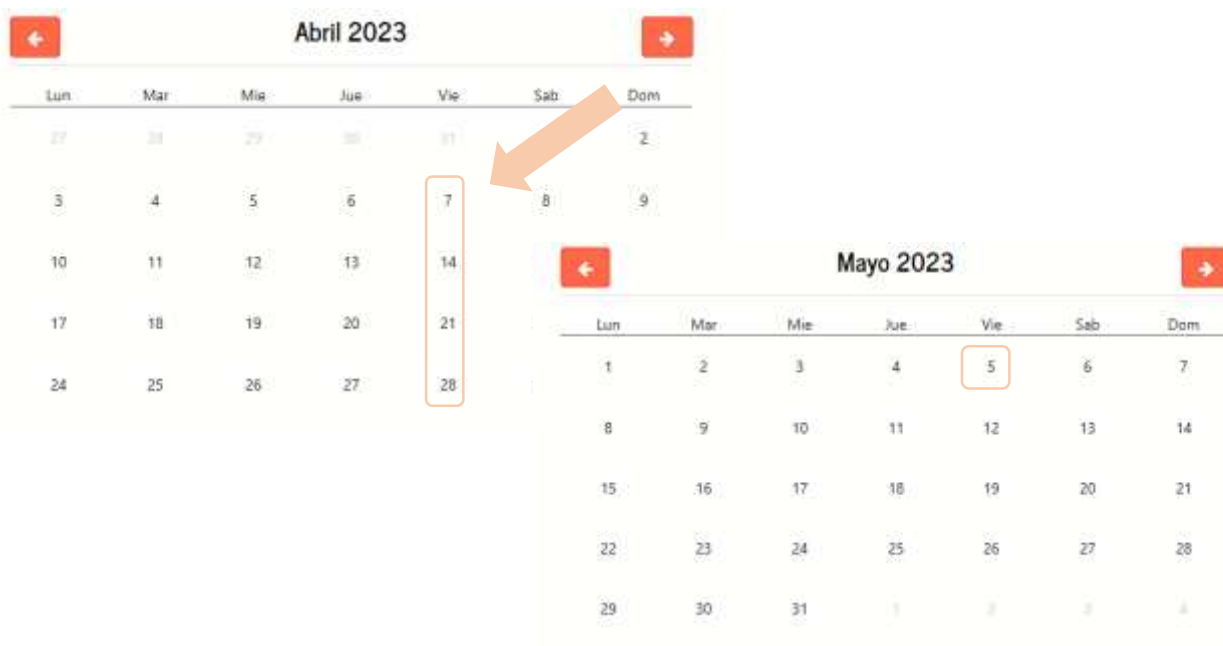
los aspectos positivos que albergan ciertos perfiles que tienen como fin visibilizar o divulgar información útil para compensar los riesgos o el material peligroso.

Como recursos materiales, imprescindible contar con un aula equipada con ordenador, internet, proyector o pizarra digital, mesas y sillas y demás material específico de cada actividad que será detallado en el apartado de actividades más adelante.

Los recursos personales serían el orientador/a, el tutor/a y el alumnado, como elementos cruciales ya que son los destinatarios del programa.

4.5 CRONOGRAMA/TEMPORALIZACIÓN

El programa tendrá una duración aproximada de mes y medio, comenzará el 7 de abril con motivo del inicio y celebración de la semana de Promoción de la salud; se dividirá en 5 sesiones, 1 por semana (de 55 minutos- 1 hora aproximadamente), acordándose su realización en las horas de tutoría a partir de la fecha mencionada anteriormente, barajando la posibilidad de que pueda surgir algún imprevisto o desacuerdo con los profesores.



4.6 ACTIVIDADES

A continuación, se enumeran y detallan las actividades protagonistas del cuerpo del programa que están destinadas a perseguir y lograr los objetivos mencionados con anterioridad.

Las técnicas que se llevarán a cabo colocarán a los alumnos en el centro del aprendizaje, fomentando la participación, la auto-evaluación (instrumentos de autorreflexión, “diario del estudiante”) con el fin de que valoren el aprendizaje que van adquiriendo a lo largo de las sesiones.

1ª SESIÓN

ACTIVIDAD 1:	<u>Brainstorming:</u> <u>¿Qué es la sexualidad para mí?</u>
TIPOLOGÍA/CARÁCTER	Grupal
OBJETIVOS	
<ul style="list-style-type: none">• Familiarizar al alumnado con la temática y “romper el hielo”.• Introducir conceptos iniciales sobre los que trabajar en sesiones posteriores.	
ESPACIOS	Aula informática
MATERIALES NECESARIOS	Papel continuo blanco, folios, rotuladores y celo.
TIEMPO APROXIMADO	20 minutos
DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	
La orientadora proporciona a los alumnos un papel y rotuladores y les anima a que plasmen en él, respetando el turno, palabras, frases o ideas que les sugiere la palabra sexualidad. Después pegarán el papel a modo de mural en pared o pizarra y comentarán en grupo lo que haya quedado expuesto en el mural, debatiendo y compartiendo sensaciones y percepciones. Al final de la sesión, se le proporcionará un folio a cada alumno y se les pedirá que hagan una reflexión de la primera sesión comentando qué les ha parecido la estructura de ésta, qué les ha llamado más la atención de lo que se ha tratado, en definitiva, qué sensaciones y emociones les han acompañado tras la primera toma de contacto con el programa; esta información será recogida por el orientador/a.	

ACTIVIDAD 2:	<u>¿Cuánto sabes de sexualidad? Ponte a prueba.</u>
TIPOLOGÍA/CARÁCTER	Grupal
OBJETIVO	
<ul style="list-style-type: none"> • Conocer la base de conocimientos de los alumnos sobre la temática. • Fomentar el aprendizaje por medio de juegos. • Promover la auto-evaluación de los alumnos. 	
ESPACIOS	Aula informática
MATERIALES NECESARIOS	<p>PC para que la orientadora exponga la actividad y móviles u ordenadores del aula de informática para que los alumnos puedan realizar la tarea (en caso de que no todos dispongan de móvil), pizarra digital, proyector, Wi-Fi y acceso a plataforma KAHOOT.</p> <p>https://create.kahoot.it/details/fe537048-1273-4bc9-b4c9-2ed14a53c0ab</p> <p>https://create.kahoot.it/details/27bb1f3a-b513-4f8a-b5cb-06cf7136d759</p>
TIEMPO APROXIMADO	20 minutos
DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	
<p>Después de la primera toma de contacto con la primera actividad, se utiliza la herramienta interactiva y en línea “KAHOOT” con el fin de comprobar los conocimientos acerca de sexualidad y afectividad con los que parten los alumnos previamente a la impartición de los talleres a través de cuestionarios sobre la temática. En estos cuestionarios deberán asociar conceptos a sus correspondientes definiciones, responder verdadero o falso acerca de cuestiones que se planteen, etc... (Véase anexo 2)</p>	

ACTIVIDAD 3:	<u>La importancia de la Educación afectivo-sexual.</u>
TIPOLOGÍA/CARÁCTER	Grupal
OBJETIVO	
<ul style="list-style-type: none"> • Aclarar y diferenciar conceptos relacionados con la sexualidad. • Enfatizar en la importancia de la educación afectivo-sexual en la etapa adolescente. 	
ESPACIOS	Aula
MATERIALES NECESARIOS	Proyector, PC, USB y vídeo explicativo. Folio y bolígrafo https://www.youtube.com/watch?v=TwupsTXuSJI&t=1s
TIEMPO APROXIMADO	15 minutos
DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	
<p>Para poner el cierre final a la primera sesión, se proyecta un video que emplea el “Visual thinking”, una metodología innovadora, con el fin de explicar, aclarar y diferenciar muchos de los conceptos que engloban a la sexualidad; éste se considera una buena herramienta para captar la atención de los estudiantes debido a la utilización de los recursos visuales, siempre llamativos para los jóvenes; los chicos y chicas, mientras tanto, deben anotar en un folio lo que más le ha llamado la atención, lo que no sabían y las dudas que tengan para posteriormente, aclararlas en grupo.</p>	

2ª SESIÓN

ACTIVIDAD 1:	<u>“SEX EDUCATION”. Educación Sexual y Netflix.</u>
TIPOLOGÍA/CARÁCTER	Grupal
OBJETIVOS	
<ul style="list-style-type: none"> • Normalizar la sexualidad y las relaciones afectivas en la adolescencia como manifestaciones naturales y libres de tabúes. 	

	<ul style="list-style-type: none"> • Visibilizar la diversidad humana y sexual en esta etapa fomentando la inclusividad de todas las personas.
ESPACIOS	Aula
MATERIALES NECESARIOS	Proyector, PC y Netflix https://www.netflix.com/search?q=sex%20education&jbv=80197526
TIEMPO APROXIMAD O	55 minutos -45 min de visionado del capítulo -10 minutos de comentarios con respecto a preguntas planteadas
DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	
<p>La actividad consiste en el visionado de un capítulo de una serie de humor británico de Netflix llamada “Sex Education” que trata con mucha naturalidad el tema de la sexualidad y la afectividad en la adolescencia. Aborda inquietudes y cuestiones que generan traumas en la etapa adolescente por la escasa presencia de educación sexual de las escuelas, visibiliza y reivindica temas desde una perspectiva cercana al adolescente.</p> <p>En el artículo “Sex Education: La ESI (Educación sexual integral) en Netflix” publicado en la revista científica de la Universidad Complutense de Madrid, se señala que “Sex Education” difunde discursos diferentes y otras formas de mostrar y encarnar a los distintos personajes tanto principales como secundarios; éstos logran mimetizarse con temas de actualidad y con las realidades de ciertas fases que atraviesan los adolescentes en su etapa de transición y cambios, fomentando a su vez, un alegato crítico acerca de la utilización y gestión de las redes sociales como principal medio de comunicación y de difusión de información (Pérez Lence, F., 2019).</p> <p>Por todo lo mencionado, se consideró pertinente y positivo el visionado del capítulo planteándose unas preguntas que se comentarán oralmente de manera grupal tras la finalización de éste (Véase anexo 3).</p>	

3ª SESIÓN

ACTIVIDAD 1:	<u>El reggaetón y la violencia sexual</u> <u>“enmascarada”</u>
TIPOLOGÍA/CARÁCTER	Grupal
OBJETIVO	
<ul style="list-style-type: none">• Fomentar el análisis crítico y la reflexión acerca de las letras de las canciones protagonistas del día a día de los adolescentes.• Identificar, reflexionar y concienciar del alto contenido de violencia sexual y cosificación de la mujer que entrañan muchas canciones de reggaetón y el impacto que eso conlleva en el adolescente.• Dar visibilidad al feminismo emergente por parte de artistas mujeres del género urbano, en contraposición a lo mencionado anteriormente.	
ESPACIOS	Aula
MATERIALES NECESARIOS	Fotocopias, folios en blanco y lápiz -PC, Proyector, acceso a Youtube
TIEMPO APROXIMADO	25 minutos
DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	
<p>La actividad comenzará preguntando a los alumnos que a cuántos de ellos les gusta el reggaetón, por qué lo consumen y que es lo que más les gusta de las canciones; mientras tanto, la orientadora anota las respuestas en la pizarra. A continuación, tras haber elegido previamente la canción, ya que se les comunicó la temática de esta actividad en la sesión anterior, serán reproducidas todas las que el tiempo estipulado para la actividad así lo permita; éstas son analizadas con los alumnos haciendo uso de un cuestionario que plantea si las letras se identifican con el concepto que ellos tienen de relación (Véase anexo 4). Al cuestionario, se le añaden preguntas acerca de si en las canciones se evidencia posible violencia y lenguaje sexual inapropiado con el fin de que puedan identificarlo como aspectos negativos y no normalizarlo. Finalmente se pondrán todas las reflexiones en común y se dará una charla sobre la normalización de la violencia sexual y el machismo que se está dando en este género musical y lo peligroso que resulta esto para el adolescente.</p>	

ACTIVIDAD 2:	<u>¿Qué hay detrás de un “trend” de Tik-tok?</u> <u>Desmontando estereotipos: crea tu propio “trend”.</u>
TIPOLOGÍA/CARÁCTER	Grupal
OBJETIVO	
<ul style="list-style-type: none"> • Sensibilizar y concienciar del riesgo de la sexualización de los “trends” de Tik-tok entre adolescentes. • Analizar las coreografías virales de Tik-tok y visibilizar la normalización existente acerca de estas prácticas entre adolescentes. • Enfatizar en la peligrosidad de saltarse las normas de la plataforma y el riesgo que se corre con la realización de estrategias mediante hashtags (#) para que la app no elimine o censure contenido sexualizado. 	
ESPACIOS	Aula
MATERIALES NECESARIOS	-PC, Proyector, acceso a Internet
TIEMPO APROXIMADO	30 minutos
DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	
<p>La actividad consistirá en revisar los “trends” más famosos del momento que colocan a las canciones de reggaetón en el foco de atención; se comentará con los alumnos si utilizan la app, si conocen los trends, si han grabado ese contenido y tras esta primera toma de contacto, se mostrará contenido (de más difícil acceso) que muestra coreografías sin las características esenciales en lo expuesto previamente, es decir, sin ser chicas y chicos con poca ropa y con pasos sexualizados. Se hablará de la censura de la plataforma, de si la han experimentado, de los peligros y de cómo reaccionan ante ella; finalmente se les pedirá que creen una coreografía individual o en grupo de una canción cuya letra no sea ofensiva y cuyo baile no contenga pasos parecidos a los mencionados en primer lugar, con el fin de fomentar el uso responsable de estas aplicaciones desde una perspectiva que encaja con su edad. Los vídeos se podrán subir a un Tik-tok de uso restringido para aquellos miembros que participen en el programa y que será creado específicamente con el fin de que todo el alumnado pueda acceder a los vídeos de todos sus compañeros.</p>	

4ª SESIÓN

ACTIVIDAD 1:	<u>Los influencers y sus polémicas. En redes sociales</u> <u>NO todo vale.</u>
TIPOLOGÍA/CARÁCTER	Grupal
OBJETIVO	
<ul style="list-style-type: none">• Fomentar el pensamiento crítico del adolescente mediante el análisis del contenido que generan ciertos personajes públicos en Instagram y TikTok y las consecuencias negativas que tiene su influencia para éstos.• Enfatizar en el consentimiento sexual como un aspecto imprescindible en toda relación sexual.	
ESPACIOS	Aula
MATERIALES NECESARIOS	-PC, Proyector, acceso a Youtube https://www.youtube.com/watch?v=grdTseGnXDM
TIEMPO APROXIMADO	30 minutos
DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	
<p>La actividad consiste en la visualización de una entrevista realizada a un TikToker con aproximadamente 30 millones de seguidores tanto en TikTok como en Instagram, haciendo unas declaraciones en las que banaliza el consentimiento sexual y bromea acerca de las prácticas abusivas e irresponsables que mantiene con las chicas con las que intima.</p> <p>Tras el visionado, se repartirán unas tarjetas con las afirmaciones más polémicas que han escuchado en la entrevista y pantallazos de algunos comentarios que se vieron en las redes por parte de adolescentes en apoyo al “influencer”; el fin será crear debate, concienciar y sensibilizar acerca de la situación.</p> <p>También se les preguntará si lo conocían, si le siguen (y en caso afirmativo, que expliquen el porqué de su gusto hacia el contenido de este personaje público).</p> <p>Acabar con una publicación de una psicóloga que habla sobre el consentimiento y el uso de la manipulación como arma de seducción e indica señales de alerta con el fin de que el adolescente identifique estas conductas (Véase anexo 5).</p>	
ACTIVIDAD 2:	<u>¿Y tú qué harías?</u>

TIPOLOGÍA/CARÁCTER	Grupal
OBJETIVO	
<ul style="list-style-type: none"> • Analizar los comportamientos sexuales de riesgo que se manifiestan a través de las redes sociales e identificar el impacto y las consecuencias que pueden acarrear. • Concienciar de la importancia de establecer límites sobre la exposición de contenidos íntimos por redes. 	
ESPACIOS	Aula
MATERIALES NECESARIOS	Folios y bolígrafo, Internet, PC, proyector, Youtube https://www.youtube.com/watch?v=i_92-NovRT0 https://www.youtube.com/watch?v=G8iciqvXnmk
TIEMPO APROXIMADO	30 minutos
DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	
<p>Se pide a los alumnos que se pongan en parejas y simulen que están hablando con la persona que les gusta o con su pareja. A cada pareja se le plantearían varias situaciones (de sexting, grooming, sextorsión) y sin desvelárselas entre ellos, tendrían que crear un diálogo mostrando como se comportarían ellos ante esa situación.</p> <p>Después se haría una puesta en común en la que cada pareja diría qué situación le tocó y cómo la resolvieron y todos opinarían e interpretarían sobre la de sus compañeros.</p> <p>Para finalizar, se les pondría nombre a los comportamientos expuestos en las distintas situaciones y se debatiría tras definirlos, si ellos lo habían identificado o no en algunas de las situaciones, explicándose las consecuencias negativas que tienen dichas prácticas por medio de un par de vídeos de Youtube.</p>	

5ª SESIÓN

ACTIVIDAD 1:	<u>Aprendiendo a conocer y a validar emociones.</u>
TIPOLOGÍA/CARÁCTER	Grupal
OBJETIVO	

	<ul style="list-style-type: none"> • Valorar la importancia de conocer e identificar las emociones. aprender a gestionarlas y validarlas. • Fomentar la responsabilidad afectiva y proporcionar herramientas al alumnado para que hagan uso de ella en situaciones de su vida cotidiana. • Promover la empatía en las relaciones adolescentes.
ESPACIOS	Aula
MATERIALES NECESARIOS	Fotocopias, PC y proyector.
TIEMPO APROXIMADO	30 minutos
DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	
<p>En esta actividad se va a trabajar la afectividad desde las emociones; se aborda la temática de los celos (muy frecuentes en relaciones adolescentes debido a la inseguridad, la confusión y la carencia de confianza que caracteriza a esta etapa), el concepto de responsabilidad afectiva y aprender a decir No siendo empáticos con la otra parte. Para ello, se acude a la página de Instagram de una psicóloga y sexóloga que trabaja mucho contenido divulgativo sobre estos aspectos. Tras haberlo visto, se dividirá la clase en pequeños grupos y se le entregará a cada uno el material, en primer lugar, una viñeta de cómic que expone una situación de celos y control en una pareja adolescente y, en segundo lugar, una conversación en la que se plantea una situación que requiere afrontar una ruptura; la idea es que, por grupos, sean capaces de revertir el planteamiento inicial que se refleja en los casos prácticos utilizando la información que han trabajado previamente.</p> <p>Una vez acabada la tarea, se pondrán las respuestas en común y se analizarán en grupo (Véase anexo 6).</p>	

ACTIVIDAD 2:	<u>“Relaciones tóxicas VS relaciones sanas”.</u> <u>Identificando las diferencias.</u>
TIPOLOGÍA/CARÁCTER	Grupal
OBJETIVO	
<ul style="list-style-type: none"> • Identificar señales de alarma características en las relaciones tóxicas llamadas en redes sociales “Red flags” y diferenciar con aspectos sanos y deseables en las relaciones “Green flags”. • Analizar lo que hay detrás de una frase tóxica. 	

<ul style="list-style-type: none"> • Aprender las diferencias entre “Querer bien y querer mal”. 	
ESPACIOS	Aula
MATERIALES NECESARIOS	Folios con mitos y realidades y celo
TIEMPO APROXIMADO	30 minutos
DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	
<p>Para llevar a cabo esta actividad, en primer lugar, se explicará qué son las Red y Green flags y se les proporcionará a los alumnos una tarjeta verde y una roja; a continuación, se proyectarán frases asociadas a las relaciones de pareja y en función de si ellos consideran que son Red o Green Flags sacarán una tarjeta u otra. Se comentará el porqué de sus elecciones con el fin de poner impresiones en común y finalmente se expondrán unos post de Instagram de la psicóloga María Esclapez nuevamente, con el fin de aclarar lo relativo a la temática que se trabaja (Véase anexo 6).</p>	

4.7 EVALUACIÓN Y RESULTADOS ESPERADOS

La propuesta será evaluada cualitativamente utilizando varios instrumentos y técnicas con el fin de medir la respuesta del alumnado acerca de la metodología y los contenidos que han dado forma a las distintas sesiones que componen el Programa de Educación afectivo-sexual.

Como evaluación inicial y con el fin de valorar las ideas iniciales con las que parten los alumnos de cara a la realización de los talleres, se pasó días previos al inicio del Programa, un cuestionario de Google Forms (**véase anexo 1**) con una serie de preguntas abiertas, algunas fueran tomadas de un estudio realizado por Luque et al., (2014) y otras de elaboración propia; éstas sirvieron de guía para el orientador/a en cuanto a la organización de los contenidos de las distintas sesiones al igual que para hacer un sondeo de cuáles eran las cuestiones que más curiosidad despertaban entre los alumnos o los temas que generaban más dudas.

Mediante la aplicación de estas preguntas iniciales se pretenden obtener respuestas sinceras, de hecho, se pide que contesten de tal manera incluso aunque consideren que las respuestas son inadecuadas, pues probablemente esto ayude a mostrar más interés en las distintas sesiones ya que es frecuente pensar que lo que sabemos o hacemos, es lo correcto

o lo normal porque lleva siendo mucho tiempo así, cuando precisamente tener esas ideas preconcebidas puede conducir a error.

También se evaluará la efectividad de los talleres mediante la observación por parte de la orientadora midiéndose el nivel de participación en los debates, la actitud y el interés mostrado por parte del alumnado. Además, se pretende fomentar la auto-evaluación del alumnado utilizando instrumentos para este fin con la intención de que sean ellos mismos los que midan el nivel de conocimientos que van adquiriendo en el transcurso del programa, se utilizarán cuestionarios de preguntas abiertas que aporte el orientador, pero a su vez, se promoverá el desarrollo de actividades de autorreflexión post sesiones y el llamado “diario del estudiante” en el que plasmarán aspectos que hayan aprendido con respecto a lo que ya sabían y recogerán las sensaciones que han experimentado con respecto a los contenidos que se manejen en las distintas actividades.

Se espera, con la impartición del programa, que los alumnos sean naturales y abiertos, pero siempre respetuosos, pues es el valor principal que se tratará de transmitir en todo momento; a pesar de que en la puesta en marcha del programa se haya tenido muy cuenta la demanda interesada de éstos y sea un tema interesante, crucial y necesario en esta etapa, sus bases se asientan en el respeto, sobre todo, porque se está desarrollando en un entorno educativo y formal.

Ya que la metodología elegida para guiar este programa coloca como protagonista al propio alumnado y se pone el foco en enseñar desde el entendimiento de los procesos caracterizados por la inseguridad, la incertidumbre y los conflictos de esta etapa, se considera deseable por parte de los agentes educadores que se impliquen en las actividades, que colaboren en los debates y se interesen por escuchar y ser escuchados, pues el principal aprendizaje esperado cuando se llevan a cabo sesiones en grupo es que todos los miembros pueden aportarse entre ellos, intercambiando sensaciones y percepciones y enriqueciéndose unos a otros.

De igual manera, al tratar el manejo de redes sociales de esta población, se pretende conseguir captar el interés de los chicos trabajando a través de éstas, mostrando la otra cara y promoviendo los aspectos positivos que pueden aportarles en caso de realizar un buen uso de las distintas plataformas y concienciándoles de los riesgos y peligros que entran.

Otro aspecto buscado es que en el transcurso de las sesiones se vayan desmitificando ciertas creencias y se logre la interiorización de los contenidos, pudiendo ser revertidos ciertos pensamientos y conductas desadaptativas que puedan estar condicionando el día a día de los jóvenes; aportando información que les sea útil y que puedan reflejar en el cuestionario de satisfacción final indicando que los objetivos a lograr fijados en la intervención, se están cumpliendo.

Como evaluación final y tomando de referencia a Guarné et al. (2010), se pasa un Cuestionario de Satisfacción (**véase anexo 7**) en el que se plantearán unas preguntas para poner fin al programa y que éste sea valorado por los destinatarios; entre ellas se plasma un apartado de propuestas de mejora, fortalezas y debilidades para que sean los mismos alumnos los que participen activamente en sugerir cambios, en caso de que los consideren beneficiosos, además, se volverá a pasar el Kahoot de la primera sesión para ver si ha cambiado su perspectiva y de ser así, de qué manera y en qué aspectos, repasando al mismo tiempo las respuestas dadas en el Google Forms del cuestionario inicial.

5. CONCLUSIONES Y PROPUESTAS DE MEJORA

Con el diseño de este programa de intervención se ha perseguido en todo momento aportar novedad y adaptar los contenidos a los intereses del alumnado destinatario de la propuesta, despertar el interés de los jóvenes utilizando una metodología con recursos que les fueran familiares y formaran parte de su día a día, al igual que el uso de dinámicas y actividades muy prácticas colocándoles a ellos como protagonistas, con el fin de permitirles asociar y visualizar las temáticas que se abordaban de manera más asequible.

El programa propuesto y su desarrollo ha pretendido trabajar dos variables muy actuales y muy presentes en la vida de los adolescentes, que son la sexualidad, las relaciones afectivas y lo complicado que resulta aprender a gestionarlas o a identificar las emociones que las acompañan; y, por otro lado, las aficiones, que están estrechamente vinculadas a la primera variable, pues se correlacionan entre sí.

En este caso, los talleres que se han desarrollado no han estado dirigidos a temas relacionados con la salud sexual como pueden ser embarazos no deseados o las ETS, no porque no sea importante ni necesario, si no, porque si se ha impartido algo de formación desde la educación formal con respecto a este tema, quizás haya estado más enfocado en esto último y no tanto en aquello en lo que sí se ha dado prioridad en este trabajo.

Como punto fuerte a mencionar en cuanto a la realización del programa, se podría destacar el amplio material en relación a contenidos y recursos existentes ya implementados y a la actualización de éstos, aspectos que han sido muy útiles para tomarlos de referencia y elaborar el marco teórico que daba inicio al trabajo y plantear actividades variadas y novedosas. Junto a esto, también se considera pertinente mencionar que la facilidad a la hora de encontrar recursos e información se debe a la visibilidad que se le están dando a estos temas, no solo desde las mismas redes sociales en cuanto a divulgación por parte de profesionales, si no a plataformas de contenido digital que están dando espacio a estos asuntos. Uno de los objetivos principales de esta propuesta ha sido el de jugar con la otra cara de las plataformas y los contenidos digitales que consumen los jóvenes para potenciar el uso positivo de éstas y que sean ellos mismos los que se percaten de que es posible el uso responsable e informativo de estas fuentes.

Como limitaciones que se consideran pueden poner en peligro la implementación de programas como el expuesto en este trabajo, son las barreras que los propios centros ponen en ocasiones, por temor a posibles represalias por parte de las familias de los alumnos, a pesar de que los contenidos estén adaptados al nivel y a sus necesidades según la edad.

En muchas familias sigue suscitando vergüenza, inseguridad y tabú tratar estos temas; pero a su vez, son ellas mismas las que sienten rechazo y negación porque se lleven a cabo este tipo de programas en la escuela, y es esa falta de comunicación familiar, lo que lleva a los jóvenes a dejarse influenciar, buscar respuestas o imitar patrones tomando de referencia fuentes de fácil acceso pero de poca fiabilidad, que terminan en vez de logrando el efecto deseado, provocando desinformación y más confusión.

Es común pensar, ya que la sociedad se encuentra en pleno siglo XXI y en un momento de auge con respecto a temas relacionados con la sexualidad, en cuanto a normalización y a visibilidad, que no es necesario dar prioridad y espacio a este tipo de formación en los IES; en cambio es precisamente por eso, por la sobreexposición a todo tipo de informaciones sin filtro que vivencian los adolescentes, por lo que se vuelve crucial contribuir con este tipo de formación desde la educación formal.

Así que, a modo de propuesta de mejora, y tras haber vivido cierta reticencia por el planteamiento del programa expuesto en estas hojas, se sugiere el trabajo conjunto de

alumnos y familias para dar naturalidad y guiar a los padres o tutores de éstos en este proceso.

Para ello, y, por último, es indispensable la formación del profesorado en estas materias, pues, es muy común que talleres y programas sobre sexualidad y afectividad sean impartidos en los IES a través de asociaciones o agentes externos cuando es posible que éstos sean llevados a cabo por los mismos docentes del centro, ya que son los que más vínculo tienen con los alumnos y destinatarios de esta formación siendo de esta manera, más fácil lograr llegar a ellos y consolidar las habilidades que se persiguen conseguir con los jóvenes.

REFERENCIAS

- Arab, E., & Díaz, A. (2014, 29 diciembre). IMPACTO DE LAS REDES SOCIALES E INTERNET EN LA ADOLESCENCIA: ASPECTOS POSITIVOS Y NEGATIVOS. *Revista Médica Clínica Las Condes*, 26. Recuperado 25 de noviembre de 2014, de <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0716864015000048>
- Attwood, F. (2006). Sexed Up: Theorizing the Sexualization of Culture. *Sexualities*, 9(1), 77–94. <https://doi.org/10.1177/1363460706053336>
- Aubrey, J. S., & Frisby, C. M. (2011). Sexual objectification in music videos: A content analysis comparing gender and genre. *Mass Communication and Society*, 14(4), 475-501.
- Bejarano Franco, M. T., & Marí Ytarte, R. (2019). Educación en sexualidad e igualdad: discursos y estrategias para la formación de docentes y educadores sociales. *Educación en sexualidad e igualdad*, 1-208.
- Bragg, S., & Buckingham, D. (2004). Embarrassment, education and erotics: the sexual politics of family viewing. *European Journal of Cultural Studies*, 7(4), 441-459.
- Buckingham, D. (2008). *Youth, Identity, and Digital Media*. The MIT Press.
- Cabra, Q., Camps, V., Díaz, E., Egea, S., Ferré, I., García, C., López, S., Ribas, M. R., Ros, R., & Serón, P. (2010). *Afectividad y sexualidad. ¿Son educables?* <https://www.fundaciogrifols.org/>
- Castellana, M., Sánchez-Carbonell, X., Beranuy, M. y Graner, C. (2006). La relació de l' adolescent amb les TIC: Un tema de rellevància social. *Full Informatiu del Col·legi Oficial de Psicòlegs de Catalunya*, 192, 22- 23.
- Castells, M. (2001). *La galaxia Internet*. Barcelona: Areté.
- Cerreti, G., & Navarro-Guzmán, C. (2018). Análisis de las diferencias de género en cuanto a las relaciones sexuales y afectivas en parejas adolescentes.
- Colectivo Harimaguada (2022). *Expresan. Multimedia para la educación afectivo-sexual*. <https://n9.cl/2por>
- Cornejo, M. y Tapia, M. L. (2011). Redes sociales y relaciones interpersonales en internet. *Fundamentos en Humanidades*, 22(24), 219-229.

Díaz, V. (2011). MITOS Y REALIDADES DE LAS REDES SOCIALES. Información y comunicación en la Sociedad de la Información. *Prisma Social*, () 1-26.

Echeburúa, E., y Corral, P. (2010). Adicción a las nuevas tecnologías y a las redes sociales en jóvenes: un nuevo reto. *Adicciones*, 22(2), 91-96.

Fernández, A. G. (2016). La educación sexual, una asignatura pendiente en España. *Biografía*, 9(16), 195-203.
<https://doi.org/10.17227/20271034.vol.9num.16biografia195.203>

Figueredo, C., y Ramírez, C. (2008). Jóvenes y nuevas tecnologías, estado de la cuestión. *Revista de la Facultad de Educación de Albacete*, (23), 315-326.

Flores-Gutiérrez, E. & Díaz, J.L. (2016). La respuesta emocional a la música: atribución de términos de la emoción a segmentos musicales. *Salud Mental* 32 (1), 21-34

Frutos, B., Sánchez, M. y Vázquez, T. (2014): Perfiles de adolescentes on line y su comportamiento en el medio interactivo. *Icono* 14,12(1), 374-397.

Fuertes, A., & González, E. (2019, marzo). La salud afectivo-sexual de la juventud en España. *Revista de Estudios de Juventud*, 123(Instituto de la Juventud), 13–22.
http://www.injuve.es/sites/default/files/adjuntos/2020/01/revista_injuve_123.pdf

García del Castillo, J.A., Tero, M.C., Nieto, M., Lledó, A., Sánchez, S., Martín-Aragón, M. y Sitges, E. (2008). Uso y abuso de Internet en jóvenes universitarios. *Adicciones*, 20, 131-142.

García-Cano, M. e Hinojosa, E. (2016). Coeducación en la Formación Inicial del Profesorado: de la transversalidad a la vivencia a través de la ética del cuidado. *Multitarea*, 8, 61-86. <https://doi.org/10.18239/mard.v0i8.1122>

Garmendia, M., Garitaonandia, C., Martínez, G. Y Casado, M. (2011). Riesgos y seguridad en internet: Los menores españoles en el contexto europeo. [Encuesta EU kids Online]. Recuperado el 2 de julio de 2013, de:
[http://www2.lse.ac.uk/media@lse/research/EUKidsOnline/EU%20Kids%20II%20\(2009-11\)/National%20reports/Spanish%20report.pdf](http://www2.lse.ac.uk/media@lse/research/EUKidsOnline/EU%20Kids%20II%20(2009-11)/National%20reports/Spanish%20report.pdf)
<http://campusvirtual.uva.es/mod/resource/view.php?id=349161>

Giddens, A. (1992). La transformación de la intimidad. Sexualidad, amor y erotismo en las sociedades modernas. Madrid: Ediciones Cátedra.

Gobierno de Cataluña (17 de setiembre de 2019). Programa “Coeduca't”. Departamento de Educación. <https://n9.cl/j9vfa>

Gobierno de Asturias (2009). Programa “Ni ogros, Ni princesas”. Consejería de Salud y Servicios Sanitarios. [Archivo PDF] <https://n9.cl/lbnmp>

Gobierno de Navarra (2019). El Programa SKOLAE. Departamento de Educación. [Archivo PDF] <https://n9.cl/zepcc>

Gómara, I. y de Irala, J. (2006). La educación sexual a examen: Análisis de textos escolares sobre la educación sexual. Informe de proyecto de investigación del Instituto de Ciencias para la Familia. Universidad de Navarra.

Gómez-Zapiain, J. (2016). Programa SEXMUXU. <https://www.javiergomezzapiain.com/>

Grabe, S., & Hyde, J. S. (2009). Body objectification, MTV, and psychological outcomes among female adolescents 1. *Journal of Applied Social Psychology*, 39(12), 2840-2858.

Guarné, R., Campo, A., Nasarre, D., Martínez, R. y Sanjuán, V (2010). Taller de Educación Afectiva-sexual para adolescentes: ¡A TU SALUD!: EDUCACIÓN AFECTIVA-SEXUAL.Redined,00220111000052,52.

<https://redined.mecd.gob.es/xmlui/bitstream/handle/11162/3602/00220111000052.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Heredia, N. y García, E. (2017). Posibles riesgos del uso de las redes sociales en adolescentes. *Revista de estudio e investigación en Psicología y Educación*, Extra (13), 1-5. <https://doi.org/10.17979/reipe.2017.0.13.2120>

Hoffner, C. A., Lee, S. y Park, S. J. (2015). I miss my mobile phone! Self-expansion via mobile phone and responses to phone loss. *New Media y Society*, 18(11), 2452-2468. <https://doi.org/10.1177/1461444815592665>.

Hogue, J. V., & Mills, J. S. (2019). The effects of active social media engagement with peers on body image in young women. *Body image*, 28, 1-5.

Instituto Nacional de Estadística. (2019). España. Recuperado de: https://www.ine.es/prensa/tich_2019.pdf

Instituto Nacional de Tecnologías de la Comunicación (INTECO). (2009). Estudio sobre hábitos seguros en el uso de las TIC por niños y adolescentes y e-confianza de sus padres.

Krauskopf, D. (1994). *Adolescencia y Educación*. Segunda edición. Editorial EUNED. San José, 1994.

Ley Orgánica 2/2010, de 4 de marzo, de salud sexual y reproductiva y de la interrupción voluntaria del embarazo. Boletín oficial del estado, 55, de 4 de marzo de 2010, 21001-21014. <https://www.boe.es/eli/es/lo/2010/03/03/2/con>

Livingstone, S. (2008) Taking risky opportunities in youthful content creation: teenagers' use of social networking sites for intimacy, privacy and self-expression. *New media & society*, 10 (3). pp. 393-411

Llorca, Á., Diez, M. Á., Gallego, T., Cabrejas, B., Bueno, G., & Llorca, G. (2012). Los menores y las redes sociales ¿Qué hay de verdad tras ellas? *Actas del III Congreso Internacional Comunicación 3.0*, 1, 100-110.

Loersch, C. & Arbuckle, N.L. (2013). Unraveling the mystery of music: Music as an evolved group process. *Journal of Personality and Social Psychology*. 105 (3), 777- 798

López, N. (2003). *Curso de educación afectivo-sexual*. A Coruña, España: Netbiblo.

Louro, G. (2000). *Pedagogias da sexualidade. O corpo educado: Pedagogias da sexualidade*. Belo Horizonte: Autêntica.

Luque, M. D. C., & Prieto, R. (2014). *Programa de Educación Afectivo-Sexual en la Escuela*.

Martínez, J. (2019). Educación de la sexualidad: Estado actual y propuestas de futuro. En Fuertes, A. y González, E. (coord.). *La salud afectivo-sexual de la juventud en España*. Madrid, *Revista Estudios de Juventud*, 123, 121-135.

Martínez, M. y Sánchez, E. (2016). Construcción de la identidad y uso de redes sociales en adolescentes de 15 años. *PsicoEducativa: reflexiones y propuestas*, 2(4), 17- 23. 35

Mitchison, D., Hay, P., Slewa-Younan, S. y Mond, J. (2014). The changing demographic profile of eating disorder behaviors in the community. *BMC Public Health*, 14, 943.

Mitjans, E. (2009). Impacto de las redes sociales en el Derecho a la protección de datos personales. *Anuario de la Facultad de Derecho (Universidad de Alcalá)*, (2), 107-129.

OMS (1975). *Instrucción y asistencia en cuestiones de sexualidad humana: formación de profesionales de la salud*. Ginebra: Serie de Informes Técnicos, 572.

OMS (2006). Colaboremos por la salud. Informe de la salud en el mundo. OMS. Ginebra (Suiza).

OMS (2018). La salud sexual y su relación con la salud reproductiva: un enfoque operativo [Sexual health and its linkages to reproductive health: an operational approach]. Ginebra: Organización Mundial de la Salud; 2018. Licencia: CC BY-NC-SA 3.0 IGO

Organización Mundial de la Salud (2020). Salud mental del adolescente. 28 de septiembre de 2020. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>

Pellejero, L. y Torres, B. (2011). “La educación de la sexualidad: el sexo y el género en los libros de texto de Educación Primaria”. Revista de Educación. N° 354: 399-427

Pérez Lence, F. (2019). Sex education: La ESI en Netflix. Revista Comunicación y género, 2 (1) 2019, 121-134. <https://doi.org/10.5209/cgen.64528>

Prensky, M. (2001). Digital natives, digital immigrants part 2: Do they really think differently?. *On the horizon*.

Real Decreto 327/2010, de 13 de julio, por el que se aprueba el Reglamento Orgánico de los Institutos de Educación Secundaria. Disponible en: <https://www.juntadeandalucia.es/boja/2010/139/2>. [consulta: 16/09/2021]

Rehbein, L., Alonqueo, P. & Filsecker, M. (2008). Aprendizaje implícito en usuarios intensivos de videojuegos. Paidéia. 18 (39), 165-174

Rodríguez, J y Traverso, C. (2012). Conductas sexuales en adolescentes de 12 a 17 años de Andalucía.

Rojas, R., Castro, F. D., Villalobos, A., Allen-Leigh, B., Romero, M., Braverman-Bronstein, A. y Uribe, P. (2017). Educación sexual integral: cobertura, homogeneidad, integralidad y continuidad en escuelas de México. Salud pública de México, 59(1), 19-27. <https://doi.org/10.21149/8411>

Ruiz Corbella, M., De-Juanas Oliva, A. (2013). Redes sociales, identidad y adolescencia: nuevos retos educativos para la familia. Estudios sobre Educación, 25, 95-113.

Sánchez, M., De Frutos, B. y Vázquez, T. (2013). “Niños y adolescentes frente a la publicidad en Internet”. Las Nuevas Tecnologías en la familia y en la educación. Madrid: CEU Ediciones

Simpson-Hovater, R., & Farris, D. N. (2020). Back that sexism up: An analysis of the representation of women's bodies in music videos. In D. N. Farris et al. (eds.), *Gender, sexuality and race in the digital age* (pp. 75-97). Springer. https://doi.org/10.1007/978-3-030-29855-5_5

Stanley, H. G. (1906). *Youth: its education, regiment, and hygiene*. New York.

Taramona, R. (2018). Influencers digitales: disrupción de la fama, la publicidad y el entretenimiento en las redes sociales. *Revista de Estudios de Juventud*, 119, 75-92.

Velázquez, M., López, S. y Arellano, A. (2013). Sexting: La sexualidad responsable también debe ejercerse en las redes sociales. Santiago de Chile: XXIX Congreso Latinoamericano de Sociología.

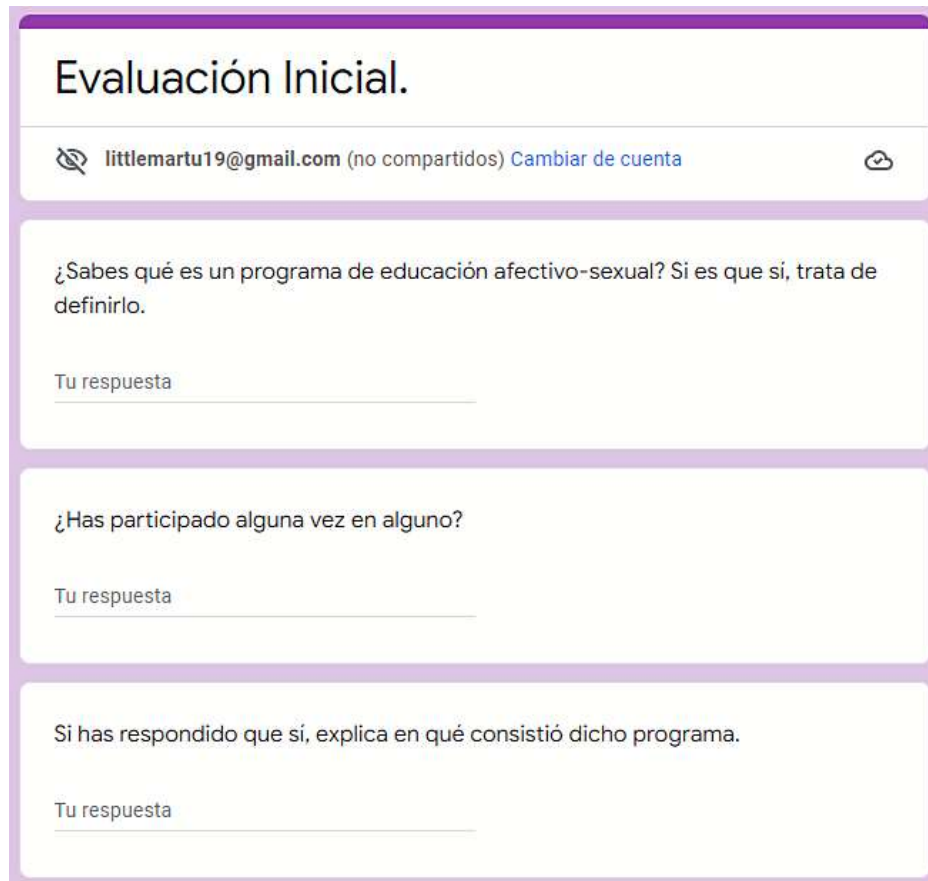
Viejo, C. & Ortega-Ruíz, R. (2015). Cambios y riesgos asociados a la adolescencia. *Psychology, Society, & Education*. 7 (2), 109-118

Vizcaíno-Verdú, A., & Tirocchi, S. (2021). Tiktokers y objetivación sexual de género en retos musicales. *Media Education*, 12(1), 7–16. <https://doi.org/10.36253/me-9674>

ANEXOS

ANEXO 1.

Evaluación Inicial. Google forms dirigido a los alumnos con preguntas introductorias y respuestas cortas (elaboración propia y algunos ítems adaptados de Luque Cuesta y cols., (2014).



Evaluación Inicial.

littlemartu19@gmail.com (no compartidos) [Cambiar de cuenta](#)

¿Sabes qué es un programa de educación afectivo-sexual? Si es que sí, trata de definirlo.

Tu respuesta

¿Has participado alguna vez en alguno?

Tu respuesta

Si has respondido que sí, explica en qué consistió dicho programa.

Tu respuesta

¿Qué contenidos crees que se van a tratar en el que se va a realizar ahora?

Tu respuesta _____

¿Crees que puede ser interesante este programa? ¿Por qué si o por qué no?

Tu respuesta _____

¿Qué te gustaría que se tratase a lo largo del programa? ¿Por qué?

Tu respuesta _____

Explica si consideras que la sexualidad tiene un papel importante en tu vida y en qué aspectos.

Tu respuesta _____

¿Has hablado del tema sexual y afectivo con tus padres alguna vez? Si es que si, ¿Quiénes lo abordaron, tus padres o tú?

Tu respuesta _____

¿Crees que se le da importancia a la educación afectivo-sexual a lo largo de la etapa educativa?

Tu respuesta _____

La información o los conocimientos que posees sobre sexualidad, ¿Dónde los has aprendido? ¿Qué fuentes has utilizado de guía?

Tu respuesta _____

¿Crees que ciertas aficiones o hábitos de tu vida diario pueden estar influyendo en la forma en que ves la sexualidad? Si es que sí, menciona cuáles crees que son.

Tu respuesta _____

¿Crees que las redes sociales condicionan tu vida? ¿Consideras hacer un buen o un uso excesivo de ellas?

Tu respuesta _____

ANEXO 2.

KAHOOTS. Sesión 1, actividad 2.

<https://create.kahoot.it/details/fe537048-1273-4bc9-b4c9-2ed14a53c0ab>

1 - Quiz

CONJUNTO DE CARACTERÍSTICAS FÍSICAS Y BIOLÓGICAS CON LAS QUE NACEMOS ES LLAMADO...

50s

SEXO	✓
GENERO	✗
REPRODUCTIVIDAD	✗
SEXUALIDAD	✗

3 - Quiz

ES LA FORMA COMO LAS PERSONAS PIENSAN SIENTEN, ACTÚAN FRENTE A SU PROPIO SEXO Y AL SEXO OPUESTO

60 s

	SOCIALIZACIÓN	
	SEXUALIDAD	
	LA AMISTAD	
	GÉNERO	

<https://create.kahoot.it/details/27bb1f3a-b513-4f8a-b5cb-06cf7136d759>

1 - Quiz

Sexualidad es:



20 s

	caracterización de la población en raza	
	Fenómenos físicos, climáticos y psicológicos de los seres humanos	
	Conjunto de comportamientos sexuales.	
	Definición de los humanos con relación a la vida sexual	

2 - Quiz:

Es correcto afirmar sobre la sexualidad:



20 s

	Solo hace referencia al acto sexual	
	Es algo solo cultural y no forma parte de un tema de salud	
	Abarca el sexo, la intimidad, el rol de género, erotismo, entre otros.	
	Es la ciencia que estudia los sexos	

4 - Verdadero o falso

¿La sexualidad esta ligada a la salud?



True



False



ANEXO 3.

Sesión 3. Actividad 1. “SEX EDUCATION”. Educación Sexual y Netflix.

Preguntas post visionado del capítulo (elaboración propia):

- 1) ¿Qué opináis de los chicos protagonistas de la serie? ¿Se os parecen a otros protagonistas de series conocidas o consideraríais que ellos o sus papeles son atípicos? Explicad la respuesta.
- 2) ¿Creéis que la figura de Jane, la madre de Otis es importante en la serie? ¿Consideraríais que es una figura de referencia positiva o negativa para Otis? ¿Por qué? ¿Por qué no?
- 3) En el capítulo gira en torno a un hecho; y es que circula una foto íntima de uno de los personajes entre todos los compañeros, ¿qué opináis sobre las reacciones de éstos y sobre la de la afectada?
- 4) Durante el trascurso del capítulo se van dando cambios en los actos y pensamientos iniciales de algunos compañerxs, ¿qué os parecen? ¿actuaríais igual? ¿por qué?
- 5) ¿Qué reflexión final sacáis tras el visionado del capítulo? Resumidlo en una frase.

ANEXO 4.

Sesión 3. Actividad 1.

Rodríguez, P. V. (2021, noviembre). *Adaptación metodológica del programa «Ni ogros ni princesas» para la no presencialidad.*

https://digibuo.uniovi.es/dspace/bitstream/handle/10651/61377/tfm_Paula%20CovadongaRodr%C3%ADguezRodr%C3%ADguez.pdf

Esquema para analizar canciones

		OBSERVACIONES
Voz narradora (Rodea con un círculo)	♂ ♀	
Protagonistas (Rodea con un círculo)	♂ ♀ ♀ ♀ ♂ ♂	
Tema (Rodea con un círculo)	Amor / desamor	
Breve resumen		
¿Cómo es la relación de pareja que se describe?		
¿Cuáles son los sentimientos que manifiestan los protagonistas? Ródealos con un círculo y/o anota otros.	· Alegría · dolor · tristeza · calma · amor · muero de amor · abandono · odio · dependencia emocional · sumisión · compañerismo · complicidad · comunicación · pasión · idealización del otro · posesión · despersonalización · miedo · confianza	
Compara las ideas respecto al amor que aparecen en la canción con las tuyas.		

ANEXO 5.

Actividad 1. Los influencers y sus polémicas. En redes sociales NO todo vale.



CONSENTIMIENTO

LIBRE: Elegido voluntariamente. Sin presión. Sin chantaje. Sin coacción. En un **estado físico y mental perfectamente lúcido**.

AFIRMATIVO: Mediante un **"SÍ" verbal explícito**. Sin existir circunstancia alguna que permita presuponerlo o darlo por hecho.

@maria_esclapez

ESPECÍFICO: El consentimiento, si se da, es para **una práctica concreta**. No sirve extrapolar el consentimiento a otras prácticas sin previo consentimiento de estas otras.

CONSENSUADO: Consentir respecto a las **circunstancias que rodean la práctica** consentida previamente. Por ejemplo: el uso de preservativo.

REVERSIBLE: La persona tiene derecho a retirar su consentimiento y **decir "NO"** en cualquier momento y lugar.

María Esclapez. [maria_esclapez]. (28 marzo 2021). Hay cosas no negociables, como por ejemplo la puesta del preservativ*.
#radiografiasdeconversacionestoxicaporwhatsapp #radiografiasdewhatsapp. Instagram.

<https://www.instagram.com/p/CM-X1tTj0nU/>

María Esclapez. [maria_esclapez]. (12 abril 2022). *Un recordatorio que, por lo que parece, no nos viene NADA MAL #consentimiento #consenso #respeto*. Instagram.

<https://www.instagram.com/p/CcREevfKacf/>



EL JUEGO DE LA **SEDUCCIÓN** ES EN REALIDAD **MANIPULACIÓN**

Realizar conscientemente un comportamiento que conlleve la **distorsión mental** de otra persona, con el fin de **obtener algo** de esa persona sin que ésta lo sepa, es **manipulación.**

Si haces X, será él/ella quien te ruegue.

¿Para qué necesitas que tu ligue o pareja te ruegue? ¿Por qué hay ese empeño general en que haya una diferencia de roles en la relación? ¿Necesitas estar por encima o sentir que no estás por debajo y que tu pareja te hace caso? Eso no parece una relación sana.

No te compliques, no necesitas hacer algo de manera indirecta para llamar la atención de tu pareja. Lanza una petición clara y directa; si esta petición no es escuchada y comprendida, entonces es que **ahí no es.**

Háblale de X para que se interese en ti.

Háblale de lo que te dé la gana. No hace falta escoger temas específicos para obtener la atención de la otra persona. Si te comportas con el fin de conseguir una expectativa, **no estás siendo realmente tú** y no estás dejando que la otra persona realmente te conozca.

María Esclapez. [maria_esclapez]. (5 mayo 2022). *No lo hagas así, es manipulación.* ▶ *Y si intuyes que te lo hacen, huye. Con lo fácil que sería todo si fuésemos de frente* #manipulacion #relaciontoxica. Instagram. <https://www.instagram.com/p/CdLWr15DSpH/>

ANEXO 6.

Sesión 5. Actividad 1. Aprendiendo a conocer y a validar emociones. Celos-control y responsabilidad afectiva.



Eli Soler. [EliSolerWeb]. (11 enero 2021). Conjunto de cómics que van a tratar temas sobre la adolescencia: relaciones tóxicas, bullying, redes sociales, autoestima, drogas, alcohol...

[#CómicsQueEducan](#)

Twitter. <https://twitter.com/EliSolerWeb/status/1348567189113212929/photo/1>

¿QUÉ SON LOS CELOS?

Los celos son una **emoción secundaria** resultante de la mezcla de **ira y miedo**,
@maria_esclapez
emociones primarias. Esto quiere decir que, cuando sentimos celos, también sentimos miedo e ira.



¿POR QUÉ APARECEN?

Aparecen como respuesta ante una situación que **se percibe como una amenaza**.
@maria_esclapez



¿POR QUÉ LOS CELOS NO SON AMOR?

Porque al igual que la decepción no es alegría o la ira no es asco, los celos no son amor. **Son conceptos diferentes** y no implican nada más trascendental que ser una emoción, por eso la asociación que se hace con los celos y el amor no tiene sentido en sí misma. Las **asociaciones** que hacemos como sociedad al respecto vienen de las **creencias machistas** que **relacionan el amor con la posesión**.
@maria_esclapez



¿CÓMO SE TRABAJAN?

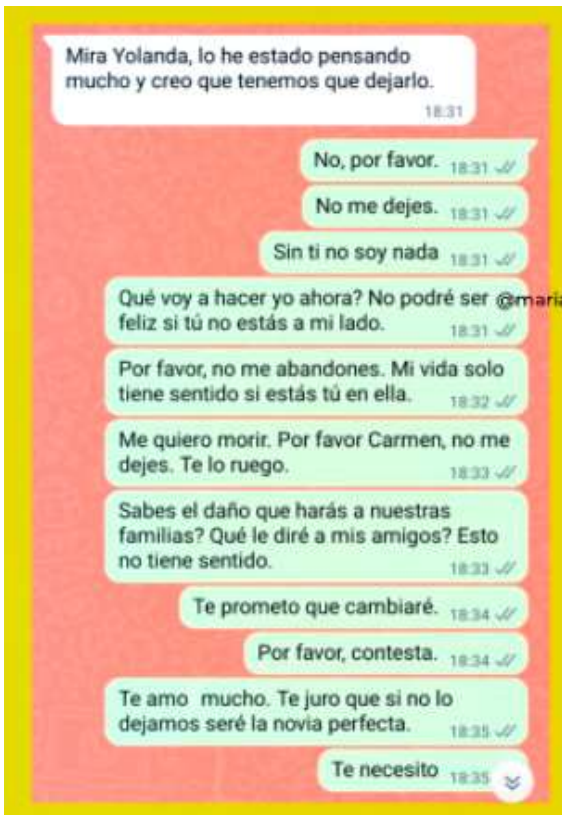
A la hora de trabajar los celos y su gestión, **se evalúan** las cosas que se consideran una **amenaza**, las **percepciones** y las **interpretaciones** que se hacen de dicha situación. Todo con el objetivo de canalizar y modular la emoción de diferente manera para que la conducta resultante no provoque sufrimiento a la persona, ni resulte disfuncional para la relación.
@maria_esclapez



María Esclapez. [maria_esclapez]. (6 noviembre 2020). Siento que los psicólogos/as en general hemos demonizado mucho los celos como emoción y creo que como profesional y, tras ver a muchas personas sintiéndose culpables por sentir celos, debía compartir esto. [#celos](#) [#amor](#) [#dependencia](#) [#dependenciaemocional](#) [#psicologiaonline](#) [#psicologia](#) [#psicologa](#) [#emociones](#) [#desarropersonal](#). Instagram. <https://www.instagram.com/p/CHQH8VmDO5Q/>

Sesión 5. Actividad 1. 2ª parte.

María Esclapez. [maria_esclapez]. (1 septiembre 2021). Últimamente se habla mucho de la responsabilidad afectiva y así podemos entender lo importante que es este concepto en las relaciones de pareja. [#responsabilidadafectiva #mariaesclapez #psicologia](https://www.instagram.com/p/CTSjflBjICp/). Instagram. <https://www.instagram.com/p/CTSjflBjICp/>



Responsabilidad afectiva es **respetar las necesidades y emociones propias** y respetar también las de la **otra persona**.

Recursos importantes: empatía y asertividad 😊

MARIA ESCLAPEZ

Responsabilidad afectiva en una relación de pareja es ser conscientes de que **lo que decimos y hacemos** (o lo que no decimos o no hacemos) **tiene un impacto en la otra persona**.

Llamar a Sandra

MARIA ESCLAPEZ

Sesión 5. Actividad 2. “Relaciones tóxicas VS relaciones sanas”. Identificando las diferencias.



María Esclapez. [maria_esclapez]. (10 febrero 2022). Cómo transformar las red flags en green flags con un sencillo cambio de perspectiva. #redflags #greenflags #amor #amorromantico #mequierotequiero #amorsano Instagram. <https://www.instagram.com/p/CZzGW12q54W/>



María Esclapez. [maria_esclapez]. (3 noviembre 2020). ¿Y si dejamos de normalizar estas cosas? # analisisdefrases toxicas #mariaesclapez #dependenciaemocional #dependencia #psicologia #psicologaonline #psicologa #psicologiaonline #amortoxico #amor #love Instagram. <https://www.instagram.com/p/CHI-BS4jrll/>

Querer mal

- ♥ La estabilidad emocional SÍ depende de la pareja.
- ♥ Falta de equilibrio en la relación. Sensación de sacrificio.
- ♥ Baja autoestima.
- ♥ Pánico a la ruptura y miedo a la soledad.
- ♥ Prioridad absoluta por la pareja.
- ♥ Idealización de la pareja. @maria_esclapez
- ♥ Necesidad de afecto y atención constante.
- ♥ Necesidad de saber qué hace la pareja constantemente.
- ♥ Necesidad excesiva de aprobación por parte de la pareja.

Querer bien

- ♥ La estabilidad emocional NO depende de la pareja.
- ♥ Reciprocidad (sin sensación de sacrificio).
- ♥ Tranquilidad y seguridad.
- ♥ Hay intereses más allá de la pareja (ocio, familia, amigos...)
- ♥ Se disfruta de la compañía pero también de la soledad. @maria_esclapez
- ♥ La relación es de libre elección.
- ♥ Permite el desarrollo personal y profesional.
- ♥ Hay compromiso, comunicación, respeto y apoyo.
- ♥ El sexo es una opción para intimar.
- ♥ En los conflictos, la pareja es un equipo.
- ♥ Hay libertad, sin chantajes ni coacciones.

María Esclapez. [maria_esclapez]. (20 septiembre 2020). "Quédate con quien te quiera bien". Pero, ¿qué es querer bien y qué es querer mal?. Os traigo una lista de las cosas a las que hemos de prestar atención en nuestra relación. #quererbien #querermal #psicología #relacionesdepareja Instagram.

<https://www.instagram.com/p/CFW0mXLjFW/>

Anexo 7. CUESTIONARIO DE SATISFACCIÓN TALLER DE EDUCACIÓN AFECTIVO-SEXUAL.

Tomando de referencia el Cuestionario de Satisfacción de Guarné, Campo y Nasarre (2010) se plantearán las siguientes preguntas:

1. ¿Has aprendido algo que no sabías en cuanto a educación afectiva-sexual mediante la participación en estos talleres? ¿Podrías dar algún ejemplo?
2. ¿Has aclarado conceptos que ya conocías? ¿Podrías dar algún ejemplo?
3. ¿Qué actividad te ha resultado más interesante de todas las realizadas?
4. ¿Suprimirías alguna actividad? ¿Cuál/les?
5. ¿Añadirías alguna actividad, algún tema?
6. ¿Te ha parecido interesante y provechoso el tratar la educación afectivo-sexual desde las diferentes perspectivas? ¿Por qué?
7. ¿Qué te han parecido las explicaciones del profesorado?
8. ¿Qué te han parecido los materiales utilizados?
9. ¿Podrías hacer alguna sugerencia de mejora?