ESPACIO DE ESCUCHA #8

1. TEMA DE LA SESIÓN:
TOMA DE DECISIONES CON ENFOQUE EN EDUCACION SEXUAL
2. OBJETIVO DE LA SESIÓN:
El objetivo principal de esta intervención pedagógica es **fortalecer las habilidades para la vida relacionadas con la toma de decisiones responsables en el ámbito de la educación sexual**, promoviendo en los participantes la capacidad de reflexionar sobre las consecuencias de sus elecciones, reconocer la importancia de una conducta sexual responsable y adoptar prácticas de autocuidado, respeto y protección tanto a nivel individual como relacional.
3. DESCRIPCIÓN GENERAL DE LA SESIÓN (METODOLOGÍA IMPLEMENTADA):
La metodología adoptada para el desarrollo del taller sobre **toma de decisiones con enfoque en educación sexual** se fundamenta en un modelo pedagógico participativo y experiencial, que reconoce a los participantes como sujetos activos en la construcción de su propio conocimiento. A diferencia de las metodologías tradicionales centradas en la transmisión unilateral de información, esta propuesta se basa en el principio de que **aprender haciendo y reflexionando es más efectivo para generar cambios de conducta sostenibles**. La estrategia metodológica se inscribe dentro del marco de las **habilidades para la vida** planteadas por la Organización Mundial de la Salud, que incluyen competencias cognitivas (pensamiento crítico, toma de decisiones), emocionales (autoconciencia, manejo de emociones, empatía) y sociales (comunicación asertiva, relaciones interpersonales). En este sentido, la educación sexual no se limita a ofrecer información biológica o preventiva, sino que se convierte en un proceso integral orientado a **fortalecer la autonomía, la responsabilidad y el respeto por sí mismo y por los demás**. De igual forma, la metodología parte de un **enfoque de derechos sexuales y reproductivos**, que reconoce la libertad de los individuos para tomar decisiones informadas sobre su cuerpo y su sexualidad, siempre enmarcadas en el autocuidado y en la consideración ética de los derechos de otras personas. **2. Principios metodológicos** La intervención se estructuró sobre cuatro principios clave: 1. **Participación activa:** Los jóvenes no son receptores pasivos de información, sino protagonistas en la construcción de significados, aportando experiencias y reflexiones.

2. **Aprendizaje significativo:** Cada actividad conecta con la vida real de los participantes, evitando el distanciamiento entre el contenido y su aplicación cotidiana.
3. **Enfoque lúdico:** El juego, las dinámicas y los materiales visuales se convierten en herramientas centrales para motivar y consolidar aprendizajes.
4. **Clima de confianza y respeto:** Dado que la sexualidad es un tema sensible, la metodología procura garantizar un ambiente seguro, libre de juicios, donde todas las opiniones puedan expresarse.

3. Fases de implementación

3.1. Fase de apertura

El taller inicia con una **dinámica rompehielos** que permite generar confianza entre los participantes y con el facilitador. Se utiliza una pregunta detonadora: *"¿Alguna vez han tomado una decisión importante?"*. Esta pregunta cumple una doble función: primero, activar la memoria personal de los asistentes, llevándolos a recordar experiencias previas; segundo, conectar esas experiencias con el tema central, mostrando que la toma de decisiones es un proceso cotidiano que tiene un peso determinante en la vida de cada persona.

Posteriormente, se contextualiza el taller explicando que la sexualidad es un ámbito donde las decisiones pueden marcar profundamente el bienestar físico, emocional y social. En esta fase, se establece también el **contrato pedagógico**, donde se definen acuerdos básicos de convivencia: respeto mutuo, confidencialidad, escucha activa y participación voluntaria.

3.2. Fase de sensibilización

En esta etapa, se presentan conceptos básicos sobre **conducta sexual responsable** a través de ejemplos cotidianos, ilustraciones y un breve intercambio grupal. Se enfatiza en cuatro componentes esenciales:

- Conocer y cuidar el cuerpo.
- Tomar decisiones informadas.
- Respetar los límites propios y ajenos.
- Buscar apoyo y orientación en adultos de confianza.

Aquí se utiliza un **mapa visual o cartilla ilustrada** que facilita la comprensión de estos elementos. El facilitador no solo expone, sino que invita a los jóvenes a opinar y a relacionar cada aspecto con situaciones concretas de su vida escolar, familiar o social.

3.3. Fase de exploración práctica

En esta fase, los participantes se enfrentan a situaciones simuladas y dinámicas que les permiten aplicar el proceso de toma de decisiones. El recurso central es el **semáforo de decisiones responsables**, que guía los pasos a seguir:

- 🔴 **Detente:** reconocer la situación, identificar riesgos y emociones.

- 🟡 **Piensa:** evaluar opciones, valores y consecuencias.
- 🟢 **Actúa:** decidir con autonomía, respetando límites y comunicando la decisión.

A través de juegos de roles y análisis de casos, los jóvenes practican cómo aplicar esta herramienta en situaciones hipotéticas de presión de grupo, inicio de una relación sexual o uso de anticonceptivos. Esta fase busca **trasladar la teoría a la acción**, permitiendo que el aprendizaje se interiorice.

3.4. Fase de profundización

Una vez practicado el proceso de toma de decisiones, se introduce el tema de los **métodos anticonceptivos** mediante un juego tipo *quiz* o *cierto/falso*. Se presentan tarjetas con afirmaciones, por ejemplo: *"Todos los anticonceptivos protegen contra las ITS"*. Los participantes deben decidir si la afirmación es verdadera o falsa, lo cual fomenta el pensamiento crítico y desmitifica ideas erróneas.

Además, se discuten ventajas y desventajas de los métodos más comunes (condón, pastillas anticonceptivas, DIU, implante hormonal), destacando la importancia del condón como única opción que protege tanto de embarazos no deseados como de ITS.

3.5. Fase de análisis de casos

Los casos prácticos son una herramienta clave en esta metodología. Se presentan escenarios como:

- Una pareja adolescente que enfrenta la decisión de iniciar su vida sexual.
- Un joven presionado por amigos para tener relaciones sin protección.
- Una adolescente que no sabe cómo decir "no" a su pareja.

Los grupos discuten posibles opciones y consecuencias, aplicando el semáforo de decisiones. Esta actividad permite **transferir el aprendizaje a situaciones de la vida real**, generando reflexión colectiva y empatía hacia las experiencias de otros.

3.6. Fase de cierre

El taller concluye con una reflexión conjunta: *"Estar informado es clave para tomar decisiones seguras y responsables en tu vida sexual"*. Los participantes expresan lo que aprendieron, lo que les sorprendió y cómo planean aplicar el conocimiento en su vida personal. Se refuerza la idea de que **decidir con conciencia y responsabilidad fortalece la libertad y el respeto propio y ajeno**.

4. Recursos metodológicos

La intervención utilizó recursos diversos:

- **Diapositivas ilustradas y coloridas**, que permitieron visualizar conceptos abstractos.
- **Tarjetas didácticas** para dinámicas de cierto/falso.
- **Carteles del semáforo de decisiones** para facilitar recordación.
- **Material audiovisual breve** sobre sexualidad responsable.
- **Preguntas detonadoras y guías de casos prácticos**.

La variedad de recursos buscó atender distintos estilos de aprendizaje (visual, auditivo, kinestésico), asegurando que todos los participantes pudieran conectarse con el contenido.

5. Estrategias de facilitación

El rol del facilitador es fundamental. Su tarea no se limita a exponer, sino a **acompañar el proceso de reflexión y creación de significados**. Para ello se aplicaron estrategias como:

- Escucha activa y validación de las intervenciones.
- Reformulación de ideas para garantizar comprensión.
- Promoción del respeto a la diversidad de opiniones.
- Manejo de preguntas sensibles con lenguaje claro y sin juicios.

Además, el facilitador asumió una postura de **guía y mediador**, más que de autoridad, lo cual favoreció la confianza y la participación espontánea.

6. Estrategias de evaluación

La evaluación de la metodología no se limitó a verificar conocimientos adquiridos, sino que buscó identificar **cambios en actitudes, habilidades y percepciones**. Para ello se utilizaron:

- **Evaluación diagnóstica inicial:** breve conversación sobre qué entienden los jóvenes por sexualidad responsable.
- **Evaluación formativa:** observación de participación en juegos, análisis de casos y respuestas en dinámicas.
- **Evaluación final:** preguntas de retroalimentación y reflexión sobre aprendizajes.

El énfasis estuvo en la **auto-evaluación**, permitiendo que cada participante identificara cómo había transformado su manera de pensar y decidir.

Conclusiones

La implementación de esta guía metodológica sobre **toma de decisiones con enfoque en educación sexual** permitió confirmar que los procesos de enseñanza-aprendizaje en este campo requieren de **estrategias participativas, dinámicas y basadas en la vida real**, que motiven la reflexión crítica y el desarrollo de habilidades psicosociales.

Entre las principales conclusiones se destacan:

1. **La toma de decisiones en sexualidad está directamente relacionada con el proyecto de vida**, pues las elecciones actuales repercuten en la salud física, emocional y social de los jóvenes.
2. **La información clara, confiable y adaptada a la edad es la base de las decisiones responsables.** El acceso a conocimientos sobre anticonceptivos, ITS y respeto de los límites propios y ajenos brinda herramientas de protección y cuidado.
3. **El desarrollo de habilidades para la vida es esencial.** No basta con transmitir información; es necesario trabajar competencias cognitivas (pensamiento crítico), emocionales (manejo de emociones) y sociales (asertividad) que permitan a los jóvenes aplicarlas en su cotidianidad.
4. **El semáforo de decisiones se consolidó como un recurso pedagógico eficaz**, al brindar una estrategia sencilla, clara y aplicable para enfrentar dilemas sexuales y de convivencia en general.
5. **El enfoque lúdico potencia la motivación y la apropiación del aprendizaje.** Juegos, dinámicas y análisis de casos permiten que los jóvenes vivan el proceso de reflexión, en lugar de limitarse a recibir información pasivamente.
6. **La educación sexual no debe limitarse a la prevención de riesgos**, sino promover integralmente la autonomía, el respeto, el autocuidado y la construcción de relaciones sanas.
7. Finalmente, este proceso evidencia la necesidad de **espacios permanentes y continuos de formación en educación sexual**, en los cuales los jóvenes puedan hablar con confianza, resolver dudas y fortalecer su capacidad de decidir de manera consciente.

4. RESULTADOS OBTENIDOS:

Tras la implementación de la actividad, se lograron los siguientes resultados:

- Los participantes identificaron los métodos anticonceptivos más comunes, sus ventajas y desventajas.
- Reconocieron que no todos los anticonceptivos previenen ITS, aclarando un mito recurrente.
- Se interiorizó que ser responsable implica autocuidado, respeto a los demás y toma de decisiones informadas.
- Se fortaleció la noción de autonomía y capacidad de decir “no” frente a presiones sociales o de pareja.
- Los estudiantes demostraron en los ejercicios prácticos la capacidad de analizar situaciones desde las tres fases (detenerse, pensar y actuar).
- El recurso se consolidó como una estrategia clara y sencilla para guiar elecciones responsables.
- Se evidenció mayor apertura para hablar del tema sin tabúes.
- Se reconoció la importancia de buscar información confiable y apoyo de adultos de confianza.

- Los juegos y dinámicas promovieron la motivación, logrando un ambiente de confianza y colaboración.
- La metodología lúdica favoreció el aprendizaje práctico y reflexivo.
- Se potenciaron la comunicación asertiva, el pensamiento crítico y la toma de decisiones.
- Los participantes expresaron sentirse más seguros para enfrentar dilemas relacionados con su sexualidad.

5. ANEXOS

DIAPOSITIVAS

LAURA PEÑA LOPEZ

PSICOLOGA

TP: 237298