



**Universidad**  
Zaragoza

## Trabajo Fin de Grado

Título del trabajo: Programa para trabajar la sexualidad y las relaciones afectivas con adolescentes con discapacidad intelectual

Title and subtitle: program to work on sexuality and affective relationships with adolescents with intellectual disabilities

Autor/es

Marta Zarralanga Lezcano

Director/es

Laura Gonzalo

Universidad ciencias de la salud, Zaragoza  
2022



## ÍNDICE

|  |           |
|--|-----------|
| <b>Resumen .....</b>   | <b>4</b>  |
| <b>Introducción .....</b>  | <b>5</b>  |
| Elección de los marcos/modelos ocupacionales.....                              | 7         |
| <b>Objetivos.....</b>  | <b>8</b>  |
| <b>Metodología .....</b>   | <b>9</b>  |
| - <b>Elaboración del programa .....</b>  | <b>9</b>  |
| - <b>Evaluación inicial .....</b>  | <b>9</b>  |
| Participantes .....  | 9         |
| Instrumentos de valoración.....  | 10        |
| Resultados de la evaluación inicial.....                                       | 11        |
| - <b>Desarrollo .....</b>  | <b>12</b> |
| Definir acciones/ actuaciones del programa .....                               | 12        |
| Contenido de las sesiones .....  | 13        |
| Duración de las sesiones .....   | 16        |
| Cronograma .....   | 16        |
| Definir recursos .....   | 16        |
| - <b>Evaluación del programa:.....</b>   | <b>17</b> |
| Resultados del programa .....  | 17        |
| <b>Aportaciones socioeducativas .....</b>                                      | <b>19</b> |
| Novedades que aporta el programa respecto a otros programas .....              | 19        |
| Aportaciones más relevantes .....  | 19        |
| <b>Limitaciones y futuras líneas de investigación.....</b>                     | <b>20</b> |
| Las limitaciones respecto al test de evaluación inicial fueron: .....          | 20        |
| Las limitaciones respecto a la elaboración del programa:.....                  | 20        |
| Problemas durante el programa:.....  | 20        |
| <b>Conclusiones.....</b>   | <b>21</b> |
| <b>Bibliografía .....</b>  | <b>22</b> |
| <b>Anexos .....</b>  | <b>25</b> |
| Anexo I – Test de evaluación inicial.....                                      | 25        |
| Anexo II- Objetivos establecidos con los padres y madres de la asociación..... | 31        |
| Anexo III- Sesión ¿Cómo me siento? .....                                       | 32        |
| Anexo IV – Sesión un regalo especial .....                                     | 40        |



|   |    |
|---|----|
| Anexo V- Sesión chicos vs chicas.....               | 41 |
| Anexo VI- Sesión ¿Cómo éramos y cómo seremos? ..... | 45 |

## **Resumen**

### Introducción

Actualmente, se está luchando por una sociedad más inclusiva, pero hay aspectos como la sexualidad y relaciones afectivas que sigue siendo un tema tabú para las personas con discapacidad. La falta de educación sexual puede dar lugar a muchos efectos negativos en la salud y en la interacción con los/as demás.

Mediante el modelo de ocupación humana y la AOTA se han trabajado aspectos como conocer los diferentes tipos de orientaciones sexuales, aprender la importancia del autocuidado, fomentar las reflexiones sobre uno/a mismo/a y adquirir destrezas para evitar abusos.

### Objetivos

El objetivo principal es conseguir que los/as adolescentes con discapacidad intelectual mediante el juego como herramienta terapéutica obtengan las destrezas necesarias para que tengan relaciones interpersonales e intrapersonales sanas.

### Metodología

Este proyecto se han hecho 14 sesiones en un grupo scouts. Estas sesiones se han ejecutado con un grupo de 6 adolescentes con discapacidad intelectual y con 3 monitores/as, de los cuales una es estudiante de terapia ocupacional. Todas las actividades duran entre media hora y una hora y para su realización ha sido necesario material fungible.

Para la obtención de los resultados de la evaluación inicial como de la efectividad del programa se ha elaborado una prueba de elaboración propia a medida del presente trabajo.

### Conclusiones

A través de las actividades lúdicas se pueden obtener buenos resultados tanto en el conocimiento del cuerpo humano, el autoconocimiento de uno/a mismo/a, el conocimiento acerca de aspectos como las distintas orientaciones sexuales y reconocimiento de relaciones o acciones tóxicas.



## Introducción

Este proyecto se ha elaborado para trabajar la sexualidad y las relaciones afectivas con adolescentes con discapacidad intelectual. Las PDI son personas con limitaciones tanto en el funcionamiento intelectual como habilidades adaptativas, conceptuales, sociales y prácticas. (1)

En Zaragoza los/as jóvenes con diversidad funcional tienen la posibilidad de ser scouts. Los scouts son asociaciones que mediante el movimiento del escultismo pretenden fomentar el desarrollo completo e integral de niños y niñas de 6 a 22 años. Para ello se dividen por grupos de distintas edades, exceptuando un grupo que está formado por PDI de 12 a 22 años. Es una educación complementaria a la escolar y a la familiar y se realiza mediante actividades al aire libre durante acampadas, campamentos y excursiones mediante el juego. Los scouts intentan trabajar mediante actividades adaptadas a las características de los/as niños/as cuatro bloques: el bloque social, ambiental, de la salud y espiritual; en tres de estos bloques se pueden trabajar aspectos relacionados con la educación sexual (ES) (2)

Este programa mediante 14 sesiones pretende trabajar con PCD la sexualidad (conjunto de sentimientos y experiencias eróticas que una persona experimenta en la relación con ella misma o con otras personas.) (3) y las relaciones afectivas.

Cuando nos referimos a ES no solo hablamos de sensaciones que nos aporten placer, sino que también nos referimos a educar aspectos como la afectividad, mitos, prevención, salud... (4)

La ES es fundamental para el desarrollo integral de los/as niños/as debido a que adquieren conocimientos biológicos de su desarrollo, y conocimientos para que puedan construir su identidad de género y puedan tener unas relaciones afectivas sanas. (4)

Los/as niños/as adquieren esta ES de forma indirecta o directa de su familia, colegio, compañeros/as y del resto de la sociedad, y esto puede afectar de manera positiva o negativa en la sexualidad de las personas. Por lo que es importante que todo el mundo reciba una adecuada y correcta ES con información lo más objetiva, rigurosa y completa posible, fomentando el respeto y tolerancia hacia la identidad sexual de otros/as. (5)

Existen numerosos prejuicios que hacen que todavía hoy en día trabajar la sexualidad siga siendo una dificultad en PDI, entre ellos está el hecho de ocultar información, no hablar de sexualidad por miedo a despertar el deseo y la infantilización y sobreprotección de estas personas. (6)

Las PDI presentan un nivel más bajo de conocimiento sobre la sexualidad que el resto de personas. (7) Esto se debe a que este grupo de personas pertenecen a una de las minorías a las que antiguamente se le prohibía satisfacer sus necesidades sexuales y afectivas. A pesar de que hoy en día este aspecto ha mejorado, estudios muestran que únicamente el 2% de los padres de PDI tienen actitudes liberales en la educación de sus hijos e hijas en estos temas. (8,9)

La falta de educación sexual puede provocar muchos efectos negativos en las personas y más en un colectivo de personas como este. Por ejemplo, uno de los principales problemas es que el 83% de mujeres y el 32% de hombres con discapacidad intelectual son víctimas de abuso sexual. (10,11)

Otros de las consecuencias es tener conductas socialmente inapropiadas, como por ejemplo masturbarse en público, no respetar los espacios personales de los demás. (12)

Por todo esto, la mayoría de los proyectos que trabajan la ES con PDI se centran en la prevención de los aspectos negativos que puede aportar la sexualidad. Desde este programa se pretende potenciar una vida sexual sana y trabajando el autoconocimiento, conocer el disfrute que cada persona necesita y quiere para mejorar sus interacciones con las demás personas. (13)

Obviamente, a pesar de cualquier déficit intelectual que se padezca, la persona crece y se desarrolla con el paso de los años experimentando cambios físicos, emocionales y conductuales, por lo que las PDI también necesitan asesoramiento para comprender el por qué y el para qué de estos cambios. Las PDI necesitan la misma ES o incluso más completa que el resto de la sociedad debido a la falta de transmisión de conocimientos sobre estos temas que las PDI reciben de sus familias, compañeros/as y escuelas, (14,15) por lo que desde terapia ocupacional se debería trabajar estos aspectos para suplir el déficit de educación en este ámbito.

La organización americana de Terapeutas Ocupacionales AOTA (16) ve a la actividad sexual como una ABVD. Por lo que como terapeutas ocupacionales deberíamos de darle la misma importancia a esta actividad de la vida diaria como al resto de estas. Con la ES se pretende aumentar el grado de la autonomía e independencia y mejorar la calidad de vida, aspectos que son los objetivos principales de una intervención desde terapia ocupacional, por lo que la educación sexual puede y debe ser un eficaz y necesario apoyo para las intervenciones en la transición de la vida adulta de las PDI. (14,17)

Por lo que desde este TFG se pretende aumentar los conocimientos sobre la sexualidad y relaciones afectivas de adolescentes con discapacidad intelectual, para trabajar su forma de interaccionar con otras personas y con ellos/as mismos/as y para aumentar los conocimientos sobre la sexualidad para evitar posibles problemas en un el futuro tanto con ellos/as mismo/as como con los/as demás. Esto se hace desde una intervención de terapia ocupacional en un grupo scouts, ya que ambos ámbitos pretenden mejorar la calidad de vida de estos adolescentes trabajando todas ABVD.

### Elección de los marcos/modelos ocupacionales

#### *Modelo de ocupación humana:*

Este modelo intenta explicar de qué manera la ocupación es motivada, realizada y adopta patrones.

Este TFG se centra en encontrar un equilibrio con la volición de la persona y con la ocupación. Por lo que es fundamental ejecutar sesiones que resulten interesantes y divertidas para las PDI. Para ello lo primero es conocer a los y las usuarias para conocer sus gustos y los aspectos en los que presentan más dificultad a la hora de interactuar con otras personas y con ellos/as mismos/as. Una vez se recolecte esta información el siguiente paso es seleccionar unos objetivos acordes a sus necesidades e intereses para conseguir un programa en el que las personas con DI aprendan de una forma divertida en la que se encuentren a gusto y acorde a ellos/as. (18)



Para lograr la motivación de los y las participantes en estas sesiones, se ha dado importancia en hacerles sentir parte de las sesiones dejándoles tener opinión y cierta libertad de expresarse de manera libre sin ser juzgados.

#### AOTA

Este marco de trabajo, ya explicado anteriormente, está dividido en dos secciones:

- Dominio: que pretende apoyar la participación y la salud en la vida diaria. Para ello es fundamental tener en cuenta el entorno, contextos, destrezas y habilidades de las personas, patrones de ejecución, demandas de las actividades y áreas de la ocupación.
- Proceso dinámico: debe de estar centrado en la persona, es decir, aunque se realicen las sesiones de manera grupal hay que centrarse en cada persona por individual, ya justar las actividades a cada joven. (19,20)

Centrándonos en las necesidades individuales y las características de cada persona, se han realizado distintas actividades acordes al gusto de los/as adolescentes de esta asociación para lograr trabajar los objetivos que se han planteado en este programa.

### **Objetivos**

#### El objetivo general:

Aumentar el conocimiento sobre la sexualidad y las relaciones afectivas para que tengan relaciones interpersonales e intrapersonales sanas.

#### Los objetivos específicos:

1. Conocer y analizar el deseo sexual humano, su orientación y sus manifestaciones.
2. Aprender a conocerse, aceptarse y vivir su sexualidad y género de un modo libre y satisfactorio.
3. Conocer el funcionamiento del cuerpo humano.



4. Aprender a reconocer situaciones de riesgo tanto del comportamiento sexual como de malos tratos por parte de familiares, amigos/as o compañeras/os.
5. Concienciar a los padres, a las madres o tutores de la importancia de tratar desde la niñez con sus hijos e hijas aspectos sobre la sexualidad y relaciones afectivas.

## **Metodología**

### **- Elaboración del programa**

La mayoría de los adolescentes forman parte de esta asociación desde hace más de cinco años, por lo que los/as monitores/as de la asociación llevan un seguimiento de la evolución de estos/as, ya que cada año se realiza una ficha de progresión de cada adolescente. A partir de los resultados de esas fichas se plantean los objetivos del siguiente curso.

Una vez realizados estos se proponen los objetivos a los padres y madres y una vez aprobados tanto por las madres y padres como por la coordinadora de la asociación se empiezan a realizar actividades con los/as adolescentes.

Los objetivos se evalúan trimestralmente y se modifican en el caso de que sea necesario para fomentar el desarrollo de los/as participantes.

### **- Evaluación inicial**

#### Participantes

Este programa está planteado para trabajar la sexualidad y las relaciones afectivas con adolescentes con DI. Para demostrar la efectividad de este trabajo se van a realizar las actividades con un grupo de 6 adolescentes entre 16 a 21 años con diferentes discapacidades (síndrome de Down y discapacidad intelectual).

Los padres y las madres de los participantes han manifestado al equipo de monitores de la asociación que han percibido un empeoramiento de sus hijos/as a la hora de interactuar con otras personas y desde la asociación también se ha percibido un empeoramiento de autoconocimiento y respeto a los demás, ya que las actividades de reflexionar ejecutaban reflexiones más simples y en el tiempo

libre se centraban más en su bienestar y no en el del grupo. Esto lo hemos podido observar con pequeñas acciones como no compartir, no acercarse cuando una persona se cae y se hace daño, enseñar sus partes íntimas en público, no respetar las personas con gustos diferentes, ser excesivamente cariñoso/a con personas que apenas conoces, etcétera y estos aspectos antes no pasaban. Por este motivo, este año se le va a dar más importancia a trabajar estos temas que otras actividades básicas de la vida diaria.

Todos/as los/as participantes tienen la capacidad de comunicarse, de comprender y seguir órdenes sencillas y de reflexionar, pero no todos y todas pueden leer con fluidez y un/a participante no sabe escribir.

Por otro lado, todos/as los/as participantes pueden andar y tiene un buen rango de movilidad tanto de miembros inferiores como superiores. Todas estas personas son autónomas y se conocen desde hace más de 4 años, por lo que han formado un círculo de confianza y conocen tanto ellos y ellas como sus padres y madres la manera de trabajar de la asociación.

Se destaca que uno de los participantes se apuntó al grupo más tarde, por lo que su primera actividad fue ``carnaval``, en este caso se le paso el test de evaluación inicial en la entrevista que se realizó para conocer al nuevo/a integrante y a su familia.

### Instrumentos de valoración

Para ver la efectividad de este TFG he realizado un test para realizar la evaluación inicial y final (Anexo I) para comparar resultados. Esta evaluación no está estandarizada ya que se ha realizado con un test de elaboración propia a hecha a medida del presente estudio.

El test de evaluación consta de 20 preguntas, para alguna persona puede suponer mucho esfuerzo mental responder a este test en un solo día, por lo que para la obtención de estos datos se ha preguntado en la primera actividad de cada bloque las cuestiones relacionadas con ese objetivo.

El test lo hicieron todos/as de manera independiente, exceptuando a una persona que por su incapacidad a escribir le ayudó la estudiante de terapia ocupacional.

Por experiencia personal con estos/as adolescentes, la observación directa es más eficaz que una evaluación escrita, por lo que la otra forma de evaluar la efectividad de este TFG es mediante la observación durante las actividades del proyecto como en el resto de actividades y tiempo libre.

En resumen, para la evaluación de estas sesiones se ha contado con los datos recopilados mediante el conocimiento de las características y carácter de las personas previo al proyecto, test de evaluación y la observación directa.

### Resultados de la evaluación inicial

Los resultados de la evaluación se han dividido en 5 bloques, en el que cada bloque refleja la información obtenida de uno de los 5 objetivos.

|            |  |
|------------|--|
| Objetivo 1 | En el aspecto de conocimientos de la sexualidad, todos/as respondieron bien a que dos hombres y dos mujeres podían ser pareja, pero alguna persona opinaba que estos no podían formar una familia, por otro lado, ninguno de los participantes dijo que el poliamor era una forma válida de tener una relación y/o formar una familia.<br><br>Todos/as los/as participantes, excepto uno/a habían tenido una relación y les gustaría tener una en un futuro y formar una relación. |
| Objetivo 2 | En los resultados se pudo concluir que la mayoría de los/as jóvenes no tenían claro los roles de hombres y mujeres, ya que pensaban que los estereotipos de roles eran lo correcto y lo que tenían que cumplir.  |
| Objetivo 3 | El conocimiento del cuerpo humano y el funcionamiento de este es el bloque donde tenían mayor conocimiento, exceptuando aspectos como la menstruación, que ninguno/a sabía la función del ciclo menstrual pero si lo que era.  |
| Objetivo 4 | Saben identificar las agresiones físicas y verbales como aspectos negativos en una relación pero en el algunos casos que no una persona te controle lo ven como un acto de protección.   |

|            |  |
|------------|--|
| Objetivo 5 | El 100% de los padres y madres están de acuerdo con el proyecto. |
|------------|--|

### - **Desarrollo**

#### Definir acciones/ actuaciones del programa

El programa consta de cinco bloques basados en los 5 objetivos nombrados anteriormente y en los resultados de la evaluación. Uno se trabaja con la familia y el resto a nivel grupal con los participantes. Los bloques son los siguientes:

1. Conocer y analizar el deseo sexual humano, su orientación y sus manifestaciones.

En este bloque se trabajan aspectos como identificar tipos de amores y nuestra identidad sexual y tipos de relaciones y tipos de familia.

2. Aprender a conocerse, aceptarse y vivir su sexualidad y género de un modo libre y satisfactorio.

Para ellos se trabajan los siguientes puntos:

- Explicar qué son los estereotipos sexuales.
- Identificar identidad de género.
- Fomentar reflexionar sobre nosotros/as mismos/as.

3. Conocer el funcionamiento del cuerpo humano.

Demostrando la importancia de la higiene corporal y explicando los cambios fisiológicos del cuerpo humano y por qué suceden.

4. Aprender a reconocer situaciones de riesgo tanto del comportamiento sexual como de malos tratos por parte de familiares, amigos/as o compañeras/os.

Los objetivos operativos de este bloque son los siguientes:

- Advertir de los efectos negativos que aportan las relaciones tóxicas.
- Desarrollar estrategias personales y colectivas para el análisis y la resolución de problemas que puedan presentar en torno a la sexualidad

5. Concienciar a los padres y a las madres de la importancia de tratar desde la niñez con sus hijos e hijas aspectos sobre la sexualidad y relaciones afectivas.

Explicando a los familiares como van a ser las sesiones que se van a realizar, y porque se van a trabajar esos aspectos.

Contenido de las sesiones

| Nombre de la actividad          | Breve descripción  |
|---------------------------------|--|
| Reunión con los padres y madres | <p>Objetivo 5</p> <p><u>Descripción:</u> Realizar una pequeña reunión donde se les explicó los objetivos del programa y también se les preguntó si les gustaría trabajar algún otro aspecto no nombrado anteriormente y que dificultades puede llegar a tener su hijo/a a la hora de realizar las sesiones. Por otro lado, también se le pidió consentimiento para que sus hijos/as realizaran este programa.</p> <p>En el (Anexo II) se pueden encontrar los objetivos que se aprobaron en la reunión.</p> <p><u>Duración:</u> 50 minutos</p> |
| ¿Quién soy?                     | <p>Objetivo 2</p> <p><u>Descripción:</u> Reflexionar aspectos positivos y negativos sobre nuestra personalidad.</p> <p><u>Duración:</u> 35 minutos</p>   |
| Normas de convivencia           | <p>Objetivo 4</p> <p><u>Descripción:</u> Establecer de manera conjunta unas normas de convivencia en la que todo el mundo se sienta a gusto y seguro/a.</p> <p><u>Duración:</u> 35 minutos</p>   |

|                                 |  |
|---------------------------------|--|
| ¿Cómo me siento?                | <p>Objetivo 4</p> <p><u>Descripción:</u> explicar las diferentes emociones que podemos sentir y reflexionar en que situaciones las sentimos y si nos gusta sentirlas, mediante un juego de mímica, un juego dinámico, una pequeña reflexión grupal y la realización de un dibujo individual. (Anexo III)</p> <p><u>Duración:</u> 1 hora y 15 minutos</p>                           |
| Un regalo especial              | <p>Objetivo 1</p> <p><u>Descripción:</u> explicar los diferentes tipos de relación que hay y realizar una postal a la persona que quieran. (Anexo IV)</p> <p><u>Duración:</u> 1 hora</p>   |
| ¿Mi familia es igual a la tuya? | <p>Objetivo 1</p> <p><u>Descripción:</u> Explicar que tipos de familia hay mediante una gincana y crear un mural con dibujos y recortables que describan los diferentes tipos de familias aprendidas.</p> <p><u>Duración:</u> 1 hora</p>   |
| ¿Chicos vs chicas?              | <p>Objetivo 2</p> <p><u>Descripción:</u> concienciar de las escasas diferencias entre los chicos y las chicas haciéndoles reflexionar si ambos sexos pueden hacer 'x' situaciones, a través de la realización de dibujos y de un memory. Por ultimo realizar un Tik Tok para enseñar al resto de las personas lo que hemos aprendido. (Anexo V)</p> <p><u>Duración:</u> 1 hora</p> |
| Carnaval                        | <p>Objetivo 2</p> <p><u>Descripción:</u> Realizar un pase de modelos con los diseños que se han diseñado por parejas con prendas varias, siguiendo diferentes pausas, como por ejemplo que el outfit obligatoriamente lleve una falda, que tenga una prenda rosa, lleve chaqueta...</p> <p><u>Duración:</u> 45 minutos</p>   |

|                                 |   |
|---------------------------------|---|
| Hoy somos médicos/as            | <p>Objetivo 3</p> <p><u>Descripción:</u> Conocer las partes del cuerpo humano tanto masculino como femenino mediante recortables y realizar un pequeño experimento para explicar la menstruación.</p> <p><u>Duración:</u> 1 hora</p>  |
| Obra de teatro                  | <p>Objetivo 1</p> <p><u>Descripción:</u> Crear una obra de teatro romántica de 5/10 minutos, de manera libre, en la cual para su actuación se repartirán los personajes de manera aleatoria y tendrán que llevar una vestimenta acorde a su papel.</p> <p><u>Duración</u> 30 minutos</p>  |
| Masajes                         | <p>Objetivo 3</p> <p><u>Descripción:</u> Mediante automasajes con diferentes objetos aprender que tipos de caricias, en que zonas nos sentimos más cómodos/as.</p> <p>Realizar masajes por parejas en las piernas, brazos, espalda y cabeza siguiendo las pautas que el/la compañero/a quiera (fuerza, velocidad...).</p> <p><u>Duración</u> 1 hora</p> |
| Reunión con los padres y madres | <p>Objetivo 5</p> <p><u>Descripción:</u> Evaluación del segundo trimestre y campamento de Semana Santa y explicación de los objetivos del tercer trimestre.</p> <p><u>Duración:</u> 50 minutos</p>  |
| ¿Cómo éramos y cómo seremos?    | <p>Objetivo 3</p> <p><u>Descripción:</u> crear carteles explicando el ciclo de la vida y posteriormente jugar a una batalla de globos de agua que para conseguir estos globos tienen que acertar preguntas acerca de lo aprendido en los carteles. (Anexo VI)</p> <p><u>Duración:</u> 1 hora y cinco minutos</p>  |

|                                |   |
|--------------------------------|---|
| ¿Los celos son buenos o malos? | <p>Objetivo 4</p> <p><u>Descripción:</u> Explicar mediante videos de la serie YOU y canciones (chantaje, blanco y negro y Mr. Brightside )que el control y la obsesión por parte de tu pareja no son sanos.</p> <p><u>Duración:</u> 1 hora y 15 minutos</p> |
|--------------------------------|---|

### Duración de las sesiones

Las sesiones ocuparon un espacio entre 30 minutos y 1 hora aproximadamente del tiempo de la actividad que el grupo realizaba en ese día, es decir, durante el día que había se realizaban más actividades a parte de las de este proyecto.

Las actividades de más de media hora de duración estaban compuestas por pequeñas actividades diferentes para evitar la fatiga mental de los y las participantes.

### Cronograma

Se ha llevado a cabo una actividad cada dos semanas a lo largo del segundo y tercer trimestre del calendario escolar del curso 2021/2022 (de enero a mayo), en el campamento de Semana Santa.

En este caso se han realizado de esta manera, ya que en la asociación donde se ha puesto en marcha este programa tiene como normativa por su protocolo Covid-19 dejar un espacio de tiempo entre actividad y actividad de 13 días.

### Definir recursos

#### ❖ Recursos humanos:

Los recursos humanos que se han necesitado para la realización de este programa han sido 3 personas sin diversidad funcional mayores de edad, de las cuales una es estudiante de terapia ocupacional. Se ha usado este número de personas, ya que la asociación tiene como normativa que tiene que haber un monitor por cada dos personas y media con discapacidad intelectual.



Para obtener mejores resultados, estas actividades se han realizado con un número reducido de PDI ya que necesitan atención individualizada y en un grupo más grande se concentrarían menos y sería más difícil adaptar y ayudar en las necesidades de cada uno y una.

❖ Recursos materiales:

Los recursos materiales necesarios para llevar a cabo este TFG es material fungible (bolígrafos, folios, cartulinas, rotuladores...) y otros materiales como prendas de ropa.

En cuanto a las demandas del espacio, es necesario una sala o lugar donde los/as participantes se sientan cómodos/as y puedan escribir o dibujar sin dificultad.

- **Evaluación del programa:**

Para saber la efectividad de las sesiones se volvió a realizar el test de evaluación (esta vez se les pregunto en la última actividad de cada objetivo las cuestiones relacionadas con ese bloque) que se aplicó al principio del programa y mediante la observación durante las sesiones y durante las actividades.

Resultados del programa

En la siguiente tabla se explica brevemente los resultados generales del proyecto según el objetivo trabajado. Se explican los resultados de manera general para respetar y proteger los datos de los participantes.

|  |  |
|--|--|
| <u>Objetivo 1:</u><br>Conocer y analizar el deseo sexual humano, su orientación y sus manifestaciones. | Aceptan que puede haber muchos tipos diferentes de relaciones íntimas, pero algunas de ellas les parecen extrañas o graciosas.<br><br>En algunos casos no se han quedado con el nombre de todas las etiquetas que hay en las relaciones íntimas, pero sí que a todos/as les ha quedado claro las posibles combinaciones.<br><br>Uno/a de los/as participantes en una actividad dijo que tenía pareja, cuando no era verdad, para no sentirse ``inferior al |
|--|--|

|   |   |
|---|---|
|   | resto.´´ Por lo que habría que trabajar que las no tener ninguna relación está igual de bien que tener una.   |
| <u>Objetivo 2:</u><br>Aprender a conocerse, aceptarse y vivir su sexualidad y género de un modo libre y satisfactorio.  | Tienen claro que los chicos y las chicas pueden hacer las mismas cosas, pero a alguna persona le provoca risa que un hombre llevara falda, pero que aceptarían y respetarían que otras personas las hicieran.<br><br>A algunas personas les sigue costando reflexionar sobre ellas mismas sus gustos, que relaciones nos aportan cosas positivas y cuáles son...  |
| <u>Objetivo 3:</u><br>Conocer el funcionamiento del cuerpo humano   | Respecto al conocimiento del cuerpo humano y de su funcionamiento, lo entendieron bien y aprendieron los conceptos básicos.   |
| <u>Objetivo 4:</u><br>aprender a reconocer situaciones de riesgo tanto del comportamiento sexual como de malos tratos por parte de familiares, amigos/as o compañeras/os. | En el aspecto de relaciones tóxicas a todos y todas les quedaron claro que en una relación es muy importante sentirse a gusto con uno mismo/a, hacer lo que uno/a quiera y como y donde se sienta cómodo/a, tener libertad en la relación sea del tipo que sea, sentir que las acciones que realiza las hace porque él o ella toma esas decisiones y que tipo de acciones son dañinas e insanas en una relación ya sea una amistad, relación familiar o íntima, aunque en algunos casos les cuesta identificar que las llamadas o mensajes continuos para saber dónde están es un aspecto tóxico en una relación, pero el resto de acciones celosas las identifican como tóxicas. |
| <u>Objetivo 5:</u><br>Concienciar a los padres, a las madres o tutores de la  | Están satisfechos con el método de la realización del programa y en el caso de dos familias están muy agradecidas, ya que gracias a la actividad ``cómo me siento´´ supimos que dos de los o las participantes habían tenido relaciones tóxicas, en las que les preguntaban continuamente dónde y   |

|   |   |
|---|---|
| importancia de tratar desde la niñez con sus hijos e hijas aspectos sobre la sexualidad y relaciones afectivas. | con quién estaban y dependiendo de su respuesta sus parejas se enfadaban o les obligaban a hacer cosas que para esas personas eran extrañas como quitarse la ropa o tocar ciertas partes del cuerpo. Por lo que gracias a este TFG han podido conocer más como son el tipo de relaciones de sus hijos/as. |
|---|---|

## **Aportaciones socioeducativas**

### Novedades que aporta el programa respecto a otros programas

La principal novedad que aporta este TFG es que se encarga de trabajar mediante el juego aspectos como identidad de género, identidad sexual, estereotipos de género, autoconocimiento y no solo centra en la prevención de relaciones tóxicas y de transmisiones de enfermedades de transmisión sexual o riesgos de embarazos no deseados. Por lo que podemos decir que este programa es más completo que la mayoría porque tiene una visión más holística.

### Aportaciones más relevantes

Estas sesiones se han realizado en una asociación de adolescentes con DI, pero visto la importancia de trabajar estos aspectos, sería recomendable realizar este programa en otros ámbitos como en colegios no ordinarios o en otras asociaciones de personas con DI, o de manera individual un/a adolescente con DI.

Por otro lado, también se podría trabajar la sexualidad y las relaciones afectivas realizando estas sesiones con niños y niñas sin discapacidad intelectual de edades inferiores. Algunas de estas actividades se han realizado en el grupo con niños/as de 6 a 10 años y han tenido resultados muy positivos.

En todos los ámbitos sería necesario que los/as participantes se sientan cómodos/as y que los padres y las madres sean conscientes de que temas se van a tratar y como se va a llevar a cabo.

## **Limitaciones y futuras líneas de investigación**

Las limitaciones encontradas a lo largo del programa se pueden dividir en: limitaciones respecto al test de evaluación inicial, respecto a la elaboración y durante el programa.

### Las limitaciones respecto al test de evaluación inicial fueron:

- la incapacidad de realizar el test en una sola sesión por fatiga mental de algún/a participante, la solución a este problema fue realizar el test en varias sesiones como se ha explicado anteriormente.
- La incapacidad de encontrar una evaluación estandarizada acorde a este programa y a los participantes.

### Las limitaciones respecto a la elaboración del programa:

- Ausencia de un/a sexólogo/a para poder profundizar más en algunos temas y trabajar otros aspectos como la transexualidad.
- Falta de proyectos publicados como este para poder obtener as información acerca del tema.

### Problemas durante el programa:

- Falta de asistencia de algunos/as participantes en alguna sesión.
- No todos los/as participantes saben escribir, por lo que en las actividades en las que se tenga que hacer se dio la posibilidad de dibujar, y esta opción dio al principio de la actividad para que esa persona no se sintiera discriminada o distinta al resto.
- Por motivos de tener que cumplir el protocolo COVID de la asociación, algunas sesiones no se han podido relacionar entre ellos/as sin distancia de seguridad o sin mascarilla.
- La renovación constante de las medidas COVID producen incertidumbre en los/as participantes a la hora del modo en el que se pueden relacionar con los/as demás.

Esta incertidumbre provoca no saber si se puede acercar a otra persona cuando está comiendo, si puede compartir material, si le puede dar un abrazo a otra persona...

- Una persona se inventó tener una relación y situaciones con alguna de sus relaciones para sentirse más integrada al grupo o no sentirse inferior al resto. Por lo que para confirmar que los/as adolescentes nos dicen la verdad, hay que preguntarle en otra sesión sobre esos aspectos que nos sorprendan para ver si nos cuentan la misma versión o esta cambia.

Por otro lado, hay que ser consciente de que puede haber personas muy influenciables y que cambien su opinión únicamente para opinar lo mismo que el grupo o lo mismo que una persona piensa, por lo que se tiene que favorecer al principio la reflexión individual y que esta quede reflejada en algún lado y posteriormente compartirla a nivel grupal.

## **Conclusiones**

1. Se pueden trabajar aspectos de la sexualidad mediante el juego obteniendo buenos resultados
2. Temas como la sexualidad y las relaciones afectivas son temas que se deben para prevenir o identificar relaciones tóxicas.
3. Reflexionar sobre uno/a mismo/a ayuda a tener un criterio y opinión propia, lo que aumenta la independencia.
4. El conocimiento del cuerpo humano ayuda a comprender los cambios que cada persona sufre durante las diferentes etapas del ciclo de su vida, lo que ayuda a comprender por qué somos y nos sentimos de una manera determinada.
5. Conocer las distintas variedades de relaciones, de formas de ser y de opinar, fomenta el respeto a los/as demás.
6. Trabajar aspectos sobre relaciones y acciones tóxicas ayudan a reflexionar sobre que tipos de relaciones tenemos y lo que estas nos aportan.
7. Que los/as adolescentes compartan las reflexiones realizadas en este programa acerca de la sexualidad y relaciones afectivas con sus familiares ayuda a que los padres y madres tengan mayor conocimiento sobre que estilo de vida tienen sus hijos/as y como les gustaría vivir en un futuro.

## Bibliografía

1. Solís García P, Universidad Internacional de La Rioja. Las personas con discapacidad intelectual ante el covid-19: una revisión sistemática. Enclaves del pensamiento [Internet]. 2022;(31). Disponible en: <http://www.scielo.org.mx/pdf/enclav/v16n31/2594-1100-enclav-16-31-e500.pdf>
2. Romero ML. La importancia de la educación sexual [Internet]. Csif Granada. 2009; (20) Disponible en: [https://archivos.csif.es/archivos/andalucia/ensenanza/revistas/csicsif/revista/pdf/Numero\\_20/MARIA%20LAURA\\_TRILLO\\_ROMERO02.pdf](https://archivos.csif.es/archivos/andalucia/ensenanza/revistas/csicsif/revista/pdf/Numero_20/MARIA%20LAURA_TRILLO_ROMERO02.pdf)
3. Tambiah Y. sexuality and human rights. Washington D.C. 1995; 369-390. Disponible en: <https://www.corteidh.or.cr/tablas/r38413.pdf>
4. Movimiento Scout · Scouts de España [Internet]. Scouts de España. 2007. Disponible en: <https://www.scout.es/quienes-somos/organizacion/>
5. Garvía B, Miquel MJ. La vida sexual y afectiva de las personas con síndrome de Down. Down España. 2009;12-17. Disponible en: <http://riberdis.cedd.net/handle/11181/3342?show=full&rd=0031845806529150>
6. Rodriguez JM, Lopez F y Arias BAfectividad y sexualidad en personas con discapacidad intelectual. Revista española sobre las discapacidad intelectual en Valladolid. 2006;37: 23-40. Disponible en: [https://www.plenainclusion.org/sites/default/files/217\\_articulos2.pdf](https://www.plenainclusion.org/sites/default/files/217_articulos2.pdf)
7. Borawska-Charko M, Rohleder P. y Finlay WML. El conocimiento de la salud sexual de las personas con discapacidades intelectuales. Sex Res Soc Policy. 2017; (14): 393-409. Disponible en: <https://doi.org/10.1007/s13178-016-0267-4>
8. Rodríguez J.M, Morentin R y Arias B. Afectividad y sexualidad en personas con discapacidad intelectual. Siglo cero.2006; (1): 23-40. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=1998055>
9. Fernández O, Gil M.D, Morell V y Gil B. Comparación entre las actitudes de las personas con discapacidad intelectual hacia la conducta sexual y la de sus padres. International Journal of Developmental and Educational Psychology. 2020; (1): 497-506. Disponible en: <https://www.redalyc.org/journal/3498/349863388049/movil/>

10. González O.S . Abuso sexual en personas con discapacidad intelectual: [trabajo de fin de grado]. Tenerife universidad la Laguna; 2016. Disponible en:  
<https://riull.ull.es/xmlui/bitstream/handle/915/2877/Abuso+sexual+en+personas+con+discapacidad+intelectual.pdf?sequence=1>
11. Diaz IM, Gil MD, Ballester R, Morel V, Molero RJ. Conocimiento, comportamiento y actitudes sexuales en adultos con discapacidad intelectual. 2014. Disponible en:  
[https://dehesa.unex.es:8443/flexpaper/template.html?path=https://dehesa.unex.es:8443/bitstream/10662/1956/1/0214-9877\\_2014\\_1\\_3\\_415.pdf#page=1](https://dehesa.unex.es:8443/flexpaper/template.html?path=https://dehesa.unex.es:8443/bitstream/10662/1956/1/0214-9877_2014_1_3_415.pdf#page=1)
12. Cobo, C. Protocolo sobre relaciones interpersonales y sexualidad en personas con discapacidad intelectual, trastornos del Aspectro Autista y otras discapacidades con déficit cognitivo usuarias de centros residenciales. 2012. disponible en:  
[http://www.juntadeandalucia.es/export/drupaljda/Personas\\_Discapacidad\\_Protocolo\\_sobre\\_relaciones\\_interpersonales\\_y\\_sexualidad\\_pdint.pdf](http://www.juntadeandalucia.es/export/drupaljda/Personas_Discapacidad_Protocolo_sobre_relaciones_interpersonales_y_sexualidad_pdint.pdf)
13. Viteri G. Abordaje de la sexualidad en adolescentes y jóvenes con discapacidad intelectual desde la terapia. Universidad central del ecuador; 2020. Disponible en:  
<http://www.dspace.uce.edu.ec/bitstream/25000/22944/1/T-UCE-0020-CDI-549.pdf>
14. De Trabajo M, La P, De P, Mercado Padín R, Ríos AR, Ocupacionales T, et al. Dominio y Proceso. Terapia-ocupacional.com. 2010 Disponible en:  
<http://www.terapia-ocupacional.com/aota2010esp.pdf>
15. Areskoug-Josefsson K, Fristedt S. Occupational therapy students' views on addressing sexual health. Scand J Occup Therapy. 2019; (4):306–14. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.1080/11038128.2017.1418021>
16. American Occupational Therapy Association. Occupational Therapy Practice Framework: Domain and Process – Fourth Edition. Am J Occup Ther [Internet]. 2020 [citado 23 feb 2022]; 74 (2). Disponible en: <https://doi.org/10.5014/ajot.2020.74S2001>
17. Mella J. Vista de Ensayo sobre la importancia de la educación sexual en personas con déficit intelectual: reflexiones desde la terapia ocupacional.



Uchile.cl.2012; (12). Disponible en:  
<https://revistaterapiaocupacional.uchile.cl/index.php/RTO/article/view/25311/26633>

18. Kielhofner. Terapia ocupacional Modelo de ocupación humana. Editorial Medica Panamericana; 2004. Disponible en:  
<https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=hBQfhHCs-XIC&oi=fnd&pg=PA14&dq=modelo+de+ocupaci%C3%B3n+humana+&ots=z0DgBfIJZn&sig=g08uArBINUABCfKu3Sa0iZutcDI#v=onepage&q=modelo%20de%20ocupaci%C3%B3n%20humana&f=false>
19. Mercado R y Ramírez A. Marco de trabajo para la práctica de terapia ocupacional: dominio y proceso 2º edición; 2008. Disponible en:  
[http://www.cptopr.org/Documents/Traduccion\\_FINAL\\_OTPF\\_2\\_PR.pdf](http://www.cptopr.org/Documents/Traduccion_FINAL_OTPF_2_PR.pdf)
20. López BP, Molina PD, Arnaiz BN. Conceptos Fundamentales de Terapia Ocupacional. Médica Panamericana. 2001. Disponible en:  
<https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=t0VK4tQLYxEC&oi=fnd&pg=PA1&dq=aota+terapia+ocupacional+&ots=5IRRHa1V4M&sig=zbRUKj8JYrjmi73B-oSZXdBgYkw#v=onepage&q=aota%20terapia%20ocupacional&f=false>
21. Lena A. El cuerpo humano, identidad y autonomía. [Fotografía]. España: 2019. Disponible en:  
<http://guiarecursosticeducacioninfantil.blogspot.com/2015/01/recurso-1-el-cuerpo-imagenes-y-dibujos.html>



## Anexos

### Anexo I – Test de evaluación inicial

#### **1. ¿Te ha gustado alguna vez alguien?**

- ☐ No
- ☐ Alguna vez
- ☐ Muchas veces

#### **2. ¿ Cuándo te gusta una persona qué sueles hacer?**

- ☐ Nada
- ☐ Decírselo a un amigo o a un familiar
- ☐ Decírselo a esa persona
- ☐ No hablarle y no hacerle caso a la persona que me gusta
- ☐ Intentar hacerme amigo o amiga suya
- ☐ Insultar o tratar mal a la persona que me gusta

#### **3. ¿Has tenido novio o novia alguna vez?**

- ☐ No
- ☐ No y no quiero tener
- ☐ Sí
- ☐ Si, pero no me gustó

#### **4. ¿te gusta juntarte con otras personas?**

- Si, siempre y cuando los conozca
- No, hay COVID
- No me gusta estar con mas gente
- Me encanta hacer nuevos amigos y amigas

#### **5. ¿Qué te gustaría hacer con la persona que te gusta? (puedes marcar más de una) (si no sabes lo que significa alguna de ellas táchala)**

- ☐ Darle la mano
- ☐ Besos y caricias
- ☐ Pegarle
- ☐ Tener sexo

**6. ¿Te gustaría presentar a tu novio/a a tus padres?**

- ☐ No
- ☐ Sí

**6.1 ¿Por qué?**

- ☐ Porque está mal
- ☐ Porque yo no puedo hacer tener novio/a
- ☐ Porque mis padres quieren conocer a mis amigos y pareja
- ☐ Nunca he hablado con mi madre o padre de esto

**7. ¿Te gustaría tener novio/a?**

- ☐ Nunca
- ☐ Más adelante quizá
- ☐ Si

**8. ¿Sabes que es la pubertad?**

- ☐ Si
- ☐ No

**9. ¿Sabes que es la regla o también llamada menstruación?**

- ☐ Si
- ☐ No
- ☐ Se lo que es pero no para que sirve

**10. ¿Sabes qué son los métodos anticonceptivos?**

- ☐ No
- ☐ Sí
- ☐ No, nunca he oído hablar de esto

**11. ¿Alguna vez te han hablado del sexo?**

- ☐ No
- ☐ No, pero se lo que es
- ☐ Si, mi familia
- ☐ Si, mis amigos

**12. Escribe tres diferencias entre los chicos y las chicas**

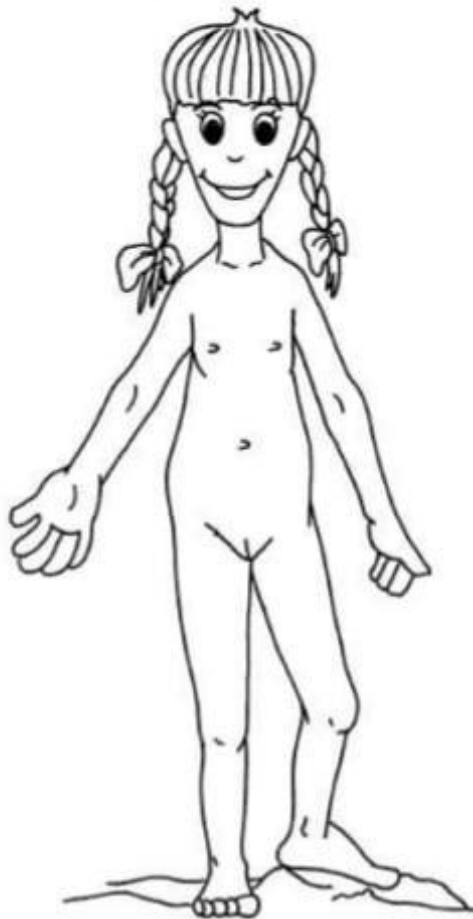
1.

2.

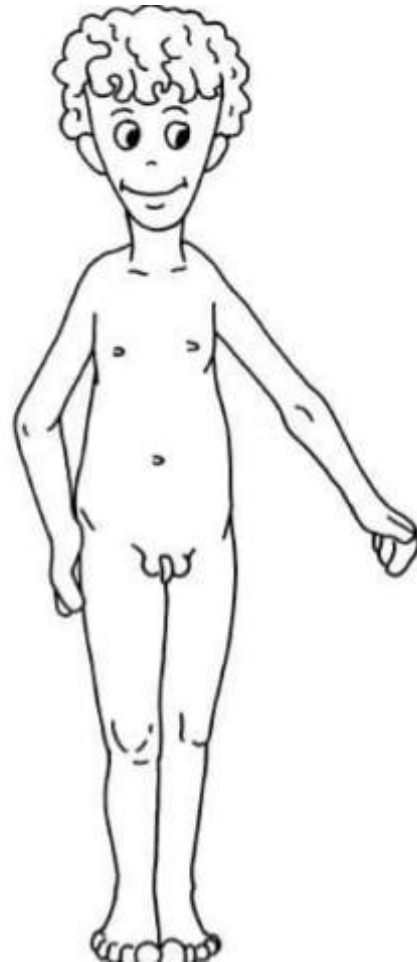
3.

**13. ¿Crees que los chicos y las chicas pueden hacer las mismas cosas? Si crees que no pon que cosas no pueden hacer y quien no las puede hacer.**

**14. Une con una línea cada palabra con la parte del cuerpo del chico y de la chica que corresponda.**



cejas  
pestañas  
ojos  
orejas  
nariz  
pecho  
ombligo  
manos  
dedos  
vulva/pene  
muslos  
rodillas  
tobillos  
pies  
dedos



(21)

**15. Mira estas imágenes y rodea en las que se vean acciones que estén mal**



**16 ¿En una relación que aspectos son de protección?**

- Preguntarte cómo estás
- Decirte con quienes puedes ser tus amigos y quienes no
- Decirte donde puedes estar
- Decirte que no puedes llevar esa ropa porque a la gente no le gustará

**17. De las siguientes fotos tacha las que las personas no pueden formar una familia con hijos y rodea las que creas que puedan ser novios y novias entre ellos.**



**18. ¿Cuántas veces te duchas?**

- Una al día
- Una a la semana
- Cuando estoy sucio o sucia
- Cuando me lo dice mi madre o padre

**19. ¿Cómo te duchas?**

- Lavándome las piernas y los brazos
- Lavándome todo el cuerpo incluyendo el peno o vulva
- Lavándome todo el cuerpo menos el pene o la vulva

## Anexo II- Objetivos establecidos con los padres y madres de la asociación.

En este anexo se encuentra exclusivamente los objetivos que se han trabajado relacionados con este proyecto. Esta información se encuentra en el plan anual de la sección donde se a realizado estas sesiones.

### Objetivos generales 2º trimestre

| Compromiso social   | Compromiso ambiental | Compromiso con la salud   | Compromiso espiritual   |
|---|----------------------|---|---|
| Desarrollar el pensamiento crítico y ser capaz de expresar la opinión propia. |                      | Adoptar hábitos de higiene personal en el campamento y en casa.                             | Expresar los sentimientos y creencias propias respetando las de los demás.  |
|   |                      | Trabajar las relaciones afectivas y aprender a identificar los malos hábitos en las mismas. | Aprender a gestionar las emociones personales en función de las situaciones |
| .   |                      |   | Trabajar la sexualidad y la importancia de la misma en el autoconocimiento. |

## **¿CÓMO ME SIENTO?**

### **Objetivos generales:**

- Aprender a reconocer situaciones de riesgo tanto del comportamiento sexuales como de malos tratos por parte de familiares, amigos/as o compañeras/os.

### **Objetivos específicos:**

- Advertir de los efectos negativos que aportan las relaciones tóxicas.
- Perder el miedo a expresar los sentimientos
- Recapacitar como nos sentimos en ciertas situaciones
- Conocer que sentimientos nos gusta sentir y cuando los sentimos
- Conocer que sentimientos no nos gusta sentir y cuando los sentimos
- Recapacitar sobre las relaciones actuales que tenemos y ver si nos hacen bien o nos hacen daño

### **Materiales:**

- Carteles con los sentimientos (se encuentra al final de la actividad)
- Folios
- Rotuladores

**Duración:** 1 hora y 15 minutos

### **Secuenciación:**

- Mímica – 20 minutos
- Busca el sentimiento – 20 minutos
- ¿Esto que me pasa es bueno? – 20 minutos
- ¿Cómo es mi relación ideal? – 15 minutos





### **Descripción de la actividad:**

#### **- MÍMICA -**

Decir diferentes situaciones y por parejas tendrán que interpretarlas mientras que el resto de los/as compañeros/as tendrán que decir que es lo que está pasando.

Las situaciones que hay que interpretar son:

- Tener una discusión
- Tener un gesto bonito con alguien
- Ser cariñoso con alguien
- Tratar mal a alguien
- Conocer a una persona
- Ser gracioso con alguien

Después de cada actuación se hará un pequeño debate donde se tendrá que decir si se sentirían a gusto en esa situación o no y por qué.

#### **- BUSCA EL SENTIMIENTO -**

1º Colocar por diferentes partes los carteles de los sentimientos.

2º Una persona hará de portavoz (persona que lleva la actividad ) y tendrá que decir en voz alta de una en una las siguientes acciones, dejando tiempo para que el resto de participantes vayan corriendo al sentimiento que sienten cuando les pasa esa acción.

Las acciones son:

- Que te den un abrazo
- Que te peguen
- Que te chillen
- Que no te dejen hacer lo que queremos
- Que te digan cosas bonitas
- Que te digan inútil
- Que te quiten tus cosas sin permiso
- Que te pregunten que tal estas
- Que te prohíban juntarte con tus amigos



- Que no te escuche cuando hablas
- Que te den un beso
- Que jueguen contigo
- Que te cuenten chistes

#### Sentimientos:

- Miedo
  - Tristeza
  - Alegría
  - Asco
  - Enfado
- ¿ESTO QUE ME PASA ES BUENO? -

1º Formar un círculo.

2º Leer todas las acciones positivas y negativas de la anterior actividad y anotarlas en un pizarra o una cartulina grande clasificándolas en dos grupos en ``bueno`` y en ``malo`` según consideren los y las participantes que es cada acción.

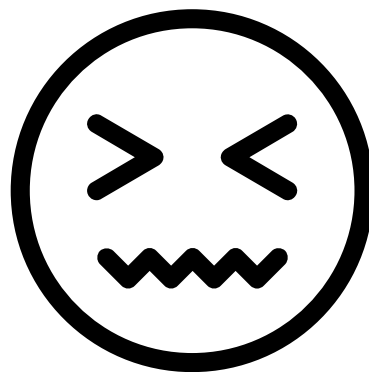
3º Hacer un pequeño debate sobre si alguna vez les ha pasado alguna de esas acciones y cómo se sintieron cuando les paso y preguntar si añadirían alguna más.

- ¿CÓMO ES MI RELACIÓN IDEAL?

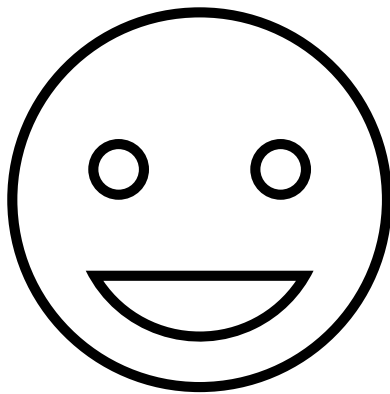
Dar un papel a cada uno/a para que dibujen como sería su relación ideal, ya sea de amistad, amorosa, familiar, con una mascota...

#### ❖ CARTELES CON LOS SENTIMIENTOS:

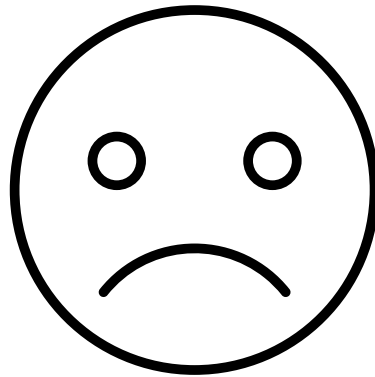
# MIEDO



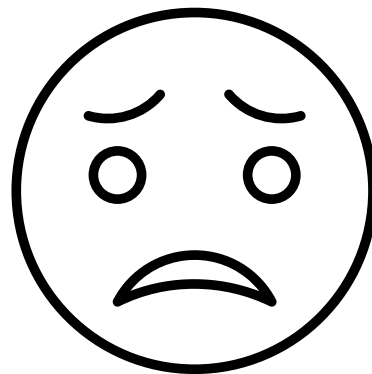
# ALEGRÍA



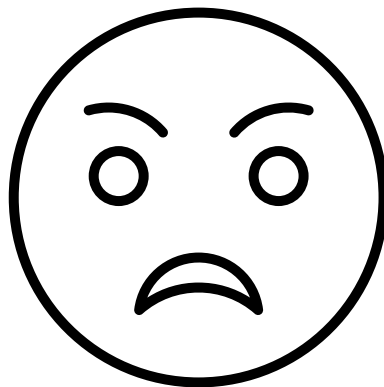
# TRISTEZA



# ASCO



# ENFADO





## **UN REGALO ESPECIAL**

### **Objetivos generales:**

- Conocer y analizar el deseo sexual humano, su orientación y sus manifestaciones.
- Hacer una postal casera para alguien especial

### **Objetivos específicos:**

- Identificar tipos de amores
- Reflexionar sobre a qué personas queremos y tener un detalle con una de ella.

### **Materiales:**

- Folios de colores
- Rotuladores
- Decoración para postales

### **Duración:** 1 hora

### **Secuenciación:**

- ¿Qué es el amor? (40 minutos)
- Realización de una postal (20 minutos)

### **Descripción de la actividad:**

- ¿Qué es el amor? -

1º Preguntar qué es el amor y a quién se puede amar/ querer (familia, amigos, persona sentimentalmente especial, mascotas....)

2º Hablar sobre las personas que más queremos porque lo hacemos.

3º Preguntar si saben que es una etiqueta sexual y cuales existen.

- Homosexual
- Heterosexual
- Bisexual
- Asexual
- Poliomorosa/o





Explicar todas aquellas etiquetas que desconozcan. Se tienen que tratar todas etiquetas con la misma normalidad.

- Realización de una postal -

Hacer una postal a la persona que cada una/o quiera.

#### Anexo V- Sesión chicos vs chicas

## **¿CHICOS VS CHICAS?**

### **Objetivos generales:**

- Explicar qué son los estereotipos sexuales

### **Objetivos específicos:**

- Reflexionar si alguna vez hemos dejado de hacer algo porque socialmente se considera que sólo lo puede hacer las personas del otro género.

### **Materiales:**

- Folios y rotuladores
- Fichas del memory (que se encuentra al final):

**Duración:** 1 hora

### **Secuenciación:**

- ¿CHICO O CHICA? – 25 MINUTOS
- MEMORY - 25 minutos
- TIKTOKERS – 10 minutos

### **Descripción de la actividad:**

- ¿CHICO O CHICA? -

1º Dibujar en un papel a un chico y a una chica.

2º Cuando todos y todas hayan acabado el dibujo se realizará en un círculo dejando los dibujos en el medio y se les pedirá que identifiquen el chico y a la cica de cada dibujo

3º Preguntar porque creen que es así y si podría ser al revés realizando un pequeño debate. (Dejar que ellos y ellas den su opinión primero)

4º Explicar que tanto los chicos como las chicas pueden vestirse y arreglarse como ellos y ellas quieran independientemente de su género.

#### - MEMORY -

1º Conseguir juntar una la pareja levantando las fichas de dos en dos hasta conseguir levantar en un mismo turno dos fichas iguales.



2º Decidir si esa acción la puede realizar un chico, una chica o ambos y en el caso de que puedan los dos se tendrá que colocar una ficha en el cartel de chicos y otra ficha el cartel de chicas.

3º Explicar o afirmar que las chicas y los chicos podemos realizar todas las acciones que queramos.

#### - TIKTOKERS -

Para demostrar lo aprendido se realizará un TikTok donde todos los participantes se colocaran en el medio del plano de la cámara formando una fila y se les irá diciendo distintas acciones y se tendrán que ir corriendo hacia el lado derecho si creen que esa actividad la pueden hacer y hacia el lado izquierdo si creen que no la pueden hacer. (Insistir que es si la pueden hacer no si les gustaría hacerla).

#### ❖ Fichas del Memory:

|  |   |
|--|---|
|  <p><b>JUGAR A FÚTBOL</b></p> |  <p><b>JUGAR A FÚTBOL</b></p> |
|--|---|



**COSER**



**COSER**



**SER EL JEFE DE UNA EMPRESA**



**SER EL JEFE DE UNA EMPRESA**



**JUGAR A LA PLAY**



**JUGAR A LA PLAY**



**HACER LAS TAREAS DE CASA**



**HACER LAS TAREAS DE CASA**



**LLEVAR EL PELO CORTO**



**LLEVAR EL PELO CORTO**



**LLEVAR VESTIDO**



**LLEVAR VESTIDO**



**QUE TE GUSTEN LAS CHICAS**



**QUE TE GUSTEN LAS CHICAS**



**MAQUILLARSE**



**MAQUILLARSE**



**LLORAR**



**LLORAR**

## Anexo VI- Sesión ¿Cómo éramos y cómo seremos?

### **¿Cómo éramos y cómo seremos?**

#### **Objetivos generales:**

- Conocer los cambios que una persona sufre a lo largo del ciclo de la vida.
- Ser conscientes en que etapa estamos y lo que esto supone para nuestro cuerpo.

#### **Objetivos específicos:**

- Identificar tipos de amores
- Reflexionar sobre a qué personas queremos y tener un detalle con una de ella.

#### **Materiales:**

- Cartulinas de colores
- Rotuladores
- Globos de agua

**Duración:** 1 hora y 5 minutos

#### **Secuenciación:**

- Mi cuerpo en continuo cambio (40 minutos)
- BOOM (25 minutos)

#### **Descripción de la actividad:**

- Mi cuerpo en continuo cambio -

1º Poner en una pizarra las siguientes etapas del ciclo vital

- Embarazo y primera infancia (0-5 años)
- Infancia (6-11 años)
- Adolescencia y juventud (12-26 años)
- Adultez (27-59 años)
- Envejecimiento y vejez (más de 60 años)



2º Dividirlos en dos grupos y explicarles que en diferentes cartulinas tienen que explicar los cambios que una persona sufre en cada etapa. Para ello se les facilitará diferentes fotos de personas que se encuentran en esa etapa y habrá un/a monitor/a en cada grupo para ayudarles a reflexionar.

3º Explicar al otro grupo el contenido puesto en las cartulinas y reflexionar entre todos/as si falta algo por añadir.

- BOOM -

En esta actividad seguirán divididos en dos grupos y se les irá preguntando a cada grupo preguntas relacionadas con la anterior actividad. En el caso de que acierten una pregunta se les dará un globo de agua a ese equipo. Para acabar se realizara una batalla de globos de agua con los globos obtenidos.