



ACREDITADA INSTITUCIONALMENTE
¡Seguimos avanzando!



San José de Cúcuta, 6 de diciembre de 2021

Coordinadora de trabajo de grado

ELIANA MARIA IBAÑEZ CASADIEGO

Psicóloga

Asunto: Presentación de trabajo de grado.

Por medio de la presente se hace entrega del trabajo de grado, titulado: **PROGRAMA FAMILIAR DE EDUCACIÓN SEXUAL Y AFECTIVA PARA PREVENIR EL CONSUMO DE PORNOGRAFÍA**, desarrollado por la estudiante Astrid Daniela Diaz Castro, identificada con el número de cédula 1.090.501.761, dirigida por Eleonora Martín, identificada con número de cédula 37.254.013, docente asesora de prácticas formativas de la Universidad de Pamplona y facultada como directora de tesis. De igual manera, apruebo que dicho trabajo sea sustentado en el semestre actual, como requisito para optar por el título de psicóloga.

Eleonora Martin Abraham

Astrid Daniela Diaz Castro

Docente de prácticas formativas

Psicóloga en formación

**Programa Familiar de Educación Sexual y Afectiva para Prevenir el Consumo de
Pornografía**



Astrid Daniela Díaz Castro

Universidad de Pamplona
Departamento de Psicología
Facultad de Salud
San José de Cúcuta

2021

**Programa Familiar de Educación Sexual y Afectiva para Prevenir el Consumo de
Pornografía**



Astrid Daniela Díaz Castro

Docente:

Eleonora Martin Abraham

Universidad de Pamplona

Departamento de Psicología

Facultad de Salud

San José de Cúcuta

2021

Tabla de Contenido

Dedicatoria	8
Resumen.....	10
Abstract	11
Introducción	12
Capítulo 1. Información general	1
Formulación del problema	1
Planteamiento del problema.....	1
Descripción del problema	3
Justificación	6
Objetivos	8
Objetivo General	8
Objetivos Específicos	8
Estado del arte.....	9
Ámbito Internacional	9
Ámbito Nacional	12
Ámbito Local	14
Capítulo 2. Marco teórico	17
Psicología.....	17
Psicología social	17
Terapia cognitivo conductual	18
Psicoeducación	19
Educación afectiva	19

	5
Afectividad	20
Analfabetismo afectivo	21
Educación de los hijos	22
Familia	22
Dialogo	23
Adolescencia	24
Educación de la sexualidad	24
Sexualidad humana	25
Verdadero valor del cuerpo	25
Pornografía.....	26
Tipos de pornografía	26
Softcore o suave:	26
Mediumcore o Medio:	27
Hardcore o Duro:	27
Uso problemático	27
Masturbación	29
Capítulo 3. Metodología.	30
Descripción del programa.....	30
Contextualización de la población	31
Definición de ejes	31
Educación de la afectividad	31
Educación de los hijos	32

Educación de la sexualidad	32
Pornografía	33
Operacionalización metodológica.....	33
Cronograma de aplicación	38
Diseño del Programa	39
Análisis de viabilidad del programa	47
Evaluación del programa	47
Conclusiones	49
Recomendaciones	50
Referencias.....	51
Anexo	59
Anexo 1. Sesión 1	59
Anexo 2. Sesión 3	63
Anexo 3. Sesión 3	63
Anexo 4. Sesión 4	64
Anexo 5. Sesión 8	67
Anexo 6. Sesión 9	69
Anexo 7. Sesión 9	69
Anexo 8. Sesión 10	70
Anexo 9. Sesión 10	74
Anexo 10. Sesión 11	74
Anexo 11. Sesión 12	75

Anexo 12.....	77
---------------	----

Lista de Tablas

Tabla 1.....	35
Tabla 2.....	38
Tabla 3.....	39
Tabla 4.....	39
Tabla 5.....	40
Tabla 6.....	41
Tabla 7.....	41
Tabla 8.....	42
Tabla 9.....	43
Tabla 10.....	43
Tabla 11.....	44
Tabla 12.....	44
Tabla 13.....	45
Tabla 14.....	45
Tabla 15.....	46

Dedicatoria

A Dios como muestra de mi total agradecimiento, a los jóvenes para que leyendo cada línea de esta tesis puedan descubrir el valor inmenso de su cuerpo y que, con esto, sepan que están hechos para más; a las familias para que revelen la labor tan linda y grande que tienen en la sociedad y que caminando juntos hacia el amor pueden llegar a la plenitud; finalmente a cada persona que esforzada por tener una afectividad y sexualidad sana decide ir en aras del amor.

Agradecimientos

A Dios, que ha hecho posible tantas cosas en mi vida que parecían imposibles, esta tesis es una de ellas, a la Santísima Virgen, con quien me uno a su cántico: “porque el Poderoso ha hecho grandes cosas en mí”.

A tantos que inquietos por la formación de una sana educación afectiva y sexual, se han sumado a la ardua tarea de investigar y crear material de este tipo, gracias a Juvid, a la Universidad de Navarra, Jokin de Irala, Rebeca Barba, Nieves González porque con sus estudios me han enseñado la grandeza del amor y de la sexualidad.

A mi familia Diaz Castro, que en cada proyecto han depositado sobre mí su total confianza y desinteresadamente me han dado su amor, por ser aliento y motivación.

A mi familia Contreras Granados, por acogerme en el seno de su hogar de la manera más generosa y cálida, por colmarme de amor, ejemplo y apoyo. Por acompañarme en este proyecto de inicio a fin, alentando, acompañando, escuchando y en mayor medida: orando. Por darme la fuerza que me ha impulsado a iniciar y culminar este proyecto.

Finalmente, extendiendo mi agradecimiento a los que con su oración me han impulsado, haciendo que esto sea posible. A todos: un eterno GRACIAS.

Resumen

La pornografía ha incrementado de una manera exponencial, muchos adolescentes acuden a ella como primer recurso en la formación sexual omitiendo la integridad y el valor de la misma. El objetivo de este trabajo consiste en crear un diseño de programa familiar de educación afectiva y sexual para prevenir el consumo de pornografía, para ello se trabajará en conjunto con las familias (padres e hijos adolescentes). El programa diseñado se desarrolla durante 13 sesiones, que se forman en 4 ejes, abordando elementos que desarrollan la integridad de la sexualidad formando en los padres de familia e hijos habilidades que permitan una adecuada afectividad y sexualidad. Estas actividades serán desarrolladas de manera práctica y teórica a fin de tener la mayor atención posible de los usuarios del programa. Los resultados esperados consistirán en la obtención de los objetivos previamente propuestos y una adecuada formación afectiva y sexual en aras de familias socialmente estables.

Palabras claves: Familia, educación afectiva, educación sexual, pornografía.

Abstract

Pornography has increased exponentially, many adolescents turn to it as a first resort in sexual training, omitting its integrity and value. The objective of this work is to create a family program for affective and sexual education to prevent the consumption of pornography, for which it will work together with families (parents and teenage children). The designed program is developed over 12 sessions, divided into 4 axes, addressing elements that develop the integrity of sexuality, training parents and children with skills that achieve adequate affectivity and sexuality. These activities will be developed in a practical and theoretical way in order to have the greatest possible attention from the users of the program. The expected results will consist of obtaining the previously proposed objectives and adequate emotional and sexual training for the sake of socially stable families.

Keywords: Family, affective education, sexual education, pornography.

Introducción

Dado la importancia que tiene la familia en la sociedad, se presenta este diseño de programa con el fin de aportar en la educación afectiva y sexual, esto es importante y de elevada relevancia porque los hijos necesitan la presencia y acompañamiento de sus padres en cada etapa de sus vidas. La educación de los hijos es un arte y debe ejercerse de la mejor manera; frente a una sociedad que no se detiene y que sus ritmos son acelerados, es necesario pues, hacer una pausa, evaluar y retomar hábitos, prácticas, estudios dentro de la familia que permitan una mejor comunicación entre sus miembros y de esta manera prevenir tantos peligros a los que los adolescentes día a día se exponen en internet.

La pandemia COVID – 19 ha traído consigo grandes cambios, según Conde (2021) esto ha provocado un aumento del tiempo y del número de personas que consumen internet y contenido pornográfico, demostrando según la literatura que los indicios de consumo de pornografía son usuarios entre los 12 y los 17 años, una de las razones por la que esto se da es debido a la formación que encuentran en sus pares, es decir, sus amistades, quienes remiten al asesoramiento de educación sexual mediante la pornografía y la ausencia de comunicación con sus padres.

Para mitigar esta situación ha sido creado el actual diseño de programa que consiste en la educación afectiva y sexual en la familia, esto quiere decir que abarca cada miembro que a ella la conforma, propiciando una adecuada psicoeducación. Consiste entonces, en 13 sesiones que están divididas en 4 ejes abarcando los temas de: educación de la sexualidad, educación de la afectividad, educación de los hijos y pornografía.

Capítulo 1. Información general

Este apartado contiene los elementos que orientan de manera evidente la investigación, los cuales enfocan al lector en cada uno de sus propósitos. Inicia con la formulación del problema seguido se encuentra el planteamiento del problema, que contextualiza y presenta los elementos que la componen, acto continuo se presentan los objetivos, que dan la pauta a la investigación; posteriormente la justificación, que tiene el propósito de darle claridad e importancia al actual trabajo, finaliza con el estado del arte que reúne distintas investigaciones que involucran las categorías de estudio.

Formulación del problema

¿Cómo prevenir el consumo de pornografía en los adolescentes mediante la educación de la afectividad y sexualidad en la familia?

Planteamiento del problema

En el contexto familiar se educa el carácter y la voluntad, así mismo la afectividad y la sexualidad, esta educación hace que en los hijos se ejerza un criterio frente a la propia identidad; la manera de amar y de darse con su persona a los demás, sin embargo, en el momento actual se presenta una carencia en la formación de los temas mencionados anteriormente, que desemboca en la falta de comunicación entre padres e hijos, generando lazos de desconfianza por dichos vacíos, quedan en ellos muchas dudas por responder frente a los acontecimientos propios de la vida: crecimiento biológico, cambios psíquicos, decisiones familiares, manifestaciones del cuerpo; por otro lado, los padres de familia trabajan en jornadas extensas y esto cohibe el tiempo que ha de dedicarse a la familia, acontecen también algunos padres que con poca facilidad y

frecuencia dan muestras de cariño a sus hijos.

En otra instancia, se encuentran los hijos adolescentes, atravesando una etapa desafiante, de múltiples cambios e interrogantes en la sexualidad, en el acercamiento, en distintos problemas que la vida misma presenta, frente a esto cuando no se presenta en la familia una educación afectiva y sexual entonces se recurre a dos medios de información: los amigos y la pornografía, esta última encontrada en distintas páginas de internet, corriendo el riesgo de convertirse en la principal fuente de educación sexual para jóvenes. En un estudio realizado por Save The Children (2020) revela que el 54,1% de los adolescentes, en su mayoría los chicos, cree que la pornografía da ideas para sus propias experiencias sexuales y al 54,9% le gustaría poner en práctica lo que ha visto. El 47,4% de los adolescentes que ha visto contenido pornográfico ha llevado alguna escena a la práctica. De este modo, se expone que el peligro es que el deseo sexual de los adolescentes se construye sobre unos cimientos irreales, violentos y desiguales propios de la ficción.

Aceves, Berrocal & Bula (2020) relatan en su investigación que debido a la situación generada a causa de la pandemia del COVID-19, el número de personas que navegan en internet cada día es mayor, aumentando el número de visitas a páginas pornográficas. De manera preocupante, tanto por la facilidad de acceso a la información como por la ausencia de un rol activo de padres e instituciones educativas, la pornografía se está constituyendo en la fuente primaria de niños y adolescentes para obtener información sobre la sexualidad; a menudo antes de que estructuren su propia sexualidad (Albury, 2014; Ballester, Orte & Pozo, 2019; Del Barrio-Álvarez & Garrosa,

2015; Tallon-Hicks, 2016). Se suman consecuencias de varios estudios que encuentran una relación directa entre observación de pornografía y reproducción de lo visto en población adolescente: los adolescentes copian lo que ven y solicitan explícitamente a sus parejas actos sexuales observados en la pornografía (Rothman & Adhia 2015; Rothman, Kaczmarzky, Burke, Jansen y Baughman, 2015).

Unido a esto, Villena Moya, A. y Chiclana Actis, C. (2019), complementan que el consumo de pornografía en adolescentes conlleva a resultados negativos en el ámbito familiar, social, académico o laboral, pasando cantidad de horas considerables en internet conectados con fines sexuales, utilizando la pornografía como premio y presentando síntomas de ansiedad ante el no poder conectarse, es por esto que se considera un problema la dificultad frente a la formación de la educación afectiva y sexual en el contexto familiar, desembocando en el consumo de pornografía.

Descripción del problema

La pornografía se ha convertido en un problema de orden social, Begoña (2019) plantea que “cuando se ve porno con frecuencia hay una tendencia ascendente en el consumo. Estudios neurocientíficos demuestran que al igual que ocurre con otras sustancias adictivas, a la larga el consumidor necesita una dosis mayor para seguir disfrutando de sus efectos” dado esta situación los consumidores buscan materiales cada vez de más alto contenido. La pornografía provoca ciertos efectos neurológicos porque genera vicio y adicción, y los jóvenes inician con la pornografía softcore, luego hacen un cambio al hardcore. En la mayoría de los casos repiten este patrón, lo que atenta contra su desarrollo psicosexual, buscan su placer sexual, caen en los derivados del porno como

son: el sexting, cybersexo, y masturbación. Según Sierra, Perla, y Gutierrez-Quintanilla, (2009) esta última práctica es una conducta sexual frecuentemente asociada a la culpabilidad sexual, además Shekarey, Rostami, Mazdai & Mohammadi, 2011; Sierra, Monge, Santos-Iglesias, Quevedo-Blasco, Bermúdez, & Buena-Casal, (2013) plantean que el exceso de masturbación puede generar en el individuo depresión, estrés, ansiedad e inestabilidad emocional, desórdenes de atención y mente ausente, memoria insuficiente, sensibilidad a la luz, erección débil e impotencia sexual, esterilidad, prostatitis o uretritis, eyaculación precoz, desórdenes neurológicos, de sueño y digestivos.

La pornografía es un fenómeno generalizado principalmente en los adolescentes, la mayoría están expuestos a ella a través de la red informática, ya sea voluntaria o involuntariamente y a una edad más o menos prematura (Bulot, Leurent y Collier, 2015). Uno de los riesgos del consumo de pornografía es que un adolescente que encuentre en ella la primera fuente de explicación de la sexualidad, omitiendo esta noble labor a la familia, dado que es este el lugar donde por naturaleza se ha de aprender el significado de la sexualidad, el rol que ha de ofrecer cada persona a la sociedad y este aprendizaje se adquiere a través de diálogo, juego, modelos de padres y mensajes que se transmiten los miembros de la familia.

Pascual (2013), expone que muchas familias, sin embargo, viven en un clima de crisis. Si los esposos no se aman, si el divorcio o las infidelidades han fracturado la vida matrimonial, si la llegada de los hijos es vista más como una carga que como un beneplácito, entonces la educación sexual en familia queda expuesta a muchos errores,

sea por falta de coherencia, sea porque los mismos padres no se sienten capaces de impartir de modo adecuado, sea porque enseñan precisamente lo que no deberían enseñar.

La educación de los hijos supone, tiempo, interés, confianza, generar espacios de cercanía y encontrar un ambiente cálido abierto a tratar preguntas de afectividad y sexualidad, esto permite anteponerse a distintos riesgos, en este caso buscar la respuesta a dichos temas mencionados en la pornografía, es por eso que se hace imperiosa la necesidad de formar la educación de la afectividad y sexualidad en el contexto familiar, buscando de esta manera prevenir el consumo de pornografía. Chiclana (2019) señala que probablemente, el hecho de que justamente la población más vulnerable a este tipo de contenidos sea la menos estudiada se deba, entre otros aspectos, a limitaciones éticas y prácticas, y a una cierta negligencia por parte de los formadores, que no quieren creer que niños y adolescentes acceden a estos contenidos.

Tokumura (2015), relata que los mayores consumidores de pornografía son adolescentes entre 12 a 17 años; se debe a los cambios biológicos por los que atraviesan sus cuerpos; lo cual intensifica su excitación sexual y curiosidad.

Justificación

El desarrollo de este estudio es pertinente porque ofrece una acertada educación en la dimensión afectiva y sexual, guarda una relación específica con la felicidad de cada persona, propone una inquietud por generar una capacidad de amar mucho y amar bien, propiciando bases para una vida familiar estable. A su vez, es muy oportuna para padres de familia y puedan así estar preparados y lleguen a tiempo a las dudas que se puedan generar en cada hijo, frente a la duda, más vale adelantarse que llegar tarde; busca esta investigación proponer espacios familiares acertados en la formación misma del amor.

Este programa de intervención diseñado es adecuado a las necesidades de la población, es este el caso de algunas familias de la comuna 2 la Ciudad de Cúcuta, los padres y madres de familia asumen jornadas extensas de trabajo, esta situación dificulta el diálogo y la comunicación en casa y se asume en ocasiones que la educación afectiva y sexual recibida en las instituciones educativas es suficiente, por otro lado; los padres y madres manifiestan que ante el crecimiento de sus hijos se sienten incapaces de lograr una conversación en la que aporten la confianza necesaria para que ellos expresen sus situaciones íntimas del día a día, en otra instancia dichos padres y madres expresan no haber tenido la adecuada educación afectiva y sexual, haciendo entonces que se conciban incapaces de poder enseñarla a sus hijos.

Acogiendo la Ley General de Educación (Ley 115 de 1994) que garantiza la educación sexual integral en Colombia, establece en sus artículos 13 y 14 que: “es objetivo primordial de todos y cada uno de los niveles educativos el desarrollo integral de los educandos mediante acciones estructuradas encaminadas a [.

..] Desarrollar una sana sexualidad que promueva el conocimiento de sí mismo y la autoestima, la construcción de la identidad sexual dentro del respeto por la equidad de los sexos, la afectividad, el respeto mutuo y prepararse para una vida familiar armónica y responsable”.

Esta investigación nace de la preocupación de los altos índices de consumo de pornografía a tempranas edades. En arduas jornadas de estudio se ha detectado que una de sus raíces es la falta de educación afectiva en su contexto familiar, por eso su aporte es el diseño de un programa de prevención del consumo de pornografía en el que incluye educación afectiva unido al dialogo familiar, conocimiento de la integridad personal, visión de la persona, y valor de la vida; para de esta manera dar un segundo paso a la educación sexual que incluye el valor por el cuerpo, la trascendencia de la intimidad sexual, valor de la espera y la formación de virtudes personales y familiares. Se proponen espacios familiares en lo que se plantea un estilo de vida que apuesta por la familia, buscando mediante la vivencia de las virtudes, el ejemplo y la propia enseñanza de los padres a los hijos, se fortalezca el carácter de los adolescentes aportando a la sociedad personas afectiva y sexualmente estables.

Objetivos

Objetivo General

Diseñar un programa familiar de educación afectiva y sexual mediante intervenciones psicoeducativas formando en los padres de familia e hijos adolescentes habilidades, conocimientos y herramientas que les permitan llevar un desarrollo integral que prevenga el consumo de pornografía.

Objetivos Específicos

Psicoeducar a los padres de familia en temas relacionados con la afectividad y sexualidad mejorando su labor en el área de educación de los hijos.

Orientar a los adolescentes hacia una educación afectiva y sexual clara despejando las dudas que acontecen en esta etapa de su desarrollo.

Exponer los peligros de la pornografía a los que se exponen los adolescentes esto mediante talleres que prevengan de esta manera el consumo de la misma.

Estado del arte

A continuación, se presentan distintas investigaciones desde el ámbito internacional, nacional y local, que abordan diseños de investigación que se relacionan con la prevención del consumo de pornografía y la educación de la sexualidad.

Ámbito Internacional

Estudio realizado por Conde (2021), titulado “Programa de prevención de adicción a la pornografía en la adolescencia temprana” que fue desarrollado en España, en la Universidad de Alcalá, se plantea como objetivo proponer un programa de prevención destinado a brindar a los padres habilidades, conocimientos y herramientas que les permitan realizar un acompañamiento adecuado del desarrollo sexual de sus hijos y que impida una adicción a la pornografía en una etapa tan crucial como la adolescencia. Se ejecutó mediante una metodología educativa que se divide en tres momentos: uno expositivo y teórico llevado a cabo por el psicólogo en el que se expondrá la teoría detrás de los temas que atañen a cada sesión, un segundo momento que consta de actividades prácticas las cuáles tienen como objetivo hacer más dinámica las sesiones, la participación de los padres y mediante estas actividades aprender y asentar los conocimientos que se van enseñando ; y el tercer momento consta de una pequeña evaluación que será realizada mediante un medio dinámico como es Kahoot!.

Concluyendo que es esencial que docentes y padres se involucren en el proceso de educación sexual de los adolescentes, de la misma manera se espera que este programa al aportar conocimiento a los progenitores y tutores de los adolescentes sobre los riesgos de la pornografía, las mejores formas de hacerle frente y las habilidades adecuadas para

conversar con los adolescentes sobre el tema, disminuyan los riesgos de una adicción a esta.

Por otro lado, Dussault, (2018) desarrolla un estudio llamado: “Évaluation du programme de prévention de la sexualisation précoce "On est encore des enfants !” destiné à des enfants âgés de 10 à 12 ans” en la Universidad de Quebec, Canadá con el objetivo de evaluar los efectos a corto plazo de un programa para prevenir la sexualización temprana llamado “¡Todavía somos niños! », Destinado a niños de 10 a 12 años. La pregunta de evaluación fue la siguiente: ¿Cuáles son los efectos a corto plazo del programa sobre los conocimientos y actitudes preventivas hacia la sexualización prematura en niños de 10 a 12 años, en relación con los objetivos del programa formulado para cada una de las áreas temáticas? El programa se evaluó utilizando el modelo de evaluación de Stake (1967). Se recopilaron datos de 77 niños en los grados 5 y 6 de la junta escolar de Val-des-Cerfs, ubicada en Montérégie-Est. Se dividieron en dos grupos de investigación (experimental y control). Dos profesores animaron las actividades del programa con sus alumnos, formando parte del grupo de investigación experimental. La metodología utilizada es mixta y la estimación de la investigación es del tipo pre / post. Después de controlar por el tamaño del efecto, los resultados de la evaluación demuestran que el programa tiene un gran efecto sobre el conocimiento a corto plazo de los participantes, ya que los del grupo experimental han obtenido puntuaciones significativamente más altas que los niños del grupo de control. Los niños relatan varios aprendizajes relacionados con cada una de las actividades realizadas

durante la implementación. En conclusión, el programa parece ser eficaz para aumentar el conocimiento a corto plazo entre los estudiantes.

En otra instancia, Lindqvist (2013), realiza un trabajo de investigación titulado “Sexualundervisning i högstadieskolor En litteraturstudie i vad sexualundervisningen omfattar samt den professionellas roll i ungdomars sexualfostran”. El objetivo de este estudio es examinar y explicar el contenido de la educación sexual finlandesa en las escuelas secundarias y compararlo con la educación sexual en otros países, así como identificar las necesidades y deseos de los jóvenes. Las preguntas de investigación son: ¿Cuál es el contenido de la educación sexual en las escuelas secundarias? ¿Cuál es el papel del profesional en la educación sexual de los jóvenes? ¿Y cuáles son las similitudes y diferencias entre la educación sexual en Finlandia y educación sexual en otros países? Para poder responder a las preguntas de investigación y alcanzar el objetivo del estudio se utilizó el método de revisión de la literatura. Los resultados de los once artículos científicos analizados en la revisión de la literatura mostraron que hay grandes diferencias en el contenido de la educación sexual y cómo se implementa tanto en los países como entre ellos. La educación sexual en Finlandia está integrada en lecciones de biología y educación sanitaria, y se discute todo, desde cómo se construye el cuerpo humano hasta las relaciones y la propia salud sexual. Por ejemplo, en los EE. UU. Algunas escuelas aplican el enfoque del sexo que no es tan recomendable, al intentar asustar al joven para que se abstenga de tener relaciones sexuales antes están casados, mientras que, en Francia, por ejemplo, es obligatorio enseñar los aspectos biológicos, psíquicos, aspectos ecológicos, emocionales, sociales, culturales y éticos de la sexualidad. Los resultados

también mostraron que algunos jóvenes piensan que quién es el educador no es tan importante como las cualidades del educador, mientras que otros prefieren ser enseñados por trabajadores de salud sexual.

Ámbito Nacional

Velasco, A. y Gil, V. (2017), en su artículo: “La adicción a la pornografía: causas y consecuencias” realizado en la ciudad de Medellín, Colombia, dichos autores refieren en su artículo que la pornografía puede definirse como el material audiovisual que presenta de forma explícita actividades sexuales y genitales de manera inocultable, con el objetivo de excitar al espectador. El objetivo de este trabajo es identificar las principales causas y consecuencias de la adicción a la pornografía en hombres y mujeres. Se empleó la metodología de la revisión sistemática de literatura (RSL), tomando como referencia investigaciones previas publicadas en bases de datos científicas y publicaciones web especializadas. Este trabajo concluye que la adicción a la pornografía puede generar problemas físicos, mentales, psicológicos y sociales, que son equiparables con los que genera la adicción al consumo de sustancias psicoactivas. Establecer estrategias de autocontrol, incrementar la actividad física y la participación en actividades sociales son algunas de las alternativas que pueden ayudar a combatir y prevenir la adicción.

Por su parte, Mahecha (2016), realiza un informe llamado: “Seminario -Taller de Educación Sexual para la formación en valores que respeten la vida humana Dirigido a mujeres jóvenes estudiantes de enseñanza media” en la Universidad de la Sabana, Colombia, el cual lleva por objetivo es generar en ellas una conciencia que respete los valores relacionados con la persona y la vida humana, así como advertirles de las

consecuencia físicas y emocionales que implican el hacer uso de la sexualidad prematuramente. El Seminario – Taller ha sido dividido en cuatro sesiones a saber, el Embarazo adolescente en Colombia; el Estatuto Antropológico, Jurídico y Biológico del Embrión; El Aborto; y Vale la Pena Esperar. Cada una de las sesiones contiene actividades de reflexión y análisis, así como de aprendizaje de conceptos, fue pensado para dictarse en 10 horas y su metodología es práctica y dinámica teniendo en cuenta que está dirigido a un público adolescente sin excluir el rigor científico, bioético y jurídico que fundamentan el respeto a la vida humana.

El autor concluye que el objetivo de los programas diseñados por instituciones públicas es claro: Instruir a los jóvenes para el ejercicio de sus derechos sexuales y reproductivos y promover en ellos el uso de métodos de planificación familiar buscando evitar y disminuir el embarazo adolescente. Sin embargo, las estadísticas demuestran todo lo contrario, pese a la existencia de estos programas los índices de embarazo adolescente no descienden y en la última Encuesta Nacional de Demografía y Salud (ENDS) correspondiente al año 2010 se establece que el inicio de la vida sexual de las jóvenes colombianas se da a los 18 años. De manera que con la estructuración de estos seminarios planteados en dicho estudio, se espera comenzar a aplicarlo en varios colegios y luego se procederá a medir su impacto en a través de un proyecto interdisciplinario de investigación para determinar así si educando en afectividad se contribuye a formar mujeres maduras y empoderadas sobre su vida y decisiones y por otra parte se logra contribuir en la disminución del aborto , embarazo y enfermedades de transmisión sexual en las jóvenes adolescentes.

Esta investigación anteriormente estipulada en el estado del arte, ha dado su aporte en el Diseño de programa en curso, dada la similitud de temas en el marco teórico y la forma que busca instruir a jóvenes y padres de familia en la educación de la sexualidad.

Finalizando con las investigaciones a nivel nacional, Londoño y Restrepo (2019), en su proyecto de grado, titulado: “Diseño de un proyecto pedagógico para la sexualidad en el CDI Andalucía de Envigado, Antioquia”, de la Corporación Universitaria Iberoamericana, en Bogotá, en el marco del enfoque cualitativo, con un tipo de estudio investigación-acción, se realiza un estudio a través de una entrevista semiestructurada a funcionarios del C.D.I y padres de familia. Además, se desarrollaron talleres a los infantes y de ello se arroja como resultado una cartilla denominada: “Chitan y Marllela nos enseñan de educación para la sexualidad”, como guía para las instituciones educativas del municipio de Envigado Antioquía. Se concluye que se requieren herramientas pedagógicas que constantemente están formando al maestro para poder desarrollar ambientes más dinámicos y lúdicos para niños y niñas donde se involucren las familias en la sana concepción de la educación para la sexualidad.

Ámbito Local

En el proyecto para la sexualidad y construcción de la ciudadanía de Oviedo, Jiménez, Vivas, Pabón y Hernández (2020), titulado: “Conociéndome vivo mi sexualidad y soy mejor ciudadano”, se tuvo como objetivo inculcar en los estudiantes una actitud responsable y comprometida en la construcción de ciudadanía encontrando en la educación una estrategia metodológica y pedagógica que ofrece a los estudiantes

acercarse al conocimiento, de tal manera que lo aprendido sea representativo en la medida que tenga una aplicación útil en la vida cotidiana. Se diseñó y aplicó para la recolección de datos una encuesta, dado que a partir de la información que arrojó la aplicación de la misma se obtuvo la lectura del contexto de los estudiantes, siendo esto la base fundamental para el diseño de la propuesta pedagógica y metodológica que complementa este proyecto. Se concluye que fortalecer estos espacios conlleva a los estudiantes a ser partícipes de las decisiones que son tomadas en su entorno (familiar, social y educativo), promoviendo el respeto y aceptación de creencias, la diversidad de género y raza.

Por otra parte, Vivas-García et al. (2017), en su investigación titulada: “Escuela y familia, vínculo indisoluble en la educación sexual de los niños y adolescentes en el contexto fronterizo Norte de Santander y Táchira”, de la Universidad Simón Bolívar, tiene como objetivo hacer una descripción comparativa, sobre la educación sexual como centro neurálgico en la problemática del embarazo adolescente relacionando las variables, edad de inicio de las relaciones sexuales, edad del primer embarazo y el nivel educativo de los padres-madres. Metodológicamente sigue un enfoque cuantitativo, diseño de campo de tipo transversal. Los resultados confirman que la variable que mejor indica cómo fue la educación sexual de los adolescentes es la edad de iniciación de la actividad sexual, se comprueba el vínculo existente entre un inicio precoz de las relaciones sexuales con el nivel educativo de los padres y, la necesidad de mejorar la educación sexual en los programas curriculares. Se concluye que, a la familia y a la escuela como entes formadores, les falta asumir con mayor contundencia un rol

orientador más decidido en la educación sexual de los niños, niñas y adolescentes.

Para terminar este ámbito local, el Centro Educativo Caritas de Ángeles Kids (2019), desarrolló en el municipio de Ocaña, el proyecto titulado: Proyecto transversal de educación para la sexualidad y construcción ciudadana “Me protejo y me cuido”. El propósito de este proyecto es involucrar a la comunidad educativa en la adquisición de nuevos saberes a partir de actividades lúdico-pedagógicas que inicia con los docentes, sigue con los padres de familia y por último los educandos, es decir, que cada uno del del Centro Educativo Caritas de Ángel Kids tendrá un rol fundamental en la construcción del proyecto de Educación para la Sexualidad y Construcción de Ciudadanía, con el ánimo de incidir positivamente en la orientación de la educación sexual de manera sana, saludable y responsable.

Los contenidos de proyecto se desarrollan de manera sistemática, acorde con el enfoque descriptivo, centrándose en el desarrollo de las actividades lúdico-pedagógicas que evidencien los saberes sobre el tema y a partir de esto lograr la construcción del nuevo saber del tema planteado, para desarrollar un aprendizaje significativo sobre el proyecto de Educación para la Sexualidad y Construcción de Ciudadanía.

Capítulo 2. Marco teórico

Psicología

La psicología se encarga del estudio y la evaluación de las conductas de los individuos, esta no solo se enfoca en la interacción que se produce en los seres humanos sino se enfoca en percibir cómo estos reaccionan ante los estímulos del entorno y las distintas formas para afrontar el mundo de manera positiva y edificante. Así mismo, la psicología evalúa las consecuencias del entorno y cómo prevenirlas o atenuarlas, ya que es inherente al ser humano (Espinoza, 2019).

Villalpando (2017) expone, que los pasos dados por la psicología en la actualidad como ciencia permite dar al individuo soluciones basadas en metodologías ampliamente estudiadas, pues esta ciencia posee diversos enfoques (conductista, psicodinámico, fenomenológico, sistémico, etc.) con el fin de abarcar cada caso particular para su tratamiento o solución. Finalmente, el alcance de esta ciencia comprende diferentes campos de acción, proponiendo en cada ámbito soluciones basadas en el desarrollo, equilibrio y bienestar de las personas, los ámbitos abarcados por la psicología son: el clínico, organizacional, jurídico, educativo y social, siendo este último el que nos pertenece en la presente investigación.

Psicología social

Muelas, (2021) afirma que la psicología social trata de describir y explicar los comportamientos humanos reduciéndolos a variables psicológicas. De este modo, busca instaurar teorías sobre los comportamientos humanos que sirvan para predecir las conductas antes de que se produzcan y poder intervenir. Así, conociendo qué factores

promueven ciertas conductas, la intervención en esos factores podría cambiar los comportamientos finales.

Allport, (1985) plantea que se podría definir como el estudio de la interacción de los seres humanos, sobre todo en grupos y situaciones sociales, y subraya la influencia de las situaciones sociales en la conducta humana. Más específicamente, la psicología social se centra en el estudio científico de cómo los pensamientos, sentimientos y comportamientos de las personas son influidos por la presencia real, imaginada o implícita de otras personas.

Según Moscovici y Markova (2006) psicología social pretende estudiar las relaciones. Se defiende que existen procesos psicológicos sociales que se diferencian de los procesos psicológicos individuales. La psicología social intenta comprender los comportamientos de los grupos además de las actitudes de cada persona ante su forma de reaccionar o pensar en el medio social.

Terapia cognitivo conductual

La corriente cognitivo-conductual es un conjunto de teorías y técnicas que establecen un sistema psicoterapéutico. Por tanto, la terapia cognitivo-conductual es una forma de psicoterapia. La terapia cognitivo-conductual (TCC) se basa en la relación entre pensamientos, emociones, sensaciones físicas y comportamientos. Todas estas áreas están interconectadas y ejercen influencia entre ellas. Badia, (2020).

Para Ruiz, Diaz y Villalobos (2019) la Terapia Cognitivo Conductual (TCC) se ha convertido en las últimas tres décadas en la orientación psicoterapéutica que ha recibido mayor evidencia empírica y experimental sobre su eficacia y efectividad en una

gran diversidad de problemas y trastornos psicológicos. Este hecho ha generado una ampliación creciente de sus ámbitos de aplicación, y no sólo por su capacidad para resolver problemas, sino por hacerlo, además, de una forma que resulte rentable en términos de coste-beneficio, al tratarse de intervenciones de tiempo limitado, con la posibilidad de llevarse a cabo en grupo y capaces de integrarse con facilidad en ámbitos de tratamiento interdisciplinar. La TCC se muestra, por tanto, con capacidad para atender de la mejor forma las necesidades sociales de intervención, tanto en el ámbito de la salud en general, como en el área educativa, industrial o comunitaria.

Psicoeducación

La psicoeducación no solo hace referencia a la definición de un diagnóstico, sino también busca abordar situaciones cotidianas en la vida de las personas, que se vuelven complejas por el desconocimiento que supone esta crisis no normativa. De esta forma, se conceptualiza este modelo como una herramienta de cambio, porque involucra los procesos cognitivos, biológicos y sociales particulares de cada individuo para garantizar la autonomía y mejorar la calidad de vida. Godoy, Eberhard, Acuña y Muñoz (2020).

Uliaque (2019) afirma que la psicoeducación es terapéutica en sí misma. Algunos pacientes suelen relatar que después de haber podido aprovechar las sesiones de psicoeducación y de comprender lo que les sucede se deshinchaban como un “globo”, se sienten más tranquilos, con mejores expectativas.

Educación afectiva

Navarro y Puig (2019), manifiestan que la educación afectiva se basa en que, en cierta medida, podemos decidir cómo queremos sentirnos y qué hacer con esos

sentimientos. aprender a gobernar la razón sobre la pasión, el control sobre el impulso.

La educación afectiva implica una vida comunitaria intensa, con unos modelos adecuados, experiencias relacionales equilibradas y satisfactorias, con un trato humano y cercano, sentirse acogido y aceptado, percibiendo la confianza, es necesaria la presencia de un principio de autoridad moral que dé seguridad.

Campo (2021), añade que la educación afectiva cobra especial importancia en la infancia y en la adolescencia. Los sucesos de cada día, las relaciones con las personas de su entorno, el diálogo que establece con ellas -diálogo que no es sólo de palabras, sino de imitación, de búsqueda o de aprobación- van conformando su estructura emocional y le van definiendo qué, cuánto y cómo debe sentir.

Afectividad

Según Riera, Zúñiga y Carrera (2017) la afectividad es una cualidad del ser psíquico caracterizada por la capacidad del sujeto de experimentar íntimamente las realidades exteriores y de experimentar a sí mismo. Es decir, de convertir en experiencia interna cualquier contenido de conciencia. La naturaleza de la afectividad consiste, pues, en convertir toda relación en experiencia interna (vivencia). Y su finalidad, en dotar de significado personal los propios contenidos de la experiencia.

Quintanilla (2010) añade que la afectividad es el lugar donde habitan los sentimientos, emociones y pasiones, es una zona intermedia donde se unen lo sensible y lo intelectual. Si esto es así, de algún modo cabe la posibilidad de hablar de una «afectividad inteligente» o de una «inteligencia emocional». Una inteligencia afectada

por nuestros sentimientos y por el corazón y, a su vez, una afectividad teñida o tamizada por la racionalidad.

Analfabetismo afectivo

Analfabetismo (del griego an-alfábetos) es la incapacidad para leer y escribir; en sentido amplio significa carecer de los conocimientos básicos sobre un tema. Eso exactamente sucede hoy con el amor.

Perdiz (2019) plantea que las relaciones en la actualidad son para muchos, sinónimo de disfrute y sexo. Por ello sostiene Byung-Chul Han (Le desir 2015) que se han reducido al mínimo. Éstas son las causas de síntomas como fragilidad afectiva, violencia, miedo a amar. Dando como resultado la depresión, que es un sentido de inadaptación al mundo. Siguiendo esta línea, el mismo autor deduce algunas consecuencias de dicho analfabetismo:

Hipocondría amorosa. La mayoría tiene miedo a amar por la racionalización que se ha hecho de él y porque las *relaciones están basadas en el cálculo y mercadeo*. La comparación e imitación permanente de modelos o prácticas, igualiza a las personas y se queda muy por debajo de la auténtica experiencia erótica. El resultado es la preocupación y estrés, o su parienta, la depresión y el sinsentido o inadaptación ante el mundo.

Anestesia voluntaria. Vivir sumergidos en internet y en las pantallas, es vivir el mundo desde un orificio. Internet contribuye a hacer del consumidor un ser deseante y aspirante. La imaginación prospectiva de internet, lejos de ser holística es acumulación de atributos y extravío. El internet favorece una imaginación exacerbada, crea falsas

expectativas, propone modelos retocados, inalcanzables y también falsos y en el fondo, infelices. Convince a la larga a las personas de no ser más que copias o réplicas de otros.

Educación de los hijos

Educación de los hijos consiste en desarrollar o perfeccionar las facultades intelectuales y morales del niño o del joven. Toriñán, (2004) añade que la educación de los hijos permite distinguir elementos personales, materiales y formales y actúa fundamentalmente sobre diversos aspectos cualitativos de la propia vida y educación, que configuran las áreas específicas de la educación familiar (el cultivo de la personalidad, la formación predominantemente moral y religiosa y la adaptación y orientación de la forma de vida personal).

Familia

La familia, es una comunidad de personas: del hombre y de la mujer esposos, de los padres y de los hijos, de los parientes. Su primer cometido es el de vivir fielmente la realidad de la comunión con el empeño constante de desarrollar una auténtica comunidad de personas.

Saavedra (2012) propone que la familia es un hecho social universal, que ha existido siempre a través de la historia y en todas las sociedades, es el primer núcleo social en el cual todo ser humano participa. Para su constitución requiere del encuentro y relación de un hombre y una mujer que quieren unirse, en un proyecto de vida en común, mediante el afecto entre ellos o hacia los hijos que surgirán de su relación.

Además, el mismo autor amplía diciendo que es la estructura social básica donde padres e hijos se relacionan; esta relación se basa en fuertes lazos afectivos, pudiendo de esta

manera sus miembros formar una comunidad de vida y amor. Esta familia es exclusiva, única, la cual implica una permanente entrega entre todos los miembros, sin perder la propia identidad de la misma. De esta manera que lo que afecta a un miembro, afecta directa o indirectamente a toda la familia; por ello entonces se habla de sistema familiar, de una comunidad que es organizada, ordenada y jerárquica, y muchas de las veces relacionada con su entorno. La familia es una institución que influye con valores y pautas de conductas que son presentados especialmente por los padres, los cuales van conformando un modelo de vida para sus hijos enseñando normas, costumbres, valores que contribuyan en la madurez y autonomía de sus hijos. Influyen de sobremanera en este espacio la religión, las buenas costumbres, la moral en cada uno de los integrantes más pequeños. Por ello, los adultos, los padres son modelos a seguir en lo que dicen y en lo que hacen. La importancia de valores morales como la verdad, el respeto, la disciplina, la autonomía, etc., hace que los hijos puedan enfrentar el mundo que les rodea de manera madura y protagónica.

Dialogo

La palabra diálogo proviene del latín dialōgus, que significa discurso racional o ciencia (logos) del discurso. En filosofía, Platón es sin duda el primero que usó este método, la dialéctica o arte del diálogo.

El diálogo es una conversación entre dos o más personas, que manifiestan sus ideas o afectos de forma alternativa. En ese sentido, es también una discusión o trato en busca de avenencia. El diálogo es el arte de concertar, entre dos o más personas, las contradicciones que manifiestan sus ideas y sentimientos, cuidando de respetar la

diversidad de sus criterios, para concordar las semejanzas y diferencias entre sus ideas o estados de ánimo, con la explícita intención de comprender y ajustar sus diferencias, para lograr la comunicación interpersonal.

Adolescencia

Según, Ernst (2006) La adolescencia es una etapa bien definida de la vida del ser humano, situada entre la niñez y la edad adulta, caracterizada por cambios notables en el desarrollo corporal, psicológico y social del individuo; con fenómenos de separación e individualización, donde se adquieren habilidades para asumir roles y responsabilidades de la edad adulta. Se considera un período de gran estrés, debido a la importante transición hacia la madurez física, búsqueda de independencia, mayor prominencia social e interacción entre pares, y al desarrollo cerebral.

Educación de la sexualidad

Laris, (2020) denota que al ser la sexualidad parte esencial de nuestra persona, el tema de la educación sexual debe abordarse con naturalidad, sencillez y sin tabúes; pero a ser a la vez, un asunto tan íntimo y sensible, es recomendable abordarlo con el mayor respeto y consideración. De manera que para hacer esto posible es necesario comprender la sexualidad en nuestra vida cotidiana.

La educación sexual, no consiste en enseñar a los chicos a usar unos métodos anticonceptivos y evitar un embarazo no deseado y en muchos casos el contraer enfermedades de transmisión sexual, la verdadera educación sexual consiste en enseñar a amarse y respetarse a uno mismo y al otro como persona con una dignidad especialísima que le es propia, “ nuestra concepción del amor, la que se desprende del concepto de

dignidad personal más evolucionado, es positiva, alegre, creativa, y no tiene miedo de expresarse, cuando se han alcanzado las condiciones que el amor pide y necesita para desarrollarse. Mucha de la educación sexual a los jóvenes de hoy, se concentra en la explicación de los distintos métodos anticonceptivos existentes para disociar sexoplacer-amor-hijos posibles. Eso no es educación sexual ni para el amor, sino una educación para engañarse unos a otros sin que se sepa ni tenga consecuencias” (Javalayones, 2011).

Sexualidad humana

Rosario Laris en su libro *Sexo seguro en América* (2020), expone que la sexualidad humana es una forma de expresión que involucra a la persona en su totalidad; es un elemento fundamental del ser humano. Se trata de una fuerza positiva y enriquecedora que constituye un aspecto de suma importancia en la vida de cada hombre y de cada mujer, que definirá rasgos de nuestro carácter y de nuestro sentir, pensar y actuar. En ella concurren componentes que van más allá de lo biológico o físico, pues comprende una faceta emocional, una intelectual y una espiritual, que la diferencian radicalmente de la conducta animal. Es un componente básico de la personalidad humana, de nuestra capacidad de comunicarnos, relacionarnos y vivir el amor humano, que se manifiesta en la reciprocidad y la complementariedad.

Verdadero valor del cuerpo

El cuerpo tiene que “transmitir” a la persona: no se debe exponer para llamar la atención ni se debe ocultar totalmente. En el primer caso solamente estaría mostrando un cuerpo como puede haber muchos. Lo que hace único y especial a un cuerpo es la persona, la totalidad, la suma de lo exterior y lo interior. En esta suma está el valor del

cuerpo. El cuerpo, por su naturaleza es egocéntrico; quién le da la capacidad altero céntrica en la donación es el espíritu (la conciencia, la motivación, la moralidad, el ideal de vida). Muchos encuentros entre chicos y chicas han fracasado por ser encuentros de cuerpos sexualmente atractivos y vigorosos, unidos a un espíritu raquítico y debilucho. Entonces el cuerpo mata el espíritu, el amor. El poner el cuerpo al servicio del amor, es tan importante durante el noviazgo como, después, a lo largo del matrimonio (Gastaldi & Perelló, 1991, p. 38). Por eso el cuerpo debe conducir a las demás personas hacia la profundidad de uno mismo, de “mi persona”. Es –en la mayoría de los casos– el primer paso para conocer a la persona total. Pero existen hoy en día formas no personalistas de tratar el cuerpo y, en general, la intimidad sexual relacionada con este.

Pornografía

Es cualquier imagen que conduce a la persona a usar a alguien más para su propio placer sexual. Dicha imagen puede ser visual, auditiva o literaria; pues se considera material pornográfico los chats eróticos y cierta literatura. La pornografía está vacía de amor, intimidad, relación o responsabilidad y es altamente adictiva. Laris (2020).

Tipos de pornografía

Triviño (2019), expone los siguientes conceptos:

Softcore o suave:

Se denomina así porque su contenido no es explícito, la pantalla no muestra los genitales, ni relaciones; la gran mayoría de actores aparecen tapados, y muchas veces, es usado para la publicidad.

Mediumcore o Medio:

En este género muestran los cuerpos desnudos, pero sus posturas aparecen con menor grado de provocación.

Hardcore o Duro:

Se considera duro, porque su material es totalmente explícito; ya sea vaginal, anal u oral e incluso puede utilizar otros instrumentos para alcanzar el placer. Estos contenidos se dividen en porno: heterosexual, homosexual y bisexual. También existen las fantasías como la Zoofilia, la Pedofilia (la que implica participación de niños aproximadamente de 13 años de edad) y la Transexual. Se destaca que las parafilias juegan un papel importante dentro de esta división

Uso problemático

El equipo internacional Dale una Vuelta (2021), ha considerado esto como manifestación de una conducta sexual compulsiva. Investigaciones en la Universidad de Cambridge han demostrado que el uso problemático de la pornografía causa cambios significativos en el cerebro, específicamente en aquellas áreas requeridas para inhibir comportamientos impulsivos, áreas encargadas de la “teoría de la mente” que afectan la habilidad de sentir compasión por el otro.

La neuroplasticidad hace que nuestro cerebro esté en constante cambio y adaptación a las repuestas del ambiente, por lo que el 80% de las personas con una conducta sexual compulsiva, presentan una incapacidad de poder controlar su consumo de pornografía a pesar de las consecuencias negativas. Debido a estos cambios en el funcionamiento del cerebro, también sucede que se incrementa la necesidad de más

estimulación y material para poder tener el mismo placer, lo cual conduce a los consumidores a ver material incluso ilegal. En esta misma línea, se ha visto que un uso problemático de pornografía tiene relación significativa en disfunciones sexuales como una disfunción eréctil inducida por el consumo de la misma, eyaculación retardada y anorgasmia. Por este motivo, personas con estas problemáticas indican que se han visto en la necesidad de ver pornografía ilegal para poder tener placer y excitarse, en donde destaca material de abuso sexual a menores (Bothe et al.)

A pesar de todas estas consecuencias, el uso problemático no solo afecta al usuario que consume sino también influye significativamente en su comportamiento con los demás, lo cual repercute en nuestra sociedad. El uso de pornografía, de manera legal e ilegal, puede ser un factor contribuyente a crímenes como poseer imágenes inadecuadas e íntimas de niños, consumir y poseer material donde se evidencia abuso sexual infantil o incluso violencia doméstica y otros crímenes con mujeres y niños. De igual manera, incrementa la probabilidad y severidad de violaciones, violencia doméstica, abusos sexuales, cyber-flashing, acoso sexual y acoso online. Otro aspecto importante para considerar es que también ha incrementado significativamente la preferencia del consumo de pornografía sadomasoquista en donde se involucran conductas violentas como estrangulaciones. La preferencia de este consumo repercute significativamente en la sociedad ya que muchas veces lo que se visualiza en la pantalla lo llevan a cabo en sus propias experiencias personales.

Masturbación

La pornografía está fuertemente ligada con la práctica de la masturbación, conducta sexual frecuentemente asociada a la culpabilidad sexual (Sierra, Perla, y Gutiérrez-Quintanilla, 2009). El exceso de masturbación puede generar en el individuo depresión, estrés, ansiedad e inestabilidad emocional, desórdenes de atención y mente ausente, memoria insuficiente, sensibilidad a la luz, erección débil e impotencia sexual, esterilidad, prostatitis o uretritis, eyaculación precoz, desórdenes neurológicos, de sueño y digestivos (Shekarey, Rostami, Mazdai & Mohammadi, 2011; Sierra, Monge, Santos-Iglesias, Quevedo-Blasco, Bermúdez, & Buela-Casal, 2013).

Triviño (2019) deduce que se le considera como la fiel amiga de la pornografía, puesto que es el acto seguido después de haberla consumido; su proceso empieza con caídas con cierta regularidad y posteriormente se presenta como un hábito mal adquirido; y por último se convierte en una adicción, la que es a menudo usada, para sanar algún dolor, egocentrismo, entre otros, problemas psicológicos.

Capítulo 3. Metodología.

El presente capítulo pretende exponer al lector el diseño de programa establecido para la prevención del consumo de pornografía, mediante una eficaz educación de la afectividad y sexualidad, a continuación, cada uno de los detalles tenidos en cuenta para dicho desarrollo.

Descripción del programa

Este diseño de programa consiste en la educación de la afectividad y sexualidad en la familia para prevenir el consumo de pornografía, sin embargo se integra en las sesiones llevadas a cabo, un eje titulado ejes: educación de los hijos, consta de 13 sesiones que contienen una parte teórica y otra práctica.

Los ejes están divididos de la siguiente manera: educación de la afectividad consta de 3 sesiones cada una con una duración de 40 minutos, de las cuales son dirigidas a todos los miembros de la familia; el segundo eje es la educación de los hijos, a este lo componen 4 sesiones siendo 3 orientados a los padres de familia y 1 a los adolescentes, estimando una duración de 40 minutos; en un tercer eje se encuentra la educación de la sexualidad, que abarca dos sesiones, una para padres de familia y otra para los adolescentes; finalmente se encuentra el eje de pornografía, compuesto de 4 sesiones, cada uno con un tiempo de 40 minutos.

Cada exposición del tema, inicia una actividad psicoeducativa, una parte teórica y otra práctica, finaliza con una evaluación que será realizada mediante un medio dinámico como es Kahoot!

Contextualización de la población

Este diseño de programa se realizó para familias nucleares y monoparentales de la Comuna 2 de San José de Cúcuta, con la característica particular de la presencia de adolescentes en dichas familias, para llevar a cabo los objetivos del plan. Los padres de familia actualmente se desempeñan en el medio laboral, en su mayoría son profesionales o propietarios de empresas familiares, los adolescentes realizan sus estudios de bachillerato en distintas instituciones de la ciudad, cabe mencionar que a raíz de la pandemia aún la mayor parte cursa sus estudios de manera virtual.

Definición de ejes

Educación de la afectividad

Navarro y Puig (2019), manifiestan que la educación afectiva se basa en que, en cierta medida, podemos decidir cómo queremos sentirnos y qué hacer con esos sentimientos, aprender a gobernar la razón sobre la pasión, el control sobre el impulso.

La educación afectiva implica una vida comunitaria intensa, con unos modelos adecuados, experiencias relacionales equilibradas y satisfactorias, con un trato humano y cercano, sentirse acogido y aceptado, percibiendo la confianza, es necesaria la presencia de un principio de autoridad moral que dé seguridad.

Campo (2021), añade que la educación afectiva cobra especial importancia en la infancia y en la adolescencia. Los sucesos de cada día, las relaciones con las personas de su entorno, el diálogo que establece con ellas -diálogo que no es sólo de palabras, sino de imitación, de búsqueda o de aprobación- van conformando su estructura emocional y le van definiendo qué, cuánto y cómo debe sentir.

Educación de los hijos

La educación de los hijos consiste en desarrollar o perfeccionar las facultades intelectuales y morales del niño o del joven. Toriñán, (2004) añade que la educación de los hijos permite distinguir elementos personales, materiales y formales y actúa fundamentalmente sobre diversos aspectos cualitativos de la propia vida y educación, que configuran las áreas específicas de la educación familiar (el cultivo de la personalidad, la formación predominantemente moral y religiosa y la adaptación y orientación de la forma de vida personal).

Educación de la sexualidad

Laris, (2020) denota que al ser la sexualidad parte esencial de nuestra persona, el tema de la educación sexual debe abordarse con naturalidad, sencillez y sin tabúes; pero a ser a la vez, un asunto tan íntimo y sensible, es recomendable abordarlo con el mayor respeto y consideración. De manera que para hacer esto posible es necesario comprender la sexualidad en nuestra vida cotidiana.

La educación sexual, no consiste en enseñar a los chicos a usar unos métodos anticonceptivos y evitar un embarazo no deseado y en muchos casos el contraer enfermedades de transmisión sexual, la verdadera educación sexual consiste en enseñar a amarse y respetarse a uno mismo y al otro como persona con una dignidad especialísima que le es propia, “ nuestra concepción del amor, la que se desprende del concepto de dignidad personal más evolucionado, es positiva, alegre , creativa, y no tiene miedo de expresarse, cuando se han alcanzado las condiciones que el amor pide y necesita para desarrollarse. Mucha de la educación sexual a los jóvenes de hoy, se concentra en la

explicación de los distintos métodos anticonceptivos existentes para disociar sexoplacer-amor-hijos posibles. Eso no es educación sexual ni para el amor, sino una educación para engañarse unos a otros sin que se sepa ni tenga consecuencias” (Javalayones, 2011).

Pornografía

Es cualquier imagen que conduce a la persona a usar a alguien más para su propio placer sexual. Dicha imagen puede ser visual, auditiva o literaria; pues se considera material pornográfico los chats eróticos y cierta literatura. La pornografía está vacía de amor, intimidad, relación o responsabilidad y es altamente adictiva. Laris (2020).

Operacionalización metodológica

Este diseño de programa, permite presentar sus actividades grupales e individuales, se tratan los temas de educación de los hijos, estos son orientados a los padres de familia, explicación sobre la adolescencia y sus cambios, peligros y riesgos de la pornografía, se realizan mediante la psicoeducación que no solo hace referencia a la definición de un diagnóstico, sino también busca abordar situaciones cotidianas en la vida de las personas, que se vuelven complejas por el desconocimiento que supone esta crisis no normativa. De esta forma, se conceptualiza este modelo como una herramienta de cambio, porque involucra los procesos cognitivos, biológicos y sociales particulares de cada individuo para garantizar la autonomía y mejorar la calidad de vida. Godoy, Eberhard, Acuña y Muñoz (2020).

Por otro lado, se realizarán por medio del diálogo socrático, intervenciones con los adolescentes en el que se lleva a analizar su conocimiento y sus bases en cuanto a la sexualidad, este consiste más bien en un diálogo entre dos o más personas es el que una

guía a la otra, a través de una serie de preguntas y empleando recursos como la ironía, hacia la resolución de sus dudas y conflictos. Dicha guía es meramente asistencial, siendo al final el sujeto quien encuentra la solución por sí mismo. De hecho, técnicamente no es siquiera necesario que dé una respuesta, siendo también válido que admita la ignorancia respecto a un hecho o aspecto concreto. Castillero, (2018)

En el diseño, se busca también la unión entre padres e hijos, por eso en algunas de sus sesiones se trabajará con juego de roles para actividades específicas. Se intenta cambiar la forma de pensar con la intención de incorporar cambios positivos en el pensamiento y la conducta del paciente. Una de las formas de conseguir todo esto es por medio del “role-playing” o juego de roles. Mediante la escenificación e interpretación de roles se pueden producir cambios significativos en la mente del paciente, además de incrementar el control emocional y la empatía. Montagud, (2019)

Finalmente, para la valoración e importancia que tiene cada uno de los miembros de la familia se utilizará el ensayo o entrenamiento mental que se refiere al proceso de imaginarse y sentirse a uno mismo realizando alguna actividad específica. Asimismo, se refiere a la capacidad cognitiva para simular en la mente información que no se está percibiendo con movimientos. Permite crear experiencias virtuales de imágenes, sonidos y sensaciones de cosas que no están presentes en el ambiente o, que en realidad sucedieron que se quieren revivir. Alfaro (2021). En esta actividad se guiará a las familias con una historia llamada: “las maletas”.

Tabla 1.

Actividades del Programa

Eje	Tema	Actividad
Educación de la afectividad.	Rana que no canta algo tiene en su garganta	Mediante la psicoeducación se definen los conceptos de afectividad y analfabetismo afectivo, mostrando las consecuencias de este último, que es la inexpressión de los sentimientos, para finalizar se propone la realización de una carta individual en la que cada uno expresa sus sentimientos actuales. Esta sesión es orientada a padres de familia e hijos.
	Se atrapan más moscas con miel que con hiel	Pautas para una sana afectividad, mostrando los buenos resultados de esta, aquí se dan orientaciones a los padres de familia e hijos a cómo poder dirigirse en virtud de las buenas palabras para alcanzar mejor una mejor convivencia familiar.
	Amar es compartir, no competir	Encuentro reflexivo sobre la manera de amar de cada miembro de la familia, por lo cual mediante el libro 5 lenguajes del amor (ver anexo 1) se exponen dichos conceptos y se finaliza con el test (ver anexo 2) https://sisuparejas.com/test-los-5-lenguajes-del-amor/ propiciando un espacio de conocimiento familiar.
Educación de los hijos	Caminando juntos	En este taller se desarrollará el tema de la importancia de la familia, se anima a vivir en una total armonía, para lo que es necesario caminar juntos, mediante un ensayo mental con el guion de “las maletas” (ver anexo 3) que consiste en recrear la historia de la familia que sale a un

		<p>esperado viaje, pero en el camino ocurren situaciones inesperadas y todos terminan separados, al final la familia se restituye, esto con el objetivo de valorar las acciones de cada miembro de la familia</p>
	Escúchame, necesito decir algo	<p>A través de un juego de roles se busca que cada miembro sea capaz de ponerse en el lugar de los demás para comprender el comportamiento de esa otra persona desde su propia perspectiva, finalmente se dispone el ambiente a un momento de dialogo en el que cada uno irá compartiendo las cosas que admiran y valoran de cada miembro de la familia y se terminará dialogando qué cosas hay por mejorar en la familia.</p>
	Perdonar, el mejor regalo	<p>Como parte expuesta en esta sesión se hablará del perdón y de sus niveles, se dispone a una reflexión del perdón en la que padres e hijos humildemente se excusarán por algún hecho cometido.</p>
	Todo lo grande, empieza siendo pequeño	<p>Por medio del dialogo socrático se cuestiona a los adolescentes frente a los cambios de su etapa, animándolos a un esfuerzo máximo en su día a día y mediante un ensayo mental se proyectarán en su futuro dentro de 10 años.</p>
Educación de la sexualidad	Conocer para valorar	<p>En una reunión con los adolescentes se utiliza el dialogo socrático determinando el conocimiento del cuerpo, seguido a esto se expone teóricamente las partes del cuerpo, de una manera madura y sensata, mostrando el valor inmenso del cuerpo y todo lo que se logra con su buen uso y cuidado, se exponen también medios para darle el verdadero valor del cuerpo. (Ver anexos)</p>

	El amor echa fuera el temor	Taller reflexivo en el que por medio de videos se mostrará la experiencia de distintas parejas que mediante la espera han tenido matrimonios exitosos, debido a una preparación previa. (Ver anexos)
Pornografía	Pornografía, la droga silenciosa	Haciendo uso de la psicoeducación, se trata entonces a profundidad conceptos, riesgos, consecuencias, cifras, soluciones sobre la pornografía. (Ver anexo)
	Volver a empezar	Esta sesión consiste en técnicas de control emocional dadas a quienes desean dejar a un lado el uso de pornografía.
	Saber usar y descansar	Mediante el juego de roles, se hará la demostración de cómo cada miembro de la familia le da uso a la tecnología y al manejo de las redes sociales, finalmente se darán pautas para un adecuado manejo de los mismos.
	El privilegio de educar	Taller reflexivo para padres de familia en el que delata la importancia y el valor que tienen en la vida de sus hijos, aquí se hacen recomendaciones finales de páginas digitales y libros que pueden adquirir para el ejercicio de la educación de los hijos.

Cronograma de aplicación

El programa de prevención será aplicado durante los martes y jueves de dos semanas consecutivas. Cada sesión está destinada a realizarse en 40 minutos. Se han elaborado un reducido número de sesiones dada la dificultad de convocar a los padres al colegio, por lo tanto, garantiza una mayor participación que las sesiones sean en días cercanos y en semanas consecutivas. El programa sería anunciado por el colegio con un mes de antelación mediante sus diversas redes sociales y notificaciones a los padres (tanto por vía electrónica como por carta de invitación).

Tabla 2.

Cronograma de Actividades

Semana	Días	Hora	Sesión
1ra	Martes	6:00pm – 6:40pm	Rana que no canta algo tiene en su garganta
	Jueves	6:00pm – 6:40pm	Se atrapan más moscas con miel que con hiel
2da	Martes	6:00pm – 6:40pm	Amar es compartir, no competir
	Jueves	6:00pm – 6:40pm	Caminando juntos
3ra	Martes	6:00pm – 6:40pm	Escúchame, necesito decir algo
	Jueves	6:00pm – 6:40pm	Perdonar, el mejor regalo
4ta	Martes	6:00pm – 6:40pm	Todo lo grande, empieza siendo pequeño
	Jueves	6:00pm – 6:40pm	Conocer para valorar
5ta	Martes	6:00pm – 6:40pm	El amor echa fuera el temor
	Jueves	6:00pm – 6:40pm	Pornografía, la droga silenciosa
6ta	Martes	6:00pm – 6:40pm	Volver a empezar
	Jueves	6:00pm – 6:40pm	Saber usar y descansar

Martes 6:00pm – 6:40pm El privilegio de educar

Diseño del Programa

Tabla 3.

Sesión 1

Eje: Educación de la afectividad	
Numero de fase/ sesión/ encuentro	1 Tiempo 40 minutos
Tema:	Rana que no canta algo tiene en su garganta
Objetivo:	Orientar mediante la psicoeducación a una sana afectividad personal para poder expresar sin temor cada uno de los sentimientos abarcados.
Desarrollo de la actividad	Mediante la psicoeducación se definen los conceptos de afectividad y analfabetismo afectivo, mostrando las consecuencias de este último, que es la inexpressión de los sentimientos, para finalizar se propone la realización de una carta individual en la que cada uno expresa sus sentimientos actuales. Esta sesión es orientada a padres de familia e hijos.
Recursos	Hojas de block, lapiceros, computador, video beam, programa Microsoft (power point).
Presupuesto	\$20.000

Tabla 4.

Sesión 2

Eje: Educación de la afectividad	
2	Tiempo 40 minutos

Numero de fase/ sesión/ encuentro	Número de Participantes	30
Tema:	Se atrapan más moscas con miel que con hiel	
Objetivo:	Proporcionar pautas para el uso de una sana afectividad utilizando las buenas palabras obteniendo una grata convivencia familiar.	
Desarrollo de la actividad	Pautas para una sana afectividad, mostrando los buenos resultados de esta, aquí se dan orientaciones a los padres de familia e hijos a cómo poder dirigirse en virtud de las buenas palabras para alcanzar mejor una mejor convivencia familiar.	
Recursos	Computador, video beam, programa Microsoft (power point).	
Presupuesto	\$20.000	

Tabla 5.

Sesión 3

Eje: Educación de la afectividad		
Numero de fase/ sesión/ encuentro	3	Tiempo 40 minutos
		Número de Participantes 30
Tema:	Amar es compartir, no competir.	
Objetivo:	Orientar a que los miembros de la familia identifiquen el lenguaje de amor que manejan mediante un test, para que de esta manera puedan tener muestras de cariño en el ámbito familiar.	
Desarrollo de la actividad	Encuentro reflexivo sobre la manera de amar de cada miembro de la familia, por lo cual mediante el libro 5 lenguajes del amor (ver anexo 1) se exponen dichos conceptos y se finaliza con el test (ver anexo 2) https://sisuparejas.com/test-los-5-lenguajes-del-amor/ propiciando un espacio de conocimiento familiar.	
Recursos	Libro 5 lenguajes del amor, computador, video beam, programa Microsoft (power point).	

Presupuesto \$80.000

Tabla 6.

Sesión 4

Eje: Educación de los hijos	
Numero de fase/ sesión/ encuentro	4
Tiempo	40 minutos.
Número de Participantes	30
Tema:	Caminemos juntos.
Objetivo:	Establecer un espacio de reflexión mediante un ensayo mental orientado por un guion escrito previamente en el que los miembros de la familia descubran la importancia y los aportes que cada uno tienen dentro de la misma.
Desarrollo de la actividad	En este taller se desarrollará el tema de la importancia de la familia, se anima a vivir en una total armonía, para lo que es necesario caminar juntos, mediante un ensayo mental con el guion de “las maletas” (ver anexo 3) que consiste en recrear la historia de la familia que sale a un esperado viaje, pero en el camino ocurren situaciones inesperadas y todos terminan separados, al final la familia se restituye, esto con el objetivo de valorar las acciones de cada miembro de la familia.
Recursos	Hojas block, tijeras, guión de “las maletas”, música instrumental, equipo de sonido.
Presupuesto	\$50.000

Tabla 7.

Sesión 5

Eje: Educación de los hijos	
	5
Tiempo	40 minutos.

Numero de fase/ sesión/ encuentro	Número de Participantes	30
Tema:	Escúchame, necesito decir algo.	
Objetivo:	Incentivar a el dialogo entre padres e hijos propiciado por un juego de roles en el que cada uno restituya los comportamientos del otro, terminando con la exposición de las cosas que admiran de cada miembro.	
Desarrollo de la actividad	A través de un juego de roles se busca que cada miembro sea capaz de ponerse en el lugar de los demás para comprender el comportamiento de esa otra persona desde su propia perspectiva, finalmente se dispone el ambiente a un momento de dialogo en el que cada uno irá compartiendo las cosas que admiran y valoran de cada miembro de la familia y se terminará dialogando qué cosas hay por mejorar en la familia.	
Recursos	Corbatas, chaquetas, gorras, cuadernos, bolsos, ambientación del escenario.	
Presupuesto	100.000	

Tabla 8.

Sesión 6

Eje: Educación de los hijos		
Numero de fase/ sesión/ encuentro	6	Tiempo 40 minutos
		Número de Participantes 30
Tema:	Perdonar, el mejor regalo	
Objetivo:	Propiciar un espacio para el perdón en medio de la familia estableciendo una nueva manera de verse y aceptarse.	
Desarrollo de la actividad	Como parte expuesta en esta sesión se hablará del perdón y de sus niveles, se dispone a una reflexión del perdón en la que padres e hijos humildemente se excusarán por algún hecho cometido.	
Recursos	Confites.	
Presupuesto	\$10.000	

Tabla 9.

Sesión 7

Eje: Educación de los hijos			
Numero de fase/ sesión/ encuentro	7	Tiempo	40 minutos
		Número de Participantes	10
Tema:	Todo lo grande empieza siendo pequeño		
Objetivo:	Establecer un dialogo socrático con los adolescentes en el que se lleva a reflexionar acerca de los cambios que presentan en esta etapa de sus vidas y mediante un ensayo mental proyectar su futuro en 10 años.		
Desarrollo de la actividad	Por medio del dialogo socrático se cuestiona a los adolescentes frente a los cambios de su etapa, animándolos a un esfuerzo máximo en su día a día y mediante un ensayo mental se proyectarán en su futuro dentro de 10 años.		
Recursos	Choco ramos y pony maltas, para hacer un compartir en medio del dialogo.		
Presupuesto	30.000		

Tabla 10.

Sesión 8

Eje: Educación de la sexualidad			
Numero de fase/ sesión/ encuentro	8	Tiempo	40 minutos
		Número de Participantes	10
Tema:	Conocer para valorar		
Objetivo:	Proponer un dialogo en el que se expongan pensamientos sobre el valor y la misión del cuerpo humano, seguidamente de la exposición teórica del mismo, logrando un mayor conocimiento.		

Desarrollo de la actividad	En una reunión con los adolescentes se utiliza el dialogo socrático determinando el conocimiento del cuerpo, seguido a esto se expone teóricamente las partes del cuerpo, de una manera madura y sensata, mostrando el valor inmenso del cuerpo y todo lo que se logra con su buen uso y cuidado, se exponen también medios para darle el verdadero valor del cuerpo. (Ver anexos)
Recursos	Computador, video beam, programa Microsoft (power point).
Presupuesto	\$20.000

Tabla 11.

Sesión 9

Eje: Educación de la sexualidad			
Numero de fase/ sesión/ encuentro	9	Tiempo	40 minutos
		Número de Participantes	10
Tema:	El amor echa afuera el temor		
Objetivo:	Mostrar le experiencia de distintas parejas que tuvieron una preparación previa a su matrimonio en afectividad y sexualidad alcanzando resultados admirables en distintos aspectos de su vida actualmente.		
Desarrollo de la actividad	Taller reflexivo en el que por medio de videos se mostrará la experiencia de distintas parejas que mediante la espera han tenido matrimonios exitosos, debido a una preparación previa. (Ver anexos)		
Recursos	Computador, video beam, youtube.		
Presupuesto	\$20.000		

Tabla 12.

Sesión 10

Eje: Pornografía			
Numero de fase/ sesión/ encuentro	10	Tiempo	40 minutos
		Número de Participantes	30
Tema:	Pornografía la droga silenciosa.		
Objetivo:	Mostrar la realidad de la pornografía y sus efectos en la persona mediante una psicoeducación para padres de familia y adolescentes.		
Desarrollo de la actividad	Haciendo uso de la psicoeducación, se trata entonces a profundidad conceptos, riesgos, consecuencias, cifras, soluciones sobre la pornografía. (Ver anexo)		
Recursos	Computador, video beam, Google drive.		
Presupuesto	\$20.000		

Tabla 13.

Sesión 11

Eje: Pornografía			
Numero de fase/ sesión/ encuentro	10	Tiempo	40 minutos
		Número de Participantes	10
Tema:	Volver a empezar		
Objetivo:	Ofrecer técnicas de control emocional para quienes deseen una ayuda idónea en la prevención o mitigación del consumo de pornografía.		
Desarrollo de la actividad	Esta sesión consiste en técnicas de control emocional dadas a quienes desean dejar a un lado el uso de pornografía.		
Recursos	Computador, video beam, programa Microsoft (power point).		
Presupuesto	\$50.000		

Tabla 14.

Sesión 12

Eje: Pornografía			
Numero de fase/ sesión/ encuentro	11	Tiempo	40 minutos
		Número de Participantes	30
Tema:	Saber usar y descansar		
Objetivo:	Ofrecer pautas para un correcto uso de la tecnología, ofreciendo tiempos ideales de manejo mediante una psicoeducación.		
Desarrollo de la actividad	Mediante el juego de roles, se hará la demostración de cómo cada miembro de la familia le da uso a la tecnología y al manejo de las redes sociales, finalmente se darán pautas para un adecuado manejo de los mismos.		
Recursos	Computador, video beam, programa Microsoft (power point).		
Presupuesto	\$30.000		

Tabla 15.

Sesión 13

Eje: Pornografía			
Numero de fase/ sesión/ encuentro	12	Tiempo	40 minutos
		Número de Participantes	20
Tema:	El privilegio de educar		
Objetivo:	Indicar la importancia e influencia de la presencia de los padres en la vida de sus hijos siendo la base para una mejor sociedad.		
Desarrollo de la actividad	Taller reflexivo para padres de familia en el que delata la importancia y el valor que tienen en la vida de sus hijos, aquí se hacen recomendaciones finales de páginas digitales y libros que pueden adquirir para el ejercicio de la educación de los hijos.		
Recursos	Computador, video beam, programa Microsoft (power point).		
Presupuesto	\$30.000		

Análisis de viabilidad del programa

<p>Fortalezas</p> <ul style="list-style-type: none"> -Programa integral y completo que une a padres e hijos en una formación afectiva y social. -Valora la importancia de la presencia de los padres en la vida de los hijos. -Asiste en pro de la familia. -Actúa sobre un tema actual y de interés. -Suple la falta que hay acerca de programas similares. -Teóricos mencionados con la experiencia en el tema. 	<p>Debilidades</p> <ul style="list-style-type: none"> -Tiempo tardado en elaborar y culminar el diseño. -Ausencia de técnicas de recolección de datos. -Programa de corto tiempo.
<p>Oportunidades</p> <ul style="list-style-type: none"> -Posibilidad de expandir este diseño de programa a distintas partes, dado la ausencia de los mismos. -Interés de los padres de familia por el programa tras la pandemia Covid- 19. 	<p>Amenazas</p> <ul style="list-style-type: none"> -Inasistencia de los usuarios a largo de las sesiones. -Replicación de terceras personas que no han estado involucradas en la creación del diseño del programa.

Evaluación del programa

Un mes antes de la realización del programa se realizará una entrevista semiestructura a padres de familia y otra a adolescentes (*ver anexo 12*) en la que se palpará la necesidad de cada uno de la formación afectiva y sexual. Esta entrevista consta de seis preguntas orientadas a los padres de familia y 3 dirigidas a los adolescentes de la familia. Se espera que los resultados obtenidos sean oportunos para la aplicación del contenido del programa.

Al finalizar cada sesión se realizará una evaluación del tema abordado por medio de Kahoot! De esta manera se propicia un espacio de esparcimiento y de estudio que permite la disposición y el ánimo de los participantes a continuar ejerciendo el programa.

Conclusiones

La sexualidad es parte esencial del ser y de la personalidad, desde donde brotan las vivencias. Es una parte muy importante de la persona y frecuentemente le recuerda su identidad. A lo largo del tiempo crecen los índices de violencia en las relaciones personales, en abusos infantiles, en distintos factores que degradan al ser humano, la pornografía es una droga silenciosa que de cierta manera se esconde detrás de esto.

Como se ha visto a lo largo de este trabajo la familia juega un factor muy importante en la sociedad y en la vida de cada persona, percibiendo el valor de esto se ha propuesto este diseño de programa, dando un aporte a mejores formas de comunicarse y de expresar los sentimientos del día a día, propiciando que los adolescentes encuentren en su familia un amparo frente a una sociedad que no da abasto con las alarmas digitales que presenta. Por otro lado, entendiendo que los padres de familia, en ocasiones no tuvieron la mejor educación afectiva y sexual, se presenta métodos que animan a ejercer una mejor educación de sus hijos, procurando no repetir la historia.

Los impactos de la pornografía en las personas son cada vez mayores debido a la facilidad que las páginas en internet se multiplican, por eso se hace necesario la prevención, comprendiendo que en temas de sexualidad es mejor llegar una hora antes que cinco minutos después. Debido a la usencia de programas de prevención del consumo de pornografía, se permite que este sea uno de educación integral que se inquieta por abordar distintos temas oportunos para los alcances determinados.

Recomendaciones

Se recomienda continuar con la extensión de la formación afectiva y sexual por medio de programas que sirvan de apoyo para padres de familia en la educación de sus hijos y de la misma manera en la prevención de consumo de pornografía en los adolescentes, previniendo futuros daños en sus relaciones interpersonales.

En otra instancia se anima a continuar demostrando el valor de la familia y el bien que ocasiona cuando funciona en una manera estructurada y todos sus miembros van en conjunto.

Por otro lado, se sugiere realizar el programa familiar acudiendo a todas las sesiones propuestas, esto para la obtención de mejores resultados en la familia que decide ejercerlo.

Finalmente, ir en pro de una verdadera educación sexual mostrando a los jóvenes que están hechos para más y no minimizarlos en su manera de ver el cuerpo y el amor.

Referencias

10. *La educación sexual por Cristián Conen*. (2015, septiembre 22). Youtube.
<https://www.youtube.com/watch?v=SXoBqMCaPbE>
- Aceves Márquez, G. A., Berrocal Duran, J. C., & Bula Carreño, J. C. (2021).
Incidencia en el consumo de pornografía infantil en Colombia y México
durante el confinamiento en el primer semestre del 2020. *Legem*, 7(1),
11-32. <https://doi.org/10.15648/legem.1.2021.2983>
- Actis, C. C., & Mestre-Bach, G. (2021, marzo 25). Consecuencias del uso
excesivo de pornografía en los adolescentes. *The Conversation*.
<http://theconversation.com/consecuencias-del-uso-excesivo-de-pornografia-en-los-adolescentes-155731>
- Afectividad*. (s/f). Upmx.mx. Recuperado el 6 de diciembre de 2021, de
<https://biblio.upmx.mx/estudios/documentos/afectividad0114.asp>
- Aznar, A. (s/f). *Son Tus Hijos*. Sontushijos.org. Recuperado el 6 de diciembre de
2021, de <http://www.sontushijos.org/articulo/8064-8064.html>
- Badia, A. (2019, febrero 21). TERAPIA COGNITIVO-CONDUCTUAL: qué es y
qué técnicas utiliza. *Psicologia-online.com*. <https://www.psicologia-online.com/terapia-cognitivo-conductual-que-es-y-que-tecnicas-utiliza-4395.html>

- Ballester, L., Orte, C. y Pozo, R. (2014). Estudio de la nueva pornografía y relación sexual en jóvenes. *Revista Andaluza de Ciencias Sociales*, 165-178- Sexo en general sin preservativo
- Benoit, J. (2006). Cómo tener éxito en tu vida afectiva y sexual. *Editorial Palabra*.
- Bulot, C., Leurent, B., & Collier, F. (2015). *Pornographie, comportements sexuels et conduites à risque en milieu universitaire*. *Sexologies*, 24(4), 187–193. <https://doi.org/10.1016/j.sexol.2015.09.007>
- Concepto de Educación Familiar*. (s/f). Jimdofree.com. Recuperado el 6 de diciembre de 2021, de <https://famiyaiescuela.jimdofree.com/contenidos/tema-2-educacion-familiar/concepto-de-educaci%C3%B3n-familiar/>
- Conde García, Abner. *Programa de prevención de adicción a la pornografía en la adolescencia temprana*. Universidad de Alcalá, 2021
- Cristian, & Conen. (2018). *Ecología de la familia: Herramientas para fundar, cuidar, desarrollar y restaurar las relaciones familiares*. Universidad de la Sabana.

Dussault, Éliane (2018). « Évaluation du programme de prévention de la sexualisation précoce "On est encore des enfants!" destiné à des enfants âgés de 10 à 12 ans » Mémoire. Montréal (Québec, Canada), Université du Québec à Montréal, Maîtrise en sexologie.

Educación de la Afectividad - Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo.
(2019, noviembre 25). Edu.pe.

<http://www.usat.edu.pe/articulos/educacion-de-la-afectividad/>

El valor de la educación afectiva con niños en situación de vulnerabilidad acogidos en instituciones de protección: Un modelo de trabajo social basado en la cotidianidad. (s/f). Mepiar.com. Recuperado el 6 de diciembre de 2021, de <https://www.mepiar.com/el-valor-de-la-educacion-afectiva-con-ninos-en-situacion-de-vulnerabilidad-acogidos-en-instituciones-de-proteccion-un-modelo-de-trabajo-social-basado-en-la-cotidianidad/>

Ernst, M., Pine, D. S., & Hardin, M. (2006). Modelo triádico de la neurobiología de la conducta motivada en la adolescencia. *Medicinapsicológica*, 36(3), 299–312.

Godoy, D., Eberhard, A., Abarca, F., Acuña, B., & Muñoz, R. (2020). Psicoeducación en salud mental: una herramienta para pacientes y familiares. *Revista médica Clínica Las Condes*, 31(2), 169–173.

Gómez, A., Rojas, L., García, M., y Orjuela, V. (2020) *Erotismo en tiempos de emergencia sanitaria (Covid-19), en estudiantes de la Facultad de Psicología de la Universidad Católica de Colombia*. [Trabajo de grado, Universidad Católica de Colombia] Repositorio Institucional Universidad Católica de Colombia - RIUCaC.

<https://repository.ucatolica.edu.co/bitstream/10983/25287/1/DEF%20GOMEZ%20ROJAS%20GARCIA%20%26%20ORJUELA.pdf>

González, E. (s/f). *EDUCAR EN LA AFECTIVIDAD*. Surgam.org. Recuperado el 6 de diciembre de 2021, de <http://www.surgam.org/articulos/504/12%20EDUCAR%20EN%20LA%20AFECTIVIDAD.pdf>

José G. Saavedra, Monografias.com. (s/f). *Familia: tipos y modos*. Monografias.com. Recuperado el 6 de diciembre de 2021, de <https://www.monografias.com/trabajos26/tipos-familia/tipos-familia.shtml>

Ley 115 de 1994. Ley General de Educación y Desarrollos Reglamentarios. Bogotá, D.C.: Autor. Ministerio de Educación Nacional.

Lindqvist, L. (2013). Sexualundervisning i högstadieskolor: En litteraturstudie i vad sexualundervisningen omfattar samt den professionellas roll i ungdomars sexualfostran.

- Lobato, R. M., & De Dios González, S. (2017, agosto 30). *¿Sabes qué es la psicología social y por qué es tan importante?*
Lamenteesmaravillosa.com. <https://lamenteesmaravillosa.com/sabes-que-es-la-psicologia-social-y-por-que-es-importante/>
- Londoño Rozo, M., & Restrepo Gutierrez, Y. (2019). Diseño de un proyecto pedagógico para la sexualidad en el CDI Andalucía de Envigado, Antioquia.
- Mahecha López, M. J. (2016). *Seminario-Taller de Educación Sexual para la formación en valores que respeten la vida humana Dirigido a mujeres jóvenes estudiantes de enseñanza media* (Bachelor's thesis, Universidad de La Sabana).
- Moya, A. V. (2021, enero 20). *Pornografía y adolescencia: la otra pandemia*. Mundo Deportivo. <https://www.mundodeportivo.com/vidae/psicologia-bienestar/20210120/491660738239/pornografia-y-adolescencia-la-otra-pandemia.html>
- Ortiz, J. (2019, octubre 8). *La importancia de educar la afectividad y los sentimientos*. Compartirenfamilia.com.
<https://compartirenfamilia.com/emociones/la-importancia-de-educar-la-afectividad-y-los-sentimientos.html>

Pascual, F. (2013). Familia y Educación Sexual. *Escuela de Familias. Son Tus Hijos*.

<http://www.sontushijos.org/articulo/8082-8082.html>

Pélissié, I. (2015a). *Mamá, enséñame a amar. La educación afectiva y sexual de tu hija preadolescente*. Editorial Palabra.

Pélissié, I. (2015b). *Papá, enséñame a amar. La educación afectiva y sexual de tu hijo preadolescente*. Editorial Palabra.

Por qué es importante la educación integral en sexualidad. (2018, febrero 16).

Unesco.org. <https://es.unesco.org/news/que-es-importante-educacion-integral-sexualidad>

Save the Children. (2020, septiembre 22). *Informe de Save the Children: Casi 7 de cada 10 adolescentes consumen pornografía, a la que acceden por primera vez a los 12 años*. Savethechildren.es.

<https://www.savethechildren.es/notasprensa/informe-de-save-children-casi-7-de-cada-10-adolescentes-consumen-pornografia-la-que>

Sierra, Juan Carlos; Perla, Felipe; Santos-Iglesias, Pablo. *Culpabilidad sexual en jóvenes: influencia de las actitudes y la experiencia sexual*. Revista Latinoamericana de Psicología, vol. 43, núm. 1, 2011, pp. 73-81

Rothman, E., & Adhia, A. (2016). *Adolescent pornography use and dating violence among a sample of primarily black and hispanic, urban-residing, underage youth. Behavioral Science*, 6(1), 1-11. <https://doi.org/10.3390/bs6010001>

Tokumura, O. (2015). *Pornografía Online: Una nueva adicción*. Madrid, España: Editorial Voz de papel.

Velasco, A., & Gil, V. (2017, enero). La adicción a la pornografía: causas y consecuencias. *Drugs and addictive behavior*, 2(1), 122. ISSN 2463-1779.
<https://www.funlam.edu.co/revistas/index.php/DAB/article/view/2265/1703>

Villena Moya, A. y Chiclana Actis, C. (2019). Consecuencia del uso de pornografía: Informe breve. *Psicosomática y Psiquiatría*, 7.

Vivas-García, M., Cuberos, M.A., Albornoz-Arias, N., Mazuera-Arias, R., y Carreño-Paredes, M.T. (2017). Escuela y familia, vínculo indisoluble en la educación sexual de los niños y adolescentes en el contexto fronterizo Norte de Santander y Táchira. En Albornoz-Arias, N., Mazuera-Arias, R., Espinosa-Castro, J.F. (Ed.), *Adolescencia: su relación con la familia, educación y sexualidad. Un enfoque transdisciplinario* (pp.103-134). Barranquilla, Colombia: Ediciones Universidad Simón Bolívar.

[https://repositorioinstitucional.ceu.es/bitstream/10637/7126/1/50%20somb
ras%20de%20la%20pornograf%c3%ada.pdf](https://repositorioinstitucional.ceu.es/bitstream/10637/7126/1/50%20somb
ras%20de%20la%20pornograf%c3%ada.pdf)

Anexo

Anexo 1. Sesión 1

DANIELA DÍAZ.
Importa de lo que hacemos el amor que le ponemos

¿Cuál es nuestra misión en la vida?

«Hablar con los padres es algo fundamental e imprescindible».
Inés Pólassi

¿Tenemos un cuerpo para amar!

¿CÓMO CREEN QUE PODEMOS AMAR A TRAVÉS DE NUESTRO CUERPO?
(EXPERIENCIAS)

En cuanto a la sexualidad

- NO ES SOLO LA GENITALIDAD
- EXPLICARLES QUE ES ALGO QUE TRASCIENDE
- ¿QUÉ PASA SI SOLO HABLO DE MÉTODOS ANTICONCEPTIVOS?
- A ESTA EDAD SE FORJA SU FUTURO Y SU PERSONALIDAD

Vamos a lo profundo de nuestro corazón

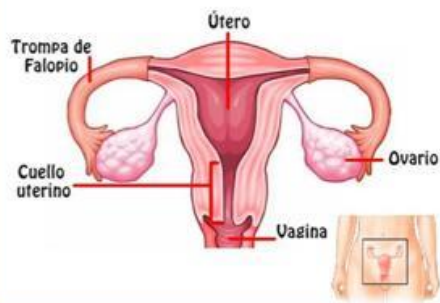
El anuncio de la pubertad.

UN CUERPO PARA AMAR Y DAR VIDA.

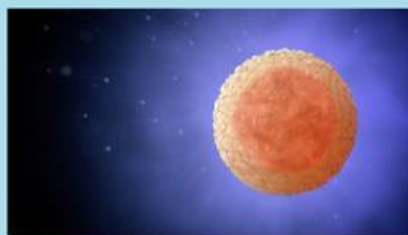
LA REGLA.

LA EYACULACION.

Aparato reproductor femenino

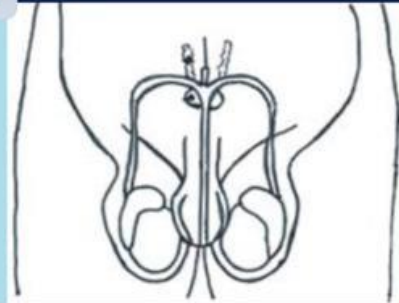


Ovario



Aparato reproductor masculino

10 de 14



Espermatozoide

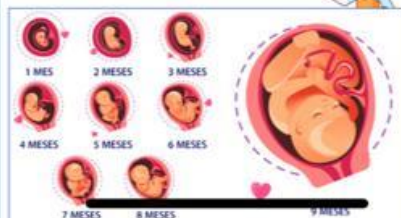


UN CUERPO PARA AMAR Y DAR VIDA.



UN CUERPO PARA AMAR Y DAR VIDA.

ESTADOS DE GESTACIÓN



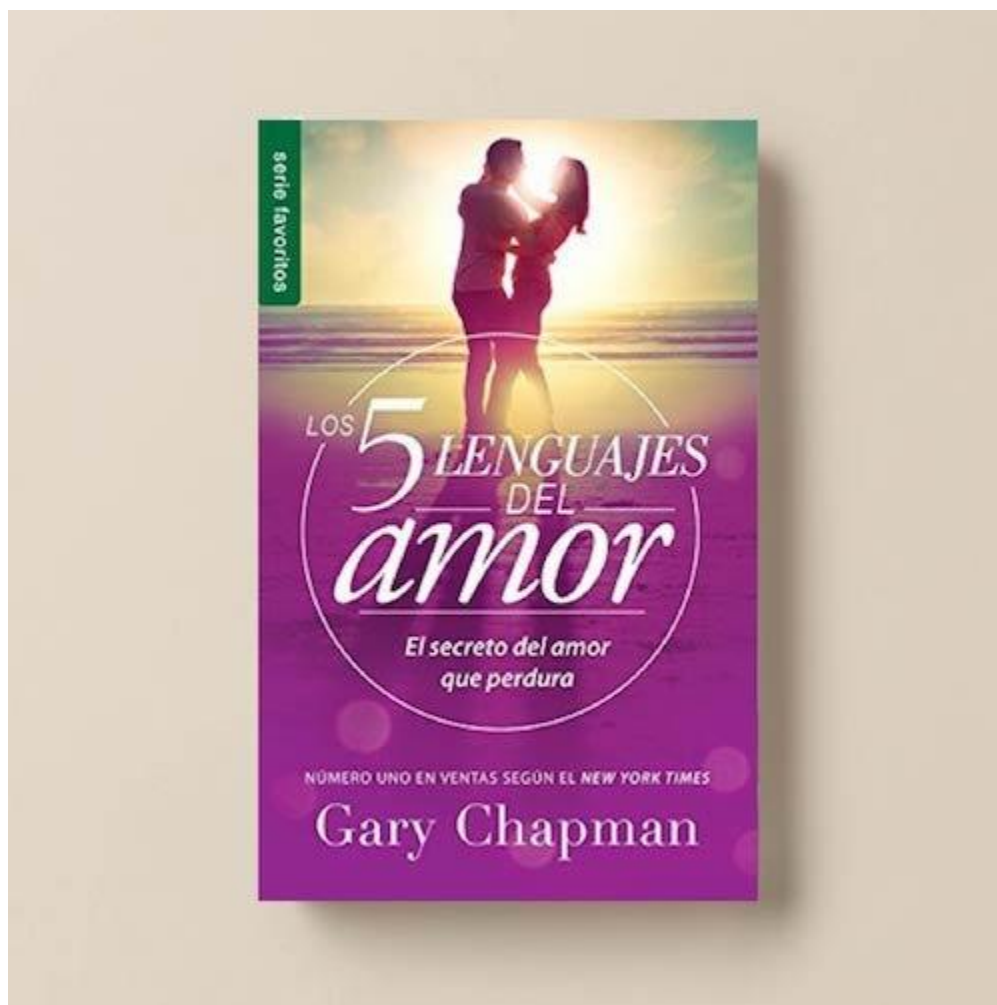


Riesgos a los que están expuestos:

- MASTURBACION
- PORNOGRAFIA

Libros recomendados

- 
- 
- 

Anexo 2. Sesión 3**Anexo 3. Sesión 3**

<https://sisuparejas.com/test-los-5-lenguajes-del-amor/>

Anexo 4. Sesión 4

Dinámica De Las Maletas

1. Se les pide a los participantes que escriban los nombres de las cuatro personas más importantes de su vida.

2. Que imaginen todo lo que se les va a decir y mantengan los ojos cerrados según se les indique.

Narrador: van a emprender un viaje con esas cuatro personas especiales cada una va dentro de una maleta muy especial. Llegan al aeropuerto se registra y das indicaciones que por favor tengan mucho cuidado con las cuatro maletas que son muy importantes para ti. Estando ya en el vuelo escuchas la voz de la azafata que dice

Azafata: queridos pasajeros abrochen sus cinturones que estamos pasando una turbulencia.

Narrador: tú te asustas piensas en como estarán tus seres queridos en la maleta. De repente vuelves a escuchar la voz de la azafata, pero esta vez dice

Azafata: El piloto perdió el control del avión sujétense fuerte porque vamos a tener un aterrizaje forzado.

Narrador: Efectivamente el avión choco en medio de la selva, Pero gracias a Dios los pasajeros estaban vivos; tú lo primero que piensas es en buscar tus maletas, las encuentras y te das cuenta que están todas las cuatro y se encuentran bien.

Ahora tienes que pensar en cómo salir de allí. Empiezas a caminar con tus maletas y te encuentras con un carro lo paras y le pides que por favor te ayude a salir de ese lugar, el chofer del carro te dice

Chofer del Carro: claro yo te puedo ayudar, pero solo tengo campo para ti y tres maletas, lo siento mucho pero debes dejar una maleta.

Narrador: tú te pones muy triste y porque tienes que dejar a una de esas cuatro personas que tanto amas. (en estos momentos piensa a quien vas a dejar, ya no podrás volver a ver a esa persona, abre los ojos y escoge entre los cuatro papelitos y déjalo.

Narrador: vuelve a cerrar tus ojos, te montas al carro con las tres maletas que te quedan, pero llegan a un gran río y el señor del carro te dice que hasta aquí te puede llevar, pero que no te preocupes que siempre pasan lanchas por este lugar. Efectivamente ves que se acerca una lancha y tu muy contento la llamas, la lancha para y tú le pides que te ayude que debes salir de allí. El lanchero te dice:

Lanchero: si claro yo te puedo llevar pero hay un problema tengo muchas cosas en mi lancha y solo te puedo llevar a ti y dos maletas.

Narrador: te pones triste miras las maletas y no eres capaz de decidir, pero el lanchero te apura para que tomes una decisión (abre tus ojos y mira los tres papelitos que te quedaron, decide a cuál de estos seres queridos vas a dejar, ya no podrás verlo de nuevo, ni abrazarlo, pero debes seguir.) cierra nuevamente los ojos y mótate a la lancha que debes de continuar con el camino. Después de un largo viaje río abajo el lanchero te dice que hasta allí te puede dejar. Tú te bajas con tus dos maletas, las abrazas es lo único que te queda. A lo lejos vez que una moto se acerca y le pides ayuda. La señora de la moto te dice.

Motociclista: mótate yo te voy a llevar, pero como vez la moto es muy pequeña y solo puedes llevar una maleta debes dejar una.

Narrador: Nuevamente tu corazón se parte en pedazos pues no quieres dejar a esa persona que tanto quieres, que te necesita y que te falta tanto por compartir con ella, piensas en esos montos que no pudiste o no quisiste compartir con él. (Abre tus ojos mira muy bien esos dos papeles que te quedan ¿Con cuál te vas a quedar? ¿Tal vez el más frágil? ¿El que más te necesita? Con el que te faltó pasar más tiempo. Bueno, tienes que tomar la decisión y dejarlo allí. Pues debes continuar.... Te montas en la moto y llegan a un camino donde la moto ya no puede pasar es un puente y debes de pasarlo caminando. Te bajas de la moto y te diriges al puente cuando pones un pie en el puente este rechina y te das cuenta que no soportara el peso tuyo y de la maleta.... Si quieres salvarte debes de dejarla. Pasas muy triste el puente caminando cuando llegas al final el puente se cae y te das cuenta que esa persona que tanto amas el ultimo ser querido que te quedaba se quedó al otro lado y ya no podrás volverlo a ver, con el corazón roto recordando todos los momentos vividos y los que te faltaron por vivir sigues caminando como sin rumbo y te encuentras con unos rescatistas que te dicen que no te preocupes que ellos te van ayudar que volverás a casa te llevan a una carpa donde están todas las personas rescatadas para que recibas los primeros auxilios y al entrar en la carpa te das cuenta que allí están tus cuatro seres queridos que los habían rescatado, corres los abrazas muy fuerte, le das gracias a Dios por tenerlos de nuevo contigo, te das cuenta que Dios te está dando otra oportunidad para continuar y valorar a tus seres queridos.

Anexo 5. Sesión 8

DANIELA DÍAZ.
 Importa de lo que hacemos el amor que le ponemos

¿Por qué es importante la educación de la afectividad?

«Hablar con los hijos es algo fundamental e imprescindible».
 Inés Pelissié

"Hablar una hora antes, es mejor que hablar cinco minutos tarde".

¿DESDE QUÉ EDAD LE EMPIEZO A HABLAR A MI HIJO DE SEXUALIDAD?
 (EXPERIENCIAS)

6 de 9

En cuanto a la sexualidad

NO ES SOLO LA GENITALIDAD EXPLICARLES QUE ES ALGO QUE TRASCIENDE ¿QUÉ PASA SI SOLO HABLO DE MÉTODOS ANTICONCEPTIVOS? A ESTA EDADE SE FORJA SU FUTURO Y SU PERSONALIDAD

Recurre al corazón de tu hijo

El anuncio de la pubertad.

UN CUERPO PARA AMAR Y DAR VIDA.

LA REGLA – RECOMENDACIONES PARA PADRES.

LA EYACULACION. ¿CÓMO EXPLICARLES?



Riesgos a los que están expuestos:

- MASTURBACION
- PORNOGRAFIA



INTENTAR QUE TU HIJO SEPA QUE LE QUIERES, AUN CUANDO LE CORRIGES



BUSCAR ESPACIOS IDEALES PARA EL DIALOGO



DEMOSTRARLES QUE PAPÁ Y MAMÁ SE AMAN Y TIENEN MUESTRAS DE CARINO ENTRE ELLOS



FORMARSE EN LA EDUCACIÓN DE LOS HIJOS

Tips para la afectividad y sexualidad




Anexo 6. Sesión 9

<https://www.youtube.com/watch?v=QeW3oeNNBpg>

Anexo 7. Sesión 9

https://www.youtube.com/watch?v=8YL_5qZDLPE

Anexo 8. Sesión 10

<h1>Pornografía la droga silenciosa</h1> <p>Presentado por Daniela Díaz Psicóloga en formación</p>	
<ul style="list-style-type: none">• Introducción• Concepto de pornografía• Tipos de pornografía• Problemática• Factores determinantes• Consecuencias• Soluciones• Diseño de programa• Recomendaciones• Referencias	
<h2>¿Qué es la pornografía?</h2>	
<p>Es cualquier imagen que conduce a la persona a usar a alguien más para su propio placer sexual. Dicha imagen puede ser visual, auditiva o literaria; pues se considera material pornográfico los chats eróticos y cierta literatura. La pornografía está vacía de amor, intimidad, relación o responsabilidad y es altamente adictiva. Laris (2020).</p>	

<h2>Tipos de pornografía</h2>	<p>Softcore o suave</p> <p>Se denomina así porque su contenido no es explícito, la pantalla no muestra los genitales, ni relaciones; la gran mayoría de actores aparecen tapados, y muchas veces, es usado para la publicidad</p>
	<p>Mediumcore o Medio:</p> <p>En este género muestran los cuerpos desnudos, pero sus posturas aparecen con menor grado de provocación.</p>
	<p>Hardcore o Duro:</p> <p>Se considera duro, porque su material es totalmente explícito; ya sea vaginal, anal u oral e incluso puede utilizar otros instrumentos para alcanzar el placer. Estos contenidos se dividen en porno: heterosexual, homosexual y bisexual. También existen las fantasías como la Zoofilia, la Pedofilia (la que implica participación de niños aproximadamente de 13 años de edad) y la Transexual. Se destaca que las parafilias juegan un papel importante dentro de esta división</p>
<h2>Problema</h2>	
<ul style="list-style-type: none"> • En los últimos 5 años ha eumentado el 281 % • Lospadres parecen incautos de lo que sucede. • En España el inicio de consumo es desde los 10 años, en Estados Unidos desde los 9 años. • El 90% de los jóvenes lo hacen mientras están haciendo tareas. • El 90% de las escenas más vistas tienen por lo menos una forma violenta contra la mujer. • Es la primera forma de educación sexual: "esta es tu capacidad de ser masculino"el 52% de divorcios en EE.UU es por esto. • Se considera que hay 7.000.000 de personas son víctimas de trata de personas en el mundo. (pornografía y prostitución). OIT. • EL 86% de las personas que buscan ayuda psicológica por comportamiento sexual compulsivo lo hace por consumo de pornografía. • Los índices de transmisión sexual crecieron un 205% • Los casos de maltrato infantil crecieron 1400% 	
<h2>Factores determinantes</h2>	<ul style="list-style-type: none"> ■ Ausencia de educación afectiva y sexual en la familia. ■ Personas con familias disfuncionales. ■ Personas con problemas escolares. ■ Que tiendan a tener adicciones, ■ Patologías psiquiátricas, depresión, TDH, TOC, ansiedad. ■ Uso problemático de los dispositivos. ■ Personas con tendencia al aburrimienti, a la tristeza, a la irritabilidad.

<p>Factores determinantes</p> <hr style="border-top: 1px dashed black;"/>	<ul style="list-style-type: none"> ■ Alta impulsividad, alta búsqueda de la novedad. ■ Personas con dificultad a la regulación emocional. ■ Personas con problemas escolares. ■ Baja auto estima, alta introversión. 		
<p>Consecuencias</p>			
<ul style="list-style-type: none"> ■ Físicas ■ Espirituales 		<ul style="list-style-type: none"> ■ Psicológicas ■ Sociales 	
<p>Soluciones</p>			
<p>Cuidados naturales</p> <p>Dormir bien Nutrición buena Aficiones Naturaleza Creatividad</p>	<p>Psicológicas</p> <p>Competencias- Desarrollar virtudes. Personalidad Seguridad Crecimiento personal Educación sexual Estrategias conductuales Evitar estímulos, aumentar otros</p>	<p>Diseño de programa</p> <p>Ver próxima diapo.</p>	

Diseño de programa

Educación de la afectividad

Rana que no canta algo tiene en su garganta.
Se atrapan más moscas con miel que con hiel.
Amar es compartir, no competir.
Escúchame, necesito decir algo

Educación de los hijos

Caminando juntos.
Escúchame, necesito decir algo

Perdonar, el mejor regalo.
Todo lo grande, empieza siendo pequeño.

El privilegio de educar

Educación de la Sexualidad

Conocer para valorar.

Sexualidad plena

El amor echa fuera el temor

Pornografía

Sácame del frío

Volver a empezar

Saber usar y descansar

Recomendaciones



APRENDAMOS
a AMAR



Referencias	
	<ul style="list-style-type: none"><li data-bbox="792 323 1240 352">01 Abrazo de amor, Rosario Laris<li data-bbox="792 443 1224 472">02 Carlos Chiclana, Pornografía.<li data-bbox="792 558 1260 617">03 Nieves Gonzalez, Aprendamos a Amar.<li data-bbox="792 669 1273 728">04 Oscar Tokumura, La pornografía online.<li data-bbox="792 781 1247 810">05 Juvid, 180°, deja la pornografía

Anexo 9. Sesión 10

<https://drive.google.com/file/d/1ML3M1a4xK22-PQhXXoEWV0GNSBRh21BX/view?usp=sharing>

Anexo 10. Sesión 11

<https://www.youtube.com/watch?v=uCaoUBVYPOM>

Anexo 11. Sesión 12

¿QUÉ NECESITO PARA UN BUEN MANEJO DE LA TECNOLOGIA?

- Sentido de la propia eficacia, es decir, involucrame en nuevas tareas y responsabilidades.
- Sentido de pertenencia al grupo: desarrollando una ética social que será imprescindible a la hora de convivir y sentirse a gusto con el mundo.
- Sentido de responsabilidad: actuar de acuerdo con lo que decimos y hacemos, pensar en los demás, hacer que confíen en nosotros

MENSAJES CLAVES

- No te creas todo lo que veas en Internet, hay mucha información falsa y errónea.
- Haz caso sólo a la información que estás buscando, sin distraerte con otras.
- Desconfía cuando te toque algo o te ofrezcan algún premio, es probable que te pidan algo a cambio

MENSAJES CLAVES

- No respondas a mensajes o mails en los que te amenacen o te digan cosas que te hagan sentir mal.
- Piensa bien las cosas que publicas en las páginas de redes sociales, ya que cualquier persona puede ver esa información.
- Si tienes algún problema, habla con tus padres, seguro que pueden ayudarte a solucionarlo.

Algunos consejos



- Antes de empezar, decide cuánto tiempo vas a jugar
- Planifica tu tiempo de estudio y tu tiempo libre
- Si estás cansado, enfadado o no has dormido bien, no es el mejor momento para jugar a videojuegos.
- Si juegas online con otros jugadores conectados, recuerda que no debes hablar con desconocidos.

Anexo 12.

PAPÁS

1. ¿A cuáles desafíos se ha enfrentado en la educación afectiva y sexual de sus hijos?

2. ¿Qué estrategias utilizan para la educación sexual y afectiva de sus hijos?

3. ¿Cómo considera la formación afectiva y sexual que tiene su hijo?

4. ¿Cómo fue la educación afectiva y sexual que recibiste?

5. ¿En qué temas crees que como papá o mamá necesitar formarte para brindar una mejor educación a tus hijos?

6. ¿Crees que tu hijo tiene los conocimientos sobre afectividad y sexual suficientes que le puedan evitar el consumo de pornografía?

HIJOS

7. En tu adolescencia ¿con qué dudas de afectividad y sexualidad te has enfrentado?

8. ¿Crees que has recibido de tus padres una integral educación sexual?

9. Ante dudas de este tipo ¿has recurrido a información de tus amigos o de internet?
