

# Hablemos sobre el sexo

Un Plan de Clase tomado de: “Derechos, Respeto, Responsabilidad: Un Currículo para K-12”. Promoviendo el respeto y la responsabilidad a través de la educación sexual apropiada para la edad.

## ALINEACIÓN NSES:

Al final del 8º grado los alumnos podrán:

**SH.8.IC.1** – Demostrar una comunicación efectiva y habilidades de comunicación para reducir o eliminar el riesgo de contraer una ETS, incluyendo el VIH.

**PR.8.IC.2** – Demostrar una comunicación efectiva y habilidades de negociación acerca del uso de los anticonceptivos, incluyendo la abstinencia y los condones.

**GRADO META:** Grado 7  
Lección 9

**TIEMPO:** 50 Minutos

## MATERIALES:

- Hojas de Trabajo: “La Comunicación Asertiva” 1 a 5, una copia para cada tres alumnos
- Tarea: “Hablando en Texto: ¿Qué Quieres Decir?”, una por alumno
- Lápices en caso de que los alumnos no tengan
- Pizarra blanca o bloc de hojas para rotafolio
- Marcadores para pizarra blanca o para hojas para rotafolio

## OBJETIVOS DE APRENDIZAJE:

Al finalizar esta lección los alumnos podrán:

1. Describir tres tipos distintos de comunicación utilizada por las personas. [Conocimiento]
2. Demostrar como usar eficazmente la comunicación asertiva en las relaciones. [Conocimiento, Habilidad]

## UN APUNTE SOBRE EL LENGUAJE:

El lenguaje es muy importante e intencionalmente hemos tenido mucho cuidado acerca del lenguaje usado a lo largo de todo este currículo.

Podría notar un lenguaje menos familiar a lo largo del currículo: el uso del pronombre “ellos” en lugar de “ella” o “él”; el uso de nombres de género neutros en escenarios y dramatizaciones, y referencias a “alguien con una vulva” en lugar de “chica” o “mujer”. Esto pretende que el currículo sea inclusivo para todos los géneros e identidades de género. Necesitará determinar por sí mismo cuánto y qué tan a menudo puede hacerlo en su colegio y aula, y deberá realizar los ajustes de acuerdo con eso.

## PROCEDIMIENTO:

**PASO 1:** Pregúnteles a los alumnos: “¿cuántos de ustedes tienen la habilidad de leerle la mente a las personas?”. Los alumnos probablemente parezcan confundidos, y unos cuantos podrían levantar la mano al darse cuenta que es una broma. Diga: “exactamente. No podemos leer las mentes unos a los otros, así que, si queremos tener una buena relación con las personas, necesitamos aprender a comunicarnos con ellas de manera efectiva. Esto incluye las relaciones familiares, las amistades y las relaciones románticas. Hoy nos vamos a enfocar en la comunicación acerca de los temas de sexo y sexualidad”.

Pregunte: “¿qué es lo que a veces dificulta la comunicación acerca del sexo?”. Algunas posibles respuestas podrían incluir:

- “Me da mucha vergüenza hablar sobre el tema”.
- “No quiero alterar a la otra persona por quererlo discutir”.
- “Me pongo nervioso de pensar que si lo menciono terminen su relación conmigo”.
- “Es demasiado trabajo; yo solo quiero tener un novio o novia”.
- “Yo no quiero fisgonear, y no quiero que ellos me hagan preguntas sobre cosas que podrían no ser de su incumbencia”.

## Hablemos sobre el sexo

*Un Plan de Clase tomado de: "Derechos, Respeto, Responsabilidad: Un Currículo para K-12".*

Diga: "si bien todas estas son razones por las cuales las personas a menudo no pueden comunicarse en una relación, ninguna relación puede perdurar sin comunicación. Cuando se trata de la comunicación acerca de las conductas sexuales o las relaciones, también hay otras cosas en juego, porque estamos hablando de evitar hablar sobre las ETS y/ o sobre el embarazo". (5 minutos)

**PASO 2:** Explique que la FORMA en que nos expresamos es tan importante como lo que DECIMOS cuando nos estamos tratando de comunicar. Diga: "podemos comunicarnos agresivamente, pasivamente o asertivamente". A medida que dice lo anterior, escriba las palabras Agresivo, Pasivo y Asertivo sobre la pizarra o el rotafolio. Diga: "ser **AGRESIVO** es cuando alguien trata de obtener lo que quieren intimidando a la otra persona para que ceda.

Ser **PASIVO** es cuando una persona es tímida o no expresa claramente sus necesidades; o cuando no habla claro acerca de lo que ELLA quiere, sino que acepta lo que quiere la otra persona.

"Ser **ASERTIVO** es cuando decimos lo que deseamos o queremos expresar sin herir a la otra persona".

Pregunte: "¿qué pasaría si alguien nos invitara a salir pero no estuviéramos interesados en esa persona? Si fuéramos **PASIVOS**, ¿cómo reaccionaríamos?"

**Algunas posibles respuestas podrían incluir:**

- "Probablemente diría que sí aunque no quisiera".
- "Yo diría: 'déjame pensarlo. ¿Te puedo mandar un mensaje de texto más tarde?', y nunca lo enviaría".

Pregunte: "¿por qué esa no es una manera efectiva de responder?"

**Algunas posibles respuestas podrían incluir:**

- "Porque terminaríamos haciendo algo que no queremos hacer".
- "Porque no es justo para la otra persona".

Pregunte: "¿cómo responderían a esa misma pregunta si fueran **AGRESIVOS**?"

**Algunas posibles respuestas podrían incluir:**

- "¿Salir contigo? ¿Estás bromeando? ¡Perdedor!".
- "Mmm... no".

Pregunte: "¿por qué esa no es una manera efectiva de responder?"

**Algunas posibles respuestas podrían incluir:**

- "Porque es grosero, y puede causar que la otra persona se sienta mal".
- "Porque entonces se vuelve sobre lo que queremos nosotros, y las relaciones deberían de ser sobre lo que quieren ambas personas".

Pregunte: "¿cómo responderían a esa misma pregunta si fueran **ASERTIVOS**?"

## Hablemos sobre el sexo

Un Plan de Clase tomado de: “Derechos, Respeto, Responsabilidad: Un Currículo para K-12”.

### Algunas posibles respuestas podrían incluir:

- “Estoy interesado en otra persona, pero muchas gracias”.
- “Me gustas mucho como amigo, pero no más que eso”.

Pregunte: “¿por qué esa sí es una manera efectiva de responder?”.

### Algunas posibles respuestas podrían incluir:

- “Porque las necesidades de ambas personas son importantes”.
- “Porque la persona dijo lo que sentía, pero sin ofender a la otra persona”.

**Nota para el maestro:** Es posible que algunos alumnos insistan que la comunicación agresiva es el modo de hacer las cosas, viendo únicamente el resultado, que es obtener lo que quieren. Si esto sucede, trate de facilitar una discusión sobre el tema. Pregunte: “si pueden obtener lo que quieren sin lastimar a la otra persona, ¿no tendría más sentido hacerlo de esa manera? ¿Por qué o por qué no?”. También puede hablar sobre situaciones en donde podría ser apropiado hablar en un tono más agresivo, para reforzar las lecciones anteriores sobre la prevención del acoso escolar.

Diga: “así que, es fácil definir términos. Ahora lo que vamos a hacer es practicar la comunicación acerca de sexo con una pareja.” (8 minutos)

**PASO 3:** Organice a los alumnos en grupos pequeños de tres (no más de cuatro). Pídeles que decidan quién en el grupo va a tomar notas, y asegúrese de que ese alumno tenga un lápiz o una pluma. Alce una de las hojas de trabajo y diga: “le voy a dar a cada grupo una hoja que tiene una afirmación que le hizo una persona a su novio o novia, y que tiene algo que ver con el sexo o la sexualidad. El nombre de esa persona es ‘Pareja A’; la otra persona será ‘Pareja B’. El trabajo consiste en responderle a la Pareja A de manera ASERTIVA (no agresiva, no pasiva). La Pareja B quiere quedarse en la relación con la Pareja A.

“Cuando reciban las hojas, hablen entre ustedes acerca de lo que podría ser una respuesta efectiva y asertiva para rehusar el comportamiento que se les propone. Una vez que hayan resuelto lo de su respuesta, escríbanla en la segunda línea marcada la Pareja B. Solo tienen alrededor de dos minutos, así que necesitan trabajar con rapidez. ¡POR FAVOR NO VAYAN A CONTINUAR CON LAS DEMÁS LÍNEAS! Una vez que todos hayan escrito sus respuestas les daré más instrucciones. Por favor mantengan en mente que esta actividad necesita seguir las reglas del colegio: nada de diálogo violento; nada inapropiado”.

Conteste cualquier duda sobre las instrucciones y luego distribuya las hojas, indicándoles a los alumnos que esperen hasta que se hayan distribuido todas las hojas. Dígales a los alumnos que comiencen, y recuérdelos que tienen únicamente dos minutos para llegar a una respuesta. Camine alrededor del aula a medida que trabajan, contestando sus preguntas y recordándoles que no deberán continuar con las demás respuestas. A medida que camina alrededor del aula, verifique el lenguaje para asegurarse de que estén cumpliendo con el trabajo y no escribiendo cosas tontas o inapropiadas.

Luego de dos minutos, pídeles a todos que paren de escribir. Pídale a cada grupo que le pase su hoja al grupo vecino, en el sentido de las agujas del reloj. Diga: “ya que han sido la Pareja B, ahora van a ser la Pareja A. Lean el escenario original escrito a máquina, y lo que propuso

## Hablemos sobre el sexo

*Un Plan de Clase tomado de: “Derechos, Respeto, Responsabilidad: Un Currículo para K-12”.*

el grupo anterior como una respuesta asertiva. Luego, en grupo, propongan una nueva respuesta para la Pareja A. Mantengan en mente que la Pareja A tal vez quiera realmente tener sexo, o que lo esté intensamente considerando. Una vez que hayan llegado a lo que sienten que es una respuesta efectiva, escríbanla. Únicamente tienen dos minutos más para esto. Por favor NO pasen de la Pareja A”.

Luego de unos minutos, dígalos a los alumnos que paren y nuevamente pídeles que pasen sus hojas al grupo vecino en el sentido de las agujas del reloj. Así, otra vez serán la Pareja B y tendrán que darle una respuesta a la Pareja A, quien nuevamente y, de forma asertiva, se rehúsa a ese comportamiento. Continúe con la actividad hasta que se llenen todas las hojas. Permita un poco más de tiempo en cada ronda, para que los alumnos puedan leer las respuestas anteriores antes de escribir las suyas. Recuérdeles a los alumnos, según sea necesario, que sus respuestas deberán ser asertivas en lugar de pasivas o agresivas. Una vez que se hayan llenado las hojas, pídeles que las intercambien una última vez. Luego, deles a los grupos un minuto para leer sus hojas completas en sus grupos pequeños. (18 minutos)

**PASO 4:** Pídale a cada grupo que escoja dos voluntarios que pasarán al frente del aula a leer sus diálogos. Luego de que cada grupo haya leído su hoja, asegúrese de que la clase le aplauda a cada uno. Tómese un momento para preguntarle a la clase qué tan realista pensaron que fue esta discusión, y si la Pareja B permaneció asertiva a lo largo del ejercicio.

Luego de que todos los grupos hayan leído sus diálogos, procese la actividad con las siguientes preguntas:

- “¿Cómo se sintió hacer eso?”
- “¿Hubo algo que los sorprendiera de lo que escucharon?”
- “¿Qué pensaron de las formas en las que la Pareja A y la Pareja B se comunicaron?”
- “¿Cuáles son algunos ejemplos específicos que escucharon?”
- “¿Cuáles fueron algunas cosas que dijo la Pareja B que les gustaron, o que pensaron que serían particularmente efectivas?”

**Nota para el maestro:** *En la mayoría de los casos, las dos personas que escogerán los alumnos serán un chico y una chica, con el chico como la Pareja A. Si esto sucede, indíqueles esto a los alumnos:*

- “¿Qué notaron acerca de las parejas que estuvieron al frente del aula?”

Pregúnteles a los alumnos si alguien más supuso que las parejas eran de cierto género y por qué. Pregúnteles si piensan que es realista que una chica le ponga presión a alguien para tener sexo, o que un chico quiera rehusarse a tenerlo. Pregúnteles cómo piensan que serían estos escenarios en una relación entre personas del mismo sexo; ¿qué esperarían si las Parejas A y B hubieran sido dos chicos o dos chicas?

**Nota para el maestro:** *Es probable que dos alumnos del mismo sexo se paren al frente del aula de vez en cuando. Si son dos chicos, por ejemplo, uno de ellos podría actuar de la forma en que perciba que actuaría una chica, para representar una pareja de hombre y mujer aunque las hojas de trabajo no indican ningún género. Esto podría producir algunas risas en*

## Hablemos sobre el sexo

Un Plan de Clase tomado de: “Derechos, Respeto, Responsabilidad: Un Currículo para K-12”.

*la clase. Si esto sucediera, sería importante mencionar la risa y preguntarle a la clase: “¿la actuación representó un retrato acertado de cómo habla o actúa una chica?”. Pregúntele a la clase qué es lo que piensan que están tratando de transmitir los actores. En la mayoría de los casos admitirán que estaban tratando de mostrar una pareja gay. Si ese es el caso pregunte: “¿qué puede pasar cuando estereotipamos a las personas de esta forma?” y procese las respuestas. ¡No sea disciplinario! Esta puede ser una gran oportunidad para una discusión si les muestra que está abierto a explorar el tema, en lugar de actuar como si alguien estuviera en problemas. (Este escenario también puede ocurrir con dos chicas, con una actuando estereotípicamente como un chico, pero es menos probable que cause revuelo. (15 minutos)*

**PASO 5:** Resuma la lección mencionando los siguientes puntos:

- Estar en una relación no significa que esa persona tiene que dejar de ser quien es, ni dejar a un lado sus propias necesidades.
- En una relación sana, ambas personas deberían poder expresarse abiertamente, y también escuchar, apreciar y aceptar las necesidades de la otra persona.
- Un acuerdo de compromiso es parte de toda relación. Esto significa que a veces uno cede y, en otras ocasiones, cede la otra persona. Pero si una persona cede más que la otra, entonces es una relación desigual y malsana.
- Es importante apegarnos a nuestras creencias y a las decisiones que tomamos, aun si son distintas de lo que digan las personas que nos rodean.
- Nadie deberá hacer algo sexual en una relación si no se sienten 100% listos para hacerlo.

Explíqueles que muchas veces las personas se comunican más por mensajes de texto que en persona, así que la tarea asignada consistirá en ver algunos ejemplos de personas enviándose mensajes de texto, para determinar qué tan efectivas piensan que son. Distribuya las hojas de tarea y pídale que las completen y las traigan de vuelta para la próxima clase. (4 minutos)

## EVALUACIÓN RECOMENDADA DE LOS OBJETIVOS DE APRENDIZAJE A LA CONCLUSIÓN DE LA LECCIÓN:

El repaso de los distintos tipos de comunicación cumplirá con el primer objetivo de aprendizaje. Las hojas de trabajo sobre la comunicación asertiva están diseñadas para cumplir con el segundo objetivo.

### TAREA:

Los alumnos deberán completar la hoja de trabajo “Hablando en Texto: ¿Qué Quieres Decir?”, para aplicar las habilidades aprendidas en la clase sobre la comunicación asertiva cuando se comuniquen por mensajes de texto.

## La Comunicación Asertiva - Hoja de Trabajo #1

una respuesta asertiva en este diálogo. Cuando se les indique, pásenle la hoja al siguiente grupo y esperen nuevas instrucciones. **Por favor solo llenen un espacio. NO completen el formulario entero.**

Pareja A: “Más temprano vi a Sam y a Kayla. Dijeron que, después de todo, habían decidido tener relaciones sexuales. Yo sé que tú y yo dijimos que íbamos a esperar, pero si ellos lo van a hacer, ¿no estaría bien también para nosotros?”.

Pareja B

Pareja A

Pareja B

Pareja A

Pareja B

## Comunicación Asertiva - Hoja de Trabajo #2

**Instrucciones:** La Pareja A realmente quiere recibir algo de la Pareja B. Sin embargo, la Pareja B no quiere hacer lo que la Pareja A quiere hacer. Trabajen con su grupo para proponer una respuesta asertiva en este diálogo. Cuando se les indique, pásenle la hoja al siguiente grupo y esperen nuevas instrucciones. **Por favor solo llenen un espacio. NO completen el formulario entero.**

Pareja A: “¿Por qué no hacemos solo sexo oral? No podríamos contraer una ETS por hacerlo”.

Pareja B

Pareja A

Pareja B

Pareja A

Pareja B

## Comunicación Asertiva - Hoja de Trabajo #3

**Instrucciones:** La Pareja A realmente quiere recibir algo de la Pareja B. Sin embargo, la Pareja B no quiere hacer lo que la Pareja A quiere hacer. Trabajen con su grupo para proponer una respuesta asertiva en este diálogo. Cuando se les indique, pásenle la hoja al siguiente grupo y esperen nuevas instrucciones. **Por favor solo llenen un espacio. NO completen el formulario entero.**

Pareja A: “Es nuestra primera vez teniendo sexo; no necesitamos usar condones o tomar anticonceptivos”.

Pareja B

Pareja A

Pareja B

Pareja A

Pareja B



## Comunicación Asertiva - Hoja de Trabajo #4

**Instrucciones:** La Pareja A realmente quiere recibir algo de la Pareja B. Sin embargo, la Pareja B no quiere hacer lo que la Pareja A quiere hacer. Trabajen con su grupo para proponer una respuesta asertiva en este diálogo. Cuando se les indique, pásenle la hoja al siguiente grupo y esperen nuevas instrucciones. **Por favor solo llenen un espacio. NO completen el formulario entero.**

Pareja A: “si no estás dispuesto a hacerlo conmigo, entonces voy a buscar a otra persona que sí quiera”.

Pareja B

Pareja A

Pareja B

Pareja A

Pareja B

## Comunicación Asertiva - Hoja de Trabajo #5

**Instrucciones:** La Pareja A realmente quiere recibir algo de la Pareja B. Sin embargo, la Pareja B no quiere hacer lo que la Pareja A quiere hacer. Trabajen con su grupo para proponer una respuesta asertiva en este diálogo. Cuando se les indique, pásenle la hoja al siguiente grupo y esperen nuevas instrucciones. **Por favor solo llenen un espacio. NO completen el formulario entero.**

Pareja A: “No quiero usar condones cuando tengamos sexo. ¡Es como si dijeras que soy sucio o algo así!”.

Pareja B

Pareja A

Pareja B

Pareja A

Pareja B

## TAREA: Hablando en Texto: ¿Qué Quieres Decir?

Nombre: \_\_\_\_\_ Fecha: \_\_\_\_\_

**Instrucciones:** Los siguientes son ejemplos de mensajes de texto entre dos personas. En el espacio que se proporciona, explica lo que piensas que la persona dos quiere decir con sus respuestas. ¿Qué hubieran podido poner en el mensaje para que fuera más claro?

1. Persona Uno: “La pasé bien contigo anoche”.

Persona Dos: “Grax”.

---

---

2. Persona Uno: “Ey estaba pensando n ti”.

Persona Dos: “Ok”.

---

---

3. Persona Uno: “Stas molesto conmigo?”.

Persona Dos: “???”.

---

---

4. Persona Uno: “Salimos + tarde?”.

Persona Dos:



---

---

**Instrucciones:** La Pareja A realmente quiere recibir algo de la Pareja B. Sin embargo, la Pareja B no quiere hacer lo que la Pareja A quiere hacer. Trabajen con su grupo para proponer