

IS-6	Lluvia de ideas sobre las implicaciones psicológicas de los cambios corporales en uno y otro sexo.	CURSO 1º
IDENTIDADES		
Cambios biofisiológicos.		
TIPO: Ob.		
Asignatura: Ciencias sociales, tutoría.		

OBJETIVOS.

1. Reconocer las implicaciones psicológicas de los cambios biofisiológicos en el propio y el otro sexo.
2. Fomentar el diálogo sobre los cambios en la pubertad, alentando la igualdad entre los sexos, evitando ridiculizaciones y discriminaciones.
3. Potenciar actitudes positivas hacia la sexualidad exponiendo las implicaciones psicológicas, las emociones y sensaciones asociadas a los cambios biopsicológicos por medio de un diálogo abierto entre los sexos.
4. Propiciar un clima de respeto y confianza.

GUION DE TRABAJO.

A	Se les pide al alumnado que expresen ideas en voz alta referidas al título siguiente: “Si yo fuera chico, viviría los cambios de la pubertad...” y “Si yo fuera chica, viviría los cambios de la pubertad...” Las chicas contestan en el apartado de los chicos y los chicos en el de las chicas.
B	Se anotan todas las ideas en la pizarra, la cual estará dividida en dos partes, una para cada sexo, y cada una de ellas a su vez incluirá una lista con los diferentes cambios. La ficha IS 6.1. representa el esquema para distribuir la pizarra en apartados, así como una lista de adjetivos de signo positivo y negativo para expresar ideas y sentimientos respecto a los cambios.
C	Se realiza una síntesis de las ideas expresadas y se sacan conclusiones.

OBSERVACIONES METODOLOGICAS Y TEORICAS PARA EL PROFESORADO.

Esta técnica permite al alumnado comprometerse en la expresión de ideas, facilita que todos puedan hablar y ser escuchados, permite que reflexionen y hagan el esfuerzo de colocarse en el lugar de la otra persona. Todo ello puede contribuir a que entiendan mejor lo que les está ocurriendo tanto a chicas como a chicos.

El grupo debe expresar el mayor número de ideas sobre el tema planteado, durante el tiempo que dure el ejercicio.

El educador o la educadora presenta brevemente el tema y explica el procedimiento y las reglas de juego que se han de seguir. Lo importante es la cantidad de ideas, la calidad se discutirá posteriormente. Todas las ideas se aceptan, sin discutir ninguna.

La función del profesorado es la de animar y la de estimular la creatividad del grupo, haciendo preguntas, observaciones y comentarios. Sería también conveniente que del educador o educadora haga hincapié en las diferencias que se producen en el ritmo de los cambios. El desarrollo de la pubertad se produce de forma diferente en cada persona. Es importante en este momento insistir en el concepto mismo de sexualidad, la manera de vivir el resultado de la sexuación, hay tantas formas de sexuación, tantos "sexos" como personas (Amezúa, 1979). La sexualidad es la manera de vivir el propio proyecto sexual, es el modo de estar en el mundo en tanto que mujer y en tanto que hombre, por tanto, hay tantos modos de vivir la sexualidad como personas. Podemos decir que además de ser mujer u hombre porque tenemos un cuerpo sexuado, cada persona tiene su propia manera de serlo, diferente de los demás.

Por otro lado, en esta actividad, es también importante insistir de nuevo en los mitos relacionados con el tamaño de los órganos sexuales y de las funciones fisiológicas del cuerpo, como la menstruación y la eyaculación, eliminando todo tipo de temores respecto a los mismos.

Otros aspectos importantes a tratar aquí son la higiene, la normalidad de las eyaculaciones nocturnas, primeras fantasías sexuales o comportamientos como la masturbación. No basta sólo con trabajar aspectos fisiológicos de estos cambios, sino que también se deben tratar los cambios en el ámbito psicológico y social, los cuales tienen implicaciones muy importantes en las personas jóvenes, como son la autoestima sexual y la imagen corporal.

MATERIALES.

FICHA IS 6.1.

<u>“Si yo fuera chica me sentiría...”</u>	<u>“Si yo fuera chico me sentiría...”</u>
<ul style="list-style-type: none">• Aparición acné• Crecimiento vello en las axilas• Aumento el peso y la altura• Crecimientos de los pechos• Aumento del tamaño de la vagina• La vulva se hace más rosada y húmeda• Labios mayores aumentan de tamaño• Redondeamiento de las caderas• Aparición de la regla• Crecimiento del vello púbico• Lubricaciones vaginales espontáneas• Surgimiento de fantasías y sueños sexuales• Excitación sexual• Atracción por apariencia física de. otras personas	<ul style="list-style-type: none">• Aparición acné• Crecimiento del vello en las axilas• Aumento el peso y la altura• El pene aumenta de tamaño y se oscurece• Los testículos se agrandan• Crecimiento óseo y musculatura• Aparición de la eyaculación• Erecciones espontáneas• Aparece vello púbico• Aparición vello por el resto del cuerpo• La voz se hace más grave• Aparición de fantasías y sueños sexuales• Atracción por apariencia física de otras personas• Excitación sexual

A continuación te presentamos un listado de adjetivos de signo positivo y negativo que pueden expresar lo que sienten las personas adolescentes ante los cambios arriba indicados.

Agrado	Preocupación
Alegría	Ansiedad
Entusiasmo	Inquietud
Orgullo	Nerviosismo
Bienestar	Dificultad
Tranquilidad	Malestar
Normalidad	Intranquilidad
Naturalidad	Tensión