

DS-28	Afrontando las situaciones de presión.	CURSO 4º
DESEO		
Habilidades.		
TIPO: Ob.		
Asignatura: Ética, tutoría.		

Fuente: LOPEZ, F. "Educación sexual de adolescentes y jóvenes". Siglo XXI. 1995

OBJETIVOS.

1. Aprender a **afrontar situaciones de presión** para tener relaciones sexuales, a través de una comunicación asertiva y la defensa de valores y principios propios.
2. Potenciar una **ética personal** que se fundamente en el respeto a las decisiones que toda persona pueda tomar para tener relaciones sexuales.
3. Favorecer el desarrollo de la **empatía entre los sexos** que permita ponerse en el lugar de la otra persona y comprender mejor sus necesidades, con el fin de evitar cualquier forma de imposición o presión para tener relaciones sexuales.

GUION DE TRABAJO.

A	Dividir al grupo en dos equipos A y B y pedir dos personas voluntarias (si es posible un chico y una chica) para hacer de jueces.
B	Explicarles que es un concurso para ver qué equipo da mejores respuestas a frases de chicos y chicas que presionan a sus compañeros a tener relaciones sexuales.
C	El profesor o la profesora será el animador del juego, leyendo cada frase en voz alta.
D	Después de leída la frase los equipos se reúnen y formulan una buena respuesta. El primer equipo que tenga la respuesta levantará la mano.
E	El equipo dice la respuesta en voz alta y si es buena, el profesor o la profesora y los jueces juzgarán, el equipo obtendrá un punto.
F	El juego continua hasta finalizar con todas las frases. El equipo ganador es el que tenga más puntos.
G	Al finalizar analizar los puntos de discusión de la ficha

OBSERVACIONES METODOLOGICAS Y TEORICAS PARA EL PROFESORADO.

El profesor o la profesora debe explicar al grupo que en la vida real se dan este tipo de situaciones. Es importante que les subraye la importancia de ser capaz de responder con seguridad y argumentos ante situaciones o expresiones de presión.

Aprender a ser asertivos, aprender a decir no a situaciones de riesgo, a una comunicación sincera y sin ambigüedades con nuestros compañeros y compañeras, constituye un repertorio de habilidades sociales y personales, que sin duda, ayudarán a los adolescentes a afrontar y protegerse de los riesgos que, en ocasiones, conlleva la experiencia sexual compartida.

FICHA DS28.1.

Expresiones de presión	
Frases de presión	Respuestas
1.- Todos lo hacen	1.- Bueno, pero yo soy yo. Además no creo que todos lo hagan.
2.- Si me amarás tendrías relaciones sexuales conmigo.	2.- Si me amas, respetarás mis sentimientos y no me obligarás a hacer algo que no quiero y a lo que no estoy preparado/a.
3.- Si no tienes relaciones sexuales conmigo, romperemos nuestra relación	3.- Si eso es lo que piensas adelante, me duele esta separación, pero será lo mejor para los dos.
4.- Sé que lo quieres hacer, pero tienes miedo de lo que diga la gente	4.- Si lo quisiera hacer te lo hubiera dicho claramente, pero no es así. Y lo que diga la gente no influye en esta decisión.
5.- Tienes que crecer y madurar, no puedes ser siempre niño/a.	5.- Por tener relaciones sexuales no eres más maduro o dejas de ser un niño/a. Crecer significa tomar mis propias decisiones de forma razonada y responsable.
6.- Eres un/a estrecho/a, quítate esos miedos y hazlo	6.- No me convencerás poniéndome etiquetas, y además no me gusta que otros me digan lo que tengo que hacer. Se muy bien que no quiero riesgos ni problemas en este momento.
7.- Tú quieres hacerlo tanto como yo	7.- Habla por ti mismo/a, yo no pienso como tú. A mí me gusta ir despacio y planificar mi vida.
8.- Si quieres ser popular y ser reconocido/a entre los/as amigos tienes que hacerlo	8.- No necesito el sexo para ser popular y aceptado entre mis amigos/as, éstos me valoran por lo que soy.
9.- Pero tengo que hacerlo!	9.- El sexo no es una obligación o algo que tienes que hacer porque esté de moda o porque los demás lo hagan. Si yo puedo esperar tú también.
10.- Cuanto antes lo hagas mejor, sino todos sabrán que eres virgen	10.- No tengo ninguna prisa por hacerlo, prefiero esperar a tenerlo claro, a tener más información y elegir la persona adecuada. No me importa que sepan que soy virgen, a cada persona le llega su momento.

<p>11.- Si tomas “algo” (bebida, droga...) te ayudará a dar el paso.</p> <p>12.- Si no te decides me iré con otra persona</p> <p>13.- Muchas de tus amigas-os lo han hecho, sólo faltas tú</p> <p>14.- Si te quedas embarazada, ya buscaremos una solución</p> <p>15.- No sabes lo que te pierdes</p>	<p>11.- No gracias. No quiero tomar nada que me haga perder el control y no saber lo que estoy haciendo.</p> <p>12.- Está bien, no me gustan las amenazas y por lo tanto lo mejor es que encuentres otra persona.</p> <p>13.- Lo que decidan mis amigos/as es asunto suyo. Yo he decidido esperar y esa es mi decisión</p> <p>14.- .No gracias, la solución es prevenir y no esperar a las consecuencias de tener relaciones sexuales no protegidas.</p> <p>15.- No me importa, tengo toda la vida para averiguarlo.</p>
---	--

Cuestiones para la discusión

1.- ¿Os ha resultado fácil encontrar respuestas adecuadas a las frases de presión?

2.- ¿A quién crees que le resulta más fácil presionar para mantener relaciones sexuales? ¿Al chico o a la chica? ¿Porqué?

3.- Si tu pareja, amigo o amiga te sigue presionando a mantener relaciones sexuales ¿Qué haces?

- a. Decir no y repetirlo sin ofrecer razones.
- b. Evadir la cuestión y pasar a otro tema.
- c. Defender firmemente con argumentos que no quieres tener relaciones sexuales.

4.- ¿Cómo te sientes cuando alguien te presiona insistentemente a tener relaciones sexuales?