



Universidad Nacional Autónoma de México

Facultad de Estudios Superiores Iztacala

“El proceso de reconstrucción de una identidad sexual en adolescentes a través de un curso taller reflexivo-vivencial”

T E S I S
QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE
LICENCIADO EN PSICOLOGÍA
P R E S E N T A

Julio César Pérez Martínez

Directora: Mtra. **Gisel López Hernández**

Dictaminadoras: Mtra. **Herminia Mendoza Mendoza**

Mtra. **Mariel Baca Carmona**



Facultad de Estudios Superiores
IZTACALA

Los Reyes Iztacala, Edo de México, 2023



Universidad Nacional
Autónoma de México

Dirección General de Bibliotecas de la UNAM

Biblioteca Central



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.



*“Sólo podemos ver poco del futuro,
pero lo suficiente para darnos cuenta
de que hay mucho que hacer”*

Alan Turing

“¡Cómo predecir la conducta del hombre!

*Se pueden predecir los movimientos de una máquina,
de un autómatas; incluso intentar predecir la dinámica de la psique humana;
pero el hombre es algo más que psique.”*

Viktor Frankl

*“Siempre he estado buscando la fuerza y la
confianza fuera de mí, pero vienen de dentro.*

Han estado ahí todo el tiempo.” ♥

Anna Freud

Agradecimientos

Quiero agradecer en primer lugar a mis padres, porque sin ellos, yo no habría llegado hasta donde estoy ahora, especialmente, me gustaría reconocer a mi madre, por ser un apoyo incondicional en todo momento y por alentarme a ser mejor cada día, a no rendirme y a seguir luchando por mis sueños, te amo mucho mamá.

A mi Directora de tesis; la Mtra. Gisel, muchas gracias por haber confiado en mí y en mis ideas, así como por haber sido un soporte muy grande para la realización de este proyecto.

A mis asesoras, la Mtra. Herminia y la Mtra. Mariel por haber aceptado formar parte de este equipo de trabajo y por ser un estímulo positivo para mi formación universitaria.

A ti Javier por ser mi compañero de aventuras, mi paño de lágrimas cuando lo necesité y por ofrecerme en todo momento tu cariño incondicional.

A mi querido CCH Vallejo, que me vio crecer durante tres largos años y en el que aprendí a desarrollarme de manera personal y profesional aún en mi etapa como estudiante universitario.

Muchas gracias Mtra. Marisela Calzada por su enorme cariño y atención brindada durante todo este proceso.

A las profesoras María Elena Arias y Zyanya Sánchez por su apoyo en la difusión de esta intervención.

A mi entrañable profesora de Filosofía; Amalia Sandoval, por confiar y creer en mí, gracias por ser una aliada en esta lucha, por sus sabios consejos y por ser una fuente de inspiración.

Muchas gracias a quienes se dieron la oportunidad de haber asistido a mi curso taller, aprendí mucho de ustedes, y las experiencias suscitadas dentro del grupo las llevo en mi corazón.

Y a todos aquellos que de alguna manera estuvieron involucrados en la realización de este proyecto.

¡Muchas gracias! ♥



Índice

Resumen	1
Introducción	2
1. La Psicología Existencial Humanista.....	8
1.1. La Psicología Humanista en México	10
1.1.1. Carl Rogers y el Enfoque Centrado en la Persona	13
1.2. La Fenomenología y la Hermenéutica	17
2. La Sexualidad Humana.....	20
2.1. La Dimensión Biológica	23
2.2. La Dimensión Psicológica.....	25
2.3. La Dimensión Social	26
2.4. La Educación Sexual en México	28
2.4.1. Perfil del Docente Frente a la Educación Sexual.....	30
3. La Adolescencia.....	34
3.1. Adolescencia, Sexualidad e Identidad	37
3.2. Factores que Influyen en el Ejercicio de la Sexualidad Humana en la Adolescencia	39
3.2.1. La Familia	40
3.2.2. Prejuicios y Discriminación.....	42
3.2.3. Los Valores	45
4. Dignidad Humana y Derechos Sexuales	47
4.1. Derechos Sexuales en México	49
4.2. Los Derechos Sexuales y Reproductivos de los Adolescentes	50
5. Metodología Cualitativa.....	59
5.1. Estrategia de intervención: Curso Taller Reflexivo-Vivencial “Re-construyendo mi Sexualidad”	62

Resultados.....	67
Conclusiones	95
Referencias.....	102
Anexos.....	111

Resumen

La adolescencia es considerada como una de las etapas más importantes dentro del desarrollo evolutivo de los seres humanos. Se caracteriza por la aparición de diversos y drásticos cambios a nivel físico, cognitivo, emocional y social, asimismo, durante este periodo, la sexualidad adolescente se configura como una de las múltiples facetas de la identidad personal, sin embargo, los adolescentes se pueden ver obstaculizados en este proceso de conformación y asimilación del sí mismo, lo que podría dificultar el desarrollo de su propia identidad sexual, por ello, se vuelve necesario pensar en estrategias que contemplen estos fenómenos de manera integral y que les permitan a las personas tomar conciencia de sus propios atributos y valoraciones para que puedan ser capaces de generar aquellas descripciones que las definen y caracterizan como seres únicos y sexuados. Para el caso particular de esta investigación, se recurrió a la implementación de un curso taller reflexivo-vivencial con perspectiva Humanista dirigido a la comunidad estudiantil del CCH Vallejo. Para el análisis y presentación de los resultados, se realizó un análisis fenomenológico hermenéutico de los discursos emitidos por las personas participantes con el objetivo de describir y comprender los significados subjetivos que conllevan a la conformación de la identidad sexual en adolescentes.

Palabras clave: *Sexualidad, Adolescencia, Identidad sexual, Análisis fenomenológico hermenéutico.*

Introducción

Sin duda alguna, el tema de la sexualidad humana ha generado que distintos profesionales inmersos en el área de las ciencias de la salud, humanas y sociales, se interesen por querer estudiar y comprender este fenómeno, especialmente dentro de la disciplina psicológica, puesto que su comprensión, ha estado permeada por dos grandes incógnitas que han prevalecido con el paso del tiempo; a la primera de ellas le atañe al intento por tratar de definir dicho fenómeno, pues para lograrlo, numerosos autores, —a través de distintos enfoques—, han realizado múltiples esfuerzos por intentar acuñar una definición universal, lo que claramente recae en una inconsistencia entre teorías, pero también, en una riqueza teórica que complementa su comprensión (Rubio, 1994).

Por otra parte, el estudio de la sexualidad humana se ha enfrentado a concepciones científicas reduccionistas y simplistas, lo que ha ocasionado una segregación del conocimiento y una pérdida de atributos cualitativos que integran dicho fenómeno (Rubio, 1994). Aspectos que han sido claramente criticados y debatidos, sin embargo, esta contraposición de ideas, han dado lugar a perspectivas novedosas que permiten ofrecer una mejor comprensión de los fenómenos que recubren la existencia humana.

Una de estas perspectivas que desde luego, es un claro ejemplo de reivindicación frente a dos paradigmas que dominaban fuertemente a la disciplina psicológica, es la llamada Psicología Humanista, ya que se estableció en un momento histórico de la humanidad que demandaba nuevas respuestas para la comprensión del ser humano y de la sociedad, tratando de establecer premisas que no tuvieran fragmentaciones como lo hacían el Conductismo y el Psicoanálisis respectivamente (Riveros, 2014).

Fue así, que esta perspectiva retomó aspectos que fueron olvidados por estas corrientes, prestando especial atención a la subjetividad y a la experiencia interna, concibiendo a las personas como seres integrales y apostando por cualidades específicamente humanas tales como el amor, la libertad, la creatividad, la capacidad de elección y la imaginación (Riveros,

2014), pues ellas, forman parte del proceso de construcción subjetivo e individual de las personas.

En este sentido, una de las definiciones más acertadas sobre sexualidad que retoma los principios humanistas mencionados anteriormente, es la que estipula la Doctora Elvia Vargas-Trujillo (2007) ya que esta autora sostiene que la sexualidad es un constructo que hace referencia a todo lo que la persona puede decir acerca de su dimensión sexual cuando es capaz de describirse a sí misma. Como consecuencia, la sexualidad humana forma parte de una de las múltiples facetas de la identidad personal, y para incorporarla, la persona debe permitirse responder a la pregunta “¿Quién soy yo sexualmente?”, pues a partir de este cuestionamiento, se podrá llegar a una serie de adjetivos y características particulares que la describen y la convierten en un ser único e inigualable, con una identidad sexual en permanente cambio y construcción.

Como se puede observar, esta definición no escatima en fragmentaciones o divisiones, lo que resulta prudente, si es que estamos hablando de una temática que confiere múltiples significados y representaciones en la vida personal y subjetiva. Sobre todo si nos regimos bajo las premisas de la Psicología Humanista, especialmente, porque de acuerdo con Alejo (2013) el trabajo educativo para el abordaje de la sexualidad demanda nuevas alternativas Humanistas que tomen en cuenta la identidad de las personas como un aspecto único y complejo que concierne a su existencia, por lo que el propósito de educar en sexualidad, debe estar orientado en facilitar a la persona su propio proceso de descubrir y vivir el sentido auténtico de su sexualidad por medio de espacios de reflexión que ayuden a generar el propio autoconocimiento, la valoración personal y la propia identidad humana.

Hasta este punto, me parece importante generar un cuestionamiento con el que creo que vale la pena hacer una reflexión; ¿la conformación de la identidad sexual tiene mayor peso en un determinado momento de la vida?

Tal parece ser que la respuesta es un rotundo sí, pero es entonces, que a partir de este primer cuestionamiento se deriva otro; ¿cuál es ese momento determinado por el que la persona transita —con mayor complejidad— para la construcción de su identidad sexual?

Según Correa (2017) la adolescencia es una de las etapas más importantes del desarrollo de los seres humanos; se caracteriza por múltiples y drásticos cambios en todos los aspectos, de tipo físico, cognitivo, emocional, social, interpersonal e intrapsíquico, lo que se traduce en un proceso de súbita transformación. Y es en la adolescencia, cuando las personas comienzan a desarrollar la capacidad de ser conscientes de su existencia en el mundo, capacidad que les permite poder construir y darle forma a su propia experiencia, lo que los convierte en sujetos activos de la misma y no en entes pasivos. Por lo que es en esta toma de conciencia, que los adolescentes adquieren una intencionalidad en sus actos a los que les confieren un significado en particular.

Otra de las características de esta etapa, se refleja en el constante cuestionamiento que se origina en torno a la propia existencia e identidad personal del adolescente, dando pie a que construya su propio parámetro de ser-en-el-mundo, su propio sistema de valores y su individualidad. Destacando fielmente que dentro de este proceso, se encuentran seres humanos que luchan por hacer de su existencia algo valioso. Y dadas estas características, es que se vuelve necesaria una aproximación teórica desde la Psicología Humanista que permita entender desde dónde se comprende el ser humano, específicamente el adolescente (Correa, 2017).

Por tales razones, es que se afirma que durante esta etapa se comienza a gestar en mayor medida la identidad sexual, ya que se ha encontrado que los adolescentes, son los que generalmente presentan discordancias en torno a la búsqueda de información sobre sexualidad que satisfaga y responda a las demandas originadas a partir de su propio proceso de construcción y cuestionamiento personal, acercándose en mayor medida a sus cuidadores, a sus docentes, o a cualquier otra persona que ellos consideren como una fuente de información confiable a la cuál recurrir y resolver sus inquietudes (Klüsse, 2020).

Lo anterior, permite esclarecer que la sexualidad es un tema de sumo interés para los adolescentes al que le dan especial importancia, y que al mismo tiempo, se ve reflejada la necesidad de contar con estrategias e intervenciones desde las cuales, los profesionales en Psicología podamos dar respuesta a aquellas inquietudes relacionadas a este ámbito tan particular, buscando generar un equilibrio psicológico, afectivo y emocional que permitan el sano desarrollo de una identidad sexual más consciente y auténtica (Egea, 2016).

Y para comprender las temáticas mencionadas anteriormente, es que la presente tesis se encuentra dividida en cinco capítulos. En el primero de ellos se abordará el tema de la Psicología Existencial Humanista y el impacto que esta corriente psicológica ha tenido en nuestro país, consecutivamente, se mencionará a Carl Rogers como uno de los principales exponentes de este enfoque y su renombrado Enfoque Centrado en la Persona, y para concluir, se hará una breve semblanza de la Fenomenología y la Hermenéutica como disciplinas filosóficas que forman parte del sostén teórico y metodológico de dicha perspectiva.

El segundo capítulo hará alusión al fenómeno de la sexualidad humana, en el que se pretende hacer un recorrido por las tres dimensiones que conforman dicho fenómeno: la dimensión biológica, la psicológica y la social, al mismo tiempo que se plantean discusiones en torno a la educación sexual en México y el perfil del docente como facilitador de dicha temática.

En el tercer capítulo se expondrá de manera más detallada la etapa de la adolescencia y su relación con la sexualidad e identidad sexual. De igual forma, se hará alusión a los factores que influyen en el libre desarrollo de la sexualidad tales como la familia, los prejuicios y la discriminación, pero también, en la conformación de valores humanos como una vía para hacer frente a las brechas de exclusión e invisibilización de las experiencias humanas.

El cuarto capítulo estará enfocado en hablar sobre la dignidad humana y los derechos sexuales, ya que son temáticas de sumo interés y que tienen una vinculación estrecha para el ejercicio de la sexualidad humana y para la conformación de la identidad sexual.

Por último, en el quinto capítulo se justificará la metodología empleada para este trabajo así como la exposición de la estrategia de intervención, con la cual, se buscará incidir en la población adolescente por medio de un curso taller reflexivo-vivencial.

Por tal motivo, el objetivo general del presente trabajo es:

- Describir el proceso de reconstrucción de la identidad sexual en adolescentes del CCH Vallejo a partir de la implementación de un curso taller reflexivo-vivencial con perspectiva Humanista.

Mientras que los objetivos específicos son:

- Identificar de qué manera la intervención por medio de un curso taller reflexivo-vivencial con perspectiva Humanista promueve cambios para la conformación de una identidad sexual.
- Comprender los significados subjetivos que conllevan a la conformación de la identidad sexual en adolescentes del CCH Vallejo por medio de un análisis fenomenológico hermenéutico.

Como puede notarse en los objetivos específicos, el cumplimiento del objetivo general será posible gracias a la realización de una intervención que consiste en un curso taller reflexivo-vivencial, cuyos objetivos son los siguientes:

El objetivo general de la presente intervención es:

- Facilitar un espacio de aceptación, escucha y respeto en donde los adolescentes puedan sentirse libres de expresar ante el grupo el proceso de construcción de su identidad sexual, por medio de actividades que ofrezcan nuevo conocimiento y promuevan la adquisición de nuevas formas de disfrutar y conocer la sexualidad de una manera plena y responsable.

Y los objetivos específicos de la intervención son:

- Promover espacios de reflexión en donde quienes asistan, puedan ser capaces de expresarse plenamente y compartir sus experiencias de manera auténtica en torno a cómo ha sido el propio proceso de construcción de su sexualidad.
- Facilitar un ambiente de respeto y empatía donde las personas asistentes puedan sentirse aceptadas y comprendidas.
- Generar recursos con los cuales, las personas asistentes puedan apropiarse para el disfrute pleno y responsable de su sexualidad, así como para la conformación de su identidad sexual.

Todo ello con la finalidad de poder incidir de manera significativa, a través de mi trabajo como psicólogo en los procesos de construcción de la identidad sexual en adolescentes.

1. La Psicología Existencial Humanista

La Psicología Humanista es un enfoque muy actual que surge a finales de la década de los años cincuenta del siglo XX en los Estados Unidos, específicamente, se podría decir que comenzó a consolidarse a partir del año 1962 gracias al posicionamiento de diversos pensadores y psicólogos progresistas ante los modelos teóricos —entonces vigentes—, que gobernaban la disciplina psicológica en aquella época, tal es el caso del Conductismo y del Psicoanálisis respectivamente. Su objetivo, era desarrollar una nueva teoría que pudiera trascender los determinismos existentes y la fragmentación de estas dos corrientes teóricas, por lo que se desarrolló una nueva forma de conocer y acercarse a la Psicología que ponía énfasis en la subjetividad y en la experiencia interna, concibiendo a las personas como un todo, sin divisiones entre la conducta y el inconsciente, abogando por una disciplina que se encargara de investigar los fenómenos sanos y positivos del ser humano tales como las relaciones humanas, el amor, la creatividad, la imaginación, la libertad, la capacidad de elección, y en especial, el arte de ser uno mismo, características que adquieren un sentido valioso para la construcción del Ser de las personas (Riveros, 2014).

Es así, que la Psicología Humanista presupone un enfoque de tipo global u holístico para la comprensión del ser humano, por ende, la persona constituye el eje principal de dicho enfoque, aunado a ello, también se destaca el hecho de que los seres humanos poseen una personalidad o núcleo estructurado propio que se encuentra en constante cambio y desarrollo, ya que las personas se co-construyen por medio de las relaciones humanas y no de manera individual o solitaria (Aizpuru, 2008).

Por otro lado, Camino (2013) menciona que el Existencialismo, como corriente filosófica y literaria, se desarrolló en el continente Europeo, comenzando en Alemania y expandiéndose hacia Francia durante el siglo XIX y XX a consecuencia de la crisis provocada por las dos guerras mundiales. El Existencialismo conlleva a una reflexión filosófica sobre la realidad de la existencia humana y su precariedad, de igual forma, reconoce que las relaciones interpersonales

constituyen un pilar importante para la conformación del sentido de la vida. Recupera de la Fenomenología el método de análisis y la descripción de la realidad, así como los conceptos de conciencia e intencionalidad. Tres son los principales postulados de la filosofía Existencial (Camino, 2013):

1. El estudio de la existencia humana es más importante que el conocimiento de las esencias.
2. La existencia humana es única e irrepetible y está permeada por la relación con los demás, puesto que la conciencia, al ser reflexiva, se percata que estar-en-el-mundo es algo transitorio, caduco y que conlleva muchas circunstancias que trastocan la existencia.
3. La existencia humana es dinámica, lo que supone un desarrollo paulatino que responde a las decisiones ejercidas a través de la libertad y la responsabilidad del individuo. Constituyendo de esta manera la esencia propia, por ello, se reconoce que es primordial la existencia frente a la esencia, la cual, puede ser auténtica o inauténtica en función de lo que cada sujeto realice o no, con respecto a su propio proyecto de vida.

Por lo anterior, es que el Existencialismo fue recuperado por varios psicólogos Humanistas debido a que esta corriente filosófica abonó una cantidad considerable de fundamentos teóricos que enriquecían a la Psicología Humanista para poder comprender y teorizar los problemas que demandaban una nueva visión de la disciplina psicológica (Rodríguez, 2014).

Por ende, la Psicología Existencial Humanista acoge tendencias filosóficas propias del Existencialismo, postulando dentro de sus premisas que el ser humano es alguien concreto, único e irrepetible en personalidad, y por lo mismo se encuentra en un mundo también concreto, es decir, en su propio mundo, en un espacio y tiempo determinados, de modo que el ser humano es un ser en desarrollo, inacabado y sujeto al cambio, inclusive, esta nueva perspectiva define también al ser humano como alguien complejo, que es consciente y libre a la vez, lo que acarrea

una responsabilidad inherente para con su propio desarrollo personal y de las consecuencias que sus decisiones generen (Escandón, 2013).

En la actualidad, este enfoque ha tomado especial relevancia dentro del campo de la Psicología, puesto que sus premisas han permitido una aproximación teórica y práctica que conciernen a distintas problemáticas y saberes que recubren la vida humana. Por lo tanto, los psicólogos Existenciales-Humanistas, se dan a la tarea de prestar especial atención a las experiencias y actividades específicamente humanas, encaminado a las personas para que puedan ser capaces de desarrollar todo su potencial, lo que a su vez, tendrá un impacto considerable para la transformación de una mejor sociedad (Rosal, 2017).

Es así, que una de las áreas de oportunidad desde esta perspectiva es el trabajo con la sexualidad humana, específicamente dentro del contexto educativo, ya que de acuerdo con Alejo (2013) se necesitan nuevas alternativas Humanistas que incluyan la identidad del ser humano desde una visión integral, es decir, considerando a las personas como seres íntegros y complejos. Todo ello con el propósito de ofrecer nuevas rutas para la construcción de un aprendizaje que involucre la formación holística del alumnado en tanto a un nivel cognitivo, actitudinal y afectivo, permitiendo la formación de un pensamiento autocrítico y reflexivo que los conduzca a la adquisición de una mejor calidad de vida y por ende, de una adecuada salud sexual.

Una vez dicho esto, en el subtema siguiente se expondrá el alcance que la Psicología Humanista ha tenido en países como México, pues creo conveniente reconocer que su impacto fue y sigue estando vigente en el discurso académico y personal de quienes se adentran a su estudio.

1.1. La Psicología Humanista en México

A mediados de la década de los sesenta, la Psicología como una disciplina científica y profesional, se encontraba alcanzando su más grande auge en nuestro país. El principal introductor de la Psicología Humanista en México fue el Doctor Juan Lafarga Corona, quien

además de ser un destacado psicólogo clínico, fue fundador del Departamento de Desarrollo Humano en la Universidad Iberoamericana de la Ciudad de México (Lafarga, 2010).

El Desarrollo Humano fue el primer programa interdisciplinario de posgrado que se instauró de manera académica en una universidad (Testimonios PHyDH, 2022). Se sustenta bajo las hipótesis del Enfoque Centrado en la Persona de Carl Rogers y basa sus premisas en la autonomía y en la capacidad de elección y participación de las personas en la vida social. Se trata del grado de compromiso que una persona puede tener al presentársele la posibilidad de hacerse responsable de uno o varios aspectos que se presentan en su comunidad, por lo mismo, esta visión se contrapone a aquellas teorías individualistas y egocéntricas que limitan el desarrollo íntegro de la población (Espejo, 2009).

De igual manera, se concibe como una praxis profesional que promueve y facilita el desarrollo del potencial biopsicosocial y espiritual de las personas y de la sociedad, por medio de la satisfacción íntegra y armónica de sus necesidades, aunado a ello, como un estilo de vida que se ve guiado por actitudes como la empatía, el afecto incondicional y la congruencia, vistas a través de los pensamientos, los sentimientos y la conducta expresada por medio de la palabra verbal o escrita. En síntesis, el Desarrollo Humano implica el aprovechamiento de los recursos y del potencial humano desde todas las perspectivas posibles (Lafarga, 2010).

Es así, que el origen del Desarrollo Humano en México fue sustancial para la historia de la Psicología Humanista en este país, ya que marcó un nuevo precedente para la comprensión de los problemas psicológicos, ocasionando que con el paso de los años, fueran apareciendo una gran diversidad de especializaciones en distintas Universidades, tanto públicas como privadas, que retomaban esta visión original del Desarrollo Humano, incluyendo dentro de sus planes de estudio, ideas y postulados propios de la corriente Humanista, tal es el caso de la Facultad de Estudios Superiores Iztacala, que desde el año 1997 contempla un diplomado para la formación de psicoterapeutas centrados en las personas (Ortiz y Moreno-López, 2022).

Así pues, la influencia de la Psicología Humanista se ha hecho evidente dentro de las distintas áreas de intervención como lo es en el ámbito clínico, hospitalario, y particularmente el educativo. Al respecto, Rojas (2016) declara que a lo largo de la historia de la educación en México, es posible encontrar una variedad de modelos educativos, los cuales, se han ido implementando en las aulas sin tomar en cuenta el contexto al que van dirigidos, por lo mismo, los resultados no han sido nada favorables, al contrario, han generado graves problemas tales como la nula o escasa movilización de la sociedad, el analfabetismo, la pérdida de valores y la violencia en las escuelas (Rojas, 2016).

Todo ello, ha conllevado a que el sistema educativo mexicano entre en una crisis, la cual, se vuelve cada vez más difícil de superar, por lo que para este autor, los problemas mencionados anteriormente denotan la falta de una nueva re-interpretación de la educación que contemple una mirada Humanista, y de esta manera, hacer frente a dicha crisis, es decir, buscar un modelo educativo que parta de un equilibrio para la promoción y el desarrollo de las ciencias, de la tecnología y de las letras, pero también, en moralidad, en vida afectiva; en garantizar el respeto a la dignidad de todas las personas, incluyendo por supuesto, a aquellos grupos sociales excluidos y marginados, dado que la educación, debe ante todo enseñar, instruir y ofrecer al estudiantado los conocimientos teóricos necesarios sin dejar de lado la educación en valores y la convivencia humana (Rojas, 2016), puesto que son temáticas que se vuelven imprescindibles para la construcción de una mejor sociedad y con ello, de un mejor país.

Queda en entredicho que la tarea de humanizar debería ser uno de los fines principales de la educación, y esto abonaría de manera excepcional para la mejora de las relaciones interpersonales que se constituyen día con día. Ahora bien, uno de estos problemas que requieren un abordaje desde una mirada Humanista, es el manejo de la sexualidad humana, tal y como señalan Ortega Medina et al. (2022) ya que es común encontrar que dentro de los diseños curriculares se sigan conservando visiones clásicas de educación sexual marcadas por modelos biologicistas y binarios que no toman en cuenta a las subjetividades, donde se priman las visiones

sesgadas en las que no se ligan los conocimientos y no se promueven las interacciones y el propio interés del alumnado.

Ante esta situación, la presente tesis pretende ser un referente para la comprensión de dicha temática desde un enfoque Humanista, y para darle continuidad, en el subtema siguiente se mencionará a Carl Rogers como uno de los iniciadores de esta corriente psicológica, ya que desde mi punto de vista, este autor maneja una serie de postulados que son sustanciales para la comprensión de las relaciones humanas y para el trabajo con grupos.

1.1.1. Carl Rogers y el Enfoque Centrado en la Persona

En la historia y desarrollo de la Psicología Humanista se pueden encontrar varios fundadores así como una cantidad heterogénea de teorías que la sustentan, sin embargo, también es posible encontrar una homogeneidad en su paradigma, el cual, se puede ver representado por aquellas metodologías que son congruentes entre sí y que permiten su confluencia y facilitan la búsqueda de un modelo integrativo para la comprensión del ser humano (Marí, 2018).

Particularmente en estas líneas, se nombrará a uno de los más reconocidos exponentes de la Psicología Humanista, el psicólogo estadounidense Carl Rogers. Este personaje ha marcado un precedente en el auge de nuevas perspectivas que han intentado comprender al ser humano y su relación con el mundo circundante, de igual manera, es el creador del Enfoque Centrado en la Persona (ECP) y es reconocido por su enorme contribución al estudio de la persona y en el tema de las relaciones interpersonales; promotoras del Desarrollo Personal y Humano (Méndez, 2005).

Cabe mencionar, que el ECP nace en el campo de la psicología clínica como una práctica de la terapia y de la orientación, dicho enfoque, junto con el resto de derivaciones de la Psicología Humanista, se edifica como una aportación novedosa al encuentro personal, al diálogo, a la comprensión y a la empatía, frente a todas aquellas tendencias dominantes de insolidaridad y competitividad, ya que un elemento clave del ECP es el rechazo a los sistemas psicológicos que

se han esforzado por intentar reducir las experiencias humanas a determinadas observaciones, siguiendo leyes mecánicas o leyes universales, enfatizando por el contrario, que cada ser humano es una entidad única y diferente frente a cualquier otra persona que haya existido o existirá en el mundo, dado que el ECP es visto como un paradigma que permite estudiar a la persona tal como es o se muestra a la consciencia, es decir, desde la interacción con la otredad, con el conjunto ecológico y con su proceso evolutivo, de ahí que la obra de Rogers esté experimentando un auge en la actualidad y una aplicación en los ámbitos clínico, organizacional y por supuesto, el educativo (Marí, 2018).

Carl Rogers estructuró toda su hipótesis de trabajo a partir del concepto de “no-directividad”. La noción de no-directividad es el eje principal del enfoque y puede definirse como aquella postura existencial frente a los vínculos que se establecen con nuestros semejantes, en los que no se pretende influir sobre un otro acerca de las direcciones vitales a tomar por ese otro. (Marí, 2018). Dicho de otra manera, se concibe como una forma de poder reconocer la libertad de elección de las personas, puesto que su poder recae en sí misma.

El ECP no dispone de esquemas conceptuales ni de teorías preconcebidas, pues establece que para poder comprender a la persona, ésta necesita ser abarcada desde su complejidad, es decir que como facilitador¹, se vuelve necesario mantener una actitud de apertura frente a la realidad-vivida. De esta manera, el concepto de persona se vuelve sustancial dentro del Enfoque ya que dentro de él, se destacan características de unicidad, dignidad, autonomía y responsabilidad, y con ello, también se destaca un carácter relacional; de interacción con las otras personas, ya que toda persona nace, vive, se desarrolla y muere estando en relación con otros seres humanos de los cuales depende permanentemente, de ahí que estos aspectos relacionales y sociales sean constitutivos para la conformación de su propia esencia y existencia (Marí, 2018).

¹ Atendiendo a mi propia subjetividad como persona y como investigador, en este trabajo me permitiré usar el genérico masculino en la palabra: “*facilitador*”.

Ser persona, por tanto, significa ser proviniendo de y en una relación, esto es, a través de los otros, por lo que se vuelve necesario el desarrollo de un nuevo paradigma que comprenda a la persona desde su dimensión social, y al mismo tiempo, integre el respeto a la peculiaridad individual de su ser, dando como consecuencia, la aceptación de la diversidad. Esto significa que para llegar al conocimiento de la persona o grupo desde el ECP, será necesaria la consideración y el análisis de la interrelación individuo-contexto, y con ello, el conocimiento de la realidad humana y social desde su complejidad (interrelación individuo-sistema), el cual, sólo puede ser alcanzado mediante un trabajo interdisciplinar. Esta exigencia epistemológica obliga el estudio de los aspectos bio-psico-socio-culturales de la persona con el objetivo de alcanzar un modelo actualizado de la comprensión humana (Marí, 2018).

El ECP es una actitud, una forma de estar y de poder relacionarse con otras personas en cualquier ámbito de la vida, ya sea de manera individual o grupal, que se apoya en y facilita el desarrollo personal por medio del encuentro interpersonal (Marí, 2018). Y es a partir de estas premisas tan contundentes que Rogers describe tres actitudes que son fundamentales en el trabajo de facilitación (Méndez, 2014):

Autenticidad o congruencia: consiste en una cualidad fundamental que favorece el encuentro humano, es decir, ser lo que uno es en la relación, sin fabricarse máscaras o fachadas.

Aceptación incondicional o aceptación positiva incondicional: implica aceptar a la persona tal cual es, con sus propios sentimientos y experiencias.

Empatía o escucha empática: es la capacidad de comprender la experiencia única de la otra persona, y comunicar de alguna manera, esta comprensión.

Estas actitudes son válidas en cualquier tipo de relación significativa y de ayuda en la que el desarrollo de la(s) persona(s) sea una finalidad. Investigaciones como la de Fernández Baro (2002) comprueban el impacto significativo que tienen las tres actitudes propuestas por Rogers para el fomento de las relaciones personales y el desarrollo individual de los integrantes de un grupo, lo que se ve reflejado en el trabajo colaborativo del mismo.

Es así, que “la empatía, la actitud positiva incondicional y la congruencia en el facilitador compensan las experiencias de incompreensión, rechazo, falta de sinceridad, abuso y mal trato a lo largo de la vida” (Lafarga, 2014, p. 210). Esto es el ser-en-relación que nos conecta el uno con el otro, de manera que el ECP se transforma en un espacio de encuentro entre las personas. Se trata por tanto, de fomentar este tipo de espacios en cualquier contexto, es decir, espacios libres en los que cualquier persona pueda sentirse plena y apreciada, en los que a partir de la unidad, se puedan asumir riesgos y formular exigencias, de tal forma que la relación persona-persona, se convierte en el clima de facilitación idóneo que da lugar a la manifestación de los procesos de cambio en la(s) persona(s), pues es a través de esta relación, que se hace posible que nos constituyamos y que nos desarrollemos de manera correcta como tales (Marí, 2018).

En definitiva, el ECP nos conduce a una liberación de las visiones individualistas, deterministas y reduccionistas de la Psicología tradicional en función de que nos permite comprender a los seres humanos como seres-en-relación, como sistemas de relaciones intra-, inter- y transpersonales con ellos mismos, con los otros y con el mundo que los rodea, denotando que cuando las personas son tratadas sin una dirección estricta, respetando en todo momento sus libertades desde una aceptación incondicional de su persona basadas en la confianza y el respeto, en un marco de autenticidad y de escucha empática, en estas personas se tienden a manifestar unas fuerzas constructivas que favorecen su tendencia a un desarrollo personal y social positivo que esté por encima de aquellas tendencias destructivas o amenazas externas que las limitan, favoreciendo así un clima de seguridad psicológica (Marí, 2018).

Como se puede observar, el ECP abona un sostén teórico que será de mucha utilidad para la facilitación, debido a que como se mencionó con anterioridad, las tres actitudes que Rogers describe serán imprescindibles para el abordaje en temas de sexualidad humana, ya que quedan de por medio, aspectos tales como la libertad, las experiencias y las emociones, mismas que demandan una aproximación Humanista y una visión positiva que responda a las necesidades surgidas en la etapa de la adolescencia.

Para finalizar este capítulo, se traerá a colación a dos disciplinas filosóficas de las cuales, la Psicología Humanista se ha apoyado para consolidar su método para acercarse al estudio de los fenómenos netamente humanos, me refiero a la Fenomenología y a la Hermenéutica respectivamente.

1.2. La Fenomenología y la Hermenéutica

El positivismo ha imperado como la Filosofía dominante durante siglos, y frente a ello, se han contrapuesto otro tipo de visiones que han intentado retomar aquellos aspectos que su epistemología ha dejado de lado (Castillo, 2000). Un claro ejemplo de estas perspectivas son el surgimiento de la Fenomenología y la Hermenéutica como se verá a continuación:

La Fenomenología es un movimiento filosófico del siglo XX que se encarga de describir las estructuras de la experiencia tal y como se presentan en la conciencia, sin recurrir a teorías, deducciones o suposiciones a priori, tal y como lo hacen las visiones naturalistas. Enfatizando por el contrario, que el estudio del ser humano resulta de un proceso que no puede ser entendido exclusivamente por medio de la percepción de los hechos en su manifestación externa (Bautista, 2011).

Según Edmund Husserl, su intención es comprender la experiencia subjetiva de la persona desde su complejidad; esta comprensión a su vez, busca la toma de conciencia y los significados en torno a un fenómeno en particular (Fuster, 2019).

Un fenómeno, es la apariencia o la forma específica en la que el objeto de estudio se presenta a sí mismo de manera inmediata a la conciencia del observador, mientras que la experiencia subjetiva, refiere a la forma personal y única de experimentar el hecho de la propia existencia en el mundo, y de los fenómenos internos y externos que se configuran en un momento dado. Ambas definiciones son consideradas como los pilares que sostienen a la Fenomenología en tanto método de análisis para acercarse a la realidad vivida (Sassenfeld y Moncada 2006).

Ahora bien, la Fenomenología como teoría aplicable a la investigación social, tiene por objeto comprender los fenómenos tal como se muestran a la consciencia de quien los

experimenta y observa. Husserl afirma que para aproximarse a esta subjetividad, es fundamental que el investigador haga un esfuerzo por eliminar todo aquello que le impida percibir las cosas mismas (epojé), ya que la actitud natural de objetivar la realidad puede hacerse presente. Así, la Fenomenología pretende comprender lo que significa ser persona y sus experiencias (Fuster, 2019).

Álvarez-Gayou (2003) refiere que existen cuatro conceptos clave que permean el análisis de la persona, estos son: la temporalidad (el tiempo vivido), la espacialidad (el contexto vivido), la corporalidad (el cuerpo vivido) y la comunalidad (la relación humana vivida), los cuales, se hacen presentes a raíz de las interacciones que el sujeto mantiene con los objetos, con las personas, con los sucesos y con las situaciones que experimenta.

Los seres humanos tienen un mundo, y para la Fenomenología, estar en el mundo da cuenta de la existencia humana; es la forma básica de ser-en-el-mundo. El mundo está constituido y es constitutivo del Ser, de ahí que cada sujeto perciba un mundo completamente diferente, por lo tanto, el conocer estas vivencias permitirá comprender las dinámicas humanas, e inclusive, transformarlas (Bautista, 2011).

Por otro lado, la Hermenéutica se entendía en un principio como el arte de la interpretación de los textos, ello con el propósito de fijar el verdadero sentido de éstos. Su uso fue crucial para el estudio de la teología y se aplicó específicamente a la interpretación de los textos Bíblicos, pero su utilidad se ha expandido desde el siglo XIX hasta abarcar las teorías filosóficas del significado y la comprensión, así como las teorías literarias de la interpretación textual (Bautista, 2011).

Algunos de los teóricos de la Hermenéutica del siglo XIX, como Friedrich Schleiermacher y Wilhelm Dilthey, entendían la comprensión como un proceso de reconstrucción psicológica, lo que recae en un esfuerzo por parte de quien lee para lograr reconstruir la intención original de quien escribe, y de esta manera, el texto resultaría de la expresión de los sentimientos de quien escribe con el objetivo de revivir el acto creador textual (Bautista, 2011).

En la actualidad, esta disciplina es entendida como una técnica, un arte y una filosofía de los métodos cualitativos que tiene como característica peculiar el acto de interpretar y comprender, para así, poder develar los motivos del accionar humano. La comprensión Hermenéutica ha respondido a la necesidad trascendental de hacer prevalecer la comprensión humana sobre la objetivación natural. Situación que se hizo más evidente a partir del siglo XIX con el auge del positivismo, convirtiéndose en una necesidad social de comprender con “lecturas” críticas y de análisis, aquello que se encuentra oculto o negado de las relaciones humanas, ampliando el campo de la significación teórica (Bautista, 2011).

Ciertamente estas dos perspectivas han tenido una aplicación teórica y metodológica en distintos campos del conocimiento, por ejemplo en la Sociología, en la Pedagogía, en la Antropología y por supuesto en la Psicología, pues a través de ellas, se permite tener un acercamiento al estudio de la persona desde un análisis integral y humano (Álvarez-Gayou, 2003).

Después de hacer este breve recorrido teórico e histórico sobre la Psicología Humanista, el segundo capítulo se centrará en desglosar algunos de los componentes que permean la sexualidad humana y que son sustanciales para la construcción de la identidad sexual en los adolescentes.

2. La Sexualidad Humana

Para dar comienzo al tema de la sexualidad humana, vale la pena hacer una pequeña revisión sobre las disyuntivas que han permeado el estudio de este fenómeno tan peculiar, dado que su análisis, ha motivado a diferentes profesionales y pensadores en el área a mostrar especial interés por sus misterios, así como una fascinación por resolverlos, denotando que existen dos problemas fundamentales por los que ha girado el intento de comprensión de la sexualidad. El primero de ellos conlleva a la mera definición de este término. La razón de dicha dificultad radica en que como humanidad, tendemos a realizar formulaciones mentales (o abstracciones), ante las realidades percibidas por nuestra conciencia, las cuales, intentan ser definidas y ejemplificadas para nuestro entendimiento (Rubio, 1994).

Es por esto que las distintas concepciones que engloban el concepto de sexualidad han variado enormemente a lo largo de la historia, y como consecuencia, la sexualidad se ha ido comprendiendo de maneras también distintas, ocasionando que en el mundo académico se determinen una gran infinidad de formulaciones científicas (Rubio, 1994).

El segundo problema se desarrolla justo con el estudio científico de la sexualidad humana, ya que dentro de la ciencia, se han desarrollado múltiples estrategias para asegurarse —en medida de lo posible—, que sus conclusiones no son producto de la apreciación individual, es decir de la subjetividad, y que por el contrario, son producto de la realidad objetiva que se intenta estudiar. Esta situación es preocupante, ya que la complejidad existente dentro del abordaje de la sexualidad hace extremadamente difícil su análisis de manera objetiva por medio de metodologías empíricas, puesto que desde esta perspectiva, se necesita tomar conciencia de un nivel específico de medición, lo que significa que se segreguen otros componentes que influyen en la compleja red que integra la sexualidad, por ende, se hace necesario contar con una formulación integral para su comprensión (Rubio, 1994).

Es así, que el tema de la sexualidad humana ha sido objeto de gran análisis y discusión, sobre todo desde finales del siglo XIX. Sin embargo, a pesar de la basta riqueza literaria que se

encuentra sobre el tema, la definición, —como ya se mencionó—, sigue siendo objeto de debate (Vargas-Trujillo, 2007).

Posiblemente una de las definiciones más citadas sobre el tema, es la que se nos sugiere por consenso de los representantes de diversas organizaciones, entre las que destaca la realizada por la Organización Mundial de la Salud (OMS), misma que en el año 2002, se dio a la tarea de convocar a un grupo de expertos cuya responsabilidad, era debatir y concretar una definición que tratara de ser incluyente con todos los aspectos que la conforman. Fue así que en el año 2006 se daría a conocer de manera pública lo estipulado por dicha organización:

La sexualidad es un aspecto central del ser humano que está presente a lo largo de su vida. Abarca el sexo, las identidades y los roles de género, la orientación sexual, el erotismo, el placer, la intimidad y la reproducción. Se siente y se expresa a través de pensamientos, fantasías, deseos, creencias, actitudes, valores, comportamientos, prácticas, roles y relaciones. Si bien la sexualidad puede incluir todas estas dimensiones, no todas ellas se experimentan o expresan siempre. La sexualidad está influida por la interacción de factores biológicos, psicológicos, sociales, económicos, políticos, culturales, éticos, legales, históricos, religiosos y espirituales. (OMS, 2017, p. 3)

La cita anterior nos señala los elementos que constituyen a la sexualidad y a partir de allí, se evidencia que se trata de un fenómeno complejo que pone de manifiesto múltiples aspectos del ser humano. Se trata por lo tanto, de una propuesta conceptual que enmarca los componentes generales de la sexualidad, pero que no la define (Vargas-Trujillo, 2007).

Para Zurita (2010) es importante señalar que la sexualidad es una parte sustancial de la vida humana, la cual es independiente de la edad, la condición económica, la religión, la nacionalidad o el nivel educativo, y que impregna cada uno de los actos de las personas en la medida en que estos mismos son resignificados y llevados a cabo por cada individuo en particular, incluyendo los pensamientos, emociones, y reacciones que emergen ante un estímulo o circunstancia de la vida. Es así, que puede definirse a la sexualidad como el conjunto de todas

las características y manifestaciones biológicas, psicológicas, culturales y sociales que hacen que cada individuo sea reconocido en su propio entorno.

Y aunque de manera frecuente se podría definir a la sexualidad según lo expuesto en el párrafo anterior, de acuerdo con Eusebio Rubio Auriolles, presidente honorario de la Asociación Mexicana para la Salud Sexual. La sexualidad no es estrictamente ni biológica, ni psicológica, ni social, sino que sus manifestaciones pueden encontrarse en cada uno de estos niveles en mayor o menor medida, razón por la cual, Eusebio Rubio sugiere que la sexualidad debe ser estudiada de manera integral, considerando todas las disciplinas humanísticas que permitan su conocimiento y su comprensión (Zurita, 2010).

Con la finalidad de avanzar en esta clarificación conceptual, Vargas-Trujillo (2007) plantea que la sexualidad es un constructo que representa todo lo que la persona puede decir acerca de su dimensión sexual cuando se describe a sí misma. De esta manera, se afirma que la sexualidad humana es una de las múltiples facetas de la identidad personal, y el sustentar esto, implica asumir que se trata de un conocimiento explícito por parte de la persona, que hace alusión al conjunto de sus atributos y comportamientos que la caracterizan y que le permiten responder a la pregunta; “¿Quién soy yo sexualmente?”. Estas características distintivas y particulares se configuran a lo largo de la vida, a partir de la experiencia adquirida en diferentes contextos relacionales.

En este sentido, y retomando los dos conceptos anteriores, se puede llegar a la conclusión de que la sexualidad humana es una faceta de la identidad que se gesta a partir de la conformación e integración de aspectos biológicos, psicológicos y sociales, los cuales, deben ser estudiados y analizados para lograr una comprensión integral de este concepto y que responda a la vida subjetiva e individual de cada persona y que den cuenta de su propio proceso de construcción y conformación de su identidad sexual.

En resumen, la sexualidad se experimenta y expresa en todo lo que somos, sentimos, pensamos y hacemos (Arango de Montis, 2008).

Como resultado, hablar de sexualidad humana no es una tarea fácil, puesto que este fenómeno conlleva un sinnúmero de características particulares que definen e integran la identidad sexual de las personas. Dichas características se abordarán con mayor amplitud en los subtemas siguientes, no sin antes remarcar que este capítulo es un preámbulo para dar inicio a la reflexión en torno a una etapa del ciclo vital como lo es la adolescencia y su consecuente relación con la sexualidad.

2.1. La Dimensión Biológica

La sexualidad está presente desde las primeras etapas del desarrollo de los seres humanos y es producto de la compleja interrelación existente entre los procesos biológicos, psicológicos y sociales (Bach, 2015).

En este sentido, los procesos biológicos que intervienen en el desarrollo de la sexualidad tienen que ver con las características genéticas, hormonales, anatómicas y fisiológicas que dan forma a la naturaleza sexual del cuerpo, y la apariencia de este cuerpo es lo que en un inicio, lleva a que se nos reconozca como pertenecientes a una de las categorías sexuales de hombre, mujer o intersexual (Vargas-Trujillo, 2007).

En un principio, este cuerpo sexuado se convierte en un catalizador de los procesos socioculturales y psicológicos que contribuyen a darle forma y estructura a la sexualidad de las personas. El cuerpo no es estático, porque evoluciona y se transforma a causa de diferentes procesos, entre ellos, los de orden biológico que ocurren en las diferentes etapas del ciclo vital. Y de la misma forma, esta diferenciación sexual que inicia con la fecundación, continúa desarrollándose en el periodo prenatal y se refuerza en la etapa de la pubertad, cuando aparecen los caracteres sexuales secundarios tales como la aparición de vello corporal y genital, el desarrollo de los senos, el cambio en el tono de voz, etcétera. Otros procesos biológicos “naturales” como la gestación, el parto o los cambios característicos de la vejez, así como de aquellos que son “provocados” por medio de la ingesta de hormonas, esteroides o intervenciones

quirúrgicas, también pueden generar transformaciones corporales que tienen efectos de vital importancia en los procesos constitutivos de la sexualidad (Vargas-Trujillo, 2007).

Ahora bien, a pesar de que en la mayoría de los seres humanos, la asignación del sexo no representa un mayor conflicto en función de que las características sexuales primarias (órganos sexuales externos o genitales) sean fácilmente reconocibles y que por lo general, tienden a coincidir con los demás factores biológicos, (presencia de cromosomas XX en mujeres y presencia de cromosomas XY en hombres), en algunas ocasiones, es difícil determinar el sexo de una persona debido a que puede llegar a presentar ciertas ambigüedades, lo que denota la visibilización de la existencia de las personas “intersexuales” (Vargas-Trujillo, 2007). Al respecto, la Doctora Marta Lamas (1999) es muy clara al enfatizar que;

Aunque aparentemente la biología muestra que los seres humanos vienen en dos sexos, son más las combinaciones que resultan de las cinco áreas fisiológicas de las cuales depende lo que, en términos generales y muy simples, se ha dado en llamar el “sexo biológico” de una persona: genes, hormonas, gónadas, órganos reproductivos internos y órganos reproductivos externos (genitales). Estas áreas controlan cinco tipos de procesos biológicos en un continuum —y no una dicotomía de unidades discretas— cuyos extremos son lo masculino y lo femenino. Por eso las investigaciones más recientes señalan que para entender la realidad biológica de la sexualidad, es necesario introducir la noción de intersexos. (p. 157)

De esta manera, el fenómeno de la intersexualidad no hace referencia a la existencia de un cuerpo en concreto, sino que por el contrario, hace referencia a la existencia de un conjunto muy amplio de corporalidades posibles (Fumero et al., 2016).

Lo anterior refleja un fenómeno muy interesante; aquel que señala la necesidad del ser humano por tratar de comprender el mundo que le rodea, y para lograrlo, se ha valido de la organización y clasificación de categorías mutuamente excluyentes, dentro de las cuales, el sexo no es la excepción. Sin embargo, la evidencia científica demuestra que el esfuerzo por determinar

el sexo de una persona con absoluta precisión se ha convertido en una tarea titánica pero fascinante, pues en ella recaen los esfuerzos que se han hecho para llegar a comprender aquellos procesos que son inherentes a la existencia humana (Vargas-Trujillo, 2007).

2.2. La Dimensión Psicológica

Para identificar la dimensión psicológica de la sexualidad, es preciso reconocer los fenómenos cognitivos que involucran las emociones, las motivaciones y el comportamiento a nivel pensamiento, pues ellos, forman parte de un proceso permanente y continuo de reflexión personal en torno a las interrogantes: ¿quién soy?, y ¿hacia dónde me dirijo? (Buitrago et al., 2016).

Las cogniciones incluyen, entre muchas otras cosas, los conocimientos, las expectativas y las valoraciones que como personas, vamos construyendo a lo largo de la vida en función de cómo vivimos, sentimos y experimentamos la sexualidad, por ende, la formación de la identidad sexual requiere de un esfuerzo íntimo para evaluar estas cogniciones y establecer aquellas que van a ser significativas para la toma de decisiones y con las que se va a actuar en determinado momento, de ahí que el interés por querer movilizarse en función de ciertos criterios o estándares, surgen tanto de la necesidad por mantener una autovaloración positiva, así como por la inclinación de preservar las relaciones sociales y mantener el bienestar tanto propio como el ajeno (Vargas-Trujillo, 2007).

En general, se ha observado que las personas se sienten motivadas a actuar cuando están convencidas que ciertos comportamientos les van a permitir lograr aquello que desean. Es entonces que durante este continuum de formación de la sexualidad, la persona debe dedicarse tiempo a sí misma para poder preguntarse sobre los verdaderos motivos que la alientan a actuar de determinada manera (Vargas-Trujillo, 2007). Las motivaciones hacen referencia a aquellos impulsos internos, conscientes o inconscientes, que activan y conducen al individuo a realizar cualquier actividad o comportamiento, que por lo general, están orientados a una satisfacción de

necesidades. En ese sentido, las motivaciones también funcionan como indicadores que permiten dar cuenta del porqué se elige actuar de cierta forma y no de otra (Bohórquez, et al., 2020).

Por otro lado, las emociones son reacciones que se producen de manera instantánea como producto de la reacción que provocan determinados eventos internos o externos y que implican una serie de cambios físicos, cognitivos y comportamentales (Vargas-Trujillo, 2007). Para Muñoz-Polit (2020), existen cinco emociones básicas: miedo, alegría, tristeza, enojo y afecto, o por sus siglas MATEA, las cuales, tienen por objetivo la supervivencia del individuo.

Durante este proceso de conformación de la sexualidad, las emociones nos facilitan la información de lo que sucede en nuestro entorno, de nuestro comportamiento y de nosotros mismos como seres sexuados. Dicha información la podemos cambiar o aceptar tomando en cuenta aquello que queremos ser, y llegar a ser en un futuro, o bien para sentirnos satisfechos de lo que somos como personas (Vargas-Trujillo, 2007).

Por último, los comportamientos hacen referencia a las expresiones o manifestaciones de los individuos que son observables. De manera particular, nuestro comportamiento expresa la manera en cómo nos percibimos, lo que necesitamos, lo que sentimos y lo que pensamos, dando origen a fenómenos tales como el enamoramiento, la seducción o las prácticas sexuales autoeróticas como la masturbación. Por consiguiente, el atender las cogniciones que emergen durante el desarrollo sexual de las personas, se convierte en una vía de acceso para declarar que cuando una persona se siente agente de su propia vida y se siente orgullosa de lo que hace, desarrolla así la noción de que es merecedora de ser reconocida como alguien digna y valiosa (Vargas-Trujillo, 2007).

2.3. La Dimensión Social

Además de los aspectos biológicos y psicológicos del desarrollo, los factores socioculturales toman un papel muy importante en esta transformación: su influencia puede ser sustancial y propiciar en el individuo un desarrollo íntegro y pleno, lo que le permite expresarse y favorecer su crecimiento personal. O por el contrario, restringirlo y coartarlo, por tanto, se

especifica que la sexualidad es un fenómeno dinámico, pues se va modificando a lo largo de la vida (Hiriart, 2001).

En la dimensión social se considera que las sociedades son las que regulan y controlan el comportamiento de sus grupos humanos con ayuda de las normas establecidas. Estas normas son asimiladas (muchas veces sin cuestionar) a través de la cultura y dictan diferentes maneras de expresar la sexualidad entre los distintos grupos sociales de acuerdo a sus particularidades, estableciendo así, roles, prácticas y espacios dentro de los que se legitima la socialización de la expresión de la sexualidad (Buitrago et al., 2016). Estas características serán abordadas con mayor desglose en el subtema: *3.2. Factores que influyen en el ejercicio de la sexualidad humana en la adolescencia*, y en los apartados subsecuentes.

Ciertamente los estudios del desarrollo refieren que el ser humano depende, a partir del momento en el que nace, de las otras personas para sobrevivir y con las que establece sus primeras relaciones de protección y preservación. El recién nacido desarrolla así, sus primeras interacciones sociales con sus progenitores o con la(s) persona(s) encargada(s) de su cuidado. Este primer encuentro resulta de vital importancia puesto que pone en jaque su bienestar emocional, intelectual, físico y por supuesto, el social (Monroy, 2002).

En una investigación realizada por Caricote (2008) se llega a la conclusión que dentro de la sociedad, la familia mantiene un rol fundamental para la educación de cualquier sujeto en virtud de que su impacto, es decisivo para la conformación de la personalidad y del desarrollo psicoafectivo. Por tales motivos, los padres se convierten en los primeros maestros de los infantes, y a causa de ello, pueden ser capaces, o no, de establecer lazos estrechos de dependencia y afecto. De ahí que se conciba al comportamiento sexual no como algo instintivo, sino más bien socializado, producto de un proceso complejo de enseñanza-aprendizaje que se gesta dentro de un marco evolutivo del desarrollo biopsicosocial de los individuos.

Sin embargo, aunque la socialización sea un suceso que permanece a lo largo de la vida y hace que la persona interiorice normas y valores de la cultura a la que pertenece, cabe destacar

que estas no determinan sus conductas, porque a pesar de todo, el sujeto tiene la última palabra del rumbo que decide tomar, lo que le devuelve la responsabilidad como constructor de su vida (Fumero et al., 2016).

Para resumir, el sexo como parte de la dimensión biológica de los seres humanos, se configura como el “lienzo” por medio del cual, la persona va “creando” y desarrollando su sexualidad desde el momento del nacimiento hasta el momento de su muerte, por ende, se puede aseverar que el ser humano es el único ser vivo capaz de reconocerse y definirse a sí mismo teniendo en cuenta los factores descritos anteriormente, de modo que la forma en la que la persona se va definiendo a sí misma como ser sexuado, depende en gran medida de su capacidad individual para reflexionar acerca de lo que es, de lo que quiere hacer y de lo que hace. Este proceso incesante de cuestionamiento, construcción y deconstrucción, le permite ir respondiendo con mayor precisión a la pregunta: ¿Quién soy yo sexualmente?, pues la respuesta a esta interrogante, además de ser constitutiva para la conformación de su identidad sexual, determinará sus decisiones y sus acciones, de las cuales, depende su bienestar físico, psicológico y social (Vargas-Trujillo, 2007).

2.4. La Educación Sexual en México

Antes de comenzar, vale la pena recordar que el aprendizaje y la educación de la sexualidad se presentan en dos diferentes niveles: el primero de ellos es el informal, el cual se define como aquel contexto cotidiano que trasciende la vida humana y en el que se aprende de manera no intencionada, algunas de las temáticas pertenecientes al ámbito sexual, es decir, sobre el propio cuerpo y el de los demás, los valores, la seducción, la forma de establecer vínculos de amistad, de pareja, etc., ya sea en el seno de la familia, a través de la observación de lo que sucede en nuestro entorno social, por la influencia de los medios de comunicación, entre muchos otros. Y el segundo nivel es el formal, concebido como aquel proceso de enseñanza-aprendizaje que contempla una estructura y un programa con contenidos y objetivos

delimitados en los que existe una relación didáctica entre el docente y el alumnado (Álvarez-Gayou,2007).

En definitiva, se podría establecer que la educación informal de la sexualidad se basa en mitos y prejuicios que refuerzan los roles genéricos y estereotipados. En contraste, la educación formal profesionalizada, es aquella que se sustenta en evidencia científica, favoreciendo el respeto a las diferencias y abarcando todos los aspectos de la vida de los seres humanos para su comprensión y bienestar (Álvarez-Gayou,2007).

Ahora bien, es un hecho que en México, en palabras del Dr. Álvarez-Gayou (2007), se libra desde hace algunas décadas una controversia respecto a la llamada educación sexual en las escuelas, debido a que grupos extremadamente conservadores sostienen que el hogar es el único sitio donde se puede y debe impartirse esta educación, delegando la tarea exclusivamente a los padres y madres de familia, en cambio, otros grupos con mayor apertura consideran que la educación de la sexualidad es fundamental en diversos ámbitos de la salud pública y un derecho inderogable que poseemos como mexicanos, pues esta educación se constituye como una medida de acción preventiva frente a diversas circunstancias que van desde las infecciones y enfermedades de transmisión sexual, los abusos sexuales, los estereotipos de género y la violencia en contra de grupos vulnerables como mujeres, niñas, niños, entre otros. Y más allá de lo que se cree, este tipo de educación impartida desde una visión profesional, lejos de interferir con los valores familiares, busca promover ante todo el respeto, la tolerancia, la responsabilidad y el amor como valores inherentes al ser humano.

De manera particular, la educación sexual en México se incluyó en los programas de educación básica desde el año 1974, siendo los temas de pubertad y reproducción humana los contenidos temáticos que se comenzaron a discutir en quinto de primaria, mientras que a nivel secundaria, se abordaban aquellos temas tales como la prevención de embarazos e infecciones de transmisión sexual, siendo este un hecho histórico que marcó un precedente en la historia de la educación sexual en América Latina, sin embargo, este acontecimiento no quedó exento al

rechazo, puesto que desde entonces, generó polémica en los padres de familia, suscitando atentados en contra de los libros de texto gratuitos, siendo estos quemados o destruidos, no obstante, este acontecimiento no frenó las políticas públicas del país (Escamilla y Guzmán, 2017).

No fue hasta 1982 cuando el tema se volcó bajo un enfoque más preventivo, esto como una reacción frente a la pandemia del VIH, periodo en el que se le prestó mayor atención a la promoción del uso del condón. Por otra parte, desde el año 1994 hasta la fecha, se ha planeado implementar temas de género, diversidad y derechos sexuales y reproductivos, sin embargo, no han tenido mucho éxito, y a pesar de los esfuerzos por parte del Estado, los embarazos adolescentes, la prematura iniciación sexual y las ETS siguen en aumento (Escamilla y Guzmán, 2017).

Las problemáticas anteriores siguen reafirmando el pensamiento de Álvarez-Gayou (2007) en el que de manera tácita, menciona que la ausencia de una educación profesional de la sexualidad en México ha perpetuado graves problemas tanto a nivel personal, de la salud y a nivel social. Por ende, se vuelve prioritario contar con profesionales capacitados e instruidos que puedan ser capaces de abordar dichas temáticas, con características específicas que les permitan hacer frente a esta problemática tan importante; la de acompañar a los adolescentes en sus procesos vitales y lograr re-construir la visión de una nueva sexualidad.²

2.4.1. Perfil del Docente Frente a la Educación Sexual

Sin duda alguna, el docente ocupa un lugar de suma importancia en la educación de la sexualidad debido a que funge como un facilitador que puede guiar a los adolescentes a la reflexión y a la búsqueda de su propia identidad sexual, y de igual forma, con sus habilidades y

² A pesar de que el fenómeno de la sexualidad humana sea un continuum que se presenta desde el momento del nacimiento, con el prefijo "**Re-**" pretendo poner énfasis en el proceso de deconstrucción y asimilación de nuevas categorías identitarias que coadyuvan a la conformación de una identidad sexual más **consciente**, (*¿quién soy yo?*), **responsable** y **auténtica**, (*¿hacia dónde me dirijo?*), previo a un incesante cuestionamiento de reflexión personal.

actitudes, puede hacer del aprendizaje algo significativo y único, siendo factible de aplicación en la vida diaria (Hiriart, 2001).

Para Perales (2006) el comportamiento y las actitudes del docente o facilitador, se guían en gran medida por sus propios pensamientos, juicios y decisiones, mismos que forman parte de la cultura pedagógica que se presenta en un momento histórico dado, por lo que en primera instancia, resulta conveniente que el docente pueda tomarse unos minutos para realizar una introspección acerca de su propia actitud con respecto al tema de la sexualidad y de qué manera la acepta y la experimenta en su vida, ya que esto se ve reflejado en los mensajes que transmite frente al grupo, y de no hacerlo, ello podría manifestarse en una actitud poco congruente y nada auténtica (Hiriart, 2001).

En segunda instancia, es menester que para dirigir una sesión sobre sexualidad, no solo baste con conocer el tema y dominar los conceptos pertinentes, sino que además, se debe tener la habilidad de transmitirlos de manera clara para que el alumnado pueda ser capaz de captar lo que el docente le quiere comunicar, obteniendo mejores resultados al momento de la intervención (Hiriart, 2001).

Ahora bien, para que el proceso de aprendizaje pueda darse, es recomendable que surja de manera gradual, esto es, yendo de lo más simple a lo más complejo, en consecuencia, para favorecer que el alumnado se comprometa con su propio aprendizaje, se vuelve trascendental fomentar un ambiente en el que se sientan responsables de su propio proceso y que reconozcan su función activa dentro de él, en lugar de verse como simples receptores del conocimiento. Dicha facilitación, se puede guiar empleando una metodología participativa, cuya finalidad sea lograr que los adolescentes puedan expresar sus propias opiniones, las compartan con los demás y reflexionen al respecto (Hiriart, 2001). De lo anterior se desprende el hecho de que estas acciones generadas, son las que impulsan a los individuos a producir un conocimiento que les permita comprender, accionar, interaccionar y transformar el mundo en el que se desarrollan (Perales, 2006).

De esta manera, se busca a priori que la información proporcionada sea atractiva para los adolescentes, y que tenga para ellos una significancia tanto lógica como psicológica, y para que emerja, es importante que dentro del grupo ellos puedan percibir esta información como cercana a sus propias realidades. Lo dicho anteriormente, responde a lo que se conoce como aprendizaje significativo, el cual, se concibe como aquel aprendizaje que la persona logra asimilar e integrar, es decir, que no se queda meramente en un plano intelectual, y aquello que se ha aprehendido resultará útil en la práctica educativa, así como en la vida emocional y personal del alumnado (Hiriart, 2001). De modo que los recursos didácticos resultan de mucha utilidad para una mejor aprehensión del conocimiento, al mismo tiempo que funcionan como una ayuda para desarrollar los temas en el aula, promoviendo el análisis y el desarrollo de un pensamiento crítico. Entre estos recursos se encuentran los materiales audiovisuales, textos impresos e informativos, tableros didácticos, actividades grupales propuestas por el docente, entre otros (Vargas, 2017).

Así pues, la puesta en marcha de actividades y dinámicas planteadas, favorecerán un clima distendido, y por ende, que el hecho sexual humano sea asociado a un ambiente relajado, divertido y de participación (García, 2015). Por otra parte, el docente o facilitador requiere ser congruente, respetuoso, genuino, honesto, empático y dinámico, propiciando que exista una buena relación comunicativa con los adolescentes en un clima de seguridad psicológica en el que ellos mismos, puedan sentirse con mayor confianza para poder expresarse, disminuyendo la aparición de aquellos sentimientos o emociones que les inhiban su propio proceso de compartir y sentirse parte de un grupo (Hiriart, 2001).

Sin embargo, es necesario destacar que estas habilidades y características presentadas en este apartado, se van adquiriendo poco a poco, por medio de la reflexión, la aceptación y la apertura. Siempre se podrá ser mejor; la clave está en el esfuerzo por querer sobresalir en la práctica día con día, y aunado a ello, el docente mismo puede ser un buen indicador de este proceso si es capaz de observarse a sí mismo en cada sesión, durante cada facilitación y

reflexionar sobre lo sucedido. Como parte de esto, la retroalimentación externa es capaz de reafirmar, aclarar o cuestionar las propias percepciones (Hiriart, 2001).

En suma, el papel que funge el docente para facilitar el acceso a la educación en temas de sexualidad se vuelve primordial puesto que en él (o en ella), recae una responsabilidad muy grande: la de acompañar y guiar al alumnado a que reconozca y descubra su propio proceso de construcción de su identidad sexual, no obstante, dentro de sus habilidades y conocimientos, también debe tomar en cuenta la población a la que van dirigidas sus intervenciones, por ello, el capítulo tres se enfocará en hablar de una de las etapas más importantes del ciclo vital; *la adolescencia y su relación con la sexualidad e identidad.*

3. La Adolescencia

Para dar continuidad al presente trabajo, se desarrollará un capítulo dedicado al tema de la adolescencia, comenzando por esclarecer su definición conceptual, así como su consecuente relación con respecto a la sexualidad y en cómo es que se ve reflejada la conformación de la identidad sexual en los adolescentes, tomando en cuenta aquellos factores que pueden ser limitantes o constructivos para el desarrollo de la misma.

Comencemos señalando que a lo largo de los años, se ha evidenciado que en todas las sociedades, han existido y existen formas de clasificar a las personas y a los grupos humanos de acuerdo a la etapa de vida en la que se encuentren.

Las distintas sociedades, por medio de diferentes rituales, cosmovisiones o clasificaciones legales e institucionales, les han otorgado a sus miembros diferentes roles según su estatus de edad. Cabe destacar que tanto las clases de edad que cada sociedad ha creado históricamente, así como los significados que se le atribuyen a cada una, dependen de aspectos sociales, culturales, políticos e incluso del tipo de relación económica dominante (Urbano y Yuni, 2016).

Es por esto que cada sociedad establece un marco normativo que define las edades sociales de sus habitantes, por ejemplo, para hablar de infancia, niñez, adolescencia, juventud, adultez, vejez, etc., todo ello en función de sus propias pautas culturales y de las características particulares que engloban sus procesos socio-históricos (Urbano y Yuni, 2016). Quizás sea esta la razón del porqué al momento de acercarse a la bibliografía y querer encontrar una definición única y universal de alguna de las edades sociales mencionadas anteriormente sea casi imposible, tal y como sucede cuando se intenta definir el término "adolescencia", pero, ¿qué nos dicen los autores al respecto?

Urbano y Yuni (2016) mencionan que si nos acercamos al carácter etimológico de la palabra adolescencia, (del latín *adolescere*), este posee dos significados; el primero de ellos indica "crecer o desarrollarse hacia la madurez", y el segundo "adolecer" o "faltar algo". Ambos

significados reflejan el sentido de la incompletud y del tránsito hacia la adultez. No obstante, para Almario (2014) este último significado gira en torno a una suposición equivocada pero muy difundida no sólo en la cultura popular, sino también en las ciencias del comportamiento y que da lugar a una connotación negativa, oponiéndose completamente a lo que definen Urbano y Yuni (2016), puesto que en realidad, la raíz etimológica de la palabra adolescencia, provendría del latín *adultus* (adulto), que en su extensión *adulescens*, se traduciría como “haciéndose adulto”, lo cual, marca una concepción completamente distinta.

En realidad, la adolescencia consiste en la etapa de transición entre la infancia y la adultez, y es aquí, donde se encuentra una dificultad de orden cronológico para establecer el rango de edades bajo las cuales, sucede esta transición con exactitud. Para algunos autores las edades de inicio y culminación abarcan de los 13 a los 19 años (Almario, 2014). Para Pagani y Carmena (2002) existen tres etapas distintivas en la adolescencia; la primera de ellas llamada pubertad o edad inicial, es aquella que en las mujeres, abarca de los 9 a los 14 años debido a que el inicio de la adolescencia es la etapa de mayor cambio físico en ellas, y de 12 a 15 años en los hombres aproximadamente.

Durante la pubertad, los adolescentes comienzan por experimentar en su cuerpo la aparición de los caracteres sexuales secundarios, (en las mujeres, aparece el ensanchamiento de caderas y la menstruación, senos más desarrollados e incremento de peso; en los hombres, es común el aumento de estatura y masa corporal, la aparición de vello corporal, voz gruesa y primeras eyaculaciones; mientras que en ambos sexos, se experimenta la aparición de cambios en la piel como el acné y los olores corporales), así mismo, comienza el despertar del yo, lo que permite destacar algunas temáticas que parecen ser de suma importancia para este grupo de edad como lo es la autoestima, las limitaciones personales y las diferencias.

La adolescencia media se da de los 14 a los 16 años aproximadamente, esta etapa se caracteriza porque sigue prevaleciendo el desarrollo anatómico y los cambios fisiológicos, lo que conlleva a la adquisición de las proporciones y formas de adulto, sin embargo, también empiezan

por aparecer características de orden más cualitativo, como la aparición de un notable desarrollo en la inteligencia y el pensamiento crítico. Asimismo, surge la necesidad de reencontrarse como personas; la necesidad de afecto, de amar y de compartir con alguien más las propias vivencias, lo que genera en los adolescentes el querer llenarse de ilusiones, por lo que las relaciones de amistad y las de noviazgo toman gran relevancia para la conformación de valores y actitudes hacia la vida (Pagani y Carmena, 2002).

Por último, la adolescencia superior, abarca de los 17 hasta los 21 años aproximadamente. Es aquí donde los jóvenes inician un periodo de calma y recuperación de su propio equilibrio, comienzan a comprenderse a sí mismos y están en mejores condiciones para adoptar decisiones personales más arriesgadas que abarquen sus propios intereses, todo esto en función de su propia integración y preparación para el mundo de los adultos (Pagani y Carmena, 2002).

Sin embargo, para los fines del presente trabajo se definirá a la adolescencia como un periodo del ciclo vital durante el cual, las personas se ven obligadas a tomar una nueva dirección en su desarrollo, lo que dará como resultado una nueva reestructuración de su propia identidad, así como plantearse el sentido auténtico de su propia vida; de su pertenencia, de su responsabilidad social y sus metas orientadas. Todo esto mientras atraviesan cambios de tipo biológico, psicológico y social, los cuales, de manera integrada, conducen a una nueva diferenciación para resignificar la definición personal y social de su ser, tomando como eje de partida el comienzo de la pubertad (Munist et al., 2011). Esta definición parece ser un poco más completa ya que cubre de manera general los aspectos mencionados anteriormente.

En definitiva, la etapa de la adolescencia marca un cambio trascendental para la conformación de una identidad y desarrollo paulatino del Ser de los adolescentes, por lo que a continuación, veremos la relación que mantiene esta etapa del desarrollo dentro del proceso de construcción de la identidad sexual para una mejor comprensión del tema.

3.1. Adolescencia, Sexualidad e Identidad

Los estudios psicológicos de la adolescencia refieren que esta etapa se constituye como un estadio más dentro del desarrollo evolutivo de los seres humanos, a la que tradicionalmente se le ha considerado como una fase de duelos, pues en ella, se enfatizan los cambios críticos que acontecen durante su transición; por un lado la separación de aspectos viejos, y por el otro, la incorporación y asimilación de nuevos atributos. Ello le exige al adolescente reformular y cuestionar el concepto de sí mismo y por ende, de su propia identidad personal (Urbano y Yuni, 2016).

Estas transformaciones se dan a partir de lo que el adolescente percibe en su mundo interno y privado. El cuerpo se convierte en el primer escenario por donde el sujeto comienza a experimentar cambios abruptos; llega la excitación sexual y las preocupaciones sobre la fuerza y el atractivo del cuerpo se hacen cada vez más evidentes, lo que favorece la aparición de emociones como el miedo, los arranques de ira y las sensaciones de pesadez y vacío que alteran de forma dramática la vida psíquica del adolescente (McConville, 2007).

La conformación de la identidad es un continuum, es decir, una cualidad del desarrollo evolutivo. El aparato psíquico comienza a estructurarse a partir de la vida intrauterina y se va reconfigurando en cada fase del desarrollo, siendo así, un proceso dinámico y fijo que permanece a lo largo de toda la vida (Urbano y Yuni, 2016). Es entonces que esta etapa se caracteriza por una serie de conflictos centrados en las siguientes problemáticas:

- a) La adquisición de un nuevo cuerpo que es percibido de manera diferente.

En contraste con los infantes, cuyo crecimiento es gradual y progresivo, el desarrollo físico de los adolescentes es abrupto y en reiteradas ocasiones disarmónico debido a que tiende a crecer por segmentos. El aumento de tamaño en brazos, manos, piernas y pies, así como el crecimiento facial, pueden ocasionar que se sientan extraños e incómodos con su cuerpo, por lo que los adolescentes deben estar informados sobre todas estas variaciones de lo que les sucede

a nivel físico, ya que se muestran como espectadores ansiosos de su propio desarrollo (Monroy, 2002).

b) En esta etapa, las formas de relación interpersonal cambian de manera drástica, por lo que las amistades adquieren un valor más íntimo y sólido, pues moldean y definen la experiencia del self (que no es más que la experiencia del sí mismo), así como el sentido de aprecio y aceptación de los adolescentes. Asimismo, la forma de relacionarse con los padres también cambia, y estas variaciones se convierten en los instrumentos que los van a ayudar a tomar una postura existencial frente al mundo (McConville, 2007).

c) Durante la adolescencia, los sujetos desarrollan un conjunto muy variado de conceptos del yo, los cuales ponen a prueba; algunos son capaces de asimilarlos e integrarlos, otros los rechazan; y otros tantos los confirman y los integran a su persona, denotando la asunción de nuevas formas de identificación (Monroy, 2002).

De esta manera, la crisis de la adolescencia se encuentra situada en el logro de una identidad personal y sexual. La identidad implica un proceso constante de autodefinición que se va construyendo a partir de la interacción con los distintos agentes sociales y se ve expresada tanto en la descripción como en la valoración que hace la persona de sí misma, abarcando las dimensiones física, emocional, social, académica y sexual, entre otras (Vargas-Trujillo, 2007).

Por otro lado, la sexualidad adolescente se configura en una búsqueda del significado; una experiencia generadora de autonomía, de sentimiento de identidad y de autovaloración como personas (Chaves y Umaña, 2002). De ahí que la identidad sexual sea entendida como uno de los elementos de la identidad total del individuo que posibilita el reconocerse, aceptarse y actuar como un ser sexual y sexuado (Monroy, 2002).

En definitiva, la adolescencia está marcada por un periodo en el que los adolescentes, se ven enfrentados a reconstruir su realidad psíquica (mundo interno) y a reconfigurar sus vínculos con el mundo exterior. Ambas tareas de re-construcción los llevan a recrear el concepto que

tienen de sí mismos; lo que implica la relación consigo mismo y con los demás (Urbano y Yuni, 2016).

Para Urbano y Yuni (2016) la adolescencia concluye cuando los sujetos logran asimilar e integrar su identidad personal y sexual. Lo que supone haber resuelto los conflictos ligados a los cambios corporales, psicológicos y sociales, dando pie a que los adolescentes, sean capaces de elaborar una imagen auténtica de sí mismos en tanto individuos únicos, resultante de un proceso paulatino de autoconocimiento y como parte de un grupo y de una sociedad en los que pueden ejercer los roles y gozar de los derechos que poseen los adultos.

Sin embargo, ellas y ellos se pueden ver obstaculizados en este proceso de conformación y asimilación del sí mismo, lo que podría dificultar el desarrollo de su propia identidad; y dada esta situación, es que el siguiente apartado tiene como propósito dar a conocer los factores que llegan a ser limitantes para el sano desarrollo de la sexualidad.

3.2. Factores que Influyen en el Ejercicio de la Sexualidad Humana en la Adolescencia

Lamentablemente, existen ciertos factores que impiden el ejercicio de la sexualidad humana, y con ello, de la educación sexual en la adolescencia, lo que acarrea situaciones poco favorables para que los individuos puedan acercarse, conocer, e ir construyendo su propia identidad sexual de manera libre, autónoma e informada.

Para fines de este trabajo, se mencionarán tres factores en particular: el primero de ellos es la familia, entendida como el medio social por el que las personas adquieren un conocimiento previo en función de dicha temática, el cual, no siempre es el idóneo.

Para hablar del segundo factor, es necesario indicar que en reiteradas ocasiones, la divulgación de la sexualidad se ha visto influenciada por preconcepciones que recaen en la patologización, lo que ha dado paso a que se formulen juicios y formas de rechazo o discriminación hacia las variadas manifestaciones en las que cada persona vive y expresa su sexualidad, por lo que una forma de posicionarse frente a ello, es volcar la mirada y apreciar la diversidad existente en los individuos en tanto seres sexuados.

Por último, se cerrará el subtema trayendo a colación el fenómeno de los valores humanos como una medida de gran utilidad para el abordaje de la educación de la sexualidad, pues estos son sustanciales para fomentar en los adolescentes nuevas vías de relación y de conformación de su ser.

3.2.1. La Familia

Para comenzar, creo conveniente en primera instancia definir lo que se entiende por “familia”, para esto me apoyaré de la definición que le otorgó el Museo de Memoria y Tolerancia (MMyT) en una exposición llevada a cabo en el año 2018 titulada: *“LGBT+ Identidad, amor y sexualidad”*, en la que se menciona que la familia es una estructura que puede conformarse por una o más personas, vinculadas o no por lazos sanguíneos, y que residen habitualmente en la misma vivienda particular.

La definición anterior, va muy de la mano con la clasificación de familias que el Instituto de Investigaciones Sociales de la UNAM realizó en el año 2016, en la que se encontró que en México existen al menos 11 tipos diferentes de familia (López, 2016), no obstante, para el año 2019, Germán Palafox, director de la Facultad de Psicología, declaró que existen al menos 17 diferentes formas o tipos de parentela identificadas (Correa, 2019). Estas cifras tan contundentes dejan en claro que el estudio de las familias se ha vuelto cada vez más complejo, puesto que la familia no necesariamente se conforma por quienes tienen una relación sanguínea, sino que también, por aquellos lazos afectivos que van surgiendo como una necesidad del ser humano para salvaguardarse, sentirse querido y perteneciente a un grupo (Dirección General de Comunicación Social [DGCS], 2021).

Es por esto que la definición de “familia” presentada en un inicio me resulta más incluyente para dejar en claro que existen otro tipo de familias y que todas deben ser validadas y aceptadas, dando lugar a que se aprecie la diversidad existente en ellas, especialmente porque a través del estudio de la sexualidad humana, como veremos a continuación, se trastocan también estas realidades.

Por tales razones, no hay que olvidar que es dentro del seno familiar donde los adolescentes descubren cuál es su rol dentro de la sociedad, pues es allí, donde ellos mismos experimentan y aprenden los nombres y las funciones de su cuerpo, así como también, comienzan por asimilar y a reconocer su propia valoración subjetiva en función de lo que es o no es aceptado por su grupo social, y con ello, muchos otros procesos que se ven reflejados en sus sentimientos, actitudes, pensamientos y conductas (Monroy, 2002).

Por otro lado, resulta evidente que dentro del contexto escolar, (hablando específicamente del Colegio de Ciencias y Humanidades plantel Vallejo), asisten una cantidad considerable de adolescentes que provienen de familias donde se perciben queridos y protegidos, y en donde han adquirido las habilidades educativas básicas, lo que les permite estar mejor preparados para los retos del día al día, no obstante, vale la pena mencionar que inclusive, hay adolescentes viviendo en el seno de familias desestructuradas en donde se les impide ser ellos mismos y por ende, construir una identidad propia. Y es que no todas las personas tienen el privilegio de nacer en familias donde se les pueda brindar apoyo, consuelo y conocimiento, por lo que aunado a ello, se desprende el hecho de que cada familia tiene una idea acerca de lo que debe hacerse con respecto a la educación sexual; hay algunas que creen pertinente tocar estos temas dentro del núcleo familiar, pero también existen aquellas que consideran que es mejor que esta información sea brindada en las escuelas. A otras, simplemente no les parece relevante o necesario tratar estos temas dentro del hogar; y habrá otras a las que les dé vergüenza hablar de sexualidad y traten de evitar a toda costa, que se haga mención de ello e intenten suprimir algún tipo de información relevante, dando como resultado que los adolescentes perciban de manera diferente la vivencia de su sexualidad en función de la convivencia con uno u otro tipo de relación familiar (García, 2015). Y dadas estas realidades, es que de aquí se desprende uno de los principales factores que pueden llegar a obstaculizar el libre desarrollo y disfrute de la sexualidad humana.

Desafortunadamente, en muchas ocasiones, los padres de familia llegan a percibir como una amenaza que sus hijos estén recibiendo educación de la sexualidad impartida por docentes, psicólogos o cualquier otra persona ajena a su familia, el principal temor es que se les inculquen valores diferentes de los que ellos les han transmitido o que los inciten a tener actividad sexual, generando en ellos sentimientos de confusión, rechazo, temor, morbo o inhibición con respecto a su propia sexualidad y a la de los otros (Hiriart, 2001).

Hay que tomar en cuenta, que es muy probable que los padres no hayan recibido en algún momento de su historia de vida, una educación de la sexualidad abierta y libre de mitos y tabúes, lo que los hace más susceptibles de adquirir información errónea que alimenta los temores de que sus hijos reciban conocimientos sobre sexualidad, impidiéndoles reconocer que los adolescentes también tienen derecho a tener y a vivir una sexualidad propia (Hiriart, 2001).

Esta situación debería ser preocupante y tomada con la seriedad necesaria, ya que cuando los adultos no son capaces de hablar abiertamente de sexualidad con los adolescentes, el tema se recubre de cierto aspecto mágico e irreal, lo que refuerza su preocupación y angustia al no poder acercarse a las personas adecuadas que podrían brindarles información certera para satisfacer su curiosidad, por lo que se ven obligados a recurrir a fuentes poco confiables, o peor aún, a reprimir sus sentimientos y necesidades, viéndose sumamente afectado el proceso de construcción de su identidad, a lo cual, lejos de evitar la curiosidad sexual y la búsqueda de nuevas experiencias, en palabras de Hiriart (2001) “con el silencio se promueve precisamente lo que se quiere prevenir” (p.34).

3.2.2. Prejuicios y Discriminación

La divulgación de la sexualidad humana desde otras disciplinas se ha focalizado en el morbo y la patología, lo que se ha visto exacerbado a través del sensacionalismo y el escándalo que estos temas causan (García, 2015). No obstante, a pesar de los cambios que ha tenido la comprensión de este fenómeno, aún siguen prevaleciendo prejuicios que inhiben a las personas como seres sexuados (Ordoñez et al., 2022). En este sentido, los prejuicios se sitúan en el plano

de lo individual y vienen definidos por las creencias, actitudes, juicios, ideas u opiniones acerca de una persona o de un hecho en específico, y que por lo general, las personas adquieren sin atreverse a conocer y a cuestionar aquello que les es diferente o desconocido (García-Villanueva, 2021).

Estos prejuicios están íntimamente relacionados con las enseñanzas en el hogar, en la escuela, en los medios de comunicación y con los criterios personales, adhiriéndose a la cultura e incorporando normas y valores a una determinada sociedad con respecto a la comprensión de la sexualidad. Lo que provoca en la mayoría de los casos, que este hecho sea reprimido, escondido e invisibilizado por sus habitantes, permitiendo únicamente lo que a sus propios ojos sea reconocido como “lo moralmente correcto” (Ordoñez et al., 2022).

Es así, que a partir de los prejuicios, deviene otro factor igual de importante que tiene por objetivo, inhibir el sano desarrollo y potencial de los individuos para la conformación de su propia identidad; me refiero al fenómeno de la discriminación. Esta última se percibe como cualquier forma injustificada de distinción, restricción o preferencia que tenga por motivo privar, perturbar, amenazar o menoscabar el ejercicio de los derechos humanos, y por ende, de las libertades humanas (Pérez-Luna, 2010). Generando así, ideas preconcebidas en torno a las vivencias de la experiencia sexual tales como la homosexualidad, la bisexualidad, el amor, el erotismo (García, 2011), los derechos sexuales y reproductivos de las mujeres, (Rodríguez, 2008), entre otros.

De ahí que el dar valor a la diversidad se convierte no solo en una forma de contraposición a estas formas de actuar y de pensar, sino que además, es una forma de mirar y de reconocer al otro como lo que es; una persona completamente única, valiosa y diferente.

Desafortunadamente, la riqueza en la diversidad entre individuos sexuados es en muchas ocasiones invisibilizada, tal y como se mencionó al inicio de este subtema, tanto las disciplinas científicas como los medios de comunicación, han ofrecido entre sus divulgaciones, modelos de ser, de actuar, de amar y de relacionarse, que crean estándares hegemónicos, generando así,

una brecha entre lo que se es y lo que la sociedad estipula que debería ser, provocando malestares que envuelven a los adolescentes, induciéndolos a buscar un camino que los conduzca o los regrese de vuelta a la “normalidad” (García, 2015).

Pero, ¿qué pasaría si incrementáramos el valor de la diversidad dentro de las sociedades y las relaciones humanas? No cabe duda que la diversidad es la fuente de las diferencias interpersonales, y por tanto, de la atracción, del deseo, del amor, de la creatividad... Pues son características que nos distinguen y nos hacen reconocernos como individuos sexuados. Lo contrario a la diversidad resultaría justo en una homogeneidad uniforme y apática en la que no se destacaría ninguna cualidad de ninguna persona, y bajo este escenario, no serían posibles fenómenos tan interesantes y apasionantes de ser validados y estudiados como la atracción, el enamoramiento, las emociones, la búsqueda de identidades, entre muchas otras (García, 2015).

Si la diversidad asusta, suele ser por miedo: miedo a no ser aceptado por las peculiaridades o diferencias que se tienen, miedo al rechazo, miedo a la exclusión... Sin embargo, todas las personas poseen estas peculiaridades. Cuando alguien se siente distinto, percibe a los demás como "iguales entre sí" pero basta un breve diálogo para desenmascarar esta trampa que algunos se hacen y evidenciar las enormes diferencias que se dan entre individuos sexuados. (García, 2015, p. 39)

En síntesis, el mundo en el que cohabitamos genera temores con respecto al ser humano en la medida en que se le desvirtúa, se le cosifica desde una mirada utilitarista y por lo tanto, se le desconoce su valor y su riqueza, sin embargo, esta situación también genera esperanzas, dado que bajo este mismo mundo, devienen aquellos que rompen fronteras, visibilizan la diversidad existente como personas y al mismo tiempo, establecen nuevas formas de sentir y de manifestar la identidad humana, de ahí que el reto (en un sentido humanista), sea el de no permitir la invisibilización de ninguna forma de expresión de la sexualidad humana basadas en la igualdad y en la inclusión (Silva y Beltrán, 2015).

3.2.3. Los Valores

Hasta este punto, queda en evidencia que gran parte de las adquisiciones que son constitutivas para el desarrollo de la identidad sexual, vienen demarcadas por aquellos procesos de enseñanza-aprendizaje que se expresan y se ven influidos por los fenómenos sociales y culturales en un momento histórico dado. Por ello, uno de los alcances de la educación sexual, es ayudar a crear una ética personal vinculada de manera estrecha a los derechos humanos, ya que al tener un fundamento ético en su formación, los adolescentes serán capaces de descubrir y desarrollar sus propios valores y actitudes, lo que a su vez, les permitirá sentirse realizados como personas, y en consecuencia, podrán vivir y expresar su sexualidad de una manera sana, consciente y responsable dentro de su propia cultura, época y sociedad (Cariote, 2010).

Recordemos que la adolescencia es una etapa en la que todos los aspectos del ser humano crecen y se desarrollan; el cuerpo, los sentimientos, la inteligencia, y por supuesto, los valores humanos también lo hacen (Ayarza, 2015).

Los valores, son aquellos principios, virtudes o cualidades que distinguen y caracterizan a una persona. Los valores son los que motivan a las personas a actuar de determinada manera porque forman parte inherente de su sistema de creencias, definiendo así sus pensamientos y la manera en la que desean vivir y compartir sus propias experiencias, intereses y sentimientos, por lo mismo, se consideran de gran importancia para el fomento de las relaciones sanas y armónicas (Morales, 2022), así como para el establecimiento de rumbos, metas y proyectos (Rodríguez, 2009).

Algunos ejemplos de estos valores son el respeto por la vida propia y ajena, el amor, la justicia, la honradez, la solidaridad, la responsabilidad, la amistad y la diversidad (Ayarza, 2015).

Con base en lo anteriormente señalado, se hace urgente que dentro del abordaje de la sexualidad humana, también exista una preparación y una educación en valores que centre su impacto en la promoción del cuestionamiento y la reflexión en torno a aquellos factores —que hasta entonces—, han sido vitales para la comprensión de los individuos como seres sexuados

y del mundo que les rodea. Especialmente porque en la adolescencia, se hace evidente la necesidad de autoafirmación, pues en este proceso, las capacidades cognitivas y emocionales de esta fase del desarrollo interactúan con aquellas experiencias y creencias que surgen como parte de la dinámica familiar, social y cultural, influyendo en la comprensión del sí mismo del adolescente y en la aparición del sentido del Yo (Caricote, 2010).

Por consiguiente, la finalidad es que los adolescentes se conviertan en personas conscientes de la realidad, críticas y comprometidas con acciones transformadoras hacia una humanidad mejor (Caricote, 2010).

Y para aterrizar esta utopía que acabo de plantear, es que me permito escribir y presentar en el capítulo siguiente, una temática que confiere múltiples significados a la expresión y conformación de la sexualidad, esta es; *la dignidad humana y su relación con los derechos sexuales y reproductivos*.

4. Dignidad Humana y Derechos Sexuales

Dentro del presente capítulo se abordarán dos ejes temáticos que a mi parecer, resultan de vital importancia cuando se habla de sexualidad humana, estos son; *la dignidad y los derechos sexuales*, especialmente porque resultan ser congruentes con respecto a la mirada psicológica a partir de la cual, se está realizando este trabajo.

Por tal motivo, se vuelve trascendental esclarecer que en un mundo plural, donde coexisten una gran diversidad de posturas teóricas, religiosas e ideológicas, el concepto de dignidad humana se debe construir a partir de un discurso racional, universal y demostrable. Las fundamentaciones metafísicas o religiosas son difíciles de sostener y carecen de validez teórica, que en definitiva, se hace necesaria para sustentar la noción de dignidad humana, y a partir de ella, edificar el mundo de los derechos para todas las personas (Arcila, 2014).

Comencemos por definir la palabra “dignidad”, cuyo término recae en otra palabra que significa “valioso”, y cuando se habla de dignidad humana, se está aludiendo al valor excepcional e inconmensurable que posee cada ser humano, el cual, se hace acreedor de ciertos derechos y privilegios, por lo que *ser digno* significa ser autónomo; es decir, ser y vivir de manera libre (Arcila, 2014). Pero, ¿a qué nos referimos cuando hablamos del concepto de libertad?, ser libre no significa hacer lo que se desea sin tomar en cuenta a la otredad, puesto que vivimos en grupo y se necesita de los otros para alcanzar y lograr nuestra propia autorrealización, así como los otros nos necesitan para alcanzar la suya.

En este sentido, vale la pena mencionar que el filósofo Sartre (2017) en su obra: “*El Existencialismo es un Humanismo*”, retoma el concepto de la libertad, cuyo término a su vez, mantiene una estrecha relación con el fenómeno de la elección, pues este autor hace bastante hincapié en mencionar que cuando se elige, también se está eligiendo por los demás, y bajo estas premisas, se podría establecer el hecho de que el *ser libre* conlleva a una dimensión subjetiva bajo la cual, los seres humanos podemos vivir de acuerdo a nuestras propias peculiaridades e intereses, pero tomando en cuenta que “—elegir ser esto o aquello—, es afirmar

al mismo tiempo el valor de lo que elegimos, porque nunca podemos elegir el mal; lo que elegimos es siempre el bien, y nada puede ser bueno para nosotros sin serlo para todos” (Sartre, 2017, p. 24).

Para Aylluardo (2017) este hecho de comunalidad se puede ver reflejado en lo que sucede dentro de las relaciones interpersonales, pues en ellas, se haya incrustado un proceso dinámico y dialógico que tiene que ver con la manifestación que el ser humano realiza como ser social; lo que se ve expresado a través de las relaciones que establece con diferentes personas, y bajo estos supuestos, se comienza a crear una co-construcción para el desarrollo de mejores y diversas relaciones a lo largo de la vida. Por lo que queda de manifiesto que existe una clara interdependencia dentro de las relaciones humanas en virtud de que todas las personas poseemos una conciencia moral que nos invita a tomar en cuenta los intereses de los demás (Arcila, 2014).

Es así que la libertad juega un papel fundamental para la conformación de los derechos humanos, puesto que no podemos ejercerla ni vivir de manera libre sin mirar al otro, negándole oportunidades o condicionarle acciones que transgredan su propio ser.

De acuerdo con Barreda (2006) a partir de la Declaración de los derechos del hombre y del ciudadano presentada en el año de 1789, se estipula una premisa de enorme trascendencia; la de que *todos los seres humanos somos iguales*, [las cursivas son mías], es decir, que todas las personas merecemos gozar los mismos derechos, lo que nos hace acreedores a recibir un trato digno, reconociendo que la dignidad es un elemento común entre todos nosotros, por lo mismo, los derechos constituyen una de las conquistas más importantes de toda la humanidad, puesto que el hecho de estipular ante la ley de manera tajante que la dignidad de todos debe ser respetada, nos vuelve más humanos.

Lo explicado anteriormente nos conlleva a vislumbrar que el reconocimiento de estos derechos por parte del o de los Estados, trae como consecuencia la protección a la intimidad y a la privacidad de las personas para el ejercicio pleno de su libertad (Arcila, 2014). Lo que

fácilmente nos conduce a hablar sobre los derechos sexuales, los cuales se sustentan bajo la perspectiva de la salud, y que de manera positiva pretenden abarcar el ejercicio pleno de la libertad al momento de querer apostar por un disfrute sexual que sea satisfactorio y seguro, así como el hecho de decidir el momento idóneo para comenzar una vida sexual activa, lo que trae consigo un estado de bienestar físico, mental y social. Por otro lado, también presuponen la posibilidad de mantener relaciones íntimas libres de abuso, coerción o acoso, así como el derecho a recibir toda la información necesaria para el reconocimiento pleno de este ámbito en particular (Muestra Internacional de Cine con Perspectiva de Género [MICGénero], 2014).

Por las razones anteriores, se concluye que los derechos sexuales forman parte de los derechos humanos en tanto que están cimentados bajo los principios de dignidad, libertad e igualdad, de manera que para asegurar y promover el desarrollo de una sexualidad plena y saludable en cualquier contexto, estos deben ser reconocidos, respetados, promovidos y defendidos por todas las sociedades con todos sus medios posibles (Arcila, 2014).

4.1. Derechos Sexuales en México

Desde hace más de dos décadas, diferentes pensadores, instituciones y organizaciones en nuestro país, se reunieron con el propósito de reflexionar sobre las distintas necesidades humanas en torno a la sexualidad. y fruto de estas reflexiones, nacieron lo que hoy conocemos como los derechos sexuales y reproductivos (Instituto Nacional de las Mujeres [INM], 2017).

Fue a partir del año 2001, que se realizó el *“Foro Nacional de Jóvenes por los Derechos Sexuales”*, mismo, que fue convocado por el Instituto Mexicano de la Juventud (IMJUVE) y que pudo ser capaz de continuar con sus actividades gracias al apoyo de la sociedad civil y el aval de la Comisión Nacional de los Derechos Humanos (CNDH), este foro emergió con el objetivo de dar a conocer la importancia del reconocimiento y el ejercicio pleno de los derechos humanos relacionados con la sexualidad de la población adolescente y juvenil del país. Este acontecimiento fue el preámbulo para que a partir de allí, se comenzara a experimentar en todo el territorio mexicano un avance significativo en materia de igualdad, tanto así, que la

Constitución Política se ha visto influenciada con la creación de nuevas leyes y normas que toman en cuenta las necesidades e intereses de las personas menores de edad, mientras que otras tantas, se han ido actualizando de manera paralela al progreso científico y social que se ha estado experimentando a lo largo de los años. En la actualidad, el país cuenta con un marco jurídico en materia de derechos humanos muy sólido y con evidencia científica suficiente que busca favorecer la garantía y la accesibilidad a estos derechos para el disfrute de todas las personas (CNDH, 2016).

En suma, los derechos sexuales son aquellas prórrogas en materia de derechos humanos que aseguran el goce de una vida sexual libremente elegida, satisfactoria, sin violencia ni riesgos, mientras que los derechos reproductivos son aquellas que refieren la posibilidad de decidir de manera autónoma e informada sobre la planificación familiar y todo lo que le confiere al ámbito privado, sin que por ello, la población adolescente sea discriminada o transgredida (Travaini, 2016).

4.2. Los Derechos Sexuales y Reproductivos de los Adolescentes

Los derechos sexuales y reproductivos de los adolescentes se pueden encontrar de manera explícita en la Cartilla de Derechos Sexuales de Adolescentes y Jóvenes (CDSAJ) en su segunda versión publicada en el año 2016. Dicha cartilla consta de catorce derechos revisados y sustentados bajo el actual marco jurídico mexicano, atendiendo la progresividad universal de los derechos humanos.

A continuación, se ofrece una descripción detallada de cada derecho con el propósito de brindar mayor información al respecto y seguir concientizando sobre sus premisas, las cuales, continúan aún vigentes dentro de nuestro contexto como mexicanos.

Derecho a decidir de forma libre, autónoma e informada sobre mi cuerpo y sexualidad. El derecho a la libertad y a la autonomía, son premisas reconocidas de manera constitucional como fundamentales para el ejercicio y la conformación de una identidad humana y sexual, puesto que hacen referencia a las condiciones indispensables por las que toda persona

debe transitar. En ellas, se encuentra el derecho a la vida, a la integridad y seguridad personal, así como a la libertad de ideas, de creencias y a la intimidad personal y familiar. Todas ellas resultan pertinentes para el ejercicio de una sexualidad libre, autónoma e informada, en las que no influyan las injerencias arbitrarias por parte de terceras personas, por ello, el Estado debe propiciar ambientes que garanticen el respeto a la autodeterminación de adolescentes y jóvenes para decidir en libertad (CDSAJ, 2016), ya que “la libertad es imprescindible para establecer responsabilidad, porque sin responsabilidad no se puede articular la convivencia en ningún tipo de sociedad” (Savater, 2006, p. 15).

Derecho a ejercer y disfrutar plenamente mi vida sexual. Los adolescentes tienen derecho a expresarse y a vivir cualquier experiencia erótica o de género que ellos elijan, siempre y cuando se realice con el pleno reconocimiento a los derechos de las personas involucradas, garantizando la práctica de una vida emocional y sexual plena, protegida y placentera (CDSAJ, 2016).

Derecho a manifestar públicamente mis afectos. Esta prórroga también incluye el ejercicio individual de expresión, manifestación, reunión, identidad sexual, de género y cultural sin prejuicios, ya que las expresiones públicas de afecto contribuyen a la promoción de una cultura armónica, afectiva, libre de violencia y de respeto a la diversidad sexual (CDSAJ, 2016).

En este sentido, los afectos y las emociones han ocupado un lugar importante dentro del entorno escolar, donde parece ser, que el proceso de enseñanza-aprendizaje trasciende a raíz de la convivencia y el compartir con otros miembros de la comunidad, lo que hace que emerja una subjetividad única que debe ser valorada y respetada, hecho que se contrapone a la crisis de deshumanización que se está experimentando tanto en nuestro país como en el mundo (Maddoni et al., 2019).

Derecho a decidir con quién, o quiénes relacionarme de manera afectiva, erótica y sexualmente. El Estado debe preservar y garantizar este derecho y tomar medidas contra toda forma de coacción como los matrimonios forzados o la trata de adolescentes y jóvenes con fines

de explotación, incluyendo la sexual, puesto que estas acciones atentan contra la libertad y autonomía de cualquier persona (CDSAJ, 2016).

Derecho a que se respete mi privacidad y a que se resguarde mi información personal. El cuerpo, la identidad sexual y la forma de relacionarse con las demás personas, convergen en gran medida para la conformación de la identidad y de la privacidad, las cuales, deben respetarse por igual en todos los espacios, ya sean estos los escolares, familiares, sociales, digitales, los servicios de salud, entre otros (CDSAJ, 2016).

Derecho a la vida, a la integridad física, psicológica y sexual. Ninguna persona o autoridad que se desempeñe en el ámbito público o privado, puede ejercer ningún tipo de violencia sexual, económica, psicológica, física, patrimonial, ni ninguna otra acción que tenga como finalidad dañar la vida, dignidad, integridad y/o libertad de los adolescentes. Es por esto que el Estado debe asegurar espacios y servicios públicos que se encuentren exentos de cualquier tipo de violencia (CDSAJ, 2016).

Tristemente en nuestro país, una de las problemáticas que más nos aqueja son las ocasionadas por la violencia de género, situación que afecta principalmente a la población femenina, así como también a las personas pertenecientes a la diversidad sexual. Este tipo de violencia queda al descubierto a raíz de la Encuesta Nacional sobre la Dinámica de las Relaciones en los Hogares (ENDIREH).

Dicha encuesta ofrece a la sociedad y al Estado información relevante sobre las experiencias de violencia que han enfrentado las mujeres de 15 años y más en los distintos ámbitos en los que se desarrollan, y en la que se menciona que el 70.1% de las encuestadas ha experimentado por lo menos, una situación de violencia a lo largo de su vida.

La violencia psicológica resultó ser la de mayor prevalencia (51.6%), seguida de la violencia sexual (49.7%). Asimismo, estos datos refieren que 6 de cada 10 mujeres adolescentes han sufrido al menos un incidente de violencia física, sexual, emocional o económica (ENDIREH, 2021).

Con respecto a la violencia escolar, las mujeres también se vuelven vulnerables a recibir algún tipo de agresión o actitudes que dañen su integridad. En este sentido, el INEGI en el año 2020, reveló que alrededor de 720 mil personas que comprenden entre los 12 y 17 años de edad recibieron indicaciones o propuestas de tipo sexual a través de los medios electrónicos, lo que les ocasionó algún grado de incomodidad e inseguridad (Blog de datos e incidencia política de REDIM, 2022). Estos hechos producidos principalmente en las escuelas pueden generar afectaciones a la salud física y psicológica de las víctimas, de ahí la importancia de velar por acciones que prevengan, mitiguen y sancionen estas conductas que son propias de la violencia de género (Quintero, 2018).

Por otro lado, y tomando en cuenta las cifras y los resultados que arrojó la Encuesta Nacional sobre Diversidad Sexual y de Género (ENDISEG), en México, la población LGBT+ asciende a cinco millones de personas, lo que representa el 5.1 % de la población de 15 años y más, por lo tanto, se establece que una de cada veinte personas se identifica como parte de esta población.

Otro dato interesante, es que por entidad federativa, el Estado de México concentra el mayor número de población LGBT+ a partir de los 15 años, con poco más de 490 mil personas, seguido de la Ciudad de México con un aproximado de 311 mil personas, cifras que refieren que los adolescentes están experimentando nuevas formas de autorreconocimiento y de aceptación de sus emociones y preferencias.

Lamentablemente, 1 de cada 10 personas que se asumen como miembros de la diversidad sexual, fueron obligadas, principalmente por sus padres, a acudir con médicos, psicólogos, autoridades religiosas o instituciones para "corregir" su sexualidad (ENDISEG, 2021).

Los Esfuerzos para Corregir la Orientación Sexual y la Identidad de Género (ECOSIG) o también conocidas como "terapias de conversión", han ganado popularidad en los últimos años en nuestro país, quizás como resultado de los constantes logros y esfuerzos por visibilizar cada

vez más, la realidad y la vida de las minorías sexuales (Oficina de las Naciones Unidas contra la Droga y el Delito, 2020).

Estas cifras resultan de vital importancia si las contrastamos con el Informe Anual de Crímenes de Odio (2022), ya que en el último lustro, del periodo que abarca del año 2017 al 2021, se han reportado al menos 461 muertes violentas de personas que se identifican con una orientación sexual o con una identidad de género no normativa, destacando el hecho que dentro de esta comunidad, las mujeres trans siguen siendo las principales víctimas con un porcentaje del 58% debido al prejuicio que enfrentan día con día, lo que provoca que tengan una esperanza de vida de no más de 35 años a diferencia de la población en general que es de 77 años.

En cambio, para los hombres gays, el porcentaje es de un 32%. En el caso de las violencias en contra de las mujeres lesbianas, se presenta un porcentaje del 5% al igual que con otros crímenes que se efectúan contra aquellos que se identifican como hombres trans o personas no binarias. Cabe destacar que estas cifras podrían ascender a números mayores, ya que no todos los crímenes de odio son reconocidos como tal o no se les da la visibilidad necesaria, quedando en el silencio y en la impunidad este tipo de actos.

Así pues, el hecho de compartir estos datos permitirá dar cuenta de la realidad por la que enfrentan los y las adolescentes en nuestro país, así como la importancia de poder contar con espacios seguros, especialmente en el ámbito educativo, en los que se procure un clima de total libertad y de total seguridad ajeno a todo tipo de violencia.

Derecho a decidir de manera informada sobre mi vida reproductiva. Ya se ha mencionado en este capítulo que para elegir con libertad, se necesita contar con información teórica necesaria para poder ejercerla, esto debido a que las decisiones relacionadas con la vida reproductiva son determinantes para la vida presente y futura de cualquier adolescente. El Estado debe garantizar y promover en todo momento el acceso a la información y a los servicios de salud que garanticen el derecho a la confidencialidad, sin que la orientación sexual, el estado

de salud, la identidad de género, la edad, o cualquier otra característica personal sea un impedimento para ello (CDSAJ, 2016).

Derecho a la igualdad. Resulta prudente hacer una distinción entre el concepto de “equidad” e “igualdad”, puesto que es común que estos dos términos sean considerados como sinónimos, y a pesar de que están estrechamente relacionados, su terminología es distinta. La equidad introduce el principio ético de justicia en la igualdad, lo que nos obliga a plantearnos los objetivos que debemos alcanzar y que permitan progresar a una sociedad más justa (Materón, 2016). En palabras más sencillas, se necesita de la equidad para lograr una igualdad en materia de derechos humanos, de ahí que el Estado deba asegurarse que las políticas públicas estén regidas bajo los principios de justicia, igualdad y equidad, que de manera conjunta, propicien darles respuesta a las demandas de la población tomando en cuenta sus propias características y necesidades (CDSAJ, 2016).

Derecho a vivir libre de discriminación. Todas las personas tenemos diferentes formas de expresar nuestras identidades sexuales, así como diferentes formas de vivir y ejercer la sexualidad, por lo que tenemos derecho a que no se nos discrimine por la edad, el origen étnico o nacional, el color de piel, el sexo, el género, la orientación sexual, las discapacidades, la condición familiar, social, económica, o de salud, incluyendo el embarazo y el estado serológico o de ITS de una persona (CDSAJ, 2016).

Derecho a la información actualizada, veraz, completa, científica y laica sobre sexualidad. Todos los temas referentes a la sexualidad, especialmente los brindados en el ámbito educativo y de la salud, deben estar libres de estereotipos, prejuicios, mitos y culpabilidad, regidos bajo una perspectiva laica y basados en evidencia científica (CDSAJ, 2016).

Derecho a la educación integral en sexualidad. Uno de los obstáculos que se presentan a la hora de impartir educación de la sexualidad, es la creencia errónea de que al dar información a los adolescentes, estos acelerarán sus experiencias, ampliarán su curiosidad y querrán poner en práctica sus conocimientos. Otras personas creen que incluso en estos

programas se les enseñan a los adolescentes y jóvenes a mantener prácticas sexuales y autoeróticas de riesgo; se piensa que se les incita a probar cada vez más cosas, a tener experiencias homosexuales, o a usar diversos métodos anticonceptivos sin ningún autocontrol, y aunque esto no suceda ni sea de alguna manera el objetivo de la educación sexual, los temores y prejuicios siguen existiendo y obstaculizando la implementación de estos programas (Hiriati, 2001).

Como respuesta, el Estado debe implementar, fortalecer y actualizar los programas y estrategias de Educación Sexual Integral en los contextos educativos y en el sector salud en todos los niveles (CDSAJ, 2016), pues queda en evidencia que la educación sexual promueve cambios en las actitudes que dan lugar a una mayor tolerancia y respeto hacia las conductas y valores de otras personas; actitudes que propician la aceptación y el reconocimiento de la diversidad humana, generando así, una visión más amplia que permite abrir los canales de convivencia y de comunicación (Hiriati, 2001).

Derecho a los servicios de salud sexual y reproductiva. Estos servicios deben brindarse a través de consejería, orientación y apoyo educativo que sean amigables con los adolescentes, es decir, libres de violencia, discriminación y estigma, y a que no les nieguen el acceso a estos servicios a las personas menores de edad si es que deciden acudir sin un tutor legal para recibir información sobre los métodos anticonceptivos, interrupción legal del embarazo, asistencia sobre el embarazo y parto, así como para la detección y atención oportuna de ITS y de signos de violencia (CDSAJ, 2016).

Derecho a la identidad sexual. El contar con una identidad sexual nos posibilita el pleno acceso a todos los Derechos Humanos, a la participación social y la inclusión en la vida económica, política y cultural del país. El Estado debe salvaguardar la identidad de cualquier persona, haciendo que esta sea reconocida en los documentos legales como elemento fundamental para contribuir activamente a la comunidad y de esta manera, construir ciudadanía (CDSAJ, 2016).

Derecho a la participación en las políticas públicas sobre sexualidad y reproducción. Los adolescentes, tienen el derecho a manifestarse, expresarse y a compartir en diálogo con otras personas, aquellos temas de incidencia social que tengan una resonancia particular en los temas de su sexualidad y de sus derechos sexuales, con la finalidad de crear, proponer e implementar acciones positivas que contribuyan a su salud y bienestar. Es por esto que el Estado, debe garantizar el libre acceso a espacios y mecanismos para la participación adolescente y juvenil, en donde existan condiciones de igualdad, transparencia y rendición de cuentas (CDSAJ, 2016).

En la actualidad, son varias las problemáticas que permean la experiencia y la vida subjetiva de los adolescentes, lo que provoca un genuino interés de parte de ellas y de ellos, en la búsqueda de una colaboración activa que responda y satisfaga todas sus necesidades en los diferentes espacios en los que se desenvuelven, entre ellos el educativo.

De manera particular, en el contexto del CCH Vallejo, se han visibilizado distintos temas de interés y de involucración social por parte del estudiantado.

Uno de ellos, tiene que ver con el tema de la menstruación, ya que durante años, este hecho biológico ha sido ocultado y muy poco abordado en los temas de educación sexual debido a todos los prejuicios, mitos y tabús que han existido en torno a ella, lo que provoca una serie de entramados sociales y psicológicos que impactan la vida social y escolar de la población femenil, ya que no todas las adolescentes se encuentran en igualdad de condiciones para gestionar sus productos de higiene menstrual, atentando contra sus derechos humanos y sexuales, lo que a su vez, limita la realización de sus actividades (TV UNAM, 2021).

Ante esto, surge la iniciativa de la “Cecehachera Roja” fundada por alumnas del plantel, a través de la cual, se pretende que en todos los baños del CCH Vallejo, se puedan encontrar productos de higiene menstrual para toda la población femenil que lo necesite, incluyendo a alumnas, profesoras y trabajadoras del mismo (Velázquez, 2022).

Otra de las iniciativas que llama mucho la atención, tiene que ver con la necesidad de tener espacios seguros, en los cuales, los estudiantes puedan sentirse libres de ser ellas y ellos mismos, por ello, el plantel recientemente estrenó su “Sanitario con Perspectiva de Género” en reconocimiento a la diversidad sexo-genérica que existe entre la comunidad estudiantil, con la finalidad de encaminar acciones en pro de la inclusión y el respeto hacia todas las formas de vivir y experimentar la sexualidad (Rodríguez, 2022).

Cabe recalcar que esta iniciativa no es nueva, ya que en algunos, de los demás planteles de la UNAM, se han ido implementando este tipo de sanitarios con el objetivo “de romper” con la brecha de discriminación y exclusión social del estudiantado por motivos de identidad y expresión de género, siendo la Facultad de Estudios Superiores Iztacala, la primera institución académica dentro de esta casa de estudios, en presentar a la comunidad universitaria el primer baño mixto a principios del año 2018 (Rodríguez, 2018).

Hay que recordar que las luchas o exigencias sociales que han ido emergiendo y popularizándose entre los adolescentes, no son las mismas que se tenían hace algunos años. Todo cambia y se transforma en función de las nuevas necesidades y formas de visibilizar las experiencias y vivencias de las personas, y con ello también el fenómeno de la sexualidad, puesto que es inherente al cambio social, por lo que es importante tomar en cuenta estas nuevas realidades, ya que nos pueden dar pautas para poder intervenir como psicólogos comprometidos con una nueva visión educativa Humanista para el abordaje de la sexualidad humana.

Por último, y para dar cierre a la parte teórica de la presente tesis. En el capítulo cinco se podrá encontrar la metodología empleada, así como la estrategia de intervención a partir de la cual, se buscó incidir en la población adolescente del CCH Vallejo para la conformación de la identidad sexual.

5. Metodología Cualitativa

Con la finalidad de alcanzar los objetivos mencionados en la introducción, se abordará a continuación la metodología empleada para el presente trabajo, no sin antes recordar que la persona ocupa el eje principal por el que se guía la Psicología Existencial Humanista, y de acuerdo con Pagani y Carmena (2002) la persona posee cualidades individuales que son únicas y específicas, así como potencialidades que pueden ser maravillosas y trascendentales para sí misma y para la sociedad del presente y del futuro. Ellos también destacan el hecho de que cada ser humano es persona, lo cual quiere decir que es:

- Alguien capaz de superación, de progreso, de llegar a ser lo que no es todavía. Alguien con vocación de ser más.
- Alguien con capacidad de dar una respuesta personal responsable.
- Alguien con capacidad de libertad.
- Alguien con capacidad de interrogarse e interrogar al mundo que le rodea.
- Alguien con capacidad de amar y de entregarse a un ideal.
- Alguien con capacidad de iniciativa y creatividad. (Pagani y Carmena 2002, p.32)

Como se puede observar, esta definición de persona atañe de manera inherente a los postulados por los que se rige la Psicología Existencial Humanista, ya que las características de la persona no pueden ser explicadas o comprendidas desde el reduccionismo, se necesita una perspectiva que respete, integre y defina los procesos de construcción de los sujetos. Para ello, es necesario vincularse con una metodología congruente, el término metodología designa el modo en el que nos enfocamos ante un determinado problema y buscamos las respuestas que permitan darle un abordaje (Taylor y Bogdan, 1987). Es por esto, que la metodología empleada desde esta corriente psicológica es la cualitativa.

La metodología cualitativa hace referencia en su más amplio sentido a la investigación que produce datos descriptivos obtenidos a partir de las propias palabras de las personas,

habladas o escritas, así como de la conducta observable, es básicamente un modo de encarar el mundo empírico, ya que los métodos cualitativos son humanistas en sí, puesto que designan los métodos mediante los cuales se estudia de manera integral a las personas, tomado en cuenta que la propia perspectiva del investigador influye sobre el modo en que se analiza y comprende la vida subjetiva de los individuos (Taylor y Bogdan, 1987).

Bajo estas premisas, se propone por lo tanto un análisis fenomenológico hermenéutico, el cual, tiene como finalidad comprender cómo las personas le otorgan un significado especial a sus propias experiencias con respecto a algún fenómeno en particular. Para lograrlo, se requiere un esfuerzo y un compromiso hacia la interpretación por parte del investigador, así como el reconocimiento de que la experiencia psicológica de las personas es algo digno de ser estudiado, generando así, un genuino interés por el objeto de estudio. De manera que la meta a alcanzar, sea el poder interpretar los significados que reflejan la realidad subjetiva de quienes participan en el estudio o intervención (Duque y Díaz-Granados, 2019).

Por tales motivos, resulta necesario llevar registros y elaborar anotaciones sobre el fenómeno que se desee estudiar (Hernández et al., 2016). Para lograrlo, se recurrirá a las notas de campo, que de acuerdo con Lankshear y Knobel (2000) son un instrumento de investigación cualitativa que se utiliza para hacer registros de observaciones, sentimientos, descripciones y transcripciones de los eventos que ocurren en un determinado fenómeno. Por lo mismo, serán muy útiles para la recopilación de la información que se obtendrá al término de cada sesión debido a todo lo que se puede plasmar en ellas, para posteriormente volver a retomar dicha información.

De igual manera, se sugiere que para una mejor captación del fenómeno en las notas de campo, resulta conveniente el uso de fotografías y registros de voz (Hernández et al., 2016). Es por esto que con ayuda de un dispositivo móvil, se procederá a grabar cada una de las sesiones con la finalidad de capturar la esencia misma de lo acontecido dentro del grupo. Por otro lado,

se tomarán fotografías de las actividades realizadas, las cuales, servirán como evidencia de lo trabajado y ayudarán a otorgarle un valor único a las notas de campo.

Por último, para rescatar las declaraciones más sustanciales que fueron experimentadas por el alumnado, se les proveerá de unas pequeñas tarjetas de papel, en donde de manera personal, ya sea anónimamente o no, deberán plasmar una frase, o una lluvia de palabras que responda a las siguientes preguntas:

- *¿Qué aprendí hoy?*
- *¿Cómo me sentí emocional y vivencialmente al término de la sesión?*

Acto seguido, podrán depositar dichas tarjetas en una caja, que será destinada especialmente para recibir todos sus comentarios.

Cabe destacar que el afán de realizar una intervención con una población estudiantil que es menor de edad conlleva sin duda alguna el apego a las regulaciones que garanticen la integridad de todas las personas asistentes. Es por esto que se realizará un consentimiento informado en donde se explicita el motivo de esta intervención, haciendo de su conocimiento la forma de trabajo dentro del grupo, misma que será audiograbada y capturada por medio de fotografías con el propósito de recuperar y plasmar sus experiencias en el presente trabajo, apelando de forma intrínseca al principio de confidencialidad. Dicho consentimiento se podrá encontrar en el Anexo 1.

Para el análisis de la información registrada en las notas de campo, estas se someterán a una revisión en dos fases; la primera de ellas estará enfocada a establecer una lectura y relectura de las mismas sesión por sesión, y paralelo a este trabajo, se irán realizando anotaciones interpretativas en un documento en blanco con ayuda del procesador de textos Word. Las anotaciones estarán encaminadas a representar aquellos aspectos interesantes y significativos que como investigador, me resultan pertinentes para comprender el significado subjetivo que se suscitó dentro del trabajo grupal.

Duque y Díaz-Granados (2019) señalan que las anotaciones deberán cobrar la forma de un resumen, parafraseo o asociaciones que devienen en la mente del investigador tras su lectura, prestando especial atención al contenido emocional experimentado por las personas asistentes, el cual, puede manifestarse por medio de frases o figuras retóricas que resulten llamativas, así como en el uso del lenguaje utilizado, lo que muchas veces recae en pistas paralingüísticas tales como el timbre de voz y las pausas suscitadas.

Una vez concluida esta tarea, se procederá a realizar la fase dos, la cual, consistirá en analizar cada una de las notas generadas anteriormente con su correspondiente número de sesión, con el propósito de encontrar los temas emergentes que las simplifiquen. Los temas son términos o frases que sintetizan lo expresado en las anotaciones iniciales, con la particularidad que éstos, deben formularse en un lenguaje más técnico, intentando relacionar lo que el participante expresa con la teoría psicológica correspondiente (Duque y Díaz-Granados, 2019).

Para dar a conocer los resultados obtenidos a lo largo de todo el curso taller, se efectuará la construcción de una narración sesión por sesión, en donde se plasmarán los temas emergentes acompañados de su respectiva sustentación e ilustración a partir de las transcripciones obtenidas en las notas de campo.

La manera en la que se presentarán los resultados, darán cuenta del proceso de re-construcción de la identidad sexual de las personas asistentes así como los cambios generados a raíz de la presente propuesta de intervención con apoyo de la teoría aquí presentada.

A continuación se estará presentando la estrategia de intervención con la cual, se pretende cumplir el objetivo general y los objetivos específicos de este trabajo.

5.1. Estrategia de intervención: Curso Taller Reflexivo-Vivencial “Re-construyendo mi Sexualidad”

Desde la Psicología Existencial Humanista, distintos teóricos le han otorgado un sentido de gran significancia al trabajo con grupos en virtud de que estos proporcionan ganancias importantes que no están presentes en el trabajo individual; por ello, personajes como Yalom,

Perls y Rogers, fueron grandes promotores del trabajo grupal (Gómez del Campo et al., 2014). Esto debido a que los grupos son fundamentales para la construcción de la identidad personal, destacando que en lo social, la identidad es saberse apreciado y amado por lo que se es, por ser uno mismo; en otras palabras, tener un nombre y ser visibilizado. Por lo tanto, este tipo de intervención promueve el ahondamiento en el “nosotros”, es decir, que de manera individual, se haga una revisión e interpretación al concepto de nosotros desde una estructura amplia (Prieto, 2010).

Actualmente, existen distintas modalidades que contemplan el trabajo con grupos y que tienen como propósito favorecer el proceso de enseñanza-aprendizaje con respecto a algún tópico, uno de ellos es la intervención por medio de cursos, los cuales se caracterizan por ser formales y teóricos. La persona que los imparte tiene el control sobre las clases, y su principal objetivo es el de transmitir teoría, conceptos o modelos conceptuales, mientras que los estudiantes fungen un rol pasivo, limitándose a la simple recepción del conocimiento a través de la escucha, y por lo mismo, su retroalimentación queda en segundo plano. Como material de apoyo se puede hacer uso de presentaciones digitales, pizarras y libros (Jaime, 2016).

Por el contrario, las intervenciones realizadas por medio de talleres son mucho más prácticas y apelan a la experiencia surgida dentro del grupo. La persona que lo imparte es más flexible y se preocupa por crear un ambiente más acogedor; es un guía. La responsabilidad del aprendizaje recae en el alumnado debido a que se convierten en los protagonistas, y para llevar a cabo el proceso de aprendizaje se realizan actividades para lograr la aprehensión del conocimiento, es decir, se enseña y se practica al mismo tiempo, dando como resultado un conocimiento que se experimenta, se comparte y se vive. En el caso de los materiales, se suelen usar proyectores o láminas, asimismo se deben contemplar todos los recursos necesarios para trabajar las actividades (Jaime, 2016).

No obstante, una de las modalidades que más destaca dentro de esta forma de trabajo es el denominado taller vivencial. Un taller vivencial se define como un espacio en donde los

participantes se congregan en grupo para trabajar sobre alguna temática que gire en torno a sus propias experiencias personales. Estos poseen una estructura y planeación previa que contempla —además de los contenidos teóricos—, actividades o ejercicios que permiten facilitar el aprendizaje y el desarrollo personal de los participantes (Villar, 2010), y dadas estas características, es que su implementación favorece la construcción de espacios de diálogo, en donde se pueden poner de manifiesto los conocimientos, afectos, emociones, y experiencias cotidianas que son significativas para cada una de las personas asistentes, y a su vez, estas experiencias son resignificadas mediante el proceso de compartir con el grupo, de manera que se puedan construir y deconstruir nuevas formas de ser y de relacionarse con los otros (Berra y Dueñas, 2011).

Intervenciones como las de Gómez del Campo et al. (2014) corroboran que el trabajo por medio de talleres vivenciales funge un rol importante para el establecimiento de nuevas redes de apoyo en las que se busca promover el desarrollo personal y la reflexión constante de sus integrantes, hechos que pueden verse reflejados en la convivencia social tanto fuera como dentro del grupo.

Por otra parte, García y Castellanos (2020) en sus intervenciones con el estudiantado de la FES Acatlán para prevenir y visibilizar los diferentes tipos de violencia, encontraron que los talleres vivenciales funge como una estrategia pedagógica muy útil para crear espacios de intimidad y compañerismo; lo que tiende a repercutir de manera significativa en los comportamientos y actitudes de las personas, contribuyendo a la construcción de una nueva cultura basada en la igualdad y en el respeto.

Ahora bien, para efectos de este trabajo, se recurrirá a la implementación de un curso taller, el cual, es una modalidad de enseñanza-aprendizaje que se caracteriza por la interrelación entre la teoría y la práctica, en donde el facilitador expone una serie de fundamentos teóricos que sirven de base para que el alumnado, realice un conjunto de actividades diseñadas con anterioridad y que los conduzcan a desarrollar su comprensión de los temas revisados durante

la sesión, al vincularlos con la práctica vivencial que se gesta en el grupo. Este tipo de estrategia resulta ser más efectivo que un curso puramente teórico, ya que el curso taller promueve un ambiente idóneo para el vínculo entre la conceptualización y la implementación, donde el facilitador respeta la autonomía de los estudiantes sin dejar de lado una continua supervisión y una oportuna retroalimentación hacia los asistentes (Dirección General de Educación Continua, 2022).

Todo ello se efectuará bajo un enfoque reflexivo-vivencial, el cual, representa una característica importante para el trabajo con grupos, puesto que su objetivo es favorecer la comunicación con uno mismo y con los demás por medio de sesiones que brinden información teórica sobre el tema abordado, así como actividades prácticas que movilicen la experiencia de los participantes (Andino, 2013). Este enfoque ha permitido su aplicación al abordaje con diferentes temáticas como por ejemplo: la construcción de las masculinidades y estereotipos de género (ADEES Nicaragua, 2022), el vínculo afectivo entre madres e hijos (Badillo y Domínguez, 2004) y la convivencia escolar (Díaz, 2017), entre otros.

En este sentido, es que me atrevo a remarcar el concepto de **reflexión**, debido a que el trabajo educativo para el abordaje de la sexualidad humana debe realizarse en un ambiente de facilitación idóneo en donde el alumnado pueda ser capaz de inmiscuirse en un proceso constante y consciente de cuestionamiento e introspección personal para la conformación de su identidad sexual, lo que a su vez, propiciará que cada individuo pueda ser capaz de definir una serie de atributos y comportamientos que lo caractericen y lo distingan de los demás, es decir, todo aquello que lo defina como un ser particular y único (Vargas-Trujillo, 2007).

Esto con la finalidad de poder re-construir de manera conjunta nuevas formas de vivir, comprender y disfrutar de una sexualidad plena y responsable, lo que conlleva la formación y desarrollo de conocimientos, valores y actitudes que favorezcan las herramientas necesarias para que los adolescentes puedan ser capaces de tomar decisiones fundamentadas para el ejercicio de su propia sexualidad, y que al mismo tiempo, tengan significancia para la

conformación de su identidad sexual durante este proceso de su etapa vital (Calero et al., 2017).

La estructura completa del curso taller, se podrá encontrar en el Anexo 2.

Resultados

El siguiente apartado tiene como propósito dar a conocer los resultados de la presente investigación, los cuales fueron obtenidos a raíz de una intervención por medio de un curso taller reflexivo-vivencial con perspectiva Humanista, denominado: *“Re-construyendo mi sexualidad”*, dirigido a la población estudiantil del Colegio de Ciencias y Humanidades plantel Vallejo, mismo que fue impartido a lo largo de cinco sesiones en el mes de octubre del año 2022, con una duración de dos horas cada una, dando como resultado un total de diez horas de trabajo en la facilitación.

Para la difusión del curso taller (dos semanas antes de dar inicio con la intervención), se realizó un cartel digital con ayuda del programa de diseño gráfico “Canva” (Anexo 3), el cual, fue promocionado a través la red social “Facebook”, así como por invitación expresa de algunas profesoras hacia sus grupos.

Las personas interesadas tenían la opción de escanear un código QR, o bien, teclear una dirección web que las dirigía a un formulario de “Google Forms” para realizar su inscripción, por lo que el número total de inscritos fue de 49 estudiantes divididos en 14 hombres y 35 mujeres, de los cuales 22 se encontraban cursando el primer semestre del bachillerato, 11 el tercero y 16 el quinto.

El espacio donde se llevó a cabo la intervención fue un aula proporcionada por el departamento de psicopedagogía, en un horario de 13:00 a 15:00 horas los días lunes y miércoles.

Como se mencionó en el capítulo anterior, para la presentación de dichos resultados se efectuará la construcción de una narración sesión por sesión, en donde se plasmarán los *temas emergentes* —entendidos como aquellas frases que poseen un lenguaje más técnico y que sintetizan e integran lo expresado por el alumnado en cada una de las sesiones—, acompañados de su respectiva sustentación e ilustración a partir de las transcripciones obtenidas en las notas de campo, así como el significado que como investigador, le otorgué a esos discursos.

Para facilitar la lectura y su comprensión; el uso de los tres puntos suspensivos indicará la omisión de texto, de igual manera, me parece importante señalar que las transcripciones hacen referencia única y exclusivamente a los comentarios emitidos por las personas asistentes al curso taller.

Así mismo, se usarán *pseudónimos* (nombres falsos) con el objetivo de modificar los nombres reales de quienes participaron en este estudio, evitando hacer alusión a cualquier otra característica peculiar que vulnere su integridad, esto en apego a las consideraciones éticas existentes para la regulación de la praxis psicológica, apelando fielmente al principio de confidencialidad.

SESIÓN 1. ¿QUÉ ES LA SEXUALIDAD?

La primera sesión se impartió el día 05 de octubre de 2022 y se contó con la participación de 18 personas; 13 mujeres y 5 hombres respectivamente. Es importante mencionar que en esta sesión emergieron dos temas principales; el primero de ellos decidí nombrarlo “*El impulso motivacional*”.

Recordemos que las motivaciones hacen referencia a aquellos impulsos intrapsíquicos que activan y movilizan a las personas a realizar una determinada actividad o comportamiento, y que por lo general, están encaminadas a una satisfacción de necesidades, por lo que bajo estas premisas, me resulta primordial que en esta investigación se constaten los motivos que impulsaron a algunos estudiantes a querer participar en esta intervención, mismos que fueron recuperados a partir de una interrogante que les fue planteada desde un primer momento: “¿Qué les motivó a interesarse por este curso taller?”

Lo anterior nos dará pauta para poder acercarnos —de manera empática— a su mundo subjetivo y comprender cómo es que las adolescencias de este estudio han estado percibiendo el fenómeno de la sexualidad humana, así como aquellas necesidades particulares que responden a sus propios intereses.

El Impulso Motivacional

Lo que motivó a gran parte del alumnado a inscribirse al curso taller fue la curiosidad que les genera el tema de la sexualidad, pues indudablemente, este fenómeno ocupa un lugar importante en esta etapa de su desarrollo como adolescentes. Denotando un genuino interés por la búsqueda de información y de experiencias nuevas que respondieran a sus interrogantes, y de esta manera, ir re-construyendo su propia identidad sexual:³

Héctor — “[...] ¿Qué fue lo que me animó?, básicamente la curiosidad, el querer saber más acerca de la sexualidad porque honestamente es un tema el cual sigo desconociendo bastante y ahí podrían entrar mis expectativas sobre el querer aprender más del tema y ampliar mis conocimientos”

Algunas de las personas asistentes comentaron haber recibido en algún momento de su educación escolar, información referente a la sexualidad, sin embargo, estas alumnas refieren una deficiencia en la forma en la que fueron instruidas sobre el tema, por lo que su motivación, radica en no quedarse únicamente con el conocimiento que les ha sido brindado hasta el momento, sino que por el contrario, buscan ampliarlo, esperando que las sesiones del curso taller “rompan” con la dinámica educativa que han estado percibiendo como puramente “superficial” o “informativa” más que experiencial, por lo que se muestran receptivas al aprendizaje y a nuevas formas de trabajo:

Irma — “[...] me animó la curiosidad por querer aprender un poco más a fondo sobre el tema y no como algo superficial, y mis expectativas son que espero aprender más sobre esto y que el curso sea muy entretenido”

Kristal — “[...] más que nada la curiosidad de saber cómo es que se maneja la sexualidad pero más a fondo, no como lo que nos han venido enseñando constantemente y mis expectativas también son aprender, un poquito más”

Karen — “[...] es un tema que casi no se trató en la secundaria, entonces pues para no ir con los ojos cerrados [...]”

Ciertamente la desinformación que se posee con respecto a aquellos fenómenos que forman parte inherente de la existencia humana, pueden llegar a generar sentimientos de malestar e incluso de incertidumbre en las personas, tal es el caso de Diana, pues el

³ Entendida como el constante cuestionamiento que el alumnado realiza en torno a la pregunta: *¿Quién soy yo sexualmente?*, pues a partir de este proceso reflexivo, se generan una serie de adjetivos y características que definen a las personas como seres sexuados.

desconocimiento en temas de diversidad sexual la motivaron a participar en este curso taller con el objetivo de comprender las diferentes manifestaciones que existen de vivir y expresar la sexualidad:

Diana — “[...] lo que me animó a inscribirme a este curso fue porque no he estado muy informada y porque desconozco mucho sobre la diversidad sexual, y pues me siento un poco mal por ello porque es también un desconocimiento para mí y me gustaría aprender”

Es así, que la poca o nula comprensión de los fenómenos netamente humanos, más que fungir como una limitante, se logra apreciar en los discursos del alumnado una fuerza motivacional que los conduce a la búsqueda de nuevos aprendizajes referentes a la temática.

Para Violeta, su motivación radica en “[...] aprender mucho más para poder comprender a otras personas, ya que a veces podemos ser un poco incomprensivos con los demás [...]”

Es importante subrayar que el conocimiento no solamente tiene que ser teórico, sino que también, puede ser vivencial y experiencial, y eso es lo que muchos adolescentes buscan, espacios donde se les incluya y se les convierta en agentes activos de su propio aprendizaje:

Alex — “[...] quise meterlo, y a ver qué salía, y conocerme porque me interesan estos temas y pues, conocerme un poquito más”

Por otra parte, Milán refiere que entre sus expectativas se encuentran el conocerse más a sí mismo, lo que implica re-formular y asimilar nuevas maneras de identificación en un espacio donde pueda ser él mismo y no se le juzgue por ello, lo que claramente favorece la apertura y el autoconocimiento:

Milán — “[...] ¿quién me animó?, bueno realmente fui yo solito, porque quería saber específicamente un poco más sobre mi sexualidad y hablar en un espacio seguro y sin tabú”

Como parte de su desarrollo evolutivo, las adolescencias se ven enfrentadas a una serie de descripciones y categorías que pueden ser asimiladas o rechazadas por su persona, lo que da cuenta de su propio proceso de autoconocimiento y autodescubrimiento, y para Esmeralda, el hecho de no quedarse con las palabras en la boca y generar cuestionamientos en torno a aquellas temáticas que son de su interés, tiene que ver con la capacidad que posee para defender sus propios ideales, pues

en el tono en el que se expresa, además de elevar el volumen de su voz, se percibe cierta euforia en su discurso y es muy contundente al afirmar lo siguiente:

Esmeralda — *“La verdad no soy de quedarme callada y me gusta debatir, pero no me gusta debatir sin saber cosas, o sea, si no sé, mejor no digo nada, mejor me quedo callada, pero (la sexualidad) sigue siendo un tema como tabú y no la tendríamos que ver así, somos libres, ¡libres de tener una sexualidad!”*

De esta manera, se reconoce que el impulso motivacional se hizo presente a partir de las expectativas que el curso taller generó en cada una de las personas asistentes, pues lo que buscan, es adquirir nuevos aprendizajes que les ayuden a comprender el proceso de construcción de su identidad sexual y el de las demás personas integrantes del grupo.

El segundo tema emergente denominado *“La búsqueda del sí mismo”*, hace referencia a aquellos cambios críticos que acontecen durante la adolescencia y que tienen que ver con la autodeterminación del sí mismo⁴, pues esta etapa está caracterizada por una fase de duelos en la que los adolescentes, se ven afectados por una serie de transformaciones paulatinas de cuestionamiento y de reflexión personal que conllevan la propia asimilación e integración de nuevas categorías y formas de identificación.

De manera que la adolescencia se encuentra situada en un incesante proceso de reconstrucción de la identidad tal y como se verá representado a continuación.

La Búsqueda del Sí Mismo

Para conformar la identidad sexual, es necesario tomar en cuenta aquellas descripciones tales como *“hombre”*, *“mujer”*, *“persona trans”*, *“no binaria”*, *“heterosexual”*, *“bisexual”*, *“homosexual”* (...), y un sinnúmero de categorías más que son usadas por las personas para otorgarle un valor a su propia existencia en el mundo, y con ello, darse a sí mismas su propia visibilidad y representación social.

⁴ “Cuando hablamos del sí mismo, hablamos de algo central para «cada uno»: su identidad, su yoidad, su autenticidad, su unidad de ser, con su correspondiente afirmación de que «yo soy yo», «dueño de mí mismo», y por eso tiendo a ser y actuar por mí mismo” (Moreno et al., 2015, p. 80).

En este sentido, me parece importante describir una experiencia particular que se suscitó minutos después de dar comienzo a la sesión y de haber solicitado el pase de asistencia, ya que una de las personas asistentes, de manera discreta, mueve su mano solicitando que me acerque ella, y cuando lo hago, me percaté que con unos garabatos había tachado su nombre de pila, y segundos después me comenta, con una voz suave y pausada, que le gustaría que me dirigiera a él con otro nombre, lo cual, así fue a lo largo de toda la intervención.

Más tarde, me pude dar cuenta que en la representación gráfica que él hizo, se hallaba inscrita la frase “*Soy un chico trans*”⁵ (Anexo 4).

Considero que por el simple hecho de estar inscrito en un curso taller sobre sexualidad, le dio a este chico la confianza necesaria para acercarse a mí como facilitador y pedirme de manera amable, que cambiara la forma en la que me dirigía a él, pues este fenómeno tiene que ver con la forma en la que se reconoce y se vive como un individuo sexuado.

Y a pesar de que existen algunos adolescentes que ya poseen una serie de conceptos bien definidos de su persona, hay otros que reportan no necesitar de ninguna “etiqueta” para poder comprenderse,⁶ y que depende más bien de la comodidad y la sintonía con aquellas palabras que utilizan para definirse y describirse a sí mismos:

Valentina — “*Yo me puedo expresar como yo quiera pero sin ninguna etiqueta porque no me gusta, y siento que está bien, en parte, porque no necesariamente necesitamos tener una etiqueta para saber quiénes somos, o sea, tal vez sí nos cueste trabajo identificarnos y tener dudas y todo eso, pero está bien no tener una etiqueta definida y sí tú quieres tener un etiqueta definida también está bien, porque es como tú te sientas*”

Las vivencias ajenas juegan un rol fundamental para la conformación de juicios y opiniones, pues mitigan la autenticidad de las personas al generalizar una experiencia vivida por alguien más:

Marcela — “*Bueno, yo tengo un amigo, y me cuenta que él se siente incómodo cuando le preguntan su orientación sexual, porque en un día a él le puede gustar una chica y al otro a lo mejor ya no, y dice que también no le gusta que le digan, no pues es que es bisexual, dice que no*”

⁵ Esta representación gráfica consistió en realizar una alegoría que tratara de representar la identidad del propio alumnado a partir de esquemas, dibujos, o palabras.

⁶ La palabra “*etiqueta*” fue un término acuñado por el alumnado para referirse a aquellos conceptos que les generan identidad.

se siente cómodo a la hora de que lo identifican con una sola cosa, porque a veces siente que nada más dicen: "¡Ay, es que mira el bisexual!", o sea, cómo que le pone incómodo que definan su sexualidad y de hecho a mí también. O cuando dicen: "Ahí va la lesbiana", "la lesbiana me compró esto", ¡tengo nombre!"

La molestia de Marcela radica en el hecho de que la sociedad, muchas veces prefiere asignar “etiquetas” a las personas sin importarles si ellas se sienten cómodas con aquello que se les impone, —debido a que las etiquetas enmarcan rígida y estereotípicamente a los sujetos—, por lo que Marcela está defendiendo su derecho a ser nombrada y a no ser etiquetada o encasillada en una categoría en específico.⁷

Sin embargo, en la siguiente anécdota se puede apreciar la gran influencia que tiene el medio social para reprimir los diferentes aspectos de la sexualidad adolescente, y en este caso, para hacerle creer a Ricardo que lo que sentía no era válido, situación que lo orilló a afirmar que es mejor vivir sin etiquetas, pues muy probablemente, trata de evitar volver a experimentar aquellas emociones generadas por los discursos que no lo hicieron sentirse apreciado por ser quien era:

Ricardo — *“en lo personal, [...] yo solía compartir (mis experiencias) con unos compañeros, y en ocasiones llegué a... a recibir algún comentario despectivo o algo así, de que era porque no sabía en sí lo que era, o como me identificaba o algo así, y pues siento que no está bien hacer ese tipo de comentarios, ya que deberíamos vivir sin etiquetas, desde mi punto de vista ¿verdad?, porque no necesitas decirle o expresarle a las demás personas lo que eres, porque sólo deberías ser y ya”*

Pese a estos diversos puntos de opinión, el grupo logró identificar que desde lo social, muchas veces se ven obligados a asumir una “etiqueta” que no les corresponde —*lo imputado*— situación que los orilla a reprimir sus propios sentimientos, gustos o experiencias, por lo que desde este posicionamiento crítico son capaces de reconocer la capacidad de elección que cada uno posee para reafirmar y construir una imagen de sí mismos más sólida y más auténtica:

Liliana — *“[...] las etiquetas vienen del sistema pero de nosotros depende etiquetarnos o no.”*

⁷ Gilberto Giménez (Citado en Lamas (2017) define las representaciones que cada sujeto formula desde su propia identidad como identidades internamente definidas (*subjetivas o privadas*), y las que los demás hacen de nosotros las distingue como identidades externamente imputadas (*objetivas o públicas*). Por lo que para este autor, la crisis de la identidad radica en que la identidad que se percibe internamente (*subjetiva*) choca con la identidad externamente imputada.

Fenómeno que puedo ver reflejado a partir del dilema: *¿Quién soy yo? vs ¿Quién soy yo en función de lo que los demás asumen de mí?*

Emiliano — “Siento yo que sí sirven para muchas personas, sin embargo pues es respetable las personas que no les gusta identificarse”

En consecuencia, algunos de los participantes mencionaron sentirse cómodos con el hecho de buscar aquellas categorías que les hacen sentido para verbalizar aquello que sienten, viven y experimentan, pues todo ello refleja parte de su identidad como seres sexuados:

Noé — “Muchas veces las etiquetas son necesarias para identificarte en el sentido de identidad, [...], a mí me han ayudado mucho a decir, por ejemplo, siento esto, o siento aquello, y las etiquetas siento que me han ayudado a darme cierta representación [...].”

Milán — “[...] a mí sí me gusta etiquetarme, soy gay, soy género fluido, y al menos, por este momento me identifico como género fluido y como hombre”

Irma — “En algún momento, —igual por eso me metí a este taller—, en algún momento me gustaría saber en realidad qué es lo que me gusta (orientación sexual) y poderme etiquetar en algo”

Resulta interesante que para algunas personas (como es el caso de Violeta), la búsqueda de identidad les permita verse reflejadas en otros seres humanos, objetos o seres vivos; lo que las anima a crear nuevos modelos de identificación a partir de las similitudes encontradas:

Violeta — “yo [...] siento que me identifico con un gato por su forma de ser, les gusta estar solos y de repente les gusta estar con alguien, y porque son muy, [...] curiosos”

Mientras que para Alicia, este proceso de identificación la invita a hacer una introspección con ella misma para lograr identificar aquellas cosas que le parecen agradables y que la hacen sentirse a gusto con su persona:

Alicia — “siento que para identificarme puedo mencionar las cosas que me gustan, [...] me gustan los caballos y los borregos, me gusta mucho el azul marino, y también me gusta mucho el rock y el pop”

Es cierto que muchas adolescencias se ven enfrentadas a una cantidad considerable de adversidades que pudieran llegar a dificultar el proceso de conformación de su identidad sexual y personal, por lo que es valioso que personas como Liliana defiendan su identidad y las valoraciones que se otorgan a sí mismas a pesar de las imposiciones y expectativas sociales que experimentan, asumiendo su propia responsabilidad para la construcción de su destino:

Liliana — “[...] en este momento de mi vida, no sé lo que está pasando porque tengo problemas en el corazón y la mente [...] soy una persona perseverante y valiente [...] valiente porque a pesar de que muchas personas me dicen lo contrario, sí a mí me gusta (seguir mis sueños) y estoy segura, lo hago.”

Frente a estas circunstancias, es comprensible que se contrapongan una serie de discursos que traten de legitimar la forma en la que cada persona se define como un ser único y valioso:

Karen — “Respeto mucho a las personas, he visto y conozco a mucha gente que no respetan a la gente y sus identidades, y me molesta, me causa mucho conflicto esa gente, y pues trato de respetarlas, y de controlarme [...]”

Esta chica muy probablemente ha observado en sus interacciones sociales faltas de respeto que vulneran la libertad y la dignidad humana, situaciones que le impiden expresarse y soltar aquello que piensa de manera asertiva.

Queda en claro que la búsqueda del sí mismo sigue siendo un proceso complejo y confrontativo, especialmente durante la adolescencia, pues no es sencillo encontrar aquellas descripciones que definan a las personas en su totalidad y desde su propia diversidad.

SESIÓN 2. DERECHOS SEXUALES Y REPRODUCTIVOS

La segunda sesión se impartió el día 17 de octubre de 2022. Cabe mencionar que esta sesión se recorrió una semana después debido al paro de labores que llevaron a cabo estudiantes del plantel durante la semana del 10 al 14 de octubre del mismo año, por lo que se reconoce que esta situación pudo haber influido en la disminución de la asistencia, pues se contó con la participación de 12 personas; 9 mujeres, 2 hombres y una persona que se identifica como no binaria.⁸ Asimismo, “*Las batallas en la adolescencia*” emergió como el tema principal de esta sesión.

“*Las batallas en la adolescencia*” es una metáfora que me permito utilizar para hacer referencia a aquellos cambios biopsicosociales que muchas veces aparecen de manera abrupta y paulatina en las adolescencias y que se ven expresadas mayoritariamente en las necesidades individuales y colectivas del alumnado.

⁸ Personas cuya identidad, no encaja dentro del binarismo sexo-género: (*hombre-mujer / femenino-masculino*).

Las Batallas en la Adolescencia

Los movimientos estudiantiles⁹ forman parte de los intereses de muchas personas adolescentes, y no es para menos si tomamos en cuenta que en reiteradas ocasiones, la escuela se convierte en su segunda casa, y por lo mismo, las necesidades sanitarias se hacen cada vez más presentes, por lo que una las iniciativas que ha cobrado especial relevancia, tiene que ver con la implementación de medidas y acciones que tengan por objetivo brindar espacios e insumos para una menstruación digna a toda la población femenina que forma parte del plantel del CCH Vallejo, debido a que *“muchas mujeres o personas menstruantes no tienen [...], la posibilidad de obtener los recursos sanitarios para poder tener una menstruación digna, entonces lo que hicieron varias compañeras y compañeros, es organizar que en los baños, principalmente en los de las mujeres, haya toallas sanitarias o tampones para que puedan ser utilizados responsablemente, por si llegas a tener algún accidente o si lo necesitas, puedas tomarlo con total seguridad” (Irma).*

Por otra parte, el tema de los *baños mixtos* o con *perspectiva de género* —tal y como fueron nombrados en el plantel—, también han generado en el alumnado un sin fin de posturas y opiniones¹⁰, pero las que más destacaron dentro del grupo, fueron aquellas que hacían referencia a la comprensión y a la empatía que sienten algunas personas del alumnado hacia las realidades de otras:

Guadalupe — *“yo vi que cuando abrieron el nuevo baño aquí, muchos comentarios en las publicaciones de Facebook decían que era algo como tonto o innecesario, siento que a veces hablamos desde nuestro privilegio y lo vemos como algo innecesario ya que no hemos sufrido, por así decirlo, como un tipo de violencia que nos haga ver algo como esto innecesario, por ejemplo, las personas trans se pueden sentir más seguras, (en este tipo de espacios, pues fomentan) la privacidad a la que tienen derecho”*

⁹ Entendidos como espacios de lucha para mejorar las condiciones de las instituciones académicas.

¹⁰ Lo anterior, quizás tenga que ver con el reconocimiento y la re-significación que la población adolescente y juvenil del país le están otorgando a los espacios con los cuales conviven la mayor parte del tiempo como es el caso de los baños, pues éstos forman parte de un espacio a través del cual se educa; un espacio que ha sufrido múltiples transformaciones con el paso del tiempo, y que sin lugar a dudas, se ha visto influenciado de manera paralela al cambio generacional. Todo ello sin contar que los sanitarios de las escuelas son considerados como “artículos” de primera necesidad, y que a su vez, forman parte de los derechos sexuales y humanos a recibir una educación y servicios de salud de calidad (Véase García, 2018).

El grupo lo que busca es solidarizarse con otras personas de la comunidad estudiantil por medio de iniciativas que tomen en cuenta sus propias necesidades, y lo que resalta es la pluralidad de discursos que intentan reflejar su mundo subjetivo:

Alex — *“Los baños con perspectiva de género nos ayudan a personas como yo a sentirnos más cómodos, es que al principio yo tenía miedo de pasar a los baños de hombres; y con la implementación de estos baños me puedo sentir más seguro”*

Para este estudiante trans, el hecho de contar con un espacio seguro dentro del Colegio le ayuda a reducir aquellos sentimientos de inseguridad que le ocasionan el tener que compartir el baño con otros chicos (cisgénero), pues muy probablemente, su miedo radica en pensar que podría ser agredido por su identidad o por su corporalidad.

Asimismo, el alumnado es capaz de reflexionar y darse cuenta que junto a estas iniciativas, deberían existir campañas de sensibilización que les ayuden a comprender los nuevos fenómenos sociales que están emergiendo:

Guadalupe — *“Creo que también es importante tomar en cuenta que junto a estas propuestas, debe ir mucho de la mano con la educación y con la información, porque es muy triste ver que... ¡Claro!, como personas que a lo mejor en algún momento sufrimos de algún tipo de violencia o discriminación, cuando pedimos un espacio seguro para poder ejercer algo tan básico como ir a hacer nuestras necesidades, muchas veces son irrespetados por gente que no entiende el trasfondo del porqué se hizo, [...] debemos de tener en cuenta que queremos un espacio seguro que sea respetado, entonces creo que aparte de esto, el plantel debió de haber implementado también una campaña de educación para que las personas pudieran ejercerlo de manera respetuosa y adecuada, porque muchas veces, ¡yo!, siendo una persona que normalmente entra a este baño, he visto que hay personas cis, normalmente, que no tratan el espacio como debería [...] muchas personas pues lamentablemente no tienen la información, o no les gusta informarse, [...] tenemos que ayudar a que las personas estén informadas y cómo utilizar correctamente este baño”*

Como se puede observar, lo que provoca la molestia de Guadalupe son las faltas de respeto que percibe dentro de su entorno y que van dirigidas hacia este espacio que para ella, representa un lugar importante, generándole una carga emocional que es capaz de externar a través de su discurso y que la motivan a pensar en acciones de sensibilización que pudieran resultar beneficiosas para toda la comunidad, enfatizando la importancia de la comprensión.

Así pues, la preocupación que experimenta el alumnado frente a la desinformación se hace más evidente cuando aquello que se les ha inculcado desde su casa difiere con la nueva

información que intenta ser asimilada y procesada para su entendimiento, tal y como le sucede a July, pues ella percibe que las formas en las que ha sido instruida por sus personas cuidadoras no han sido las correctas, lo que le provoca una exacerbación de la emoción del miedo, impidiéndole ampliar su campo de experiencias con total seguridad:

July — “A mí me educó más que nada mi madre, en cuanto a la sexualidad [...] y he visto que tanto los padres y tanto las escuelas, a veces dan una educación en donde infunden miedo, entonces [...] puede ser que tanto esté bien que te eduquen tus padres, ¿pero con qué?, O sea, te van a meter miedo o realmente te van a dar una introducción a lo que es tu sexualidad y tú cuerpo, yo creo que habría que ver las dos partes, ¿no?, porque igual en la escuela abunda mucho que se ven más las enfermedades y miedo, más que nada miedo, es lo que yo he visto”

Como respuesta a estas declaraciones, el alumnado demanda como una necesidad, el que les sea brindada información certera y eficaz que les permita comprenderse a sí mismos y a las personas que les rodean, lo que los conduciría a una mejora en sus relaciones interpersonales y en el establecimiento de vínculos más sanos (ver Figura 1) ¹¹:

Guadalupe — “si tuviéramos más formas de obtener más información o la apertura para informarnos y cuestionarnos las cosas, los sectores marginados o vulnerados podrían sentir un poco más empatía, podrían sentirse un poco más aceptados o con más espacio, un espacio seguro, y podrían dejar de tener miedo de ser lo que son o poder ejercer su identidad con libertad, entonces, creo que para nosotros lo primordial es que se empiece a informar la gente, y obligarla a informarse, o sea que ya no sea una opción sino que ya es una necesidad”

El mensaje de Guadalupe es contundente, y creo que nos invita mucho a la reflexión, porque en el fondo, se logra percibir a una persona comprometida con otros seres humanos para la transformación de una mejor sociedad.

¹¹ A pesar de que el derecho a recibir una educación sexual integral sea un premisa estipulada en la Constitución Política de nuestro país, los discursos del alumnado aquí presentados, refieren que la información existente en temas de sexualidad humana continúa siendo un tanto limitada y rezagada, puesto que no se adapta a sus necesidades particulares y mucho menos se actualiza conforme el paso de las nuevas generaciones.

Figura 1

Cartel elaborado por estudiantes: “Si hubiera menos falta de información habría más empatía y dejaríamos de tener tanto miedo”



De igual manera, el grupo reconoce que les gustaría recibir una educación sexual más especializada y libre de prejuicios, pues lo que buscan es convertirse en agentes activos de su propio proceso de enseñanza-aprendizaje, y con ello, fomentar un cambio dentro de sus contextos sociales (ver Figura 2):

Irma — “muchas veces en términos de educación, no vemos temas tan amplios que deberían ser importantes aprender para que nosotros podamos desarrollarnos mejor, de una manera un poco más civilizada dentro de la sociedad, como por ejemplo, hablar de manera amplia y sin miedo sobre las ETS y su prevención, hacer más visible y sin tabú el tema de la menstruación, la copa menstrual y tocar temas de diversidad sexual”

Figura 2

Cartel elaborado por estudiantes: “Educación responsable para una sociedad progresiva”.



Otra de las batallas que enfrentan las adolescencias, son aquellas que tienen que ver con la violencia que viven y experimentan, ya sea en el seno de sus familias, en sus hogares o en la misma escuela a la que asisten.

Para algunas de las personas dentro del grupo, el hablar de “*las terapias de conversión*” fue una experiencia nueva ya que no conocían esta forma de violencia ejercida en contra de las personas de la diversidad sexual, especialmente porque una de las participantes mencionó haber sido sometida a estas prácticas:

July — “Queremos dar a entender de que por más que nos digan o nos estén intentando cambiar, o hacernos normales, es al revés, nada más sentimos como nada más que entra y sale, [...] porque la presión que más se siente es la de la iglesia, como algunos tienen, por ejemplo en mi caso, mi familia es muy católica, entonces fue muy pesado que en la misma religión en la que creía me hiciera eso”

La angustia y la tristeza de July radican en no poder asimilar ni comprender cómo es que la comunidad en la que creía, en lugar de fungir como un espacio de protección para ella, la obligara a reprimir su orientación sexual. Por lo que su forma de “defenderse” de alguna manera, es evadiendo las palabras que escucha, tratando de que no le afecten en el plano emocional.

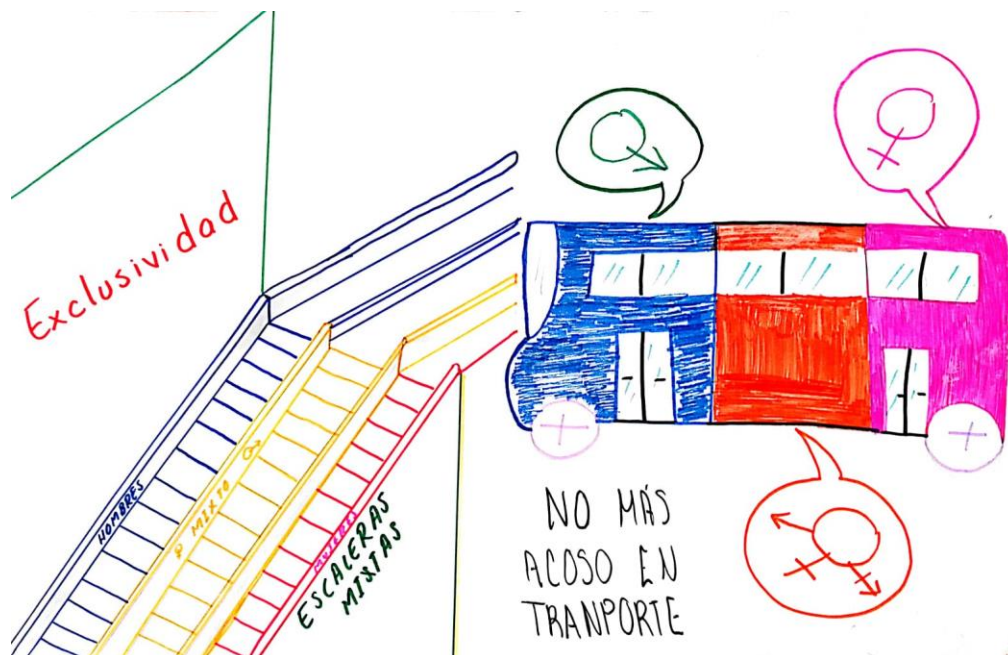
Por otra parte, la gran mayoría de estudiantes mujeres, refieren que el acoso sexual se ha convertido en un fenómeno cotidiano al que le tienen que hacer frente día a con día, lo que las hace sentir incómodas, tristes y molestas: “una de las compañeras dijo que había sufrido una experiencia (de acoso) desagradable en las escaleras por ejemplo del metro” (María).

Es así, que el hartazgo por este tipo de situaciones las invita a pensar en estrategias que mitiguen este impacto negativo en su persona (ver Figura 3):

Sofía — “nosotras expusimos ciertas situaciones donde se enfrenta un poco de vulnerabilidad, entonces en base a esos ejemplos y experiencias personales, se quisieron como implementar soluciones o posibles soluciones para evitar que esto pudiera suceder, [...] las posibles soluciones podrían ser que las escaleras queden totalmente divididas, de tal manera que en un canal la puedan atravesar las personas del sexo femenino; en otro el mixto, y aquí en el mixto también podrían ir las personas que puedan ir acompañadas de sus familiares por ejemplo, y esta parte también la implementamos pero en un bus, dónde lo mismo, el mismo concepto, una sección es para la parte masculina, otra mixta y otra para la parte femenina, de modo en que sea una exclusividad y no haya acoso en el transporte público o medios que sean públicos”

Figura 3

Cartel elaborado por estudiantes: “No más acoso en el transporte público”



Para ellas, los espacios exclusivos de mujeres pudieran ser una posible solución frente a esta ola de violencia que se experimenta en los espacios públicos, pues no desean vivir en estados de alerta constantes que les impidan la realización de sus actividades por el miedo que esto les causa:

Sofía — *“Claro que no pensamos en llegar a los extremos, ¿no?, de pensar que hay que implementar algo así, pero pues es la realidad, porque de otra forma pues hay mucho acoso.”*

Por supuesto que aún quedan muchas acciones por realizar y que tengan por objetivo reducir y eliminar este tipo de experiencias dolorosas que cargan las adolescencias, pues muchas veces no se atreven a hablar de sus propias batallas, y si lo hacen, se tienen que enfrentar a ellas de manera aislada, sin ningún tipo de ayuda emocional, (tal es el caso de Alex, July o Sofía), por lo que una de sus prioridades es luchar por espacios que garanticen su seguridad e integridad como personas en desarrollo.

SESIÓN 3. DIVERSIDAD SEXUAL

La tercera sesión se impartió el día 19 de octubre de 2022, el número total de asistentes fue de 15 personas; 11 mujeres, 3 hombres y una persona no binaria. *“El ser-en-relación desde la diversidad humana”* emergió como el tema principal debido a que hace referencia al reconocimiento identitario de todas las personas que se dieron cita a esta sesión en particular; situación que pudo ser lograda a través de la aceptación incondicional y de las manifestaciones de unidad y compañerismo que se suscitaron dentro del grupo.

Lo anterior dio pie a que se reconociera el fenómeno de la diversidad humana y sexual como una característica peculiar en este espacio de encuentro; todo ello basado en un marco de autenticidad y de escucha empática hacia otras realidades y formas de ser.

El Ser-en-Relación desde la Diversidad Humana

El hablar sobre diversidad sexual no es una tarea fácil, pues abordar un tema tan complejo y controversial, comúnmente genera en los sujetos una movilización de ideas, emociones, experiencias y pensamientos.

A lo largo de esta sesión, el grupo se mostró receptivo frente a las experiencias de vida de otras personas, pues como se ha visto desde el inicio del curso taller, el impulso motivacional de adquirir nuevo conocimiento se sigue haciendo presente en sus discursos:

Sofía — *“A pesar de que me considero una persona con cierto conocimiento, eh, también, creo que no es algo estático, sino evolutivo, y esto va bastante de la mano con el contexto social, histórico y demás, así que, por el mismo hecho de que es evolutivo, me gustaría pensar que no quiero quedarme en el pensamiento que tenía hace un año por ejemplo”*

Para las adolescencias, el re-conocerse como personas diversas puede llegar a ser un proceso difícil y complicado, situación que se complejiza si es que lo llevan a cabo de manera aislada, es decir, sin ningún tipo de apoyo o consejería que les permita comprenderse y aceptarse:

Guadalupe — *“[...] me recordó mucho cuando yo estaba en ese tiempo de una búsqueda de un autoconocimiento, cuando empecé a cuestionarme [...] al principio para mí fue muy complicado y a lo mejor algunas personas de aquí se pueden identificar, pero yo decía: “yo no quiero ser así, yo no quiero ser diferente, yo quiero ser lo que los demás son, los que son aceptados”, porque yo tengo miedo de ser rechazada, tengo miedo de vivir, porque [...] cuando uno vive en esta sociedad muy intensa, [...] pues obviamente vemos en la tele todos esos casos de personas que han sido asesinadas, que fueron vulneradas, entonces yo dije: ¡No!, ¡No puede ser!, o sea, para empezar nací mujer, y todavía voy a tener una identidad no normativa, o sea, para mí fue muy complicado, porque yo tenía mucho miedo, entonces al principio era como de que: ¡No!, ¡Yo no soy así! ¡Yo no soy así! ¡Yo no soy! ¡Yo no soy! ¡Yo no soy!”*

Y me trataba de cambiar yo misma, a lo mejor jamás fui a una terapia de conversión o una persona trató de cambiarme, pero al final de cuentas la sociedad sí trató de cambiarme porque me hizo creer que yo tenía que cambiarme yo misma, o sea, yo misma tenía que convertirme, entonces, al principio puede ser muy doloroso [...]

“[...] me da mucha risa, que las personas heterosexuales suelen decir que ellos no tienen un privilegio, pero uno sabe, una persona que ha vivido este tipo de cosas sabe que realmente pues sí hay un privilegio, y siento que a lo mejor nos hacen creer que lo que nosotros nos toca vivir, como personas diferentes es parte de nuestra cruz, ¿no?, como de que: “bueno tú decidiste ser así ahora te toca aguantarte, te toca recibir todo eso porque pues sabes lo que es”. Pero al final de cuentas creo deberían enseñarnos a amarnos a nosotros mismos, o mismas o mismos, y aceptarnos, ¿no?”

O sea, ser nosotros nuestro propio apoyo porque sí de por sí la sociedad ya nos odia, que nosotros nos odiamos creo que es lo peor, la peor situación, [...]

Esta experiencia vuelve a evidenciar la gran influencia que tiene el entorno social por el que Guadalupe ha estado transitando, específicamente a partir de lo que dictan los medios de comunicación, pues en reiteradas ocasiones se transmiten mensajes equívocos que refuerzan los estereotipos y los prejuicios hacia las personas de la diversidad sexual, lo que claramente originó en ella un miedo y una angustia al pensar que podría ser rechazada y discriminada por

ser quien era —y para protegerse—, reprimía su identidad negando sus propias emociones y asumiendo máscaras que no le correspondían, esforzándose por encajar con el resto de la población.

Sin embargo, en la actualidad es capaz de identificar este episodio doloroso en su vida y reivindicarse como una persona que intenta alzar la voz por ella misma y por las demás personas que pudieran llegar a pasar por la misma situación a la que tuvo que enfrentarse, reconociendo el valor que tiene como ser humano y el poder que le otorga a su discurso para generar un cambio de actitud y de pensamiento en los demás integrantes del grupo, lo que deja en claro que el proceso de identificación es una forma de comprensión del sí mismo:

Guadalupe — *“Y muchas veces nos quedamos callados por miedo a que nos digan “ya va a empezar, o ay, ya se enojó”, todo eso, pero nosotros como personas, o bueno yo como una persona mujer, [...] siento que está en mí, alzar la voz, o sea, cuando alguien tiene conocimiento, cuando tiene la información y todo eso, la información no es para guardarla o quedártela en el bolsillo y ya, entonces se supone que la compartamos, ¿no?, lo que es nuestras vivencias, nuestra experiencia, nuestro conocimiento lo compartamos con otras personas que a lo mejor no están informadas y así podamos ir formando una sociedad más consciente, entonces yo lo digo, yo comparto esta experiencia por lo mismo de que yo quiero que si alguna persona aquí haya vivido eso o está viviendo eso, pues se sienta acompañada, también no estás sola, y también hay muchas personas que a lo mejor están sufriendo lo mismo que ustedes y pues crear un espacio seguro como estudiantes y como compañeros [...]”*

Sus palabras tuvieron un impacto trascendental dentro del grupo, pues a partir de esta experiencia, el alumnado pudo empatizar y solidarizarse con ella demostrando el apoyo y la comprensión que se genera en este tipo de espacios:

Irma — *“yo considero que soy una persona que le gusta mucho estar para los demás, y en cualquier momento que me necesiten y ocupen mi apoyo o lo que sea, me gusta estar ahí, y me gusta hacerles saber que pueden contar conmigo para lo que sea”*

De igual manera, se dan cuenta del impacto que tiene el ser empáticos con otras personas y con sus vivencias, fungiendo como una red de apoyo para aquellos que necesiten ser escuchados y acompañados en sus procesos vitales:

Diana — *“he tenido varios amigos y amigas que por ejemplo, es lesbiana o es gay, pero que sus papás son homofóbicos, y tienen como ese miedo a expresarse, entonces yo como que los acompaño y les hago ver que a veces ellos mismos tienen esos pensamientos que también pueden ser homofóbicos, [...] entonces los acompañó y ya”*

Como respuesta a estas experiencias, el alumnado reconoce el respeto como un valor imprescindible para la convivencia humana: *“yo considero que todos necesitamos que nos respeten y respeten nuestras ideas y creencias” (Yael)*

Para Óscar, el hecho de identificar sus emociones a través de experiencias que lo han hecho sentir que no tiene a nadie con quien compartir o en quien apoyarse, le permiten ahora poder comprender de alguna manera el mundo subjetivo de aquellos que han pasado por una situación similar a la suya, por lo que él mismo está dispuesto a ofrecer un apoyo emocional para cualquier persona que necesite ser escuchada y validada:

Óscar — *“me considero una persona que afortunadamente de parte de mi mamá he tenido muchísimos valores, [...] le agradezco mucho a mi mamá de tener estos valores porque afortunadamente he sabido respetar a las personas, a acompañarlas, a escucharlas, y a no dejarlas solas, porque sé cómo se siente y es horrible, y sé cómo se siente y no me gustaría que las personas sintieran lo que yo sentí porque sé que es muy feo”*

El respeto también se puede ver reflejado en las actitudes que cada persona posee, asimismo, se reconoce la amabilidad como una virtud que puede hacer sentir aceptadas a las personas:

Violeta — *“[...] siempre que conozco a alguien lo primero es respetarlo, igual algo que se me inculcó en ese respeto, no fue el considerar a las personas diferentes, hasta eso mis papás son un poco abiertos ante estas situaciones, entonces, siempre se me ha enseñado que no importa como sea, no importa si le falta una mano, o le falta una pierna, no importa, el hecho de respetar y poder saludar, el hecho de sólo saludar a una persona a mí me parece pues algo muy lindo, porque a veces la gente tal vez está pasando por una mala situación pero el hecho de que la saludes a veces puede cambiar ese día”*

No hay que olvidar que cada persona tiene su propia historia, y muchas veces, el alumnado llega a las aulas con diversos problemas que pareciera, le son ajenos a la institución educativa, por ejemplo, Karen percibe dentro de su núcleo familiar actitudes y comentarios que la llegan a lastimar emocionalmente, y su angustia radica en no saber cómo expresar su sentir, pues cada vez que lo intenta, recibe una serie de discursos que la invalidan, reflejando miedo, tristeza y frustración al no saber cómo actuar y cómo sobrellevar aquello que está viviendo::

Karen — *“[...] siento que me falta un poco de justicia porque luego en mi casa hay situaciones que no me agradan para nada, o que no son justas, ya sean criticando a otras personas o hablando de diferentes cosas y que pues personalmente me hacen sentir mal a mí, pero no les puedo decir nada porque luego le digo algo a mi papá y me dice: “no, porque tú no sabes nada”, y me dice:*

"¡Ay, la generación de cristal", entonces creo que me falta un poco más tener la confianza para enfrentarlos o decirles algo [...]

Algunos de los y las participantes mostraron su preocupación al no saber cómo dirigirse y tratar a las demás personas, por lo que una de sus necesidades tiene que ver con recibir una educación socioemocional que les permita sobrellevar de la mejor manera las diferentes circunstancias que se les presentan:

Óscar — *"[...] sé ponerme en los zapatos de las personas, pero no sé cómo darles una ayuda, las entiendo, las comprendo, pero al momento de dar mi opinión no sé qué decir, y a veces puedo llegar a parecer demasiado frío o duro, sin sentimientos, o a lastimarlos."*

Liliana — *"[...] puedo ser muy empática, pero a veces como que, comprendo a las personas pero no sé cómo tratarlas"*

Esta sesión fungió como un espacio íntimo de desahogo en la que el alumnado, pudo compartir con los demás sus propias experiencias, lo que dio origen a un conocimiento único que sirvió para promover actitudes como la empatía y el reconocimiento del respeto como un valor imprescindible para la convivencia humana (ver Figura 4).

Figura 4

Estudiantes compartiendo ideas y experiencias en torno a la diversidad sexual



SESIÓN 4. BIENESTAR Y PLACER SEXUAL

La cuarta sesión se impartió el día 24 de octubre de 2022. El número total de asistentes fue de 13 personas; 9 mujeres, 2 hombres y una persona no binaria. *“Nuestra voz merece ser escuchada”* emergió como el tema principal de esta sesión puesto que me parece muy importante el poder darles voz a las adolescencias y que ellas mismas puedan evidenciar aquellas problemáticas o circunstancias que de alguna manera, les gustaría comunicarnos, por lo que reconozco este tema emergente como una contraposición al adultocentrismo en tanto que les devuelve a las personas menores de edad su sentido de participación y de representación social.

Nuestra Voz Merece Ser Escuchada

Durante esta sesión, se compartieron algunas experiencias que estuvieron encaminadas a generar una serie de cuestionamientos en torno a las distintas formas de enseñanza que continúan prevaleciendo en las escuelas, y que lamentablemente, perpetúan los estereotipos de género al considerar que existen temáticas que les competen “exclusivamente” a las mujeres o a los hombres respectivamente, dando como resultado una segregación del conocimiento que limita la toma de decisiones:

Guadalupe — *“[...] cuando vi el tema de sexualidad, yo lo vi más o menos como por sexto de primaria, y nos enseñaron cómo aplicar el condón y todo eso [...] pero yo me acuerdo que me enojé mucho porque yo estaba muy enojada porque yo decía, ¿por qué a nosotras nos enseñan a aplicar un condón y a los hombres no les ponen a aplicar una toalla sanitaria?, porque cuando nos dieron esa clase, a las mujeres nos lo enseñaban y todo pero cuando tocó la parte de enseñarnos a ponernos la toalla sanitaria, a ellos los sacaron, entonces yo dije, si a ellos no, yo tampoco”*

Inclusive, se llevó a cabo una reflexión crítica hacia los “métodos anticonceptivos naturales” puesto que en la actualidad, se están considerando como obsoletos debido a su nula o poca eficacia para evitar la concepción, además de que no previenen las ITS, hechos que se tuvieron muy bien identificados:

Guadalupe — *“Me acuerdo cuando [...] íbamos en secundaria (y) nos hacían exponer sobre los tipos de métodos anticonceptivos, [...] había unos, que ahorita ya se me hacen muy absurdos, y no me acuerdo si se llamaban los naturales, o los biológicos, algo así, [...] y que eran estos como de ir calculando tu periodo, o cosas así, y los ponían como un método que sí era válido, hasta te lo enseñaban en clase, [...] y yo creo que es muy necesario que los vayan sacando ¿no?, porque como que los usan como una opción, y son realmente, pues prácticamente inservibles”*

El grupo también fue capaz de reconocer que en ocasiones, las personas encargadas de facilitar las clases de educación sexual lo hacen trayendo consigo sentimientos de apatía e indiferencia, lo que se ve reflejado en su incapacidad de brindar información certera que responda a sus inquietudes, avivando aún más la intriga que esto les causa:

Karen — “en mis escuelas casi no se hablaba nada de esto, al menos en primero (de secundaria) sí fueron a hacer una breve exposición del condón, pero hasta ahí, y de las enfermedades pues tampoco, nada más era como que “ah sí cuídense de esto y ya”, pero ¡Ya!, no decían nada más, ni cómo poder detectarlo, o qué hacer, nada más era lo básico, de que usen condón y ya, porque existe esto y esto, ¡y ya!”

Para terminar, una de las sugerencias expresadas tiene que ver con el hecho de traer a colación temas como el placer y el bienestar sexual, dado que el hablar de ellos tendría un impacto considerable para el fomento del autocuidado y la propia aceptación corporal (ver Figura 5):

Sofía — “no solamente es hablar sobre las enfermedades, creo que también es importante aprender a conocer nuestro cuerpo y el de los demás, aprender a aceptarlo y saber que el placer existe y no está mal reconocerlo”

Figura 5

Estudiantes practicando el uso del condón externo y compartiendo ideas en torno al placer sexual



SESIÓN 5. PROYECTO DE VIDA

La quinta sesión se impartió el día 26 de octubre de 2022. El número total de asistentes fue de 10 personas; 7 mujeres, 2 hombres y una persona no binaria.

No cabe duda que desde la primera sesión se han podido observar cambios importantes que el alumnado realiza en torno a la pregunta: “¿Quién soy yo sexualmente?”, por lo que “*Re-construyendo mi sexualidad*” emergió como el tema principal de esta sesión (ver Figura 6).

“*Re-construyendo mi sexualidad*” hace referencia a aquellos cambios cognitivos, actitudinales y relacionales que se han hecho evidentes a partir de las reflexiones, experiencias y participaciones que se han ido gestando en el grupo, acontecimientos que dejan en claro el proceso de asimilación e incorporación identitaria que han estado llevando a cabo los y las adolescentes de manera paulatina para la adquisición de una identidad sexual más sólida.

Figura 6

Cierre del curso taller



¡Re-construyendo mi sexualidad!

Durante esta última sesión, cada participante logró identificar y expresar aquellos aprendizajes que fueron asimilados por su persona, destacando en primera instancia, el ambiente de trabajo que fue percibido como un espacio seguro e informativo donde pudieron sentirse libres y contentos de poder compartir sus propias experiencias, así como escuchar a otros compañeros sin ser invalidados:

Sofía — *“Saber que es cómodo, es pasivo, libre e informado, es un lugar culto, abierto [...]”*

Liliana — *“Te puedes expresar sin ser juzgado y eso es algo bueno”*

Yael — *“El hecho de sentirme en calma, [...] porque pues me sentí feliz y calmado en este entorno”*

Este espacio también fungió como un lugar de encuentro entre cada una de las personas que se dieron la oportunidad de conocer más sobre la sexualidad humana, pues la pluralidad de ideas enriqueció cada una de las sesiones, fomentando el respeto y la escucha activa hacia cada integrante:

Violeta — *“conocí nuevas personas, personas interesantes, [...] y pude ver sus puntos de vista, [...] igual aprendí a reforzar el valor del respeto en las opiniones, ya que cada quién tiene su opinión, y pude igual expresarme, entonces fue como un ambiente muy liberador para mí, poder hablar sin que la gente me criticara, o que estuvieran haciendo caras o riéndose, creo que fue un ambiente muy bonito, muy lindo, muy estable”*

July — *“me gusta escuchar mucho a las personas cómo piensan en general y no darme sólo la idea de la primera impresión”*

Sofía — *“[...] más equilibrada y contenta de haber conocido a gente nueva y poder hablar y convivir con ella [...]”*

Sin embargo, es importante mencionar que en ocasiones, no es tan sencillo dar el primer paso hacia la búsqueda de nuevas experiencias, por lo que es importante reconocer a aquellos adolescentes que deciden asumir el riesgo, tal y como le pasó a uno de los participantes que de manera dispuesta, optó por inscribirse a este curso taller, lo que le permitió experimentar sensaciones de comodidad que lo llevaron a interesarse cada vez más por la temática y a cambiar su percepción que tenía de ella:

Yael — *“Me siento más seguro con los conocimientos que he adquirido, porque en su momento yo no me di como el tiempo de, bueno más que nada el interés de conocer sobre la sexualidad, o sobre mi pensamiento, [...] porque pues era un tema que no me interesaba, pero conforme fueron pasando las sesiones me sentí motivado y a gusto, y eso me atrapó”*

La información teórica brindada a lo largo de toda la facilitación pudo ser captada y aprehendida por el alumnado, lo que se ve reflejado en su proceso de re-construir y asimilar nuevo conocimiento, otorgándoles más tranquilidad y satisfacción frente a las dudas que en un principio fueron emergiendo:

Karen — *“Yo me veo un poco más segura de mí y de mis ideas, con otros conocimientos de cosas que antes no sabía o desconocía y ahora ya lo sé, con nuevos puntos de vista, también tenía unas ideas erróneas, y ya con las clases supe que estaba mal y que tenía que cambiarlas y cosas nuevas, y pues me conozco un poco más, y resolví algunas dudas que tenía [...]”*

July — *“[...] aprendí muchísimo de aquí porque sí me había informado, o sea yo, de manera personal, pero creo que eso era el problema, de que yo buscaba información pero como tal no buscaba más allá de lo que yo pensaba que era lo correcto [...]”*

A nivel individual, las experiencias fueron únicas y diversas, por ejemplo, Valentina pudo descubrir que para sentirse más a gusto consigo misma, no necesita hacer uso de ninguna “etiqueta” para nombrar aquello que es, y que por el contrario, prefiere vivir su sexualidad de manera libre, sin imposiciones sociales que dicten lo que tiene o debe de ser: *“Me voy más cómoda porque no es obligatorio como identificarme con una etiqueta y puedo estar sin etiqueta por el momento [...]”*

Sin embargo, también reconoce que su proceso de autoconocimiento aún continúa, y quizás en un futuro, la manera en la que piensa actualmente se convierta en un parteaguas para que pueda ser capaz de reencontrarse como persona y adquirir una identidad mejor consolidada: *“quiero comprenderme, aceptarme y conocerme para seguir siendo mejor” (Valentina)*

Mientras que para María, el hecho de sentirse más segura y confiada de sí misma tiene que ver con las valoraciones y las descripciones que hace desde su autoconcepto, lo que le permite tomar consciencia del momento presente y a su vez, pensar en acciones que vayan encaminadas al bien común, buscando incidir como un agente de cambio para todo aquel que necesite recibir información sobre la sexualidad humana:

María — *“[...] me veo más segura de mí, más abierta y con mayor información, más feliz, con mejor conocimiento de mi sexualidad, más segura de lo que soy, lo que podría y lo que quiero ser, me veo también ayudando a personas respecto a las dudas que tengan con su sexualidad, por eso es que empecé a tomar estas clases para (que) mis amigas que tenían dudas y que no son tan extrovertidas, pues me preguntaran a mí y yo supiera qué contestar, cuidando mejor de mí y defendiendo mis derechos sexuales”*

Hasta este punto, se puede observar un cambio sustancial en el modo de pensar del alumnado, lo que implica la asimilación de nuevas formas de identificación que sean congruentes para su persona, permitiéndoles experimentar emociones como la felicidad y el afecto, lo que trae consigo una incesante búsqueda y reflexión del sí mismo:

Guadalupe — *“Me veo como una persona feliz, realizada, siento que tengo más herramientas para poder ejercer mi sexualidad y mi identidad más libremente y con más seguridad, y los conocimientos para poder seguir creciendo y seguir informándome”*

Por otro lado, es posible observar que lo aprehendido dentro de las sesiones trascendió más allá del espacio grupal tal y como lo explica Violeta, pues logró encontrar información de utilidad que le sirvió para su autocuidado, específicamente para identificar las formas de violencia que percibe dentro de su entorno y de esta manera, establecer límites en sus relaciones familiares, tomando en cuenta los beneficios que le generan el poder expresarse de manera asertiva, haciendo valer su propia forma de pensar:

Violeta — *“[...] me pude dar cuenta de cosas que a mí se me hacían como muy comunes, y que ciertamente no eran, por ejemplo en lo de los derechos sexuales, había cosas que yo tomaba como que eran normales, pero ya viéndolo más a fondo [...] pues me di cuenta que no, y [...] la pude ejercer, un tiempo después, con mi familia, porque mis tíos son como muy radicales en sus pensamientos, entonces es una parte de poder hablarles y obviamente sin violencia, sin tener que gritar e insultar ni nada de eso, o sea, dar mi punto de opinión y establecer que hay que respetarlo”*

Asimismo, resulta interesante que lo discutido y reflexionado en la sesión 2 con respecto a los “baños con perspectiva de género”, haya repercutido tanto en Guadalupe, quien se identifica como una persona no binaria, pues este acercamiento vivencial desde su propia realidad sexuada, le dio el impulso necesario para movilizarse y pensar en una estrategia de sensibilización que ayude a la comunidad estudiantil del CCH Vallejo a ser más empática con las necesidades sanitarias (en este caso), de las disidencias sexuales:

Guadalupe — *“[...] cuando mencionó los de los baños mixtos y toda esta cuestión, como que me resonó mucho, [...] se me quedó mucho grabado, de hecho yo pues ya estoy viendo con una maestra de Ciencias Políticas y con algunos administradores, para empezar alguna campaña de información sobre los baños mixtos, entonces apenas estamos en la parte de la logística, pero nació justamente por el curso [...]”*

Evidentemente este espacio también fue confrontante, pues se pusieron a discusión diversas temáticas que trastocaron las vivencias y experiencias subjetivas del alumnado desde

su diversidad, en este sentido, cabe destacar que para July, después de haber pasado por una episodio doloroso en su vida, pudo encontrar en el grupo un espacio de sanación donde fue capaz de re-formular las preconcepciones que tenía de su orientación sexual e identificar nuevas formas de autocuidado con el objetivo de establecer vínculos más sanos, lo que le permite reconocer aquellos actos de violencia que acontecen dentro de su contexto familiar:

July — “[...] aprendí a no asumir, eso sí, asumía varias cosas sobre cómo tenía yo que comportarme, igual, porque yo estuve en esas terapias de conversión, en ese entonces sí me afectó y no sabía cómo comportarme o cómo pensar respecto a todo esto, entonces estas sesiones sí me ayudaron a ver de manera distinta y no asumir las cosas, de cómo soy, o cómo tratarme, o cómo tratar a los demás. [...] Yo me identifico como bisexual y tengo primos que al igual, los están metiendo en pláticas o terapias de conversión, porque está muy arraigada esa idea de que lo normal es hombre y mujer [...]”

Su experiencia no es ajena, pues lamentablemente refleja la realidad por la que atraviesan muchas personas menores de edad que se asumen como miembros de la diversidad sexual y que son obligadas a negar su propia orientación sexual o expresión de género.

En este sentido, el grupo mantiene una esperanza para la construcción de un mundo mejor, en el que el conocimiento, no sea utilizado para denigrar y/o para invalidar sus propias formas de sentir, pensar y actuar, y que por el contrario, les ayude a conocerse y a abrazarse como personas:

Sofía — “[...] si nos damos cuenta, el conocimiento siempre va a ir cambiando, respecto al contexto histórico social que estamos viviendo, entonces tal vez hoy hay muchas cosas que nos han dicho que está mal, pero más adelante mejore [...]”

El respeto por la diversidad humana fue algo que causó un gran impacto entre el alumnado: “aprendí que todas las personas somos distintas y eso es algo que debemos respetar [...]” (**Liliana**). Pues a raíz de ello, el clima tan distendido y aceptante ayudó a que se reconocieran como personas valiosas, dando pie a que una de las asistentes llamada Karen, se animara a compartir frente al grupo el descubrimiento y reafirmación de su propia orientación sexual: “gracias a los cursos supe que sí, soy bisexual [...]”. Sintiéndose más libre de ser quien es.

Desde luego el escuchar y aprender de cada uno de los participantes gestaba a nivel emocional un cúmulo de sensaciones heterogéneas, y para María, el descubrir nueva

información sobre los temas que fueron abordados en cada una de las sesiones, la mantenían motivada y receptiva al conocimiento, viéndose esto reflejado en su participación constante y en el sentimiento de gratificación que se manifestaba en ella al finalizar el día:

María — *“básicamente en todas las clases siempre quedaba así como (sorprendida), siempre aprendía algo nuevo que me volaba la cabeza”*

Asimismo, el grupo pudo percibir en mí como facilitador a una persona aceptante, empática y comprometida con su aprendizaje, lo que estableció en ellos un compromiso personal con respecto a su propio proceso de re-construcción de su identidad sexual:

Guadalupe — *“[...] es muy bonito [...] que haya tenido la iniciativa de hacer esto porque también [...] nos da como esta parte de querer también empezar con nosotros”*

Liliana — *“Yo puse que me voy con un poco más de conocimiento porque aunque he tomado talleres o he escuchado pláticas sobre estos temas, no son tan específicos ni tan claros como usted transmitió la información [...]”*

Analógicamente se perciben conformes y contentos con el desempeño que cada uno(a) realizó para construir este espacio de reciprocidad, aseverando que lo aprehendido en este trayecto, les servirá en un futuro para ser más conscientes de sí mismos y más críticos con la información que reciben:

Sofía — *“[...] las cinco clases que tuvimos fueron sintetizadas y realmente se vieron bastantes cosas, así que sí se pueden extraer cosas bastante, pues útiles para un futuro, incluso para un razonamiento o para filosofar consigo mismo, ¡Lo recomiendo!”*

Conclusiones

La adolescencia se erige como una de las etapas más importantes dentro del desarrollo evolutivo de los seres humanos dado que está caracterizada por la aparición de múltiples cambios a nivel físico, emocional, social, interpersonal e intrapsíquico, lo que da cuenta de un proceso de súbita transformación en el que las adolescencias comienzan a tomar consciencia de su propia existencia en el mundo (Correa, 2017). Por tales motivos, es que se afirma que durante este periodo, se ve expresada la identidad sexual a través de un incesante y paulatino cuestionamiento personal (Klüsse, 2020).

Habiendo dicho lo anterior, es que el objetivo general del presente trabajo estuvo encaminado a describir el proceso de reconstrucción de la identidad sexual en adolescentes del CCH Vallejo a partir de la implementación de un curso taller reflexivo-vivencial con perspectiva Humanista.

Recordemos que en palabras de Bohórquez et al. (2020) las motivaciones hacen referencia a aquellos impulsos internos conscientes o inconscientes, que activan y conducen al individuo a realizar cualquier actividad o comportamiento, y que por lo general, están orientados a una satisfacción de necesidades.

Por lo que a partir de la presentación de resultados obtenidos en esta investigación, se logró captar en los discursos del alumnado una fuerza motivacional que reflejaba su necesidad por recibir información relevante y eficaz que contemplara sus inquietudes, pues indudablemente, el alumnado llega a la institución educativa con una serie de discursos y preconcepciones que muchas veces, limitan el sano desarrollo de su identidad sexual.

Tanto la familia, como el entorno social y los medios de comunicación generan un sinnúmero de introyectos que restringen el proceso de aceptación del sí mismo, lo que provoca en las personas malestares psicológicos que derivan en la represión de emociones y sentimientos; el rechazo hacia la identidad propia y ajena, la exacerbación de emociones como el miedo y la tristeza, así como en la pérdida del sentido de la realidad.

Queda en entredicho que el alumnado demanda como una necesidad, el que les sean brindados espacios seguros (tanto fuera como dentro del contexto educativo), en donde se puedan generar lazos de convivencia más sanos, lo que en consecuencia, les permitirá comprenderse mejor a sí mismos y a generar empatía y compasión frente a las realidades subjetivas de otras personas, por lo que como posible línea de investigación, sugiero que se continúen brindando talleres o cursos que aborden el tema de la sexualidad humana desde toda su diversidad y complejidad en virtud de que en la actualidad, las adolescencias nos están dando a conocer nuevas y múltiples formas en las que las personas expresan su sexualidad y la comparten con el mundo, fenómenos que sin duda, merecen ser estudiados.

Por otra parte, uno de los objetivos específicos que se plantearon, corresponde a identificar de qué manera la intervención, por medio de un curso taller reflexivo-vivencial con perspectiva Humanista, promueve cambios para la conformación de la identidad sexual.

En primer lugar, se reconoce que el papel del facilitador Humanista es sustancial para la praxis psicológica, pues para ofrecer este tipo de intervenciones se requiere contar no sólo con información teórica necesaria y suficiente, sino que además, es fundamental hacer una introspección para poder reconocer cómo es que el fenómeno de la sexualidad permea en nuestro propio mundo subjetivo, pues efectivamente, estas valoraciones pueden ser transmitidas al grupo de manera intencional, o no intencional, ¿y por qué es necesario hacer esta aclaración?

Hiriart (2001) enfatiza que a pesar de que se puedan crear las condiciones óptimas para que el proceso de enseñanza-aprendizaje pueda darse, el facilitador no puede obligar al alumnado a que se comprometa con él debido a que habrá personas que encuentren un mayor beneficio en las sesiones, y otras, quizás perciban que la temática no es de sumo interés para ellas.

No obstante, el que el alumnado escuche las opiniones de otras personas y puedan darse cuenta que se puede hablar de sexualidad en un espacio seguro y protegido acorde a su propio desarrollo evolutivo, repercutirá indudablemente en las actitudes y creencias previas que han

prevalecido con el tiempo, otorgándoles una experiencia nueva que podría ser incorporada a su repertorio de vivencias.

A lo mejor este no haya sido el momento o la manera propicia para algunos estudiantes, pues como se mencionó anteriormente, dar el primer paso hacia la búsqueda de nuevas experiencias no es un proceso fácil, se necesita apertura y una disposición tanto individual como grupal para la co-construcción de nuevo conocimiento y de asimilación identitaria, sin embargo, quienes se dieron la oportunidad de asistir al curso taller (por lo menos a una sesión), serán más conscientes de que existen espacios donde se puede hablar de manera libre sobre aquellos temas que son de su interés, sin sentir juicio o menosprecio ante sus experiencias compartidas.

Esta situación se puede ver representada a partir de la variabilidad con respecto al número de personas asistentes durante cada una de las sesiones, ya que algunas de ellas decidieron suspender su participación, mientras que otras tantas, llegaron por invitación del alumnado, de igual manera, se reconoce a aquellas que de manera voluntaria, optaron por continuar con su asistencia hasta el cierre del curso taller.¹²

Por otro lado, sostengo que las tres actitudes básicas propuestas por Carl Rogers (empatía, aceptación positiva incondicional y autenticidad), son de mucha utilidad para la promoción de espacios de encuentro, pues en esta investigación se constata que es fundamental contar con una buena disposición y aceptación genuina del grupo, sin aparentar máscaras o fachadas que supediten al facilitador como una figura de autoridad, por el contrario, hay que evitar que las personas participantes se sientan incómodas o erradas por pensar o creer de determinada manera.

¹² El fenómeno de la variabilidad con respecto a la asistencia, pareciera ser una forma de conducirse del alumnado hacia las actividades de autoconocimiento grupales que se ofertan en el CCH-V, por lo que este aspecto pudiera fungir como una posible área de investigación a mediano plazo.

Lo anterior también favoreció la creación de nuevas relaciones interpersonales dentro del grupo, lo que denota el fenómeno del ser-en-relación que nos conecta con las demás personas a través de su reconocimiento como seres humanos.

Evidentemente este clima tan distendido y aceptante mantuvo cautivo y motivado al alumnado para la aprehensión de nuevos aprendizajes, por lo que los logros obtenidos a grandes rasgos fueron la autoafirmación de la identidad sexual de las adolescencias por medio del descubrimiento de su propia valoración personal y la promoción de conductas responsables de autocuidado, todo ello a través de un curso taller reflexivo-vivencial con perspectiva Humanista en el que se fomentó el pensamiento crítico y reflexivo así como una postura existencial de vivir en autonomía y libertad para la toma de decisiones.

Para concluir, el segundo de los objetivos específicos tiene que ver con la comprensión de los significados subjetivos que conllevan a la conformación de la identidad sexual en adolescentes del CCH Vallejo por medio de un análisis fenomenológico hermenéutico.

Para Vargas-Trujillo (2007) la identidad sexual implica un proceso constante de autodefinición que se va construyendo a partir de la interacción con los distintos agentes sociales y que se ve expresada tanto en la descripción como en las valoraciones que hace la persona de sí misma, fenómeno que se hizo presente de manera progresiva desde el inicio de la facilitación y que retomó mayor fuerza al término de la misma, pues en la quinta sesión, las personas participantes fueron capaces de comprometerse con su propio proceso de re-construcción de la identidad sexual, asimilando y re-conociendo su propia valoración subjetiva, lo que trajo consigo un entramado heterogéneo de emociones, actitudes y pensamientos que fueron experimentados y vivenciados por su persona.

Esto que acabo de mencionar es la búsqueda del significado a la que se refieren Chaves y Umaña (2002) y que da cuenta de la característica tan peculiar que se suscita en esta etapa del ciclo vital para la conformación de la sexualidad adolescente.

Es así, que en el campo de la sexualidad humana las y los adolescentes exigen respuestas que muchas veces, no son resueltas de la mejor manera, pues se ven expuestos a un sin número de mensajes equívocos que en vez de promover en ellos una vida sexual sana, limitan su autodeterminación y libertad de elección.

Generalmente en las escuelas, se intenta transmitir información sobre sexualidad que sea útil para las personas, sin embargo, el problema radica en que con frecuencia, en las aulas se dedica excesivo tiempo de trabajo para hablar sobre métodos anticonceptivos, ITS y sobre aquellas prácticas sexuales que conllevan ciertos riesgos (Hiriart, 2001), pero dadas las características y necesidades específicas de este sector de la población, es que en la actualidad, este tipo de información necesita trascender más allá de lo que por años se ha ido mantenido vigente sin ningún tipo de análisis o modificación, es decir, se vuelve sustancial escuchar y tomar en cuenta las nuevas realidades subjetivas de las adolescencias, pues de ellas, tenemos mucho que aprender para seguir afianzando la praxis psicológica, y con ello, lograr cambios sustanciales para el bienestar social y personal, especialmente dentro del contexto educativo.

De igual manera, es importante mencionar que la sexualidad humana no se traduce únicamente a su dimensión biológica (genitalidad y reproducción), sino que por el contrario, existen otras temáticas que resultan igual de importantes y que mantienen una estrecha relación para la conformación de la identidad sexual de las personas así como para el fomento de relaciones interpersonales más auténticas y respetuosas, por ejemplo, hablar sobre los procesos afectivos y emocionales; los derechos sexuales y reproductivos de adolescentes y jóvenes, el placer y bienestar sexual, las necesidades y desarrollo de objetivos personales para la vida, la diversidad sexual y los valores humanos, entre otros.

Es por esto, que para la presente investigación se recurrió a la implementación de un curso taller reflexivo-vivencial con perspectiva Humanista, porque de acuerdo con Alejo (2013) el trabajo educativo para el abordaje de la sexualidad, demanda nuevas alternativas que tomen

en cuenta la identidad de los sujetos en virtud de que el sí mismo está constituido por un conjunto cambiante de percepciones subjetivas que se reconocen como propias.

Por lo que el objetivo de educar en sexualidad debe estar orientado en facilitar a la persona su propio proceso de descubrir y vivir el sentido auténtico de su sexualidad por medio de espacios de reflexión que le permitan tomar consciencia de las valoraciones personales que posee, dando como resultado la aceptación y asimilación de su propia identidad humana.

Queda en claro que las y los adolescentes demandan respuestas a las interrogantes; ¿quién soy yo?, ¿qué quiero y qué necesito?, ¿quién seré en un futuro?, por ende, desde estos espacios es preciso que comprendan su rol activo y dinámico para la construcción de su propia personalidad, de su propia identidad sexual y de su futuro como seres en desarrollo (Monroy, 2002).

Así pues, estrategias de intervención como los cursos talleres, emergen como un recurso de vital importancia para contrarrestar la falta de información, los prejuicios existentes, la escasa valoración personal y las confusiones en torno a la planeación de la vida adulta y la toma de decisiones que se padecen durante la adolescencia (Hiriart, 2001).

De lo anterior se desprende el hecho de que estas acciones generadas, son las que impulsarán a los individuos a generar un nuevo conocimiento que les permita comprender, accionar, intencionar y transformar el mundo en el que todos cohabitamos (Perales, 2006).

Por lo que espero que el presente trabajo logre abonar mayor información sobre el fenómeno de la conformación y re-construcción de la identidad sexual en adolescentes.

Animando a futuros profesionales y/o interesados en el ámbito de la sexualidad humana a seguir continuando este tipo de intervenciones que, sin temor a equivocarme, siguen siendo indispensables e importantes —pues ahora, más que nunca— necesitamos hacer frente a la deshumanización que se vive y experimenta en nuestro país por medio de una educación integral que tome en cuenta las características y las necesidades particulares de los individuos, porque

a fin de cuentas, somos personas en constante cambio que merecemos y necesitamos ser escuchadas y comprendidas.

“Cualquier experiencia iluminada y penetrada por el faro de la escucha respetuosa y aceptante se transforma en oportunidad de aprendizaje y crecimiento para la relación”

(Chávez y Michel, 2009, p. 26)

Referencias

- ADEES Nicaragua. (2 de marzo de 2022). *Encuentros reflexivo-vivenciales sobre masculinidades* [Archivo de Vídeo]. https://www.youtube.com/watch?v=Bz_3hIT0wQM
- Aizpuru, C. M. (2008). La Persona como Eje Fundamental del Paradigma Humanista. *Acta Universitaria*, 18, 33-40.
- Alejo, B. (2013). Educar en sexualidad desde un enfoque humanístico. *Revista de Postgrado FACE-UC*, 7(13), 41-62.
- Almario, J. F. (2014). *Una mirada Existencial a la adolescencia*. Manual Moderno.
- Álvarez-Gayou, J. L. (2003). *Cómo hacer investigación cualitativa, fundamentos y metodología*. Paidós Ecuador.
- Álvarez-Gayou, J. L. (2007). *Educación de la sexualidad: ¿en la casa o en la escuela?* Paidós Ecuador.
- Andino, H. E. (2013). *¿Qué es un Taller Vivencial?* Asociación Soles.
- Arango de Montis, I. (2008). *Sexualidad Humana*. Manual Moderno.
- Arcila, R. A. (2014). *Comportamiento Sexual: entre la biología, la moral y el derecho*. Editorial Universidad de Caldas.
- Ayarza, A. (2015). *Educación sexual para adolescentes*. Editorial Iztaccíhuatl S.A.
- Ayluardo, A. C. (2017). *La importancia de las relaciones interpersonales*. [Archivo PDF].
- Bach, A. (2015). *Para una didáctica con perspectiva de género*. UNSAM Edita.
- Badillo, B. K. y Domínguez, D. M. (2004). *Propuesta de un taller reflexivo vivencial, para mejorar el vínculo afectivo entre madres e hijos* [Tesis de licenciatura]. Facultad de Psicología.
- Barreda, S. L. (2006). *Los derechos humanos. Una conquista irrenunciable*. Tercer Milenio.
- Bautista, N. (2011). *Proceso de investigación cualitativa: epistemologías, metodología y aplicaciones*. Manual Moderno.
- Berra, B. M. y Dueñas, F. R. (2011). Educación para la salud: conductas de riesgo en los adolescentes y jóvenes. *Revista científica electrónica de psicología*, (5), 116-130.

- Blog de datos e incidencia política de REDIM. (6 de mayo de 2022). *Acoso de niñas, niños y adolescentes en México*. <https://blog.derechosinfancia.org.mx/2022/05/06/acoso-de-ninas-ninos-y-adolescentes-en-mexico/#:~:text=De%20acuerdo%20al%20M%C3%B3dulo%20sobre,en%20adelante%20C%20en%202020>).
- Bohórquez, E., Pérez, M., Caiche, W., y Benavides Rodríguez, A. (2020). La motivación y el desempeño laboral: el capital humano como factor clave en una organización. *Universidad y Sociedad*, 12(3), 385-390.
- Buitrago Echeverri, M., Buitrago, G. y Mercado, M. (2016). Diseño de un instrumento para caracterizar el desempeño de la función sexual en personas con limitación física y validación de apariencia y contenido. *Revista Urología Colombiana*, 26(1), 17-25.
- Calero, Y. E., Rodríguez, R. S. y Trumbull, J. A. (2017). Abordaje de la sexualidad en la adolescencia. *Humanidades Médicas*, 17(3), 577-592.
- Camino, R. J. (2013). *Los orígenes de la Psicología Humanista*. Editorial CCS.
- Caricote, E. (2008). Influencia de los padres en la educación sexual de los adolescentes. *Educere*, 12(40), 79-87.
- Caricote, E. (2010). Los valores en la educación sexual del adolescente. *Revista Educación en Valores*, 2(14), 76-88.
- Cartilla de Derechos Sexuales de Adolescentes y jóvenes*. (2016). Segunda edición. https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/235068/Cartilla_de_derechos_sexuales_Blog.pdf
- Castillo, E. E. (2000). La fenomenología interpretativa como alternativa apropiada para estudiar los fenómenos humanos. *Investigación y Educación en Enfermería*, 18(1), 27-35.
- Chávez, R. y Michel, S. (2009). *El espacio protegido del diálogo. Familia y pareja, el proceso de convertir la crisis en oportunidad*. Ediciones Papiro.

- Chaves Viquez, R. y Umaña Barrientos, P. (2002). Adolescencia y manejo de la sexualidad. *Revista de Trabajo Social*, (63), 45-55.
- Comisión Nacional de los Derechos Humanos. (2016). *Cartilla de derechos sexuales de adolescentes y jóvenes, CNDH*. <http://biblioteca.corteidh.or.cr/tablas/r38060.pdf>
- Correa, A. (2017). *Aportes de la psicología humanista existencial a la comprensión de la configuración del proyecto de vida en adolescentes* [Artículo como tesis de maestría]. Universidad de San Buenaventura Medellín, Facultad de Psicología.
- Correa, R. (2019). *Hay 17 diferentes formas de familia*. Gaceta UNAM. <https://www.gaceta.unam.mx/hay-17-diferentes-formas-de-familia/>
- Díaz, R. (2017). *Taller Reflexivo Vivencial para docentes y directivos de Institución educativa de la ciudad de Río Cuarto* [Proyecto de Aplicación Profesional]. Universidad Siglo 21.
- Dirección General de Comunicación Social. (2021). *Evoluciona el concepto de familia*. https://www.dgcs.unam.mx/boletin/bdboletin/2021_414.html
- Dirección General de Educación Continua. (2022). *Curso-Taller*. Universidad de Colima. <https://educacioncontinua.ucol.mx/course/index.php?categoryid=2>
- Duque, H. y Díaz-Granados, E. (2019). Análisis fenomenológico interpretativo. Una guía metodológica para su uso en investigación cualitativa en psicología. *Pensando Psicología*, 15(25), 1-24.
- Egea, T. S. (2016). La vivencia de la sexualidad en la adolescencia. *Revista iberoamericana de psicosomática*, (18), 71-79.
- Encuesta Nacional sobre Diversidad Sexual y de Género*. (2021). https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/boletines/2022/endiseg/Resul_Endiseg21.pdf
- Encuesta Nacional sobre la Dinámica de las Relaciones en los Hogares*. (2021). <https://www.inegi.org.mx/programas/endireh/2021/>

- Escamilla, G. M. y Guzmán, S. R. (2017). Educación Sexual en México ¿Misión de la casa o de la escuela? *Educación Y Salud Boletín Científico Instituto De Ciencias De La Salud Universidad Autónoma Del Estado De Hidalgo*, 5(10). <https://doi.org/10.29057/icsa.v5i10.2478>
- Escandón, D. C. (2013). La psicología existencial humanista para el autoconocimiento y desarrollo de la persona. *Revista Rúbricas*, (5), 36-41.
- Espejo, R. (2009). Desarrollo humano y participación comunitaria: algunas reflexiones desde el enfoque gestáltico de Paul Goodman. *Polis, Revista de la Universidad Bolivariana*, 8(23), 43-62.
- Fernández Baro, I. A. (2022). *Impacto de la aceptación positiva incondicional, empatía y congruencia en el trabajo colaborativo* [Tesis de maestría]. Universidad Iberoamericana Puebla.
- Fumero, K; Moreno, M. y Ruíz, C. (2016). *Escuelas libres de violencias machistas*. Edicions UIB.
- Fuster, D. (2019). Investigación cualitativa: Método fenomenológico hermenéutico. *Propósitos y Representaciones*, 7(1). <https://n9.cl/j7xm>
- García, A. (2015). *Cómo trabajar en sexología con jóvenes y adolescentes*. Editorial Síntesis.
- García, A. (2018). Una mirada al derecho a la educación, a través de los baños en las escuelas. *Diálogos sobre educación Temas actuales en investigación educativa*, 9(16).
- García, L. y Castellanos, G. (2020). Ferias de la sexualidad y talleres vivenciales como estrategias pedagógicas para visibilizar y prevenir las violencias en la FES Acatlán. En Güeraca, E.; Huacuz, M. y Martín, E. (coord.). *Estrategias de Intervención ante la Violencia de Género en las Instituciones de Educación Superior* (181-202). Universidad Autónoma Metropolitana. <https://n9.cl/6zri8>
- García, S. L. (2011). Discriminación. Un desafío en la educación sexual integral universitaria. *XI Congreso Nacional de Investigación Educativa*. <https://n9.cl/r7noz>

- García-Villanueva, J.; Hernández, C. y Ávila, D. (2021). Prejuicios de género hacia estudiantado universitario homosexual de una universidad pública en Ciudad de México. *Praxis educativa*, 25(2), 1-28.
- Gómez del Campo, M. I., Salazar, G. M. y Rodríguez, M. E. (2014). Los talleres vivenciales con enfoque centrado en la persona, un espacio para el aprendizaje de competencias sociales. *Revista Intercontinental de Psicología y Educación*, 16(1), 175-190.
- Hernández, S. R., Fernández, C. C. y Baptista, L. P. (2016). *Metodología de la investigación*. México: McGraw-Hill.
- Hiriart, V. (2001). *Educación sexual en la escuela*. Paidós.
- Informe Anual de Crímenes de Odio. (2022). *Letra S, Sida, Cultura y Vida Cotidiana, A.C.*
<https://letraese.org.mx/wp-content/uploads/2022/05/Informe-Crimenes-2021.pdf>
- Instituto Nacional de las Mujeres. (2017). *Derechos Sexuales para Adolescentes y Jóvenes*.
<https://www.gob.mx/inmujeres/articulos/derechos-sexuales-para-adolescentes-y-jovenes?idiom=es>
- Jaime, A. (2 de septiembre de 2016). *¿CURSO O TALLER? APRENDE LAS DIFERENCIAS*.
<https://aleesota.wordpress.com/2016/09/02/curso-o-taller-aprende-las-diferencias/>
- Klüsse, T. M. (2020). Consejería adolescente. *Revista Chilena de Pediatría*, 91(1), 10-18.
- Lafarga, C. J. (2014). *Desarrollo Humano: el crecimiento personal*. Trillas.
- Lafarga, J. (2010). *¿Qué es el Desarrollo Humano en México?* Instituto Nacional de Desarrollo Humano.
- Lamas, M. (1999). Usos, dificultades y posibilidades de la categoría género. *Papeles de Población*, 5(21), 147-178.
- Lamas, M. (2017). *Identidad, psiquismo y cultura*. Cuadernos de la coordinación de Humanidades. Universidad Nacional Autónoma de México.
- Lankshear, C. y Knobel, M. (2000). Problemas asociados con la metodología de la investigación cualitativa. *Perfiles educativos*, 22(87).

http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0185-26982000000100002

- López, H. (2016). Los once tipos de familias en México. *Instituto de Investigaciones Sociales*. 26-31. <https://www.amai.org/revistaAMAI/47-2016/6.pdf>
- Maddoni, P., Ferreyra, M. y Aizencang, N. (2019). Dando vueltas por el mundo de los afectos y emociones. *Revista Educando, Edición Digital*, (6). <https://deceducando.org/2019/10/09/dando-vueltas-por-el-mundo-de-los-afectos-y-emociones/>
- Marí, R. (2018). *Facilitar las relaciones grupales y resolver los conflictos*. Editorial CCS.
- Materón, S. (2016). Principios de igualdad y equidad una perspectiva inclusiva para la atención educativa, de las poblaciones con discapacidad en Colombia. *Revista Colombiana de Bioética*, 11(1), 117-131.
- McConville, M. (2007). *Adolescencia: El Self emergente y la psicoterapia*. Libros del CTP.
- Méndez, I. (2005). *El desarrollo de las relaciones interpersonales en las experiencias transculturales: una aportación del enfoque centrado en la persona* [Tesis de maestría]. Universidad Iberoamericana.
- Méndez, L. M. (2014). Carl Rogers y Martin Buber: las actitudes del terapeuta centrado en la persona y la relación “yo-tú” en psicoterapia. *Apuntes de Psicología*, 32(2), 171-180.
- Monroy, A. (2002). *Salud y sexualidad en la adolescencia y juventud*. Editorial Pax México.
- Morales, A. (30 de octubre de 2022). Qué son los valores. *Significados*. <https://www.significados.com/valores/>
- Moreno, J., Resett, S. y Schmidt, A. (2015). *El sí mismo, Una noción clave de la psicología*. EDUCA.
- Muestra Internacional de Cine con Perspectiva de Género. (2014). *Derechos Sexuales y Reproductivos*. Catálogo MICGénero.
- Munist, M., Suárez, O. E., Krauskopf, D. y Silber, T. J. (2011). *Adolescencia y resiliencia*. Paidós.

- Muñoz-Polit, M. (2020). *Emociones sentimientos y necesidades: una aproximación humanista*. Instituto Humanista de Psicoterapia Gestalt.
- Museo Memoria y Tolerancia. (2018). *Exposición: LGBT+. Identidad, amor y Sexualidad*.
<https://artsandculture.google.com/story/JQXRTxZPmBVMIQ>
- Oficina de las Naciones Unidas contra la Droga y el Delito. (2020). *Nada Que Curar*.
https://www.unodc.org/documents/mexicoandcentralamerica/2020/Mexico/Nada_que_curar_2020.pdf
- Ordoñez, R.; Chevez, N. y Gordillo, M. (2022). Los tabúes y prejuicios de la sexualidad en la población urbana y rural. *Revista Cumbres*, 8(1), 9-20.
- Organización Mundial de la Salud. (2017). *La salud sexual y su relación con la salud reproductiva: un enfoque operativo*.
<https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/274656/9789243512884-spa.pdf>
- Ortega Medina, C. A., Ortega Medina, L. M., Ortega Medina, R. M., y Londoño Villamizar, A. (2022). Educación sexual en una perspectiva de currículo humanista. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 6(3), 4282-4295.
- Ortiz, L. F. y Moreno-López, S. (2022). Historia de la psicología humanista en México. *Revista Electrónica De Psicología Iztacala*, 25(4).
<https://revistas.unam.mx/index.php/rep/rep/article/view/84331>
- Pagani, M. U. y Carmena, L. M. (2002). *Tú y el sexo, educación sexual desde la perspectiva de los grandes valores humanos*. Editorial Diana.
- Pérez-Luna, G. (2010). *Aprendiendo y educando con inclusión. Guía de consulta sobre sexualidad, diversidad sexual y derechos humanos para docentes de educación básica regular*. Centro de Promoción y Defensa de los Derechos Sexuales y Reproductivos PROMSEX.
- Perales, R. (2006). *La significación de la práctica educativa*. Paidós Ecuador.
- Prieto, F. (2010). *La comunicación interpersonal*. Ediciones Coyoacán.

- Quintero, S. (2018). El acoso y hostigamiento sexual escolar, necesidad de su regulación en las universidades. *Revista de Estudios de Género*, 8(51), 245-271.
<https://www.redalyc.org/journal/884/88462046017/html/>
- Riveros, A. E. (2014). La psicología humanista: sus orígenes y su significado en el mundo de la psicoterapia a medio siglo de existencia. *Ajayu*, 12(2), 135-186.
- Rodríguez, B. (2009). Sexualidad y valores. *Revista Médica Electrónica*, 31(2).
http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1684-18242009000200008
- Rodríguez, D. (2018). La UNAM inaugura su primer baño mixto en la FES Iztacala. *EL PAÍS*.
https://verne.elpais.com/verne/2018/01/11/mexico/1515690796_632110.html
- Rodríguez, E. (2022). Sanitario con Perspectiva de Género. *Comunidad Vallejo*. (438), 8-9.
<http://www.cch-vallejo.unam.mx/comunidad/content/pdfs/2023/1/438.pdf>
- Rodríguez, M. (2008). La discriminación hacia las mujeres. *Revista Ciencia*, 59(2), 41-51.
- Rodríguez, R. M. (2014). ¿Por qué el enfoque humanista es la única opción posible para las ciencias sociales? *Alternativas cubanas en Psicología*, 2(6), 16-21.
- Rojas, J. (2016). Hacia la restauración del modelo humanista de educación en México: Una propuesta con el potencial de formar hombres y mujeres cultos. *Sincronía*, (69), 4425-4440.
- Rosal, C. R. (2017). Logros, errores y responsabilidades para el futuro de la Psicología Humanista. *Revista de Psicoterapia*, 28(107), 85-126.
- Rubio, A. E. (1994). *Antología de la sexualidad humana*. Miguel Ángel Porrúa.
- Sartre, P. J. (2017). *El existencialismo es un humanismo*. Editores Mexicanos Unidos, S. A.
- Sassenfeld, A. y Moncada, L. (2006). Fenomenología y psicoterapia humanista-existencial. *Revista de psicología*, 15(1), 91-106.
- Savater, F. (2006). *Antropología de la libertad*. Editorial UPC.
- Silva, C. W. y Beltrán, M. J. (2015). El rol de género como fundamento humanista de la formación para la ciudadanía. *Revista de investigaciones UNAD*, 14(1), 7-17.

- Taylor, S. J. y Bogdan, R. (1987). *Introducción a los métodos cualitativos de investigación, la búsqueda de significados*. Paidós.
- Testimonios PHyDH. (16 de febrero de 2022). *Dr. José F. Gómez del Campo E.* [Archivo de Vídeo]. <https://www.youtube.com/watch?v=6-BS32AR-HE>
- Travaini, A. (2016). *La oportunidad de educar con inclusión: propuestas para trabajar con jóvenes en Educación Sexual Integral*. Homo Sapiens Ediciones.
- TV UNAM. (14 de marzo de 2021). *En la lucha por una Menstruación Digna en México* [Archivo de Vídeo]. <https://www.youtube.com/watch?v=kA3esWUPe5w>
- Urbano, C. A. y Yuni, J. A. (2016). *Psicología y cultura de los adolescentes*. Editorial Brujas.
- Vargas, G. (2017). Recursos educativos didácticos en el proceso enseñanza aprendizaje. *Revista "Cuadernos"*, (58)1, 68-74.
- Vargas-Trujillo, E. (2007). *Sexualidad... mucho más que sexo: una guía para mantener una sexualidad saludable*. Ediciones Uniandes.
- Velázquez, D. (2022). Vallejo lanza plan Cecehachera Roja. *Gaceta CCH*. <https://gaceta.cch.unam.mx/es/vallejo-lanza-plan-cecehachera-roja>
- Villar, T. (2010). *Desarrollo de la inteligencia emocional, una oportunidad de crecimiento personal* [Tesis de maestría]. Universidad Vasco de Quiroga.
- Zurita, M. (2010). *Sexualidad Humana*. McGraw-Hill.

Anexos

Anexo 1: Consentimiento Informado

Universidad Nacional Autónoma de México

Facultad de Estudios Superiores Iztacala

Licenciatura en Psicología



Estimada (o) participante:

El presente documento tiene como propósito exponer de forma clara y concreta, las condiciones bajo las cuales se trabajará a lo largo del presente curso taller reflexivo-vivencial, titulado **“Re-construyendo mi sexualidad”**, el cual, se llevará a cabo los días _____ del mes de _____ del presente año 2022, en un horario de _____ a _____ horas. Dentro de las instalaciones del CCH Vallejo.

Supervisado por la Mtra. Gisel López Hernández, y coordinado por el Psic. Julio César Pérez Martínez.

El objetivo principal de esta intervención es:

- Facilitar un espacio de aceptación, escucha y respeto en donde los adolescentes puedan sentirse libres de expresar ante el grupo el proceso de construcción de su identidad sexual, por medio de actividades que ofrezcan nuevo conocimiento y promuevan la adquisición de nuevas formas de disfrutar y conocer la sexualidad de una manera plena y responsable.

Por lo cual, es importante contar con un compromiso de tu parte al asistir a este curso taller, dentro del horario acordado y seguir las normas de convivencia que se describirán a continuación:

- Llegar puntual a cada una de las sesiones y mantener una **actitud participativa**.
- El **respeto** será un valor primordial para la sana convivencia dentro del grupo, dirigida tanto al facilitador, como a las demás personas que se integren en la sesión.
- Puedes solicitar la palabra levantando tu mano, recuerda expresarte de manera amable y cordial.
- Escucha de manera **atenta** las participaciones de los demás.

- Y recuerda, este es tu espacio, será un lugar seguro donde puedas ser tu misma(o). _____

Asimismo, se te notifica que cada una de las sesiones serán audiograbadas y en momentos específicos se tomarán fotografías con la finalidad de generar evidencia de lo aquí trabajado, para posteriormente recabar información acerca de tus comentarios y de las actividades realizadas, mismas que serán usadas exclusivamente para fines académicos, apelando fielmente a los principios de confidencialidad.

Cabe destacar que si en algún momento del curso taller deseas suspender tu asistencia, podrás hacerlo con total libertad y sin ninguna repercusión para tu persona.

En caso de que desees contactar al facilitador, puedes enviar un correo electrónico a la dirección: 316133575@iztacala.unam.mx.

Una vez expresado lo anterior, puedes firmar de enterada(o).

Nombre y Firma de la Persona Participante	Nombre y Firma del Facilitador

Anexo 2: Estructura del curso taller reflexivo-vivencial

Ficha Técnica

Estrategia de intervención: Curso taller reflexivo-vivencial con perspectiva Humanista.

Número total de horas: Diez horas de facilitación.

Distribución: Sesiones de dos horas durante cinco días.

Temática a abordar: Sexualidad en Adolescentes.

Objetivo general: Facilitar un espacio de aceptación, escucha y respeto en donde los adolescentes puedan sentirse libres de expresar ante el grupo el proceso de construcción de su identidad sexual, por medio de actividades que ofrezcan nuevo conocimiento y promuevan la adquisición de nuevas formas de disfrutar y conocer la sexualidad de una manera plena y responsable.

Sesiones	Tema	Subtemas	Objetivo(s) de la sesión
1ra sesión	¿Qué es la sexualidad?	<ul style="list-style-type: none"> • Educación y aprendizaje de la sexualidad • Conceptos básicos en sexualidad • Autopercepción 	<ul style="list-style-type: none"> • Que los adolescentes conozcan y reflexionen los conceptos básicos que permean su sexualidad tales como el sexo, género, orientación sexual, identidad y expresión de género, para que con base en ellos, puedan construir una representación gráfica que los defina de manera personal.
2da sesión	Derechos sexuales y Reproductivos	<ul style="list-style-type: none"> • Cartilla Nacional de los Derechos Sexuales y Reproductivos 	<ul style="list-style-type: none"> • Que los adolescentes sean capaces de reflexionar sobre las limitaciones que enfrentan para el ejercicio y disfrute de su sexualidad. • Que los adolescentes conozcan sus derechos sexuales y reproductivos por medio de una actividad lúdica y participativa.
3ra sesión	Diversidad sexual	<ul style="list-style-type: none"> • Definición y abordaje de la Diversidad Sexual • LGBTTTIQ+ fobia. • Empatía • Valores humanos 	<ul style="list-style-type: none"> • Que los adolescentes sean capaces de comprender la diversidad sexual a través de un espacio de reflexión, al mismo tiempo que se generan actitudes de empatía y sensibilización.

4ta sesión	Bienestar y placer sexual	<ul style="list-style-type: none"> • ITS • Prevención del embarazo adolescente • Placer sexual • Uso e información del condón 	<ul style="list-style-type: none"> • Que los adolescentes conozcan los riesgos de las ITS y el embarazo adolescente. • Que los adolescentes conozcan el correcto uso del condón.
5ta sesión	Proyecto de vida	<ul style="list-style-type: none"> • Deseos y necesidades en la adolescencia • Objetivos personales • Autopercepción 	<ul style="list-style-type: none"> • Que los adolescentes sean capaces de realizar su proyecto de vida tomando en cuenta sus propios deseos y necesidades, considerando aspectos de su sexualidad revisados en las sesiones pasadas.

Anexo 3: Cartel "Re-construyendo mi Sexualidad"

CURSO TALLER

"Re-construyendo mi Sexualidad"

¡Toda la comunidad estudiantil del CCH Vallejo es bienvenida!

Miércoles 5 de octubre
¿Qué es la sexualidad?

Miércoles 19 de octubre
Bienestar y placer sexual

Lunes 10 de octubre
Derechos sexuales y reproductivos

Lunes 24 de octubre
Proyecto de vida

Lunes 17 de octubre
Diversidad sexual

Horario: 13:00 a 15:00 hrs.

Escanea el código QR
¡Y regístrate!

¡Se otorgará constancia de participación!
<https://forms.gle/hWvC8HKbAzfWzcgH8>

Anexo 4: Representación gráfica de Guadalupe

- Soy dibujante ~~es~~ mi pasión.
- Soy una persona organizada.
- Disfruto de la soledad; tener un espacio para mí mismo.
- Pienso mucho las cosas.
- Estoy dispuesto a mejorar cada día.
- Soy un chico-trans.



- Me encantan las gatas.
- Soy una persona bastante tolerante.
- Respetuoso ante las opiniones de las personas y mi entorno.
- Soy amable y empático.
- Me encanta el azul.
- Pienso críticamente y disfruto el intercambio de ideas.
- A veces tímido para conversar y explicar los temas.