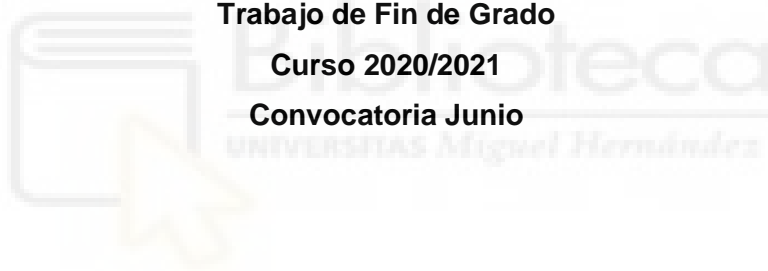




**Grado en Psicología**  
**Trabajo de Fin de Grado**  
**Curso 2020/2021**  
**Convocatoria Junio**



**Modalidad:** Propuesta de intervención

**Título:** Programa de educación afectivo y sexual relacionado con la pornografía

**Autora:** Micaela Garrido Pacheco

**Tutora:** María del Carmen Neipp López

Elche a 4 de junio de 2021

## Índice

|  |    |
|--|----|
| 1. Resumen.....                          | 1  |
| 2. Introducción.....                     | 2  |
| 3. Método.....                           | 6  |
| 3.1. Participantes.....                  | 6  |
| 3.2. Procedimiento.....                  | 6  |
| 3.3. Descripción de la intervención..... | 7  |
| 3.3.1. Temporalización.....              | 7  |
| 3.3.2. Evaluación.....                   | 9  |
| 4. Discusión y conclusiones.....         | 11 |
| 5. Referencias bibliográficas.....       | 14 |
| 6. Anexos.....                           | 18 |
| 6.1. Anexo 1.....                        | 18 |
| 6.2. Anexo 2.....                        | 19 |
| 6.3. Anexo 3.....                        | 25 |



## 1. Resumen

El consumo de pornografía cada vez es más temprano y mayor debido a su fácil acceso por el avance y desarrollo de la tecnología. Ésta afecta a las relaciones sexo-afectivas de los jóvenes por utilizar ese contenido como medio formativo, antes de que ellos mismos estructuren su sexualidad. Por todo ello, el objetivo general de este estudio es realizar un programa de intervención de educación afectivo y sexual para mejorar las relaciones sexo-afectivas de adolescentes entre 14 y 16 años. Las variables seleccionadas han sido los roles de género, el autoconcepto, la autoestima, las conductas sexuales de riesgo y las actitudes hacia la sexualidad, que se evaluarán mediante cuestionarios estándar. Asimismo, ha sido diseñado para un total de 16 personas y cuenta con una extensión de diez sesiones, dos de las cuales son de evaluación y ocho de intervención. Tras su aplicación, se espera que los jóvenes desarrollen una visión crítica hacia los roles de género y una actitud más igualitaria, que conozcan las infecciones de transmisión sexual (ITS) y los métodos de protección y anticonceptivos, que eviten las conductas sexuales de riesgo, que obtengan una actitud más positiva hacia la sexualidad y que mejoren el autoconcepto y la autoestima.

**Palabras clave:** Pornografía, educación afectiva, sexualidad, conductas sexuales.

## Abstract

The consumption of pornography is beginning earlier as well as increasing due to its effortless access because of the progress and development of technology. Thus, the sex-affective relationships of young people by using this content as a training medium before they have the opportunity to structure their sexuality is affected. Therefore, the general objective of this study is to carry out an intervention program regarding affective and sexual education to improve the sex-affective relationships of adolescents between 14 and 16 years old. The chosen variables were gender roles, self-concept, self-esteem, risky sexual behaviors and attitudes towards sexuality, which will be evaluated through standard questionnaires. Moreover, it has been designed for a total of 16 people and it involves an extension of ten sessions, two of which are for evaluation and eight for intervention. After its application, adolescents are expected to develop a critical vision towards gender roles and a more qualitative attitude, to know about sexually transmitted infections (STIs) as well as protection and contraceptive methods, to avoid risky sexual behaviors, to obtain a more positive attitude towards sexuality and to improve self-concept and self-esteem.

**Key words:** Pornography, affective education, sexuality, sexual behaviours.

## 2. Introducción

El término pornografía no tiene una única definición operacional, pero en general se entiende como contenido explícito, ya sea con la exhibición de cuerpos desnudos, genitales, actividades o comportamientos sexuales, que intenta excitar sexualmente al consumidor con una intención comercial (Ballester et al., 2020; Peña, 2012). La Real Academia Española (2021) define a la pornografía como la “presentación abierta y cruda del sexo que busca producir excitación” (RAE, s.f.).

Desde que apareció ha sido objeto de debate, ya que forma parte de la industria del sexo y ésta, a su vez, es una expresión de la sociedad capitalista, heteronormativa y patriarcal (Artazo y Bard, 2019; Ballester et al., 2019). Además, varios estudios relacionan el consumo de pornografía con una afectación negativa en la sexualidad, siendo ésta una manifestación de la naturaleza biológica de las personas y de sus circunstancias psicológicas, afectivas, emocionales y sociales (Ballester et al., 2019; Merlyn et al., 2020). Asimismo, es el resultado de un proceso evolutivo constante, en el cual la adolescencia es la etapa en que se consolida la identidad sexual formada en la infancia (Ballester et al., 2019).

A los 9 años los niños ya empiezan a mostrar interés en la sexualidad, mientras que las niñas lo hacen más tarde (Ballester y Gil, 2006). Estudios indican que la edad de inicio de la visualización de pornografía es a los 8 años y que antes de los 12 años el 90% de los niños y las niñas (a partir de aquí se alternarán los sexos haciendo referencia a ambos) ya ha visto este tipo de contenido (Ballester et al., 2020). Además, cabe destacar que los adolescentes de 14 a 17 años son los que la miran regularmente y, en mayor proporción, el género masculino (Ballester et al., 2019).

El consumo de pornografía cada vez es más temprano y mayor debido a su fácil acceso por el avance y desarrollo de la tecnología, especialmente desde 2008 con los móviles inteligentes y 2009 con el servicio 4G. Este cambio ha impulsado a la “nueva pornografía” que se distribuye en internet, con una mejor calidad de imagen, más asequible, ya que en su mayoría es gratis, a la par que accesible, sin filtros, teniendo en cuenta que el único requisito es ser mayor de edad y éste se puede vulnerar, con contenido ilimitado y constante y sin ningún límite en las prácticas sexuales, llegando a observar desde lo más convencional a prácticas de riesgo e incluso ilegales. Además, la interacción puede ser anónima o con gran implicación, según se prefiera. En cambio, la pornografía convencional, eran imágenes o filmaciones con distribución compleja, que se podía adquirir en sex-shops o comercios de diversos productos, normalmente a un coste elevado que limitaba el consumo, al igual que la alta exposición de quien lo adquiría (Ballester et al., 2019).

Como consecuencia al consumo prematuro de pornografía, se ha comprobado que las menores la utilizan como medio formativo y performativo, antes de que ellas mismas estructuren su sexualidad, dando respuesta a sus curiosidades e inquietudes (Ballester et al.,

2019; Merlyn et al., 2020). En un estudio, incluso se menciona a la pornografía como “la actual escuela de sexualidad” (De Miguel, 2020). Todo esto, se debe a su fácil acceso y a la falta de información por parte de las madres, padres, tutores legales y centros educativos (Merlyn et al., 2020).

La pornografía está influyendo negativamente en las conductas sexuales de las jóvenes, así como en sus relaciones interpersonales (Ballester et al., 2019). En especial, la pornografía *mainstream*, que sigue una lógica patriarcal de estética y erotismo de lo masculino (Artazo y Bard, 2019). Ésta se caracteriza principalmente por escenas explícitas de prácticas sexuales heterosexuales, en donde se pueden visualizar penetraciones vaginales o anales como acciones mecánicas y repetitivas, sin ningún tipo de estimulación clitoriana y escasa narrativa, además de primeros planos de los genitales y varias felaciones (Alario, 2018; Artazo y Bard, 2019; Córdoba e Ibarra, 2020). También, se pueden apreciar gestos corporales y faciales exacerbando el placer y centrando el acto en la eyaculación masculina, que es explícita y exhibida fuera de la pareja sexual (Artazo y Bard, 2019; Córdoba e Ibarra, 2020). En cuanto a la estética, los hombres normalmente tienen miembros de dimensiones enormes, donde el orgasmo de la mujer depende del poder fálico masculino, destacando el falocentrismo (Córdoba e Ibarra, 2020). En cambio, a las mujeres se les muestra corporalmente estereotipadas, sin vello púbico, aniñadas, sumisas, dóciles y disfrutando ante las acciones agresivas del hombre (Artazo y Bard, 2019; De Miguel, 2020). Además, la pornografía está relacionada con la cultura de la violación, ya que minimiza la violencia sexual y de género, el abuso físico y otras conductas sexuales haciéndolas parecer cotidianas, degradando a la mujer, cosificándola, humillándola y deshumanizándola al convertirla en objeto de placer sexual para el hombre (Artazo y Bard, 2019; Córdoba e Ibarra, 2020; Rengifo, 2018).

Este tipo de contenido lo que consigue es promover la desigualdad de poder ya existente entre los géneros realzando el del hombre por encima de la mujer, favoreciendo la misoginia, con estilos sexuales agresivos y de violencia, llegando incluso a la agresión sexual (Merlyn et al., 2020). También, erotiza los abusos sexuales a menores fomentando la sexualización de la infancia, sobre todo con la infantilización de las mujeres en la pornografía, incitando así a la pedofilia (Alario, 2018; De Miguel, 2020). Asimismo, produce distorsiones en la percepción de lo que realmente es el sexo, provocando en las jóvenes baja satisfacción sexual (Ballester et al., 2019; Merlyn et al., 2020). Igualmente, utilizar a los actores de la pornografía como modelos sexuales puede generar falsas expectativas, tanto en su físico como en el desempeño sexual, que puede llevar a la afectación de la autoestima y la imagen corporal (Nebot et al., 2020). Además, cabe la posibilidad de que imiten estas conductas con sus parejas, lo cual sería aceptable si las relaciones sexuales fueran seguras, igualitarias y consensuadas. El problema estaría en aquellos adolescentes que desarrollen

comportamientos como tener relaciones sexuales sin consentimiento, realizar acciones violentas de tipo físico, verbal, emocional o sexual, también actividades ilegales que hayan visto en la pornografía hardcore, que cedan a la presión de su pareja con tal de mantener relaciones sexuales antes, así como llevar a cabo prácticas sexuales de riesgo en Internet. Lo que provoca que muchos jóvenes accedan a la prostitución con el propósito de reproducir estos actos (Ballester et al., 2019).

La página web Pornhub es la más vista a nivel mundial y España se encuentra en el decimotercer puesto de los países que más la consumen. En total, hay 250 millones de personas en el mundo que ven pornografía y el 60% tiene entre 18 y 34 años, de las cuales el 80% son hombres. Asimismo, las temáticas más buscadas son las que implican incesto familiar, sexo con adolescentes o niños y violaciones (Artazo y Bard, 2019).

Por todo esto, cabe destacar la importancia de la educación afectiva y sexual. La solución a este problema no se encuentra en prohibir el uso de Internet o censurarlo, sino más bien en que las menores adquieran herramientas para la interpretación del contenido. Asimismo, que desarrollen la capacidad crítica para analizar de forma madura cómo muestra la pornografía *mainstream* a los géneros, la sexualidad, la violencia, la imagen corporal, el consentimiento, las prácticas sexuales y las relaciones interpersonales, ya que al final la pornografía es solo ficción (Ballester et al., 2019; Save the Children, 2020, p.35). También, se considera importante tratar sus inquietudes y curiosidades respecto a la sexualidad con total naturalidad. Por todo ello, es necesario educar en el uso de la tecnología y se recomienda implicar en este proceso a los servicios de salud, los centros educativos y los padres, madres y tutoras legales (Ballester et al., 2019).

Debido al tabú que supone hablar sobre pornografía, no se ha encontrado bibliografía de referencia sobre programas de intervención en España que la incluyan, pero sí varios programas sobre educación sexual.

A continuación, se mencionarán varios programas para la educación sexual integral, la mayoría dirigidos a estudiantes de educación secundaria (Garzón, 2016). Uno de ellos es el Programa Agarimos: Programa Coeducativo de Desarrollo Psicoafectivo Sexual que está dividido en dos bloques, uno de autoconocimiento y valoración personal y otro de desarrollo psicoafectivo y sexual (Garzón, 2016; Lameiras et al., 2006). En el primero se trata la identidad corporal, la identidad de género y la identidad y valoración personal, mientras que en el segundo se trabajan las emociones, las relaciones socioafectivas y la conducta y salud sexual (Lameiras et al., 2006). También, Ni ogros ni princesas, otro programa de educación afectivo y sexual que se centra en la salud y el placer, promoviendo la autoestima y la autonomía, además de la libertad de elección, la igualdad de hombres y mujeres y el respeto a la diversidad de orientaciones sexuales (García et al., 2009). Asimismo, el Programa Forma Joven que enseña el concepto de sexualidad, las percepciones en relación con la sexualidad,

el desarrollo sexual, la experiencia de las modificaciones corporales durante la adolescencia, las implicaciones psicológicas de los cambios, la fecundidad y la sexualidad (Ruiz et al., 2020). Además, cabe mencionar el Programa de Intervención en Educación Sexual (PIES) que se divide en tres unidades. La primera se llama 'La sexualidad como experiencia vivencial. La identidad de género' que trata la sexualidad, la identidad sexual de cada persona, los roles y estereotipos de género y la violencia de género. La segunda, 'La sexualidad integrada en la historia personal. El conocimiento y el manejo del propio cuerpo', habla de la biografía sexual humana, la intimidad y la respuesta erótica humana. Por último, la tercera se llama 'Los comportamientos sexuales. Valoración del riesgo y decisión' y desarrolla la adolescencia, el ciclo menstrual, los métodos anticonceptivos y las enfermedades de transmisión sexual (Gascón y López, 2010). Por último, el Programa SOMOS, que trata los temas del cuerpo sexuado, los cambios puberales, el afecto y la sexualidad, las relaciones personales, la expresión emocional, los riesgos de las prácticas sexuales y los métodos de protección (Ruiz et al., 2020).

Esta propuesta de intervención se trata de un programa de educación afectivo y sexual que incluye a la nueva pornografía y que ha sido diseñado para menores de edades comprendidas entre 14 y 16 años, valorando el impacto que tiene Internet en ellos, en especial el consumo temprano de pornografía *mainstream*, educando desde el respeto a la diversidad de género y sexual y destacando en todo momento la importancia de la igualdad de género.

Las variables que se considerarán en el presente trabajo serán los roles de género, el autoconcepto, la autoestima, las conductas sexuales de riesgo y las actitudes hacia la sexualidad.

Para explicar los Roles de género, es necesario indicar que a las mujeres y los hombres se les considera distintos, por lo que deben desempeñar roles diferentes, ocupando cada uno un lugar específico dentro de la sociedad (Matud y Aguilera, 2009).

El Autoconcepto se entiende como la manera en que cada persona se valora y evalúa (Orcasita et al., 2018). Asimismo, tiende a ser estable, aunque esa imagen que uno tiene de sí mismo se reconsidera continuamente y es posible que cambie durante las etapas del ciclo vital (Carrillo et al., 2020).

La Autoestima se puede definir como una actitud positiva o negativa hacia sí mismo, siendo un fenómeno actitudinal que es formado por constructos sociales y culturales. Ésta se concibe en un proceso de comparación que implica valores y discordancias (Góngora y Casullo, 2009).

Las Conductas sexuales de riesgo se pueden definir como cualquier conducta sexual que ponga en peligro a la salud sexual y reproductiva, con la probabilidad de adquirir una infección de transmisión sexual (ITS), sufrir un embarazo no deseado, tener que terminar con

un embarazo de forma voluntaria y/o la incapacidad de reproducirse (Alfonso et al., 2020; De la Rubia y Garza, 2016).

Como última variable, las Actitudes hacia la sexualidad que determinan y definen a la misma, éstas se dividen en actitudes positivas o erotofílicas y actitudes negativas o erotofóbicas. La primera se caracteriza por una mayor satisfacción sexual, por ser personas abiertas a la actividad sexual y establecer un apego seguro en sus relaciones, así como por disfrutar de la experiencia erótica y manifestar emociones positivas. En cambio, la segunda es el concepto opuesto (Heras et al., 2016).

Por todo ello, este programa de educación afectivo y sexual es novedoso, debido a que integra las nuevas tecnologías que son las que permiten el fácil acceso y la visualización temprana de la pornografía. Además, cabe destacar el uso constante de Internet por parte de los adolescentes, tanto en las redes sociales como en aplicaciones, donde parte del contenido que consumen afecta negativamente a sus relaciones sexo-afectivas.

En conclusión, el objetivo general de este estudio es realizar un programa de intervención de educación afectivo y sexual para mejorar las relaciones sexo-afectivas de adolescentes entre 14 y 16 años.

### **3. Método**

#### **3.1. Participantes**

A este programa de intervención podrán asistir los adolescentes de edades comprendidas entre 14 y 16 años, independientemente del sexo, que tengan la autorización firmada por su madre, padre o tutor legal, que estén cursando la educación secundaria, que pertenezcan al instituto en el cual se va a impartir el programa, que hayan consumido pornografía en algún momento de su vida y que tengan intención de mantener o ya hayan mantenido relaciones sexuales. Además, éste se ha diseñado para un máximo de 16 personas con el propósito de lograr un trato más personalizado.

#### **3.2. Procedimiento**

Antes de impartir el programa, a principios de septiembre de 2021 se realizará la selección del instituto, para ello primero habrá que escoger un barrio. Después, se llevarán a cabo reuniones con las personas encargadas de los centros educativos de la zona elegida, con el propósito de recoger información y crear una lista que indique el que más y menos requiere de esta intervención. Teniendo en cuenta esto, se escogerá la primera institución en la que se aplicará el programa, considerando que es el que más lo necesita, con la intención final de poder realizarlo en el resto.



Posteriormente, habría que ponerse en contacto nuevamente con la persona encargada del centro educativo elegido, pero esta vez para explicarle el proyecto y esperar a su aprobación.

Una vez obtenido el consentimiento del centro, se pedirá a éste que ceda un aula para su realización. Después, se dará a conocer el programa de educación afectivo y sexual a los alumnos que puedan ser participantes del mismo. Para ello, se llevará a cabo una breve exposición clase por clase y se les dará a los jóvenes un tríptico para hacer llegar la información a sus padres, madres o tutoras legales. Además, se pondrá un cartel en el tablón de anuncios del instituto.

A continuación, quienes estén interesados en asistir, podrán inscribirse en la página web del programa, donde deberán rellenar un breve formulario que indicará si cumplen o no con todos los requisitos necesarios (Anexo 1). Además, el enlace se proporcionará en la charla y también se puede encontrar escrito en el tríptico.

Como uno de los criterios de inclusión más importantes es la autorización firmada por un adulto, ya sea su madre, padre o tutor legal, se decidió crear un acceso a ésta en la página web, donde se encontrará el documento para poder ser descargado. Además, se le dejarán copias a la profesora encargada de la clase, con el propósito de facilitar su acceso en todo momento. Ésta se podrá adjuntar en la inscripción online, ya sea mediante el uso de una firma digital o escaneando el documento original ya firmado, y otra opción será entregársela físicamente al profesor encargado.

Dos meses antes de la aplicación del programa, es decir, principios de febrero, se cerrarán las inscripciones para poder recoger las autorizaciones que se hayan dejado en el centro y así poder adjuntarlas con la información recogida de forma online. Una vez se tengan todos los datos, se procederá a la selección de los asistentes que se hará por orden riguroso de inscripción y teniendo en cuenta que se cumplan todos los criterios de inclusión.

Por último, a finales de febrero, ya elegidos los participantes, se procederá a llamar a los padres, madres o tutores legales y enviar un *WhatsApp* o correo a los menores con la intención de informarles que han sido seleccionados para realizar el programa. Éste dará comienzo el lunes 4 de abril de 2022 y finalizará el lunes 4 de mayo de 2022.

### **3.3. Descripción de la intervención propuesta**

#### **3.3.1. Temporalización**

El programa de intervención cuenta con un total de 10 sesiones, que se realizarán dos a la semana, prolongándose un poco más de un mes. Éste se impartirá entre semana, específicamente los lunes y miércoles de 17:00 a 18:00 con la intención de no coincidir con el horario del instituto. Además, se evitará impartir el programa a finales de un trimestre, siendo abril un buen mes para su aplicación.

Teniendo en cuenta el calendario de 2022, el programa empezaría el lunes 4 de abril y terminaría el lunes 4 de mayo. En ese período de tiempo se llevarán a cabo dos sesiones de evaluación, una al principio y otra al final, y ocho sesiones de intervención. Asimismo, en la Tabla 1 se encuentra el resumen de la descripción de las sesiones y la explicación completa de las mismas se halla en el Anexo 2.

**Tabla 1**

*Resumen de la descripción de las sesiones*

| <b>Sesiones</b>                            | <b>Objetivos</b>  | <b>Contenidos</b>  |
|--|---|--|
| Sesión 1.<br>Prepárate que empezamos       | Evaluar la situación inicial de las participantes y presentar el programa.  | Presentación del programa, aplicación de los instrumentos de evaluación y actividad para conocerse.  |
| Sesión 2.<br>Próxima parada, la igualdad   | Desarrollar una visión crítica hacia los roles y estereotipos de género en la vida cotidiana y una actitud más igualitaria.               | Introducción teórica, ejercicio sobre las tareas domésticas, dinámica para describir al sexo opuesto y comentar situaciones de discriminación.                         |
| Sesión 3. Sin protección, no hay acción    | Conocer y concienciar sobre las infecciones de transmisión sexual (ITS) y el uso correcto de los métodos de protección y anticonceptivos. | Contenido teórico, actividad para escribir las ITS que conozcan, explicación de las mismas, charla sobre métodos de protección y anticonceptivos y realizar un Kahoot. |
| Sesión 4.<br>Hablemos de sexualidad y sexo | Promover una actitud positiva o erotofílica hacia la sexualidad.  | Charla sobre masturbación, sexo y sexualidad, comparación con la pornografía, actividad para indicar zonas erógenas y reflexión sobre una posible pareja sexual.       |
| Sesión 5.<br>#SinFiltros                   | Favorecer la mejora del autoconcepto y la autoestima mediante el desarrollo de la visión crítica hacia el contenido de Internet.          | Explicación teórica, dinámica de cómo se consideran a sí mismas, actividad con fotos retocadas y tarea para realizar en casa.  |

|                                       |  |   |
|---------------------------------------|--|---|
| Sesión 6.<br>Avanza hacia la igualdad | Desarrollar una visión crítica hacia los roles y estereotipos de género en la pornografía y una actitud más igualitaria. | Introducción teórica, actividad para nombrar conductas propias de ambos sexos, explicación del feminismo y ejercicio de visualización de escenas.     |
| Sesión 7. Tu opinión importa          | Prevenir las conductas sexuales de riesgo mediante la asertividad sexual.  | Contenido teórico, dinámica de <i>role playing</i> , ejercicio de resolución de casos y reflexión de la importancia de la comunicación.               |
| Sesión 8. Ama al prójimo              | Promover una actitud positiva hacia la diversidad sexual y de género.  | Explicación teórica, charla sobre el colectivo LGBTQ+, actividad con noticias del periódico y visualización de imágenes de personas famosas.          |
| Sesión 9.<br>Aprende a valorarte      | Favorecer la mejora del autoconcepto y la autoestima.  | Se retoma la tarea de la sesión 5, dinámica con pelota, actividad de describirse unos a otros y exposición de la evolución de los cánones de belleza. |
| Sesión 10.<br>Apaga y vámonos         | Evaluar el cambio de los participantes y despedir el programa.   | Aplicación de los instrumentos de evaluación, preguntas sobre qué les ha parecido el programa y despedida.  |

### 3.3.2. Evaluación

Con el propósito de comprobar si la intervención ha sido eficaz, se evaluará a los participantes administrándoles una serie de cuestionarios en la primera y última sesión del programa. Además, se realizará un seguimiento a los seis meses para examinar si se ha mantenido lo aprendido.

Asimismo, para la obtención de los datos sociodemográficos como la edad, sexo, curso e instituto, se utilizará el formulario online de inscripción al programa (Anexo 1).

En cuanto a la evaluación de la variable roles de género, se aplicará la *Escala sobre la Ideología del Rol Sexual* de Moya, Navas y Gómez-Berrocal. Ésta comprende un total de 38 ítems con un formato de respuesta de 100 puntos, donde 1 es "Totalmente de acuerdo" y 100 "Totalmente en desacuerdo". Ésta se puede administrar a personas con edades comprendidas entre 14 y 44 años. También, ha sido diseñada con la intención de evaluar las creencias que las personas tienen sobre los roles y las conductas que deberían llevar a cabo

los hombres y las mujeres y el tipo de relación que deben mantener entre ambos sexos. Además, en cuanto a la fiabilidad, su alfa de Cronbach varía entre .70 y .90 (Expósito et al., 1998; Moya et al., 2006).

Para la medición de la variable autoconcepto se cumplimentará la escala *Autoconcepto Forma 5 (AF-5)* de García y Musitu, que está formada por 30 ítems con una escala de respuesta del 1 al 99, siendo el 1 “Completamente en desacuerdo” y el 99 “Completamente de acuerdo” (Ceballos et al., 2020; García y Musitu, 2014). Asimismo, está diseñada para ser aplicada desde los 10 años hasta la adultez. Además, cabe añadir que consta de cinco dimensiones, las cuales tienen 6 ítems cada una, y son autoconcepto académico/laboral, social, emocional, familiar y físico. Por último, su coeficiente alfa es de .815 (García y Musitu, 2014).

Como instrumento de evaluación para la variable autoestima se aplicará la *Escala de Autoestima (EAR)* de Rosenberg adaptada al español por Atienza, Moreno y Balaguer. Está compuesta por 10 ítems, donde la mitad de ellos están redactados en forma positiva y los restantes en sentido inverso. Además, es unidimensional y se contesta mediante una escala de tipo Likert con 4 opciones de respuesta, donde el 1 es “Muy de acuerdo” y el 4 “Muy en desacuerdo” (Ventura et al., 2018). Por último, se puede aplicar desde niños hasta adultos y tiene un alfa de Cronbach de .86 (Bueno et al., 2020; Ventura et al., 2018).

Para calcular la variable conductas sexuales de riesgo se utilizará la *Escala de Conocimiento sobre el VIH y otras infecciones de transmisión sexual (ECI)* para adolescentes. Ésta cuenta con un total de 40 ítems en forma de afirmaciones con tres opciones de respuesta indicando si es verdadero, falso o si no conoce la respuesta. Asimismo, consta de cinco factores, los cuales evalúan el conocimiento general sobre el VIH, el preservativo como método protector, las vías de transmisión del VIH, las medidas de prevención del VIH y otras infecciones de transmisión sexual. Hay que añadir también que su coeficiente alfa de Cronbach se encuentra entre .66 y .88 (Espada et al., 2014).

Y, para medir la variable actitudes hacia la sexualidad, se utilizará la *Escala de Actitudes hacia la Sexualidad* de Fisher, formada por 14 ítems con un modelo de respuesta de escala tipo Likert con 5 opciones de respuesta, que van del 1 “Totalmente de acuerdo” al 5 “Totalmente en desacuerdo”. Asimismo, comprende los factores legalidad-moralidad, maneras de expresar la sexualidad y derechos individuales. También, hay que añadir que ha sido diseñada para evaluar las actitudes sexuales de jóvenes entre 12 y 20 años, así como a sus padres y madres. Además, para los menores de 12 a 14 años el alfa de Cronbach es de 0'76, mientras que para los de 15 a 17 años es de .65 (Blanc y Rojas, 2017).

Por último, para evaluar el nivel de satisfacción respecto al programa, se les pedirá a las participantes que puntúen anónimamente cada sesión. Para ello, se pondrá una mesa al lado de la puerta de salida, en la cual podrán encontrar una urna, bolígrafos y hojas con la

encuesta que se ha realizado (Anexo 3) y, al finalizar las sesiones, tendrán que cumplimentarla y depositarla.

#### **4. Discusión y conclusiones**

Tras la aplicación de este programa de educación afectivo y sexual integral se espera como resultado que los jóvenes desarrollen una visión crítica hacia los roles y estereotipos de género, tanto en la vida cotidiana como en la pornografía, y una actitud más igualitaria, siguiendo la línea del Programa Agarimos que reduce las actitudes sexistas tradicionales y halla diferencias significativas en la variable ideología del rol sexual (Carrera et al., 2007; Lameiras et al., 2005). Asimismo, que ellos conozcan y estén concienciados sobre las infecciones de transmisión sexual (ITS) y el uso correcto de los métodos de protección y anticonceptivos, así como indica el Programa SOMOS que obtuvo un retraso en la edad de inicio de las relaciones sexuales coitales y un incremento en la actitud hacia el uso del condón (Heras, 2011; Heras et al., 2016). Además, hay que añadir que varios estudios muestran mejoras en el conocimiento sobre ITS, sexualidad y el uso del preservativo (Heras, 2011). También, que eviten las conductas sexuales de riesgo mediante la asertividad sexual, tal como se menciona en un estudio, el cual indica que la asertividad sexual actúa como factor de protección ante las conductas sexuales de riesgo y que cuanto mayor es el nivel de ésta, más previene embarazos y enfermedades (Osorio et al., 2017). Igualmente, un estudio indica que al facilitar el diálogo y la negociación con la pareja sexual se fomenta la responsabilidad en las conductas sexuales (Lameiras et al., 2006). Al mismo tiempo, se espera que las adolescentes obtengan una actitud positiva o erotofílica hacia la sexualidad, al igual que el Programa SOMOS que favorece la liberalización de los adolescentes e incrementa significativamente estas actitudes, tanto hacia el hecho sexual humano como hacia la masturbación, que coincide con la mejora de las actitudes relacionadas con la disposición, prevención y comportamiento sexual responsable (Heras et al., 2016). Cabe destacar que esas actitudes están relacionadas con la vivencia saludable y satisfactoria de la sexualidad (Heras, 2011). Asimismo, que aumenten su actitud positiva hacia la diversidad sexual y de género, como se halla en un estudio, los resultados de éste indican cierto avance, aunque sigue habiendo discriminación, invisibilización y exclusión (Rodríguez y Rivera, 2020). También, que mejoren el autoconcepto y la autoestima y, por otro lado, que aumenten ambas variables mediante la utilización de la visión crítica hacia el contenido de Internet. Una investigación que evalúa la intervención de un programa de educación sexual no ha encontrado diferencias significativas en la autoestima y el autoconcepto (Lameiras et al., 2005). Sin embargo, hay que añadir que este programa de educación afectivo y sexual incluye la influencia de la pornografía, por lo que cabe la posibilidad de que las jóvenes utilicen a las actrices como modelos sexuales y esto les pueda generar falsas expectativas, tanto con su

físico como en el desempeño sexual, lo que los llevaría a una afectación negativa de la autoestima y la imagen corporal (Nebot et al., 2020). Igualmente, un estudio, según los datos obtenidos en el mismo, señala la importancia de desarrollar estas variables para mejorar el bienestar psicológico subjetivo y con ello lograr la adaptación personal (Garaigordobil et al., 2009). Por último, es necesario destacar la importancia de una buena imagen corporal, ya que ésta influye sobre la satisfacción sexual (Carrera et al., 2007).

En similitud a otros programas, se ha utilizado la variable roles de género que se puede encontrar en los programas ya mencionados anteriormente como el Programa de Intervención en Educación Sexual (PIES) y Ni ogros ni princesas (García et al., 2009; Gascón y López, 2010). Asimismo, el autoconcepto y la autoestima se pueden localizar en los programas Ni ogros ni princesas y el Programa Agarimos, así como la variable conductas sexuales de riesgo que es posible hallarla en el Programa de Intervención en Educación Sexual (PIES), el Programa Agarimos y el Programa SOMOS (García et al., 2009; Gascón y López, 2010; Lameiras et al., 2006; Ruiz et al., 2020). Por último, la variable actitudes hacia la sexualidad que está presente de alguna forma en el Programa Forma Joven, Ni ogros ni princesas y el Programa de Intervención en Educación Sexual (García et al., 2009; Gascón y López, 2010; Ruiz et al., 2020). También, está diseñado para adolescentes estudiantes de secundaria independientemente de su sexo como la mayoría de los programas que se aplican en España.

Y, a diferencia de estos otros, este programa de educación afectivo y sexual destaca por integrar las nuevas tecnologías que son las que permiten el fácil acceso y la visualización temprana de la pornografía. Además, tiene en cuenta el uso constante de Internet por parte de los adolescentes, tanto en las redes sociales como en aplicaciones, donde parte del contenido que consumen afecta negativamente a sus relaciones sexo-afectivas. Asimismo, el programa está diseñado para trabajar todas las variables que puedan verse afectadas por la visualización de la pornografía *mainstream*.

No obstante, este trabajo presenta algunas limitaciones como la edad de las participantes, ya que al ser menores es necesaria la autorización por parte de una madre, padre o tutora legal y, por desgracia, muchas personas aún se muestran reticentes a este tipo de educación y contenido. Además, la cantidad de personas que pueden asistir al programa es muy baja, ya que se ha diseñado para un total de 16 adolescentes, por lo que muchos de ellos se quedarán fuera de éste. Asimismo, uno de los criterios de inclusión es la edad, puesto que se limita a personas entre 14 y 16 años dejando al resto sin posibilidad de participación. También, hay que añadir, que se depende de un instituto para la realización de la intervención, por lo que, sin la aprobación de la persona encargada del centro educativo, éste no se puede llevar a cabo. Otra limitación sería la lentitud del proceso, ya que cada mes y una semana se podría impartir otra vez el programa, ya sea en el mismo instituto por la alta demanda o en otro, aunque habría que tener en cuenta el procedimiento previo a la intervención. Por último,

cabe destacar el tabú que aún sigue suponiendo hablar de estos temas, ya sea en un ámbito familiar como escolar.

Además, como líneas de intervención futuras, se propone que la educación afectiva y sexual integral preventiva se incluya como obligatoria en los programas de educación, tanto para niños como adolescentes. También, se plantea la importancia de la formación del profesorado, así como de personal voluntario, para que puedan impartir correctamente este tipo de programas de intervención en los centros educativos. Igualmente, se sugiere la creación de programas similares a éste y adaptarlos a niños y adolescentes de todas las edades. Inclusive, una intervención para padres, madres y tutores legales que les aporten las herramientas para ayudar a sus hijas en su correcto desarrollo sexo-afectivo y para prevenir una educación externa negativa y errónea. Asimismo, cabe destacar la importancia de la permanente actualización de estos programas. Por último, en cuanto a las próximas aplicaciones de este programa, se considera beneficioso para los adolescentes tratar las modificaciones físicas que se experimentan en la adolescencia, así como mejorar el procedimiento agilizándolo y, con la ayuda de otros profesionales, poder llevarlo a cabo simultáneamente, tanto en un mismo instituto como en otros, teniendo en cuenta la demanda de éstos.



## 5. Referencias bibliográficas

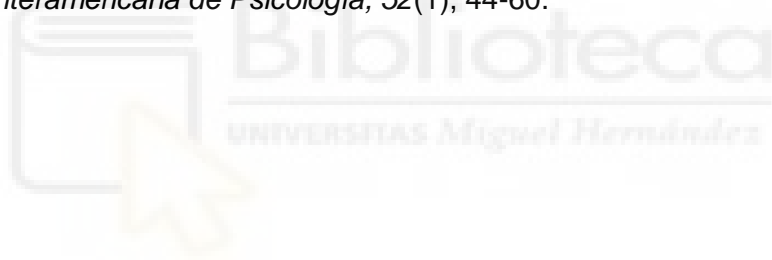
- Alario Gavilán, M. (2018). La influencia del imaginario de la pornografía hegemónica en la construcción del deseo sexual masculino prostituyente: un análisis de la demanda de prostitución. *Asparkia. Investigación Feminista*, (33), 61-79. <https://doi.org/10.6035/asparkia.2018.33.4>
- Alfonso Figueroa, L., Santillano Cárdenas, I., Figueroa Pérez, L., Rodríguez González, A. E. y García Breto, L. (2020). Prevención de las conductas sexuales de riesgo en adolescentes del municipio Consolación del Sur. *Revista de Ciencias Médicas de Pinar del Río*, 24(4).
- Artazo, G. y Bard, G. (2019). Pornografía mainstream y su relación con la configuración de la masculinidad hegemónica. *Revista Internacional de estudios Feministas*, 4(1), 325-357. <http://dx.doi.org/10.17979/arief.2019.4.1.3461>
- Ballester, L., Facal, T. y Rosón, C. (2020). Introducción. *Pornografía y educación afectivosexual* (pp. 15-21). Octaedro.
- Ballester, R. y Gil, M. D. (2006). La sexualidad en niños de 9 a 14 años. *Psicothema*, 18(1), 25-30.
- Ballester, L., Orte, C. y Pozo, R. (2019). Nueva pornografía y cambios en las relaciones interpersonales de adolescentes y jóvenes. *Vulnerabilidad y resistencia: Experiencias investigadoras en comercio sexual y prostitución* (pp. 249-284). Edicions de la Universitat de les Illes Balears.
- Blanc, A. y Rojas, A. J. (2017). Instrumentos de medida de actitudes hacia la sexualidad: una revisión bibliográfica sistemática. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación*, 1(43), 17-32. [https://doi.org/10.21865/RIDEP43\\_17](https://doi.org/10.21865/RIDEP43_17)
- Bueno-Pacheco, A., Lima-Castro, S., Arias-Medina, P., Peña-Contreras, E., Aguilar-Sizer, M. y Cabrera-Vélez, M. (2020). Estructura factorial, invarianza y propiedades psicométricas de la Escala de Autoestima de Rosenberg en el contexto ecuatoriano. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación Psicológica*, 56(3), 87-100. <https://doi.org/10.21865/RIDEP56.3.07>
- Carrera-Fernández, M. V., Lameiras-Fernández, M., Foltz, M. L., Núñez-Mangana, A. M. y Rodríguez-Castro, Y. (2007). Evaluación de un programa de educación sexual con estudiantes de Educación Secundaria Obligatoria. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 7(3), 739-751.
- Carrillo-Ramírez, E., Pérez-Verduzco, G., Laca-Arocena, F. A. y Luna-Bernal, A. C. A. (2020). Inteligencia emocional percibida y autoconcepto en adolescentes estudiantes de bachillerato. *Revista de Educación y Desarrollo*, (4), 33-40.
- Ceballos-Gurrola, O., Lomas-Acosta, R., Enríquez-Martínez, M. A., Ramírez, E., Medina-Rodríguez, R. E., Enríquez-Reyna, M. C. y Cocca, A. (2020). Impacto de un programa



- de salud sobre perfil metabólico y autoconcepto en adolescentes con obesidad. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (38), 452-458. <https://doi.org/10.47197/retos.v38i38.77003>
- Córdoba, M. G. e Ibarra, D. (2020). Pornografía y Masculinidades en Tiempos de COVID-19. *Revista Subjetividad y Procesos Cognitivos*, 24(2), 178-197.
- De la Rubia, J. M. y Garza Torteya, D. (2016). Validación local de una escala de conductas sexuales de riesgo en adolescentes escolarizados mexicanos. *Revista Internacional de Psicología*, 15(2), 1-56. <https://doi.org/10.33670/18181023.v15i02.226>
- De Miguel Álvarez, A. (2020). Sobre la pornografía y la educación sexual: ¿puede «el sexo» legitimar la humillación y la violencia?. *Gaceta Sanitaria*. <https://doi.org/10.1016/j.gaceta.2020.01.001>
- Espada, J. P., Guillén-Riquelme, A., Morales, A., Orgilés, M. y Sierra, J. C. (2014). Validación de una escala de conocimiento sobre el VIH y otras infecciones de transmisión sexual en población adolescente. *Atención Primaria*, 46(10), 558-564. <https://doi.org/10.1016/j.aprim.2014.03.007>
- Expósito, F., Moya, M. C. y Glick, P. (1998). Sexismo ambivalente: medición y correlatos. *Revista de Psicología Social*, 13(2), 159-169. <https://doi.org/10.1174/021347498760350641>
- Garaigordobil, M., Aliri, J. y Fontaneda, I. (2009). Bienestar psicológico subjetivo: diferencias de sexo, relaciones con dimensiones de personalidad y variables predictoras. *Psicología conductual*, 17(3), 543-559.
- García, J., Lena, A., González, C. y Blanco, A. G. (2009). "Ni ogros ni princesas" programa para la educación afectivo-sexual en la ESO (pp. 27). Gobierno del Principado de Asturias.
- García, F. y Musitu, G. (2014). *Manual AF-5: Autoconcepto Forma 5*. (4ª ed.). Madrid: TEA Ediciones.
- Garzón Fernández, A. (2016). La educación sexual, una asignatura pendiente en España. *Revista Bio-grafía*, 9(16), 195-203. <https://doi.org/10.17227/20271034.vol.9num.16bio-grafia195.203>
- Gascón, E. y López, I. (2010). PIES. Programa de intervención en educación sexual. *Revista Enfermería integral: Revista científica del Colegio Oficial de Enfermería de Valencia*, (91), 23-25.
- Góngora, V. y Casullo, M. M. (2009). Validación de la escala de autoestima de Rosenberg en población general y en población clínica de la Ciudad de Buenos Aires. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación Psicológica*, 1(27), 179-194.

- Heras, D. (2011). *Diseño, aplicación y evaluación del programa "SOMOS" de educación sexual para educación secundaria obligatoria* [Tesis de doctorado, Universidad de Burgos]. Repositorio Institucional – Universidad de Burgos.
- Heras, D., Lara, F. y Fernández-Hawrylak, M. (2016). Evaluación de los efectos del Programa de Educación Sexual SOMOS sobre la experiencia sexual y las actitudes hacia la sexualidad de adolescentes. *Revista de Psicodidáctica*, 21(2), 321-337. <https://doi.org/10.1387/RevPsicodidact.14300>
- Lameiras, M., Carrera, M. V., Núñez, A. M. y Rodríguez, Y. (2006). Evaluación de un programa de educación sexual con adolescentes: una perspectiva cualitativa. *Revista Diversitas*, 2(2), 193-204. <https://doi.org/10.15332/s1794-9998.2006.0002.01>
- Lameiras, M., Rodríguez, Y. y Carrera, M. V. (2005). Evaluación cuantitativa de un programa de educación afectivo-sexual. *Cuadernos de Medicina Psicosomática y Psiquiatría de Enlace*, (73), 48-58.
- Matud, M. P. y Aguilera, L. (2009). Roles sexuales y salud mental en una muestra de la población general española. *Salud mental*, 32(1), 53-58.
- Merlyn, M. F., Jayo, L., Ortiz, D. y Herrera, R. M. (2020). Consumo de pornografía y su impacto en actitudes y conductas en estudiantes universitarios ecuatorianos. *Psicodebate*, 20(2), 59-76. <https://doi.org/10.18682/pd.v20i2.1871>
- Moya, M., Expósito, F. y Padilla, J. L. (2006). Revisión de las propiedades psicométricas de las versiones larga y reducida de la Escala sobre Ideología de Género. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 6(3), 709-727.
- Nebot-García, J. E., Elipe Miravet, M., García-Barba, M., Antelo García, A. y Ballester-Arnal, R. (2020). Consumo de pornografía y malestar asociado: diferencias entre hombres y mujeres. *Àgora de Salut*, 7, 239-247. <https://doi.org/10.6035/agorasalut.2020.7.24>
- Orcasita, L. T., Mosquera Gil, J. A. y Garrillo González, T. (2018). Autoconcepto, autoeficacia y conductas sexuales de riesgo en adolescentes. *Informes Psicológicos*, 18(2), 141-168. <https://doi.org/10.18566/infpsic.v18n2a08>
- Osorio Leyva, A., Álvarez Aguirre, A., Hernández Rodríguez, V. M., Sánchez Perales, M. y Muñoz Alonso, L. R. (2017). Relación entre asertividad sexual y autoeficacia para prevenir el VIH/SIDA en jóvenes universitarios del área de la salud. *Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo*, 7(14). <https://doi.org/10.23913/ride.v7i14.264>
- Peña Sánchez, E. Y. (2012). La pornografía y la globalización del sexo. *El Cotidiano*, (174), 47-57.
- Real Academia Española. (s.f.). Pornografía. En *Diccionario de la lengua española*. Recuperado el 4 de junio de 2021, de <https://dle.rae.es/pornograf%C3%ADa>

- Rengifo, M. J. (2018). La Pornografía en la obra de Andrea Dworkin: mujer y desconexión moral. *Revista Humanidades: Revista de la Escuela de Estudios Generales*, 8(2), 1-34. <https://doi.org/10.15517/h.v8i2.33674>
- Rodríguez-Pizarro, A. N. y Rivera-Crespo, J. (2020). Diversidades sexuales e identidades de género: entre la aceptación y el reconocimiento. Instituciones de Educación Superior (IES). *Revista CS*, (31), 327-357. <https://doi.org/10.18046/recs.i31.3261>
- Ruiz, A., Jiménez, Ó. y Rando, M. Á. (2020). Programa de intervención breve de educación sexual desde el modelo biográfico en adolescentes de enseñanza secundaria: un estudio piloto. *Revista Española de Orientación y Psicopedagogía*, 31(2), 38-55. <https://doi.org/10.5944/reop.vol.31.num.2.2020.27985>
- Save the Children (2020). *Desinformación sexual: pornografía y adolescencia. Un análisis sobre el consumo de pornografía en adolescentes y su impacto en el desarrollo y las relaciones con iguales*. [https://www.savethechildren.es/sites/default/files/2020-11/Informe\\_Desinformacion\\_sexual-Pornografia\\_y\\_adolescencia.pdf](https://www.savethechildren.es/sites/default/files/2020-11/Informe_Desinformacion_sexual-Pornografia_y_adolescencia.pdf)
- Ventura-León, J., Caycho-Rodríguez, T., Barboza-Palomino, M. y Salas, G. (2018). Evidencias psicométricas de la escala de autoestima de Rosenberg en adolescentes limeños. *Revista Interamericana de Psicología*, 52(1), 44-60.



## 6. Anexos

### Anexo 1. Formulario de inscripción.

Para realizar correctamente la inscripción es necesario que se cumplimente el formulario entero.

**Nombre y apellidos:** \_\_\_\_\_

**DNI:** \_\_\_\_\_

**Edad:** 14 / 15 / 16                      **Sexo:** Mujer / Hombre / Ninguno me identifica

**Número de móvil:** \_\_\_\_\_

**Correo:** \_\_\_\_\_

**Curso académico:** Primero / Segundo / Tercero / Cuarto

**Nombre del instituto:** \_\_\_\_\_

**¿Tienes la autorización de un adulto para realizar el programa?** Sí / No

**Tipo de relación con el adulto:** madre / padre / tutor legal

**Nombre y apellidos del adulto:** \_\_\_\_\_

**DNI del adulto:** \_\_\_\_\_

**Número de móvil del adulto:** \_\_\_\_\_

**¿Has recibido educación sexual anteriormente?** Sí / No

**¿Has visto pornografía en algún momento de tu vida?** Sí / No

**¿Tienes intención de mantener o has mantenido relaciones sexuales?** Sí / No

## **Anexo 2. Descripción de las sesiones.**

### **Sesión 1:** “Prepárate que empezamos”.

**Objetivos específicos:** Evaluar la situación inicial de las participantes y presentar el programa.

**Materiales:** enchufes, instrumentos de evaluación, pantalla de proyección, portátil, presentación PowerPoint, proyector y sillas.

**Duración:** 1 hora.

#### **Descripción de la sesión:**

Para empezar, se realizará una presentación sobre el programa de intervención, en la cual se explicará quién se encarga de impartir el programa, cuál es la finalidad y qué se va a hacer en las siguientes sesiones. Después, se dejarán unos minutos para responder las dudas que haya.

A continuación, se aplicarán los instrumentos que evalúan las cinco variables y dan a conocer las condiciones previas a la intervención.

Por último, se propondrá una actividad con la intención de que los participantes se conozcan mejor. Para ello, deberán ponerse en forma de círculo, de esta manera podrán ver y escuchar con facilidad al resto, por lo que generará una mayor interacción y fluidez, además de promover la cohesión del grupo. Luego, siguiendo el orden en el que están situados, irán realizando una descripción de sí mismos, como por ejemplo su nombre, edad, gustos o aficiones.

### **Sesión 2:** “Próxima parada, la igualdad”.

**Objetivos específicos:** Desarrollar una visión crítica hacia los roles y estereotipos de género en la vida cotidiana y una actitud más igualitaria.

**Materiales:** bolígrafos, enchufes, hojas, pantalla de proyección, pizarra, portátil, presentación PowerPoint, proyector y sillas.

**Duración:** 1 hora.

#### **Descripción de la sesión:**

La sesión comenzará con una breve introducción teórica sobre lo que son los roles y estereotipos de género.

Después, se realizará un ejercicio en el cual, de forma individual deberán apuntar en una hoja qué tareas domésticas desempeñan sus padres y/o madres, para finalmente juntar todos los datos en una pizarra, con el propósito de encontrar un patrón en los roles y reflexionar al respecto.

Posteriormente, se dividirá a los jóvenes en dos grupos según su género y deberán describir a una persona del sexo opuesto, es decir, los chicos a una chica y las chicas a un

chico. Cuando terminen, éstas se leerán en voz alta y se les preguntará por qué han elegido esas características. La intención de esta dinámica es que hayan puesto estereotipos de género como alto o pelo corto en un hombre y baja o pelo largo en una mujer, para luego iniciar un debate y hacerles cuestionar lo realizado en la actividad.

Finalmente, se les preguntará a las participantes si en algún momento se han sentido observadas o discriminadas por no cumplir con los estereotipos y roles de género y cómo han reaccionado ante esta situación.

### **Sesión 3:** “Sin protección, no hay acción”.

**Objetivos específicos:** Conocer y concienciar sobre las infecciones de transmisión sexual (ITS) y el uso correcto de los métodos de protección y anticonceptivos.

**Materiales:** enchufes, Kahoot, mesa, métodos de protección y anticonceptivos, pantalla de proyección, portátil, presentación PowerPoint, proyector, red WiFi, sillas y Tablets.

**Duración:** 1 hora.

#### **Descripción de la sesión:**

Para empezar la sesión se explicará brevemente lo que son las conductas sexuales de riesgo y cómo se pueden prevenir.

A continuación, se propondrá una actividad en grupos de cuatro personas. Una vez separados, tendrán que crear una lista con todas las infecciones de transmisión sexual (ITS) que conozcan, para después comentarlo en voz alta.

Además, se les informará de las diversas ITS y se darán a conocer todos los métodos de protección y anticonceptivos que existen. Para ello, primero se nombrarán y luego se informará sobre el uso, la aplicación y la importancia de cada uno de ellos. Finalmente, se les dejarán los productos en una mesa para que los participantes puedan manipularlos, con la intención de que se familiaricen con los mismos.

Por último, se realizará un Kahoot para comprobar si han entendido correctamente la información dada y a su vez consolidarla. Para poder llevar a cabo este ejercicio, las preguntas y alternativas de respuesta se proyectarán en la pantalla y la elección de las mismas se hará con el propio móvil de cada participante y quien no tenga, mediante una Tablet que se facilitará.

### **Sesión 4:** “Hablemos de sexualidad y sexo”.

**Objetivos específicos:** Promover una actitud positiva o erotofílica hacia la sexualidad.

**Materiales:** bolígrafos, dibujos de los cuerpos normativos, enchufes, pantalla de proyección, portátil, presentación PowerPoint, proyector y sillas.

**Duración:** 1 hora.

#### **Descripción de la sesión:**

Al comienzo de esta sesión se les preguntará a los jóvenes qué entienden ellos por sexualidad.

Además, se explicará y hablará de la masturbación, la sexualidad y el sexo junto a una sexóloga, para después responder todas las dudas e inquietudes que puedan tener los participantes.

Posteriormente, se comparará esta información con la ficción que se puede visualizar en la pornografía y, otra vez, habrá un espacio para preguntas.

También, se realizará una actividad para la cual se dividirá a los participantes en grupos de cuatro personas y se les darán dos dibujos, uno de un cuerpo normativo de mujer y otro de un hombre. En este caso, tendrán que marcar las zonas que consideren erógenas de cada físico y cuando terminen se hará una puesta en común.

Finalmente, se llevará a cabo una puesta en común, donde se comentará lo que cada uno espera de una pareja sexual.

### **Sesión 5:** “#SinFiltros”.

**Objetivos específicos:** Favorecer la mejora del autoconcepto y la autoestima mediante el desarrollo de la visión crítica hacia el contenido de Internet.

**Materiales:** bolígrafos, enchufes, hojas, imágenes retocadas y sin retocar, pantalla de proyección, portátil, presentación PowerPoint, proyector y sillas.

**Duración:** 1 hora.

#### **Descripción de la sesión:**

Para empezar, se realizará una introducción teórica de lo que son el autoconcepto y la autoestima.

A continuación, se propondrá una dinámica en la cual se les pedirá a las jóvenes que escriban en un papel cómo se consideran a sí mismas. Cuando acaben, se comentará en voz alta y tendrán que decir cuántas de esas cosas están relacionadas con su cuerpo, ya que el físico es algo muy importante en la adolescencia. Para terminar el ejercicio se hará una reflexión al respecto.

Después, se planteará una actividad haciendo referencia al contenido que se puede encontrar en las redes sociales y el impacto que éstas tienen en las adolescentes. Para ello, se les enseñarán cuatro fotos con personas que estarán completamente retocadas y se les preguntará por lo que opinan de ellas. Luego, se les enseñarán las cuatro fotos reales con el propósito de demostrar que no todo lo que se ve en Internet es real.

Por último, como tarea para hacer en casa, se les pedirá que cada vez que se vean en un espejo se digan algo bonito o que les guste de sí mismos hasta la sesión 9, donde se retomará la actividad.

**Sesión 6:** “Avanza hacia la igualdad”.

**Objetivos específicos:** Desarrollar una visión crítica hacia los roles y estereotipos de género en la pornografía y una actitud más igualitaria.

**Materiales:** bolígrafos, enchufes, escenas de películas o series, hojas, pantalla de proyección, portátil, presentación PowerPoint, proyector y sillas.

**Duración:** 1 hora.

**Descripción de la sesión:**

En esta sesión se les hablará de la pornografía, en concreto de los roles y estereotipos de género que se pueden observar en ella, y se llevará a cabo un debate sobre su contenido.

Posteriormente, en grupos de cuatro personas se les pedirá que creen una lista de conductas que se consideran propias de un hombre y de una mujer, con la intención final de reflexionar al respecto.

Además, se preguntará a las jóvenes qué es el feminismo, para luego realizar una explicación de éste y resaltar la importancia de una sociedad feminista.

Para finalizar, se visualizarán cuatro escenas de películas o series en las que se verán conductas propias de la sociedad patriarcal y los jóvenes manteniendo los grupos anteriores, deberán analizarlas para después concluir con una puesta en común.

**Sesión 7:** “Tu opinión importa”.

**Objetivos específicos:** Prevenir las conductas sexuales de riesgo mediante la asertividad sexual.

**Materiales:** casos, enchufes, pantalla de proyección, portátil, presentación PowerPoint, proyector y sillas.

**Duración:** 1 hora.

**Descripción de la sesión:**

Al comienzo de esta sesión se realizará una explicación sobre la asertividad y formas de comunicarse asertivamente, con la intención de evitar conductas sexuales de riesgo.

A continuación, se planteará una dinámica de *role playing*, en la cual deberán poner en práctica lo antes visto. Para ello, se pondrán en parejas y se les describirán oralmente situaciones en las que se puedan encontrar al principio o durante de una práctica sexual como, por ejemplo, que la otra persona no quiera utilizar preservativo o que uno mismo no quiera realizar ciertas acciones.

Asimismo, se propondrá un ejercicio para el cual deberán juntarse en grupos de cuatro personas. Habrá un total de ocho casos diferentes que se repartirán dos por cada grupo y tendrán que resolver los problemas de forma asertiva creando los diálogos. Después, para poder compartir lo escrito con el resto, se leerá en voz alta.



Por último, se realizará una reflexión sobre la importancia de una buena comunicación y, en especial, en las relaciones de pareja.

### **Sesión 8:** “Ama al prójimo”.

**Objetivos específicos:** Promover una actitud positiva hacia la diversidad sexual y de género.

**Materiales:** enchufes, imágenes de personas LGTBIQ+ famosas, noticias periódico, pantalla de proyección, portátil, presentación PowerPoint, proyector y sillas.

**Duración:** 1 hora.

#### **Descripción de la sesión:**

Para empezar, se llevará a cabo una explicación de las diversas orientaciones sexuales indicando en todo momento que cualquiera de ellas es válida, dejando un espacio final para dudas.

Después, se hablará del colectivo LGTBIQ+, quiénes lo componen y, en especial, la fobia que existe ante éste.

Posteriormente, se propondrá una actividad, en la cual se les enseñarán cuatro noticias que se hayan publicado en el periódico, donde personas pertenecientes a este colectivo hayan vivido una situación de discriminación y se realizará una reflexión grupal.

Al final de la sesión se visualizarán imágenes de personas famosas que puedan conocer los adolescentes y que formen parte del colectivo LGTBIQ+, con la intención de visibilizar y normalizar.

### **Sesión 9:** “Aprende a valorarte”.

**Objetivos específicos:** Favorecer la mejora del autoconcepto y la autoestima.

**Materiales:** bolígrafos, enchufes, hojas, imágenes con la evolución de los cánones de belleza, pantalla de proyección, pelota, portátil, proyector y sillas.

**Duración:** 1 hora.

#### **Descripción de la sesión:**

Para comenzar, se retomará la tarea de la sesión 5 y se le preguntará a cada participante cómo se ha sentido estas semanas. Después, se hará una reflexión en grupo.

A continuación, se propondrá una dinámica para la cual se situarán en forma de círculo. Primero se les dará una pelota que deberán lanzar a quien quieran dirigirse y luego tendrán que decir algo bonito o que le guste de esa persona, con la intención de mejorar su autopercepción.

Igualmente, se planteará una actividad en la cual se pondrán por parejas. Para llevarla a cabo correctamente deberán describirse primero a ellos mismos y después al compañero. Finalmente se compararán los textos, con el propósito de hacerles ver las diferencias entre lo que uno percibe de sí mismo y lo que los demás piensan.

Por último, se realizará una exposición de la evolución de los cánones de belleza a lo largo de la historia. Para ello, se irán visualizando imágenes con la intención de plasmar lo cambiantes que son.

**Sesión 10:** “Apaga y vámonos”.

**Objetivos específicos:** Evaluar el cambio de los participantes y despedir el programa.

**Materiales:** instrumentos de evaluación y sillas.

**Duración:** 1 hora.

**Descripción de la sesión:**

Primero de todo, se aplicarán los mismos instrumentos utilizados en la primera sesión y así poder evaluar la eficacia del programa de intervención.

Después, se le preguntará a cada uno de los participantes qué le ha aportado esta experiencia, seguido de qué es lo que más y menos le ha gustado.

Posteriormente, se les consultará si consideran que sería importante añadir o quitar algún otro tema, actividad o contenido.

Finalmente, se realizará un breve discurso de despedida en el cual se les agradecerá a las adolescentes por su participación e implicación en cada una de las sesiones, además se les facilitarán los correos para que puedan ponerse en contacto si en algún momento lo desean y se les indicarán libros, páginas web y centros donde puedan realizar consultas o seguir formándose al respecto.

### Anexo 3. Encuesta de satisfacción.

Valora del 1 al 5 cada uno de los siguientes aspectos sobre la sesión impartida siendo 1 “Muy mal”, 2 “Mal”, 3 “Regular”, 4 “Bien” y 5 “Muy bien”. Marca con una X la casilla que consideres.

|  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|--|---|---|---|---|---|
| ¿Cómo valorarías la sesión?                                    |   |   |   |   |   |
| ¿Cómo evaluarías las actividades?                              |   |   |   |   |   |
| ¿Qué te ha parecido el contenido?                              |   |   |   |   |   |
| ¿Cómo consideras que el/la responsable ha impartido la sesión? |   |   |   |   |   |
| Otra:  |   |   |   |   |   |

