# Matriz de la estructura de sesiones temáticas y secuencia metodológica para el trabajo con adolescentes Intervención primer año 2019 en Instituciones Educativas

# *Competencias a desarrollar:*

**Primer año - 2019:**

1. Las-los adolescentes identifican las diferencias entre sexo y género, los roles y estereotipos de género, reconociendo la desigualdad entre hombres y mujeres, y la violencia contra las adolescentes como resultado del ejercicio del poder masculino sobre ellas.
2. Las y los adolescentes identifican su derecho a una vida libre de violencia, lo que favorece su desarrollo personal.
3. Las y los adolescentes reconocen que es la violencia, el ciclo de la violencia, los tipos de violencia, enfatizando en la sexual, y las situaciones de riesgo que predisponen a la violencia en la relación de enamoramiento.
4. Las y los adolescentes asumen comportamientos respetuosos y buen trato en las relaciones de pareja, que se extiende a sus entornos familiares y amicales.
5. Las y los adolescentes valoran la importancia de su autoestima y elaboran un plan de vida, integrando relaciones familiares y de enamoramiento libres de violencia.
6. Cabe recalcar que en todas las sesiones se difundirá el servicio de orientación CHAT100 y redes sociales de Internet Facebook.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Unidades Temáticas / Competencias** | **Sesiones de capacitación/ objetivo de la sesión** | **Pauta metodológica**  **(Secuencia a seguir paso a paso, cada sesión dura 45 minutos)** | **Recursos** |
| **Tema 1: Género y relaciones de poder**  **Competencia 1**  - Las-los adolescentes identifican las diferencias entre sexo y género,  - Los roles y estereotipos de género, reconociendo la desigualdad entre hombres y mujeres,  - La violencia contra las adolescentes como resultado del ejercicio del poder masculino sobre ellas.  , | **Sesión 1: MES DE ABRIL**  1.1Sexo-género, estereotipos y roles  **Objetivo:**  Las-los adolescentes identifican las diferencias entre sexo y género, reconocen los distintos roles asignados a mujeres y hombres y los estereotipos de género. | **-Bienvenida (1)**  **-Saludo y presentación de la propuesta formativa y la sesión (4’)**  **-Dinámica motivacional (3’)** Se hace ejercicios de respiración para facilitar la concentración en el trabajo. De ser posible se coloca música suave para motivar la reflexión personal. Se les pide que se paren, cierren los ojos y aspiren y expiren varias veces.  **-Desarrollo del tema (2’)**  a. Introducción. Se les explica que para ser conscientes de la vivencia personal de los roles de género y sus implicancias en las condiciones de vida y oportunidades y posibilidades de desarrollo personal de ellas y ellos se va a iniciar el trabajo en base a dos preguntas. La primera es quien soy.  Se les pide que reflexionen individualmente **¿Quién soy?** y escriban en 5 tarjetas o papeles de un solo color, una idea por tarjeta. Se requiere el apoyo del-la docente tutor a cada grupo para que hagan su trabajo individual.  Se les divide en dos grupos, uno de mujeres y otro de hombres y a la vez se sub dividen en dos grupos, dos de ellas y dos de ellos, a la cuenta de 1, 2, en total se tienen 4 grupos.  En cada grupo se le entrega 5 tarjetas de un solo color a cada uno.  b. Trabajo grupal (**10’)**. A cada grupo, parados y en círculo, se les pide que expongan brevemente **¿Quién soy?** y van pegando c/u sus tarjetas en el *papelógrafo Identidad,* con ayuda de la promotora-or o tutora-or se pegan en la primera fila de identidad, se pegan sobre o encima las mismas frases o palabras, que facilite luego el consolidado en la plenaria.  De igual manera se procede a trabajar el tema “**Ser hombre y ser Mujer**” a través de la pregunta ¿Qué hago? que escriben en las tarjetas, una idea por tarjeta. **(5’).** Se les entrega el paquete de tarjetas.  Grupo 1 y 3: ¿Qué hacen las adolescentes en la **casa**? ¿Qué hacen los adolescentes en la casa?  Grupo 2 y 4 ¿Qué hacen las adolescentes en **el aula**? ¿Qué hacen los adolescentes en el aula?  Cada grupo pega sus tarjetas en el Papelógrafo en la línea de Actividades y en la columna correspondiente sea de mujeres u hombres  c. En la Plenaria **(8’)** La-el promotor-ra trabaja el consolidado sobre cuáles son las características centrales que definen ¿Quién soy? es decir la identidad femenina en el grupo y escribe algunas características femeninas en la primera fila “identidad” y en la columna correspondiente  Explica que en relación a la primera pregunta ¿Quién soy?  se refiere a las características diferenciadas que definen **la identidad** de ser mujer y ser hombre.  En base al papelógrafo explica que las **identidades de género** se aprenden a lo largo de la historia humana. En base a esta identidad se aprende desde pequeño-a cómo deben vestirse, comportarse de manera diferente y las características a desarrollar, etc.  Igualmente se reflexiona ¿Cuáles son las características centrales que definen la identidad masculina en el grupo? Y las escribe en la columna correspondiente. Termina preguntando ¿En qué se diferencian la identidad femenina de la identidad masculina? Menciona que más adelante retomarán esta interrogante.  También se trabaja el consolidado sobre la pregunta ¿Qué hago? refiriéndose a las actividades que realizan las mujeres y las actividades que realizan los hombres?  Destaca que también estas actividades se refieren a sus gustos: lectura, dibujo, baile, canto y otros en la casa, colegio, universidad, comunidad, club, etc en el grupo, gustos que están influenciados por lo considerado masculino o femenino, aunque se van produciendo algunos cambios.  d. Plenaria. Exposición Dialogada “Entendiendo que es **sexo y género**” **(4’) S**e pregunta: las diferencias entre el hombre y la mujer ¿son naturales o aprendidas? Se explica el concepto haciendo uso del papelógrafo y/o dibujos preparados por el/la promotor/a.  Sexo es: **natural**. Nacemos con un sexo definido sea masculino o femenino.  Género es **aprendido** a través de mensajes transmitidos en la familia, la escuela. barrio, comunidad y medios de comunicación sobre cómo deben de comportarse las mujeres y los hombres de manera diferente.  Las diferencias de género se aprenden y **reproducen desigualdades entre mujeres y hombres**, pero pueden cambiar, Y de hecho cambian con el tiempo y de acuerdos a otros factores: sociales y culturales.  e. Se retoma el tema de “**los roles, espacios y estereotipos**” **(3’)** con el papelógrafo consolidado, reflexionando en base a las preguntas siguientes:  **- ¿En qué se diferencian las actividades de las adolescentes y de los adolescentes?**  **- ¿Estas características de las identidades y de las actividades diferenciadas abren iguales oportunidades a las mujeres y a los hombres para su desarrollo personal?**  **- ¿Que limitaciones presentan para el desarrollo personal de las adolescentes y de los adolescentes?**  Se concluye leyendo los significados de **roles y espacios** registrados en el papelógrafo en base al anexo de recursos 3: **(3’)**   1. Los **roles de género** son las características otorgadas socialmente al hombre y a la mujer.   **Significado**s de los roles de mujeres y de hombres: La sociedad reproduce estas formas antagónicas de ser: “Las mujeres son: Los hombres son:   1. Se identifican el espacio privado o doméstico (la casa) y el espacio público (fuera de la casa, el aula, la universidad. 2. **Los estereotipos de género** reflejan las creencias populares sobre las actividades, ámbitos de acción, roles, rasgos y características atribuidos y que distinguen a las mujeres y los hombres. Los estereotipos de género se aprenden y **reproducen desigualdades entre mujeres y hombres**, pero pueden cambiar,   **Cierre**: **(1’)** Se afirma las frases  -La mujer no nace, sino que “se hace”  - “El hombre desde que nace es más valorado que la mujer”  y se pegan las dos frases en cartulinas de colores en el salón.  .  ***Tarea:(1) Se les pide traigan para la próxima sesión frases, dichos, refranes, letras de canciones, etc. sobre el significado de “ser hombre y de ser mujer” en base a las pautas del anexo de recursos 4.*** | Ambientación: previamente se arreglan las carpetas en 3 círculos o más para 10 a 12 participantes por círculo.    Materiales: Papelógrafos, Plumones, maskingtape.  1 paquete de 5 Tarjetas de cartulina o de papel de color para cada participante.  04 papelógrafos ¿Quién soy, ¿qué hago? (Anexo 1) previamente preparados para cada grupo:  1 paquete de 5 Tarjetas de cartulina o de papel de color para cada participante.  Anexo 1:  Contenidos para la elaboración del papelógrafo  ¿Quién Soy? ¿Qué hago?  (matriz reproducida)  1 papelógrafo (Anexo 1) para el consolidado que se trabajará en la plenaria.  Anexo 2:  Contenidos para elaboración de papelógrafo: “Sexo-Género”  Anexo 3:  Contenidos para elaboración de tarjetas sobre roles, espacios y estereotipos.  Cartulina de colores para pegar ambas frases.  **Anexo 4:**  Pautas para acopiar frases, dichos, refranes, canciones, revistas, cuentos, u otros recursos para tratar el tema. |
| **Sesión 2 MES DE ABRIL**  1.2 **Relaciones de género** y desigualdades.  **Objetivo:**  Las y los adolescentes reconocen las carac-terísticas diferenciadas entre mujeres y hombres  y las relaciones jerárquicas de género en la familia, barrio y escuela, que generan desigualdades de género y relaciones de poder.  . | **Bienvenida (1)**  **-Saludo y presentación del tema (1’)**  **-Dinámica motivacional: (4’)** ejercicios de respiración profunda para relajarse. Se les pide que se paren, cierren los ojos y aspiren y expiren varias veces.  -Se hace un recordatorio de la sesión 1 **(2’)** ¿Qué aprendí? Para usar esos elementos en el desarrollo del tema. Registrar.  **-Desarrollo del tema: relaciones de género y desigualdades de género.**  a. Plenaria. **(2’)** Explicar que, en base a las frases, dichos, refranes, letras de canciones, etc. sobre el significado de “ser hombre y de ser mujer” que han traído van a hacer el trabajo grupal (el promotor/a deberá traer ejemplos de frases, dichos, refranes, letras de canciones etc. sobre el significado de “ser hombre y de ser mujer” encontrados en cuentos, revistas, periódicos etc.).  Dividirlo en 4 grupos, a la cuenta de 1, 2, 3, 4.  b. Trabajo grupal mixto. **(15’)** Explicarles que el grupo que utilicen las imágenes de revistas y periódicos para colocar estereotipos de género en el papelógrafo. El grupo 2 utiliza las frases y refranes acopiados. El grupo 3 utiliza las letras de canciones. El grupo 4 utiliza textos de cuentos.  c. Exposición dialogada **(12’):** recogiendo experiencias de trabajo grupal se explica dos conceptos: **relaciones de género y desigualdades de género**, haciendo uso del papelógrafo).  El concepto de género explica que las **relaciones de género** son relaciones de desigualdad entre hombres y mujeres no son naturales, sino aprendidas y se encuentran socialmente aceptadas por la cultura a través de valores, conductas y actitudes.  Los estereotipos de género reflejan las creencias populares sobre las actividades, ámbitos de acción, roles y rasgos y características atribuidos que distinguen a las mujeres y los hombres diferenciando las valoraciones entre hombres y mujeres, lo cual genera **desigualdades de género**  Ideas clave **(3’):**  -La costumbre y tradiciones señalan el uso de colores y formas de vestir y ser de las personas, estableciendo aprendizajes sociales.  -Se reconocen como estereotipos sexuales, características que se atribuyen a lo femenino y masculino, **generando desigualdades hacia las mujeres y relaciones jerárquicas y de poder** de los hombres sobre las mujeres.  **. Cierre (2’). “Hoy aprendí”** Pedir que expresen cual es el aprendizaje de la sesión. | Papelógrafos, Plumones, masking tape.  Papelógrafo para estereotipos  Tarjetas de colores para escribir en los grupos los refranes, letras de canciones, etc., recortes de revistas, periódicos, tijeras, goma,  Anexo 5:  Contenidos para elaboración de papelógrafo sobre las desigualdades de género en los diversos espacios y las relaciones asimétricas de poder. |
|  | **Sesión 3 MES DE MAYO**  1.3 **Relaciones de poder** entre hombres y mujeres en la escuela, comunidad o barrio**.**  **Objetivo:**  Las y los adolescentes reconocen que las relaciones jerárquicas de poder y las desigualdades de género causan y legitiman la violencia en las relaciones de enamoramiento. | **Bienvenida (1’)**  **- Saludo y presentación de la sesión. (2’)**  **- Dinámica motivacional (8’)**  Uso de Video, canción, poema, etc. apropiada al tema de relaciones de poder que refleje los desequilibrios en la posición de las mujeres o adolescentes con respecto a la de los hombres o adolescentes. (Ver Anexo de recursos 4)  **- Desarrollo del tema**  a. Trabajo grupal mixto: **(18’) Previamente** preparadas, entregarles tarjetas con mensajes, dichos populares, canciones, historias, refranes o imágenes que refuerzan las relaciones de poder desiguales entre mujeres y hombres y naturalizan la violencia en las relaciones de pareja. Se sugieren preguntas motivadoras.  b. Plenaria: (**12’)** Exposición dialogada sobre las relaciones de género como **relaciones de poder masculino** sobre la mujer y la naturalización de la violencia en la pareja, recogiendo las reflexiones grupales.  En consecuencia, se determinan **relaciones jerárquicas y de poder** de los hombres sobre las mujeres, lo que es causa de la violencia hacia ellas. Se termina aclarando las preguntas que hubiera.  **Cierre** de la sesión con Ideas fuerza (**4’).**  Las relaciones de poder que ejercen los hombres colocan en desventaja a las mujeres y obstaculizan su progreso, problemática que el enfoque de género aporta al desarrollo que reconoce como reto a cambiar para una vida digna de las mujeres y hombres en igualdad.  El enfoque de género también aporta a identificar la violencia contra la niña, adolescente y mujer como resultado de las relaciones de poder del hombre sobre las mujeres, tema a trabajar en las siguientes sesiones vinculado al de derechos. | Papelógrafos, Plumones, maskingtape.  Tarjetas con mensajes para reflexión grupal.  Anexo 6:  Preguntas motivadoras para orientar el trabajo de grupos.  Anexo 7  Contenidos sobre las relaciones de poder desiguales y la naturalización de la violencia en la pareja. |
| **Tema 2. Derecho a una vida libre de violencia en las y los adolescentes**  **Competencia 2**  Las y los adolescentes identifican su derecho a una vida libre de violencia, lo que favorece su desarrollo personal y socio-emocional.  **Competencia 3**  Las-los adolescentes reconocen que es la violencia, el ciclo de la violencia, los tipos de violencia, enfatizando en la sexual, y las situaciones de riesgo que predisponen a la violencia en la relación de enamoramiento.  . | **Sesión 4 MES DE MAYO**  2.1 Derechos de las-los adolescentes a una vida libre de violencia.  **Objetivo:**  Adolescentes mujeres y hombres reconocen su derecho a una vida libre de violencia | **Bienvenida (2’)**  **-Saludo y presentación (2’)**  **-Dinámica motivacional:** proyección de fragmento del video “Diana en el espejo” (8’), cuyo enlace es:  http://www.calandria.org.pe/nov.php?id\_nov=296  Breve reflexión en base al video que promueve el diálogo sobre los problemas de violencia que afectan a las mujeres: machismo, violencia en la relación de pareja, señales de riesgo de la violencia y la comunicación entre madres e hijas, entre otros temas  **-Desarrollo del tema**  a. Trabajo grupal mixto. **(20’)** Análisis sobre casos y experiencias de violencia en adolescentes, se comparten casos simulados o se pide a las y los participantes que citen casos que conozcan y dialoguen en base a las preguntas motivadoras.  b. Plenaria: **(10’)** Compartiendo saberes del trabajo grupal.  c. Exposición dialogada “Reconociendo y defendiendo nuestros derechos como adolescentes a una vida libre de violencia”.  d. Cierre con ideas claves **(2’).**  **Tareas:**  -Fabricar móviles sobre derecho a una vida libre de violencia o ***lemas de campañas para promover el derecho a una vida libre de violencia.*** | Papelógrafos, tarjetas, plumones, maskingtape,  Proyección de fragmento de video “Diana en el espejo”  -Anexo 8:  Contenidos con casos de violencia en las relaciones de enamoramiento y preguntas motivadoras.  Anexo 9:  Contenidos para precisar el tema “Derecho a una vida libre de violencia”. |
| **Sesión 5 Violencia de género en adolescentes MES DE JULIO**  2.2 Tipos de violencia: física, y psicológica. Patrones socio culturales que naturalizan la violencia de género.  **Objetivo:**  Las y los adolescentes reconocen que es la violencia, el ciclo de la violencia y los tipos de violencia, consecuencias. | **Bienvenida (1)**  **-Saludo y presentación (1’)**  **-Dinámica motivacional: proyección de video “Violencia en parejas” (5’)** <https://www.youtube.com/watch?v=nBuns3Me_pI>  **-Desarrollo del tema** “Tipos de violencia, ciclo de la violencia, consecuencias de la violencia” (35’)  a. Exposición dialogada. Se desarrolla ¿qué es la violencia?, ¿Cuál es el ciclo de la violencia? ¿Qué tipos de violencia existen? y ¿cuáles son las consecuencias de la violencia?  b- Trabajo grupal. La violencia física, violencia psicológica o emocional y violencia sexual. Se dividen en cuatro grupos.  La-el promotor-ra asigna al grupo 1 la tarea de explorar la violencia física, al Grupo 2 la violencia sexual, al grupo 3 la violencia psicológica o emocional y al grupo 4 la violencia sexual.  A cada grupo, según el tipo de violencia que les tocó, se les pide que escriban hechos que considere que corresponden a este tipo de violencia. Y que respondan cuáles son las consecuencias para la vida de las y los adolescentes.  **c.** Plenaria. Una vez que hayan terminado, se colocan los papelotes en la pared o en una pizarra y se pide a un representante de cada grupo para que lea lo que escribieron.  Se pide a las-los participantes de los otros grupos si desean agregar algún hecho más. El-la promotor-ra puede proponer al final algún otro hecho que considere importante y no ha sido consignado.  La-el promotor-ra procede a la reflexión con las siguientes pautas:  Se pide reflexionar en conjunto sobre la manera en que se interrelacionan cada tipo de violencia, sobre las consecuencias similares o diferentes que produce cada tipo de violencia.  Hay que recalcar en lo importante de ponerles nombre a los actos de violencia, principalmente a los que corresponden a la violencia psicológica o emocional que actúan de manera naturalizada, de esta forma se los identifica. Cuando no se pone nombre a estos hechos es como si no existieran.  Generalmente, el grupo al que le tocó desarrollar la violencia emocional es el que menos situaciones aporta. O se circunscribe a las más evidentes. ***El facilitador debería ilustrar con diversos casos de violencia emocional, principalmente las que son más sutiles y, por tanto, más naturalizadas de la misma manera con la violencia física y enfatizando la violencia de tipo sexual (tocamientos, palabras insinuantes etc.).***  Asimismo, se debe precisar que hay patrones socio culturales que naturalizan la violencia de género y que hay que combatirlos.  El-la promotor-ra explica que la violencia de género está vinculada a las representaciones simbólicas asignadas a las mujeres y los hombres, las normas, creencias, etc.  **Cierre**. “Hoy aprendí…” | Papelógrafos, tarjetas, plumones, maskingtape  Proyección de video 2.  Papelógrafo preparados:  Anexo 10  Contenidos para precisar el concepto de violencia, los tipos de violencia, el ciclo de la violencia, las consecuencias de la violencia y reflexionar sobre los patrones que naturalizan la violencia de género.  Emplear papelógrafos preparados para los temas.   * + Tipos de violencia   + Ciclo de Ia violencia y sus consecuencias' |
| **Sesión 6 MES DE SETIEMBRE**   1. 2.3 **Violencia sexual**. Características, factores de riesgo y consecuencias   **Objetivo:**  Las-los adolescentes comprenden qué es la violencia sexual y cómo se manifiesta en diversas situaciones e iidentifican las causas y factores de riesgo que desencadenan la violencia de género en las relaciones de enamoramiento y noviazgo. | **Bienvenida (1’)**  **-Saludo y presentación (2’)**  **-Dinámica motivacional (5’) Video ¿Qué es el amor?**  <https://www.youtube.com/watch?v=5GaiBIsHJ2E>  **-Desarrollo del tema**  a. Exposición dialogada **“Violencia sexual”**. Características **(15’)**  La-el promotor explica que en esta sesión se va a concluir enfatizando el tema de los tipos de violencia, trabajando el tipo de la “Violencia sexual” violencia poco visible y reconocida por los sentimientos que despierta en las y los adolescentes.  Se recomienda que este tema debe abordarse con mucho cuidado por la sensibilidad que despierta y la necesidad de mantener el control sobre las reacciones que pudiera generar en las y los estudiantes.  b. Diálogo. **(10’)** Se inicia el diálogo en base a la pregunta **¿Qué caso de violencia sexual me ha impactado?**  Se escucha uno o dos casos o experiencias con mucha atención y tino. Opcionalmente, se puede comentar el caso de Magaly Solier. Si fuera el caso, se puede presentar un testimonio, voluntariamente o por último un video, si el silencio de las-los participantes se diera en el aula.  Se culmina enfatizando las características de los tres tipos de violencia: lugar, agresor, etc.  Se sugiere que el o la tutor-a observe las reacciones físicas de alumnos-alumnas para posteriormente incluirlo en la reflexión final.  **c.** Dinámica de respiración profunda **(3’)** Se cierra esta parte con la dinámica, para que ayude a bajar las emociones, con música suave de fondo.  **d.** Exposición diálogo: **“La violencia en las relaciones de enamoramiento, factores de riesgo, creencias y mitos del amor romántico**” **(12’)**.  Se vincula a la socialización masculina, la insensibilidad y machismo y sus consecuencias, tema que se va a trabajar en posteriores sesiones.  **- Cierre (2’)**  Finalmente, se cierra con la siguiente frase: La no violencia nos reta a construir una cultura de paz en las familias, empezando por la valoración y dignidad de las niñas, adolescentes, jóvenes y mujeres de cualquier edad. Se pega en la pared del aula. | Papelógrafos, tarjetas, plumones, masking tape,  Video  Ver anexo 11 en lo referido a  violencia sexual.  Emplear papelotes pre-elaborados por el promotor/a para adolescentes:   * + Relaciones de poder causas y factores de riesgo   + Creencias, estereotipos y mitos del amor romántico.   Cartulina de colores para la frase.  . |
| **Competencia 4**  Las-los adolescentes asumen comportamientos respetuosos y buen trato en las relaciones de pareja, que se extiende a sus entornos familiares y amicales. | **Sesión 7 MES DE OCTUBRE**  2.4 **Prevención de la violencia**: importancia e iniciativas  **Objetivo:**  Adolescentes y jóvenes comprenden las medidas y factores de protección frente a la violencia de género y **asumen comportamiento respetuoso** en las relaciones de pareja | **Bienvenida (1)**  **-Saludo y presentación (2)**  **-Dinámica motivacional: (8’)** video “Campaña latinoamericana contra la violencia de género en adolescentes”  Enlace: <https://www.youtube.com/watch?v=a6FLUemLrnM>  **-Desarrollo del tema**  a. Exposición dialogada**: (15’)**  **Lluvia de ideas: ¿qué es prevención? ¿Qué experiencia de prevención de la violencia conocen?**  Se presenta el concepto la prevención contra la violencia son medidas y acciones adoptadas para evitar que la violencia ocurra.  La prevención contempla **medidas y factores de protección** frente a la violencia, así como para **superar los factores de riesgo.**  Es clave que todos y todas asuman la importancia de la prevención y protección de las-los adolescentes de la violencia de género, mediante:   * Un cambio de mentalidad y actitud mediante el reconocimiento del otro como igual y diferente, con derechos y responsabilidades como yo. * El cambio de los estereotipos de género y de las ideas machistas mediante un proceso educativo con la niñez, adolescencia y juventud y proceso reeducativo con la población adulta. * Cuestionamiento al modelo de familia antidemocrática y el rechazo de la violencia de género y asumir la tolerancia 0 a la violencia de género de cualquier tipo.   b. Trabajo grupal mixto. **(12)** Se divide en 4 grupos mixtos y se les pide que reflexionen los grupos 1 y 2 sobre los factores de protección y los grupos 3 y 4 sobre los factores de riesgo de violencia en las relaciones de enamoramiento. Asimismo, propongan Iniciativas para prevenir la violencia de género en las relaciones de enamoramiento en la institución educativa.    c. Plenaria final. (5’) Se culmina con la presentación de los servicios de apoyo existentes en la localidad, como el CEM, Policía Nacional, Juzgados, defensorías comunitarias, entre otros, enfatizar el servicio virtual del Chat100.  Asimismo, se invita a las-los participantes a presentar las nuevas iniciativas que proponen.  **Cierre: (2’)** Se asigna la tarea de conocer para acudir a los servicios públicos del CEM, linea100 y se enfatiza el chat100, etc. | Papelógrafos, tarjetas, plumones, masking tape  Video 3.  Papelógrafos preparados:  Anexo 12:  Contenidos para desarrollar el concepto de prevención de la violencia de género en las relaciones de enamoramiento.  Emplear papelógrafos pre elaborados por la promotora/or para adolescentes.   * + Dependencia y autonomía   + Factores de protección de la violencia en adolescentes   + Servicios de ayuda |
| **Tema 3: Autoestima y desarrollo personal**  **Competencia 5**  Las y los adolescentes valoran la importancia de su autoestima y elaboran un plan de vida, integrando relaciones familiares y de enamoramiento libres de violencia. | **Sesión 8 MES DE OCTUBRE**  3.1 Reconocimiento de los cambios físicos, emocionales, psicológicos de las y los adolescentes y reforzamiento de la autoestima.  **Objetivo:**  Las y los adolescentes reflexionan sobre sus cambios físicos, emocionales y sociales y la importancia de desarrollar su autoestima. identidad, y su desarrollo integral, | **Bienvenida (1)**  **-Saludo y presentación (2)**  **-Dinámica motivacional:** “Lo que más me gusta de mi” **(7’).** Seguir la pauta. Es importante orientar que se trata de una escucha desde ambas partes.  Recomendación: La-el promotora-promotor escucha algunas opiniones para tener una percepción del grado de autoestima que tienen las y los adolescentes.  Al final de la dinámica recoge percepciones en base a la pregunta para reflexión: ¿Cómo te has sentido?  Se explica que es importante aprender a valorar lo positivo y negativo de nosotros mismos-as de manera constructiva para seguir creciendo.  **Desarrollo del tema**    a-Exposición introductoria (**15’).** Sobre la importancia del autoconocimiento en relación a la información que manejamos de nuestros cambios como adolescentes, habilidades, necesidades, debilidades y motivaciones en etapa de la vida.  b. Dinámica para la reflexión: “Valorando nuestro cuerpo”. **(5’)**  Se pregunta ¿Por qué es importante nuestro cuerpo?  Se intercambian opiniones y se dialoga en torno a las inquietudes que surjan.  Se termina esta parte, explicando que lo que sentimos de nosotros-as y también lo que pensamos se forma a partir de los comentarios de la familia, amistades y personas cercanas como en la escuela, en el barrio o comunidad.  Se pide que concluyan las frases: “Mi cuerpo es valioso, lo quiero… lo cuido… lo protejo…”.  Sugerencia: Observar e identificar que estudiantes que probablemente tienen baja autoestima. (Se mantienen muy callados, manifiestan incomodidad, se muestran desinteresados… lloran, etc.) Es importante que el-la docente tutor busque conocer más a ellos y ellas a fin de ofrecerles el apoyo que requieran, así como canalizar con los servicios públicos.  c. Exposición diálogo (**14’)**: La importancia de fortalecer nuestra autoestima. Ver anexo temático.  Se estimula la autoaceptación, entendida como el reconocimiento y respeto de cómo somos, física y emocionalmente. Seguir la pauta  **Cierre (1’)** reforzar la idea que es importante conocer nuestras debilidades para tomar iniciativas para poder superarlas.  ***Dejar como tarea: seguir autoconociendo nuestras fortalezas y debilidades para el trabajo de la siguiente sesión.*** | Papelógrafos, tarjetas, plumones, maskingtape  Anexo 13  Pauta para realizar dinámica “Lo que más me gusta de mí”.  Música de relajación  Anexo 14: Contenidos para desarrollar el tema de autoestima. |
| **Sesión 9 MES DE NOVIEMBRE**  3.2 Mi proyecto de vida  **Objetivo:**  Las y los adolescentes elaboran sus proyectos de vida, integrando relaciones de enamoramiento y familiares libres de violencia. | **Bienvenida (1’)**  **-Saludo y presentación (2’)**  **-Dinámica motivacional (3’)** Respiración profunda.  **-Desarrollo del tema.**  a. Exposición diálogo breve sobre La Importancia del Proyecto de vida y la prevención de la violencia **(5’)**.  Al final de esta exposición se explica que se van a trabajar dos instrumentos para trabajar el plan de vida en base al Anexo 15.   1. El Escudo de Armas siguiendo las seis preguntas respectivas a manera de un breve autodiagnóstico personal. 2. El proyecto de vida personal que parte del reconocimiento de sus características positivas y negativas, la elaboración de la visión y misión personal.   b. Trabajo individual: elaboración del escudo y diagnóstico. **(25’)**  c. Exposición-diálogo: se presenta el instrumento del plan de vida personal que incluye el desarrollo de objetivos y metas en valores, estudios y a una vida libre de violencia, según la matriz. Se entrega la matriz a cada participante y se intercambiará ideas y sugerencias para concretarlo como tarea personal en casa. **(‘8’)**  -Cierre. **(1’)**. “Hoy aprendí”. | Papelógrafos, tarjetas, plumones, masking tape.  Anexo 15.  Orientaciones para elaboración de escudo de armas, diagnóstico y plan de vida. |