

Educación afectivo-sexual

El departamento de Orientación marca las líneas de un programa para alumnado con necesidades especiales

El orientador de un centro vasco coordina un programa de educación afectivo-sexual desarrollado con alumnado con distintas discapacidades. Desde el respeto a la forma de vivir la sexualidad de cada persona, se llevan a cabo dinámicas para fomentar el sentido de pertenencia a un grupo, ejercicios de expresión y relajación corporal y técnicas para fomentar habilidades sociales, fundamentales en el desarrollo autónomo de este alumnado.



ERNESTO GUTIERREZ-CRESPO ORTIZ

Jefe del Departamento de Orientación del Instituto Específico de Formación Profesional Superior, Elorrieta-Erreka Mari, de Bilbao.

Presidente de la Asociación de Psicopedagogía de Euskadi y profesor colaborador del ICE de la Universidad de Deusto (Bilbao).

Correo electrónico: egutierrezcrespo@gmail.com

El programa se viene desarrollando desde hace cuatro años en el Instituto Específico de Formación Profesional Superior, Elorrieta-Erreka Mari, de Bilbao. Se trata de un centro que imparte ciclos formativos de formación profesional y tiene un aula de "Aprendizaje de Tareas", formada por alumnado con diferentes grados de discapacidad (ligera, autismo, Asperger, etc.).

El objetivo fundamental del aula es favorecer la integración sociolaboral del alumnado y desarrollar competencias de comunicación y autonomía personales. En la actualidad el Aula está formada por siete alumnos y alumnas.

El currículo del Aula tiene dos bloques de contenidos fundamentales: los aprendizajes pre-laborales, que permiten al alumnado desarrollar competencias básicas en diferentes áreas profesionales, y el ámbito de la autonomía personal y de los aprendizajes instrumentales. Dos profesoras del aula se encargan de impartir esos contenidos.

El programa de educación afectivo-sexual se enmarca dentro de un proyecto de educación para la salud, coordinado por el orientador del centro. El proyecto pretende impulsar, en el conjunto de la comunidad educativa, valores, comportamientos y actitudes saludables, y se desarrolla en torno a cuatro grandes ejes o bloques de contenidos: salud sexual; prevención del consumo de drogas y uso del tiempo libre; nutrición y hábitos de vida saludables; y salud y solidaridad. El programa que presentamos se incluye en el primero de los bloques: salud sexual.

Una propuesta al servicio de tres competencias

El programa guarda relación con tres competencias de la Educación Básica (Currículo de la Educación Básica en Euskadi; BOPV de 13-11-2007): Competencia en cultura científica y de la salud; competencia social y ciudadana; competencia para la autonomía e iniciativa personales.

Se persiguen los siguientes objetivos:

- Desarrollar conocimientos adaptados a las capacidades e intereses del alumnado, así como fomentar actitudes positivas hacia su propio cuerpo y hacia la sexualidad en general.
- Aprender habilidades de comunicación interpersonal necesarias para el desenvolvimiento social, especialmente en el ámbito afectivo.
- Adquirir hábitos saludables en relación con el propio cuerpo, especialmente higiene y alimentación.
- Aprender a prevenir e identificar situaciones de riesgo asociadas a la actividad sexual propia y ajena.
- Interiorizar criterios básicos de salud sexual que ayuden a discriminar conductas sexuales saludables y respetuosas con los demás.

Bloques de contenidos

- **Conocemos y aceptamos nuestro cuerpo. Vivencia del cuerpo y del movimiento. Relajación.**
- **Entrenamiento en habilidades sociales: presentarse y presentar a otros, aprender a decir no, pedir ayuda, aceptar y rechazar citas, iniciar y terminar una conversación.**
- **Relaciones interpersonales: familia, amistades, noviazgo. Identidad y roles sexuales.**
- **Cuidado del cuerpo: hábitos de nutrición e higiene corporal.**
- **Riesgos asociados a la actividad sexual: embarazo, abuso sexual.**
- **Conductas sexuales y salud. Afectividad, sexualidad e intimidad.**

El programa está coordinado por el orientador del centro y se imparte durante una hora semanal a lo largo del curso. No obstante todo el profesorado del Departamento colabora coordinadamente, estableciendo pautas de actuación en común en aspectos relacionados con el programa de educación afectivo-sexual, como: el entrenamiento en habilidades sociales, el desarrollo de la autonomía personal y especialmente, el bloque de contenidos referido a los cuidados del cuerpo (hábitos de nutrición e higiene corporal). Dentro de esta labor de equipo, una de las profesoras del departamento imparte un taller de cocina con el alumnado, en el que se trabajan, entre otros temas, pautas para una correcta nutrición y hábitos de higiene corporal.

Se cuenta, asimismo, con la colaboración externa de una psicopedagoga experta en musicoterapia que desarrolla de forma específica el bloque de contenidos relacionados con la expresión corporal, la vivencia del cuerpo y las habilidades sociales. Por tanto se trata de un trabajo realizado en equipo.

La atención personalizada y la individualización del aprendizaje constituyen aspectos fundamentales de nuestro trabajo con este alumnado. Para cada alumno y alumna se establece un programa individual de trabajo, adaptado a sus características y capacidades de aprendizaje.

La coordinación con las familias es muy intensa, pactándose objetivos de trabajo en común, en casa y en el centro, para enriquecer la autonomía personal y una mejor utilización del tiempo libre, mediante actividades que permitan ampliar el círculo de amistades de sus hijos e hijas.

Dadas las características del alumnado, la metodología que aplicamos es eminentemente práctica para favorecer su participación activa. Desgraciadamente, existe en el mercado una carencia significativa de materiales de educación afectivo-sexual adaptados al alumnado de necesidades educativas especiales, lo que ha obligado al orientador, como coordinador del programa, a realizar un esfuerzo de adaptación y creación de materiales.

Por otro lado, la especificidad de cada persona en su forma de vivir la sexualidad exige adaptar los contenidos del programa a esas características diferenciales. De entre los instrumentos y técnicas metodológicas que se utilizan, destacamos las siguientes:

Dinámicas de grupo

Permiten desarrollar la conciencia de grupo y el sentido de pertenencia. Resultan de gran utilidad para la expresión de sentimientos y emociones, porque se superan inhibiciones y se mejora el autoconcepto.

De entre las técnicas aplicadas, resaltamos las siguientes:

- Seleccionar cualidades positivas del compañero o compañera y felicitarle por ello, mediante un abrazo o dándole la mano (mejora de la autoestima).
- Representar de forma no verbal situaciones de la vida cotidiana que el resto de compañeros y compañeras deben adivinar (desarrollo de la creatividad y de las cualidades expresivas).
- Entrevistas por parejas al compañero o compañera para conocerlo mejor, a partir de preguntas que elabora el profesor o profesora. Posteriormente, quien ha realizado la entrevista presenta al resto del grupo al compañero o compañera (mejora del conocimiento mutuo entre los miembros del grupo).
- Interactuar para buscar a la persona del grupo que "tenga los ojos azules", "le guste el mismo programa de TV que a ti", "te cuente un chiste", "tenga la mano de tu mismo tamaño..."

(permite crear un clima de distensión y simpatía en el seno del grupo).

- Constatar el espacio que ocupa el propio cuerpo. Tumbados en el suelo van marcando con una tiza el contorno del cuerpo del compañero o compañera (toma de conciencia del esquema corporal), etc.

Ejercicios de expresión corporal y relajación

Estas técnicas son muy importantes en educación sexual, dada la rigidez corporal y el miedo al contacto físico que se ha desarrollado en nuestra cultura. Destacamos algunos de los ejercicios realizados:

- Ejercicios de relajación utilizando dos técnicas: "tensión-distensión" de segmentos corporales y el método de Jacobson (permite tomar conciencia del cuerpo de manera vivencial, superando tensiones).

- Ejercicios de respiración diafragmática: tumbados en el suelo, inhalar y exhalar por la nariz, colocando una mano sobre la parte inferior del abdomen. Este debe descender al expirar y ascender al inspirar (facilita la oxigenación corporal y la toma de conciencia del propio cuerpo).

- Ejercicios de contacto corporal. Son muy variados y con diferentes grados de implicación, por ejemplo, con los ojos tapados dejarse conducir por un compañero o compañera (desarrollo de la confianza en la otra persona); identificar al compañero o compañera de manera no verbal, tocándole la cara y el tronco; por parejas llevar un objeto sujetado por la frente, o por la espalda de ambos,...

- Ejercicios para tomar conciencia y desarrollar el sentido del olfato, el gusto o el tacto: reconocimiento de personas o cosas por el olor, el tacto o el gusto,...

Técnicas de representación de papeles, especialmente en el aprendizaje de habilidades sociales

Las habilidades sociales que se trabajan son las siguientes: "presentarse y presentar a otros"; "aprender a decir no"; "pedir ayuda"; "aceptar y rechazar citas"; "iniciar y terminar una conversación". Por su incidencia en la prevención del abuso sexual, trabajamos especialmente las habilidades de "aprender a decir no" y a "pedir ayuda".

La metodología que utilizamos se sintetiza en los pasos siguientes:

- Modelamiento: el profesor o profesora, con la ayuda de un alumno o alumna, presenta cómo debe ejercitar la habilidad, de forma que se refleje claramente la secuencia de conducta y las ventajas de ejecutar correctamente esa habilidad.

- Representación de papeles: cada alumno o alumna representa la conducta que se han mostrado en el modelo anterior, cuidando todos los detalles: postura, tono de voz, contacto visual, etc. En este paso valoramos la mejora en la ejecución, aunque el alumno o alumna no pueda ejecutarla de manera perfecta.

- Retroalimentación: se evalúa por el grupo la representación de cada alumno y alumna (siempre de manera positiva y sin herir la sensibilidad) y se refuerza la correcta ejecución del modelo.

- Generalización: se practica la habilidad aprendida fuera del aula, en casa y en su entorno. En este sentido la colaboración de la familia resulta imprescindible.

Aunque el grado de discapacidad condiciona el éxito del aprendizaje de las habilidades sociales (especialmente las limi-

taciones en el lenguaje oral) no por ello hemos de dejar de trabajarlas. El aprendizaje de habilidades sociales resulta fundamental para el desenvolvimiento autónomo e independiente del alumnado.

Utilización de materiales audiovisuales y gráficos

Priorizamos la utilización de este tipo de recursos, especialmente en el aprendizaje de contenidos conceptuales, por ejemplo, cuando se aborda la reproducción, los métodos anticonceptivos, los cuidados corporales, etc. Se utilizan recursos, como: fotografías, imágenes de textos, videos educativos, elaboración de carteles, etc. Pretendemos con ello reducir al máximo la parte lingüística porque resulta especialmente difícil para el alumnado.

Evaluación

El proceso de evaluación tiene tres momentos significativos a lo largo del curso. Al comenzar el curso se realiza una evaluación inicial para constatar las competencias del alumnado en el área y definir líneas de trabajo individuales y de grupo. A lo largo del curso se realiza una evaluación de proceso, mediante reuniones de los integrantes del Departamento de Orientación para verificar el grado de cumplimiento de los objetivos que hemos definido, procediendo a los ajustes pertinentes. Por último, a la conclusión del curso realizamos la evaluación final y definimos prioridades para el curso siguiente.

Para finalizar, deseamos insistir en dos aspectos: primero, la necesidad de implicar a las familias en el programa, pues su colaboración resulta clave para el éxito del mismo. La maduración psicosexual, afectiva y social está muy condicionada por la implicación y el compromiso de la familia. En segundo lugar, animo a los departamentos de orientación a impulsar programas de educación afectivo-sexual con alumnado con necesidades educativas especiales. El reto es difícil pero, a la vez, apasionante. Merece la pena.

para saber más

- ▶ **Amor Pan, José Ramón (1997):** Afectividad y sexualidad en la persona con discapacidad mental. Madrid: Universidad de Comillas, 1997.
- ▶ **Gómez Zapiain, Javier (2004):** Sexualidad y afectividad en personas con discapacidad. Pautas de actuación. San Sebastián: Atzegi.
- ▶ **López Sánchez, Félix (2002):** Sexo y afecto en personas con discapacidad. Madrid: Biblioteca Nueva.
- ▶ **Torices Rodarte, Irene y Ávila García, Guadalupe (2007):** Orientación sexual para personas con discapacidad. México: Trillas.