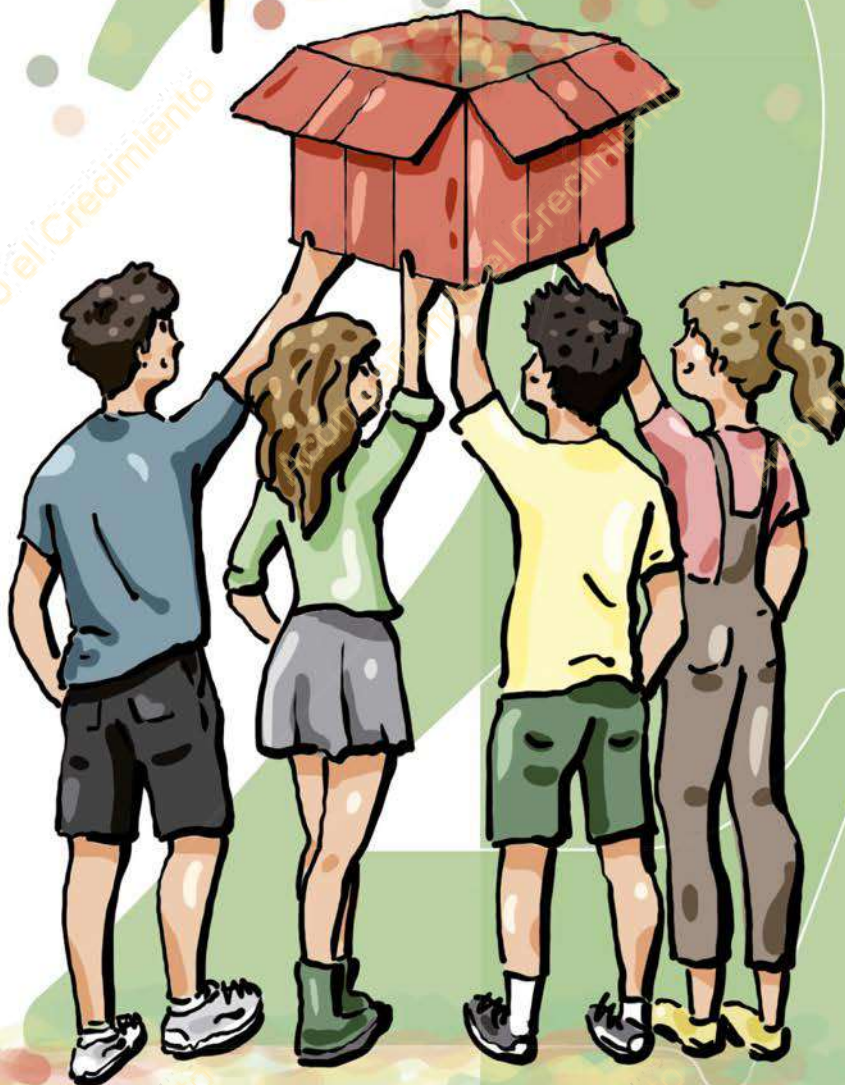


ACOMPañANDO EL CRECIMIENTO AFECTIVO-SEXUAL

CRECER EN MI FORMA DE *querer*

17 AÑOS

Aprovecha nuestros
recursos digitales



JOSÉ VÍCTOR ORÓN SEMPER
MIRIAM CENOZ LARREA

Índice

Saludo	7
Introducción.....	9
Nota para el profesor	13

Los regalos se dan y se reciben	21
--	-----------

Objetivo: Conocer la dinámica del amor: amar y ser amados, entregarse y recibir a los demás.

Duración: Dos sesiones

¿Qué puedo aportar en mi familia?.....	25
---	-----------

Objetivo: Potenciar la identidad personal al mismo tiempo que se fortalecen las relaciones con la familia, abriendo espacios de novedad y encuentro.

Duración: Una sesión

¿Se puede decidir cómo pensar o qué valores tener?	27
---	-----------

Objetivo: Trabajar el dilema de si se puede elegir la forma de pensar, e integrar los valores recibidos con la identidad propia y el proyecto personal.

Duración: Una sesión

¿Por qué no existen las princesas y los príncipes?	30
---	-----------

Objetivo: Situarnos ante las expectativas frustradas en las relaciones de pareja.

Duración: Una sesión

¿Seré capaz de formar mi propia familia? ¿Y si no quiero ser padre/madre? .. 33

Objetivo: Reflexionar sobre el futuro y vivir el amor no de forma cerrada para uno mismo, sino como entrega y dinámica que genera vida más allá de uno.

Duración: Dos sesiones

¿Cuál es mi identidad sexual? ¿Hay estereotipos sexuales? 37

Objetivo: Ahondar en la propia identidad personal como algo global superando estereotipos.

Duración: Una sesión

¿Qué me hace único e irrepetible? 40

Objetivo: Conocernos y valorarnos con humildad a nosotros mismos y descubrir que somos más que nuestras acciones y más que los pensamientos o sentimientos propios o ajenos.

Duración: Una sesión

¿Cómo saber que alguien realmente me quiere? 43

Objetivo: Ayudar a las personas a ser auténticas, afirmando su identidad al mismo tiempo que cuidando las relaciones con los demás.

Duración: Una sesión

¿Es bueno masturbarse? 46

Objetivo: Relacionar la sexualidad y el cuerpo con la vocación al amor a la que estamos llamados para poder tratar a los demás y a nosotros mismos como personas y no como objetos, y para valorar cómo queremos vivir.

Duración: Una sesión

¿Qué es tener novio/a, pololo/a, enamorado/a, jevo/a? 49

Objetivo: Conocer la dinámica del noviazgo como un tiempo de discernimiento para el compromiso con una persona, de modo que sea una relación que ayude a crecer a todos.

Duración: Una sesión

¿Hasta cuándo luchar por una persona? 52

Objetivo: Afrontar el dilema de si sigo apostando y esforzándome por una relación o si es mejor dejarla.

Duración: Una sesión

Si te casas con quien te gusta, ¿te casas con tus gustos? 55

Objetivo: Vivir las relaciones amorosas con una motivación de encuentro interpersonal, sin ideales y abiertos a la novedad del otro.

Duración: Dos sesiones

¿Qué puedo guardar de mí para alguien especial? 58

Objetivo: Descubrir que hay algo de cada uno reservado (consagrado) para alguien especial, que no todo da igual ni todo se da a todos.

Duración: Una sesión

¿Cómo sé si un amigo es verdadero? 61

Objetivo: Aprender a acompañar a los amigos en sus miedos y momentos difíciles de la vida de la mejor forma posible para que todos crezcamos, y así valorar por qué una amistad se considera buena y verdadera.

Duración: Una sesión

¿Divertirse siempre ayuda a vivir? 64

Objetivo: Profundizar en las formas de concebir el tiempo libre y las relaciones con los demás para vivir desde la interioridad y hacia el encuentro, no solo por apetencias o dependencias afectivas.

Duración: Una sesión

¿Trabajar puede ser una forma de amar? 67

Objetivo: Enfocar el trabajo diario en el que cada uno está como una forma de acogida de otros y de entrega de uno mismo.

Duración: Una sesión

¿Cómo elegir mi futuro profesional? 70

Objetivo: Elegir estudios o carrera en relación con la llamada al amor y a la entrega, no solo por búsqueda de éxito o por gusto.

Duración: Una sesión

¿Qué es tener éxito en la vida? 72

Objetivo: Profundizar en las acciones exitosas o acertadas para descubrir a quién y cómo se está amando detrás de ellas, y pensar cómo se quieren vivir en el futuro para introducir amor, poco o mucho, donde se pueda.

Duración: Una sesión

¿Se puede amar a quien no se conoce? ¿Se puede amar a la sociedad? 77

Objetivo: Fomentar el sentido de que existen personas más allá del mundo con el que me relaciono directamente y amar más allá del entorno cercano o querido.

Duración: Una sesión

¿Querer a alguien es darle todo? ¿Quererme a mí es guardarme todo para mí? .. 84

Objetivo: Atender la castidad como un dilema vital para entender el amor a los demás como acogida y entrega, desde el encuentro y la confianza, no desde posiciones de seguridad o miedo.

Duración: Una sesión

¿Cómo viven los que saben que van a morir? 88

Objetivo: Profundizar sobre la muerte para profundizar sobre la vida.

Duración: Una sesión

¿Es normal tener dudas sobre quién soy? 90

Objetivo: Profundizar en la identidad personal: quién soy, cómo vivo mis relaciones, cuál es mi lugar en el mundo... y quién quiero ser, cómo quiero vivir y relacionarme.

Duración: Dos sesiones

Un alto en el camino 93

Objetivo: Volver sobre lo vivido para hacerlo más propio y tomar decisiones que ayuden a seguir creciendo.

Duración: Una sesión

Un alto en el camino 95

Objetivo: Volver sobre lo vivido para hacerlo más propio y tomar decisiones que ayuden a seguir creciendo.

Duración: Una sesión

Un alto en el camino 97

Objetivo: Volver sobre lo vivido para hacerlo más propio y tomar decisiones que ayuden a seguir creciendo.

Duración: Una sesión

Preguntas finales 99

¿Seré capaz de formar mi propia familia? ¿Y si no quiero ser padre/madre?

Objetivo: Reflexionar sobre el futuro y vivir el amor no de forma cerrada para uno mismo, sino como entrega y dinámica que genera vida más allá de uno.

Duración: Dos sesiones

1. Una historia real

Esta historia es cierta, nos ocurrió en un colegio. Una vez, un alumno de 16 años tenía muchos problemas en clase: no hacía los trabajos, era violento con los compañeros, contestaba de mala manera a los profesores... Por temporadas, era más fácil verle fuera de clase que dentro, porque le mandaban al pasillo, a la sala de profesores... Incluso se pensó en echarlo del colegio. Pero a alguien se le ocurrió una cosa. Habló con este joven y le comentó: “las profesoras de Infantil tienen mucho trabajo, este año los niños pequeños están más llorones que otros años. Necesitan ayuda.



¿Te importaría pasar un día con los niños de 3 años y ayudar a la profesora?”. El joven dijo que sí enseguida. A la profesora de Infantil se le dijo: “te mando un chico estupendo que creo que te puede ayudar mucho, y a él le hará bien”.

Al acabar el día la profesora dijo: “por favor, no dudes en volver a mandarme al joven, ¡qué atento ha sido con los niños! ¡Qué paciente! ¡Cómo jugaba con ellos! ¡Qué delicado! Y eso que es fuerte pero muy cuidadoso al mismo tiempo con los niños. ¡Gracias por la ayuda!”.

Cada uno respondemos personalmente en un minuto y luego compartimos en alto las preguntas:

¿Por qué crees que este chico tuvo comportamientos tan diversos?

.....

.....

¿Está este joven preparado para ser papá?

Hoy hay gente que quiere tener hijos como quien quiere tener un coche. Elige el color de ojos, dice cómo tiene que ser... Vamos, que si fuera a un mercado de hijos, iría eligiendo: “quiero esta nariz, quiero este carácter, el pelo de este color...”. **¿Es este un buen punto de partida para ser padres? ¿Por qué sí o por qué no?**

Según tus respuestas a estas preguntas anteriores, **¿qué preparación hace falta para ser papá o mamá?**

2. La familia

Te voy a contar algo. Históricamente la familia no se creó porque dos personas querían vivir juntas sin más, sino para proteger a los hijos. Matrimonio y familia no son lo mismo.

- El matrimonio sirve para determinar ante la sociedad el tipo de relación entre las personas, los cónyuges.
- La familia trasciende el matrimonio y se centra en los hijos, en su educación y en ser, como se suele decir, la célula central de la sociedad.

Toda sociedad, grande o pequeña, desde las primeras agrupaciones humanas hasta el día de hoy, siempre ha sido una familia de familias.

Mira en tu interior y en tu experiencia y, sin contar nada personal, contesta: **¿por qué se pensó que una familia era lo mejor para cuidar a los hijos?**

3. Padres e hijos

Para ser médico, panadero o lo que sea hace falta tener ciertas capacidades. Esas capacidades permiten a la persona manejarse bien con el cuerpo del paciente (si uno es médico), con la harina (si uno es panadero) o con lo que haga falta. El problema es que tener un niño no es lo mismo que tener un perro. No porque al perro no haya que cuidarlo, sino porque no se responde igual la pregunta de ¿para qué quieres un perro? de ¿para qué quieres un hijo? El hijo requiere de una relación especial.

La capacidad fundamental que necesitan un padre o una madre con un hijo es “dejarse romper”. Si el padre o la madre no se dejan romper, no podrán acoger la singularidad que es el hijo, su novedad y su libertad. Ciertamente, hacen falta muchas más capacidades para ser padre o madre, pero creo que la más importante es “dejarse romper”.

Dialogamos:

- **¿Qué crees que significa “dejarse romper”?**
- **¿Qué es lo que tendrían que dejar romper unos padres de ellos mismos, de su vida?**
- **¿En qué medida crees que la capacidad más importante es dejarse romper?**
- **¿En qué medida crees que dejarse romper no es la capacidad más importante? ¿Cuál sería en ese caso?**

4. Un pensamiento más

No todas las personas tienen por qué ser padres o madres biológicos, pero todos necesitamos ser padre o madre para que nuestra vida tenga sentido, porque toda vida es de uno, pero no para uno. **Toda vida es un regalo que recibimos.** Hay quien toma posesión del regalo que recibe y lo convierte en suyo y para él. En cambio, hay otros que no toman posesión del regalo y, aunque es suyo, no es para él, y dejan que siga siendo regalo para otras personas.

En una ronda, todos vamos compartiendo:

- **¿Qué nueva perspectiva aporta este comentario?**
- **¿Te parece adecuado o inadecuado? ¿Quieres modificarlo, cambiarlo, añadir o quitar algo?**

Comparte la parte que más te haya gustado o interesado de esta actividad con tu padre, con tu madre o con los dos, y pregúntales a ellos qué piensan de ser padre/madre.



Esta semana podemos escuchar juntos esta canción que un padre le dedica a su hija y decir qué momentos importantes hemos vivido en la relación entre nosotros desde nuestro nacimiento: alegrías, dolores, éxitos, fracasos, miedos, ilusiones... Disfrutemos de la música juntos.

Ed Sheeran - Sandman: <https://www.youtube.com/watch?v=lagKeiqYKz8>



5. Un regalo que se da

Escribe personalmente y sin compartir: **¿qué regalos he recibido?** Es decir, lo que he recibido pero no he hecho nada para tenerlo. De mi forma de ser, de las cosas que tengo...

Vamos a pensar cómo ser regalo que se entrega a otros, cómo podrías tú hacer algo nuevo para mejorar este mundo.



¿Cómo podría ayudar a que otras personas se llenen de energía, sean valientes y se lancen a algo nuevo para mejorar este mundo?

¿En qué te ayuda eso?

¿Qué regalos podría entregar a otras personas para que no tengan miedo a hacer cosas nuevas y puedan mejorar este mundo?

¿En qué te ayuda eso?



FUNDACIÓN
Acompañando el Crecimiento
Proyecto UPTOYOU

www.acompañandoelcrecimiento.com

info@uptoyoueducacion.com

+34 662 66 52 74



Acompañando el Crecimiento