



UNIVERSIDAD
DE PIURA

REPOSITORIO INSTITUCIONAL
PIRHUA

IMPLEMENTACIÓN DE UN TALLER DE EDUCACIÓN DE LA CASTIDAD PARA MEJORAR LAS ACTITUDES HACIA LA SEXUALIDAD EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA

Matías Conocchiari

Piura, abril de 2019

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN

Maestría en Educación. Mención en Teorías y Gestión Educativa

Conocchiari, M. (2019). *Implementación de un taller de educación de la castidad para mejorar las actitudes hacia la sexualidad en estudiantes de secundaria* (Tesis de Maestría en Educación con Mención en Teorías y Gestión Educativa). Universidad de Piura. Facultad de Ciencias de la Educación. Piura, Perú.



Esta obra está bajo una licencia

[Creative Commons Atribución-NoComercial-SinDerivar 4.0 Internacional](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/)

[Repositorio institucional PIRHUA – Universidad de Piura](#)

UNIVERSIDAD DE PIURA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
MAESTRÍA EN EDUCACIÓN



**Implementación de un taller de educación de la castidad para
mejorar las actitudes hacia la sexualidad en estudiantes de
secundaria**

**Tesis para optar el Grado de Magíster en Educación
con mención en Teorías y Gestión Educativa**

Matías Fabián Conocchiari

Asesor: Mgtr. Camilo García Gonzáles

Piura, abril 2019

Aprobación

La tesis titulada “*Implementación de un taller de educación de la castidad para mejorar las actitudes hacia la sexualidad en estudiantes de secundaria*”, presentada por el Lic. Matías Fabián Conocchiari, en cumplimiento con los requisitos para optar el Grado de Magíster en Educación con Mención en Teorías y Gestión Educativa, fue aprobada por el asesor oficial Mgtr. Camilo García Gonzáles y defendida el de de 2019 ante el Tribunal integrado por:

.....
Presidente

.....
Secretario

.....
Informante

Dedicatoria

A mi familia, por apoyarme en mis decisiones.

A mis alumnos, por su apertura y
cercanía.

A la Comunidad Sodalicio de Vida Cristiana, por
formarme como cristiano para servir en el mundo.

Al P. Jürgen Daum, amigo, por ser promotor de la castidad.

Q.D.D.G.

A Dios, por buscarme, encontrarme y enviarme.

Agradecimientos

A la Universidad de Piura por el espacio de enseñanza y maduración en estos años de Maestría.

Al Colegio Nuestra Señora de la Reconciliación por permitirme realizar la investigación.

A los alumnos del Colegio Nuestra Señora de la Reconciliación que accedieron a formar parte de este trabajo.

Resumen Analítico - Informativo

Título de la tesis: Implementación de un taller de educación de la castidad para mejorar las actitudes hacia la sexualidad en estudiantes de secundaria.

Autor de la tesis: Matías Fabián Conocchiari

Asesor de la tesis: Mgtr. Camilo García Gonzáles

Tipo de tesis: Tesis de Grado.

Título que opta: Magíster en Educación con mención en Teorías y Gestión Educativa

Institución. Facultad: Universidad de Piura. Facultad de Ciencias de la Educación.

Fecha de sustentación: _____/_____/_____

Palabras claves: sexualidad y afectividad / educación de la castidad / alumnos de secundaria / mejorar las actitudes

Descripción: Tesis de Maestría en Educación perteneciente a la línea de investigación enseñanza aprendizaje. El autor presenta el resultado de la investigación acerca de la mejora de las actitudes hacia la sexualidad a través de un taller que educa en la castidad, en un colegio Parroquial de Lima en el año 2018.

Contenido: El trabajo está dividido en cuatro capítulos: el primero se refiere al Planteamiento del problema a investigar. Se establece como hipótesis de trabajo que un taller de educación en la castidad mejora la actitud hacia la sexualidad en jóvenes de 4to año de secundaria de un colegio Parroquial. El segundo capítulo está dedicado a las bases teóricas de los términos sexualidad, castidad y actitud. En el tercer capítulo, se desarrolla la metodología utilizada para la investigación. Y en el cuarto, los resultados de la investigación y las sesiones del taller.

Metodología: Investigación de enmarcada en el enfoque sociocrítico y centrado en el tipo de investigación-acción, basado en el diseño de entrevista abierta.

Conclusiones: El taller de educación de la castidad permitió que los jóvenes comprendieran y valoraran el don de la sexualidad. Al mismo tiempo, permitió que se conocieran y que se quisieran más.

Fuentes: Investigación mediante una entrevista abierta antes de implementar el taller. Luego se procedió a la aplicación del mismo y una entrevista abierta al finalizar, para poder observar la mejora actitudinal de los alumnos hacia la sexualidad.

Fecha de elaboración resumen: abril de 2019.

Tabla de Contenidos

Introducción	1
Capítulo 1 Planteamiento de la investigación	5
1.1. Situación Problemática	5
1.2. Formulación del problema	6
1.3. Justificación de la investigación	6
1.4. Objetivos de la investigación.....	7
1.4.1. Objetivo general.....	7
1.4.2. Objetivos específicos	7
1.5. Hipótesis de trabajo	8
1.6. Antecedentes del problema	8
1.6.1. Antecedente 1	8
1.6.2. Antecedente 2	10
1.6.3. Antecedente 3	11
1.6.4. Antecedente 4	12
Capítulo 2 Marco Teórico	15
2.1. Bases Teóricas	15
2.1.1. Sexualidad.....	15
2.1.1.1. Qué es la sexualidad.....	15
2.1.1.2. Sexualidad y sociedad contemporánea	16
2.1.1.3. La belleza de la sexualidad	22
2.1.1.4. Una sociedad confundida y ruidosa	23
2.1.1.5. Sexo y amor	24
2.1.2. Castidad.....	27
2.1.2.1. Qué es la castidad.....	27
2.1.2.2. ¿Es posible vivir hoy la castidad?	30
2.1.2.3. Castidad y actitud.....	32
2.1.2.4. Educación en la castidad	34
2.1.2.5. Castidad y aprendizaje del amor	42
2.1.2.6. Castidad y relaciones prematrimoniales	44
2.1.2.7. Castidad y pornografía	46
2.1.2.8. Castidad y masturbación	48

Capítulo 3 Metodología de da Investigación	51
3.1. Tipo de investigación.....	51
3.2. Diseño de investigación	52
3.3. Población y muestra.....	55
3.4. Categorías de estudio	55
3.5. Técnicas e instrumentos de recolección de datos	56
3.6. Técnicas de procesamiento y análisis de datos	57
Capítulo 4 Resultados de la investigación	59
4.1. Resultados del diagnóstico.....	59
4.2. Propuesta de acción	62
4.3. Resultados de la acción.....	88
Conclusiones y Recomendaciones	91
Referencias bibliográficas	93
Anexos	99
Anexo 1: Matriz de consistencia	101
Anexo 2: Instrumento para recoger información	103
Anexo 3: Validación de los expertos.....	106

Introducción

El presente trabajo busca indagar y visualizar la realidad de un grupo de jóvenes peruanos con relación a la vivencia de la sexualidad y realizar una propuesta de labor educativa para el recto desarrollo y vivencia de la misma.

Educar es sinónimo de acompañamiento, de descubrir y formar. La educación en la sexualidad es propuesta como un itinerario de formación en la mente y en el corazón, de manera integral, para que el joven pueda comprender su realidad personal y así desear vivir sanamente y con alegría la propia experiencia de descubrimiento sexual.

Nos encontramos hoy en día frente a un tema paradójicamente muy hablado, pero no del todo abordado. En la actualidad el sexo se ha convertido en un semi-Dios del cual los medios de comunicación masiva se sostienen para retener a la audiencia y al mismo modo generar cultura, una forma de pensar y de acercarse al tema. Esto genera que también la sociedad le rinda pleitesía a este tema y se aproxime a él desde una óptica bastante liberal y desligado de valores naturales. Son muchos los actores que buscan dar una propuesta frente al modo de vivir la sexualidad. En la mayoría de los casos, consideramos que son aproximaciones reduccionistas que no toman al ser humano en su integralidad de ser bio-psico-social-espiritual. Esta forma-mentis o forma de vivir el tema, genera una cultura muy particular, la cual invita a todos, y en especial a los jóvenes, a vivir sin compromisos, sin referencias claras, sin horizontes más que el “ya y ahora”. Es por esto que descubrimos que los jóvenes y los adultos, hijos de su tiempo, se encuentran confundidos y muchos no saben qué elecciones tomar en relación con la vivencia de un amor autentico. Junto a esto se suma la explosión de internet, que proporciona información y contenido casi infinito; contenido del cual la mayoría no están en capacidad de filtrar, discernir y elegir para su mayor beneficio.

Los criterios imprecisos en referencia a la vivencia de la sexualidad, genera en los jóvenes, que están en pleno desarrollo y descubrimiento de quiénes son, crisis de identidad, ansiedad, dolencias interiores, desconcierto por la presión de su entorno y como consecuencia, vemos adolescentes sin un rumbo claro, confundidos porque quieren amar y ser amados, pero terminan usando y siendo usados.

Junto con esto, padres de familia que, o no conocen del tema o prefieren que el colegio se haga cargo de la formación afectiva-sexual de sus hijos. Muchos se encuentran asustados por la cantidad de información que reciben, otros se encuentran sorprendidos al creer que sus hijos saben más que ellos respecto al tema. Sumado a esto, familias con padres separados, lo cual genera que el diálogo, tan necesario hoy en día, quede un poco truncado y un caldo de cultivo

para que los jóvenes crezcan sin referentes claros ni ideas de donde aferrarse.

Es por estas razones que nos animamos a plantear esta investigación que consiste en un taller con sesiones a aplicar en las clases de religión, para acompañar y ayudar a los jóvenes a que tengan una idea de la sexualidad desde un punto de vista positivo e integral, donde se los invita a amar y preocuparse por ellos mismos y por los demás. Al mismo tiempo, se los invita a poner en obra los contenidos que reciban en el mismo, para de esa manera, ser artífices de su propia vida y destino, que puedan elegir por ellos mismos y con libertad vivir esta virtud y experiencia humanizante.

El presente trabajo comienza planteando la situación problemática, que consiste en observar y diagnosticar el modo en que actualmente se vive la sexualidad, para de esta manera, hacer un aporte cualitativo a la sociedad mediante una propuesta de acción. Consideramos importante que los jóvenes aprendan y comprendan que la sexualidad es un don y que, como tal, están llamados a cuidarlo y a darle un recto uso. Por esta razón, la investigación tiene como objetivo diseñar y aplicar un taller que eduque y forme en la virtud de la castidad a los jóvenes de 4to año de un colegio parroquial de Lima, para que puedan mejorar su actitud hacia la sexualidad. Consideramos que realizar este taller, mejorará en los jóvenes la visión que tienen hacia ellos mismos y hacia los demás, al tiempo que les ayudará a mejorar su actitud frente al tema, dejando de lado aproximaciones infantiles y también algunos tabúes.

La investigación continúa, exponiendo algunos antecedentes de estudio, que ayudaron a la elaboración del presente trabajo, dando orientaciones e ideas para la formulación y desarrollo de este. Resultaron de utilidad dos investigaciones realizadas en el Perú y dos investigaciones en el extranjero, una en Colombia y otra en España.

En el capítulo 2, Marco teórico, comienza desarrollando la fundamentación de la sexualidad, enfatizando que la misma integra a todo el ser humano y es un gran don cuando se la comprende y vive rectamente. Se aborda la temática de la aproximación general que tiene el mundo moderno respecto a este tema, recalando que vivimos en una sociedad muchas veces carente de referentes y de valores, lo que provoca en muchos actores una gran confusión y su respectiva deformación. Continúa con un apartado que realza la sexualidad como un gran don, no simplemente como el acto sexual-genital, sino acompañado de las dimensiones afectivas, psicológicas y espirituales del ser humano, lo cual lo hace mucho más pleno y valioso. Prosigue abordando algunos mitos o ideas erradas a la hora de hablar de sexo y amor, como por ejemplo, la “prueba de amor” exigida por algunos hombres a sus enamoradas o la frase “sin sexo, se muere el amor”, explicando la diferencia entre atracción sexual y amor. El capítulo continúa con temas relacionados a la virtud de la castidad y la importancia de vivirla para

tener un amor sano y autentico. Se analiza la posibilidad y los desafíos de vivir hoy en día esta virtud y cuáles son las actitudes necesarias para hacerlo. Luego, presenta la importancia de la Educación en la castidad en los jóvenes adolescentes y también la necesidad de dialogo entre padres e hijos. Se realiza un aporte respecto a la educación de la voluntad, de los hábitos saludables, los ambientes sanos y la afectividad. Para finalizar el apartado de bases teóricas, se profundiza en temas que atentan contra la castidad, como las relaciones sexuales prematrimoniales, la pornografía y la masturbación.

En el capítulo 3 se presenta la metodología utilizada para la investigación, que consiste en el paradigma socio-critico o investigación-acción. El instrumento utilizado para la recolección de datos es una entrevista abierta que analizará las actitudes de los jóvenes respecto a la sexualidad en un antes y después de la implementación del taller. Termina este capítulo detallando los pasos realizados a la hora de desarrollar la investigación y explicando la población y muestra escogida. En este caso, 65 jóvenes adolescentes de 4to año de Secundaria del Colegio Parroquial Nuestra Señora de la Reconciliación de Lima, Perú, (33 mujeres/ 32 varones) de entre 15 y 16 años.

El capítulo 4 explica el diseño del taller y sus respectivas sesiones. El mismo se realizó en el último bimestre del año 2018 y se aplicó en las clases de religión, que duran 90 minutos semanales. Se realizaron 9 sesiones de clase. Vale la pena aclarar que los salones no son mixtos, sino varones y mujeres separados. Es por esto que algunas aproximaciones a los temas variaban dependiendo a quiénes estaban dirigidos. En el taller se utilizaron diversos recursos pedagógicos, como videos fórum, exposiciones por parte del profesor, trabajos prácticos en clase, buzón de preguntas libres, trabajos en casa de conocimiento personal, lectura de una novela y un examen final integrador.

Se presentan, por último, las conclusiones del trabajo, fruto de la implementación del taller y el análisis de las entrevistas realizadas por los alumnos.

Deseamos que el presente trabajo resulte un aporte valioso en la formación de los jóvenes y un aliento para las familias. Que sea una contribución a que los adolescentes puedan crecer más conscientes y animados de vivir una sexualidad de manera plena y libre; y al mismo tiempo, sabiendo que el camino no será fácil, que va a haber retos, caídas y obstáculos, pero que la meta es hermosa y alcanzable, que es la vivencia de un amor autentico, pleno y duradero.

El autor

Capítulo 1

Planteamiento de la investigación

1.1. Situación Problemática

Actualmente, resulta evidente para cualquier observador más o menos atento, el desafío que presenta para la sociedad, padres y educadores, la formación y el desarrollo integral de los jóvenes que, dentro de unos pocos años, serán los protagonistas del mundo. “A la noción de joven, responde el grupo de edad entre 15 y 24 años” (Corcuera, de Irala, Osorio y Rivera, 2010, p. 31).

Respecto al desarrollo integral de los jóvenes, define la ONU (2008):

El desarrollo integral de la persona joven puede entenderse como el proceso por el cual, mediante el efectivo ejercicio de sus derechos y el acceso democrático a las oportunidades que el Estado garantiza a través de las instituciones, alcanza un adecuado desarrollo espiritual, social, afectivo, ético, cognoscitivo, físico, moral, político, cultural y material. Esto llevaría a la juventud a participar activamente en el desarrollo de la vida nacional y en la identificación y solución de los problemas que le afectan como grupo social y a la sociedad como un todo. (pp. 1-2)

Tanto a nivel cognitivo, volitivo, afectivo, moral, físico, social, cultural y espiritual, nos encontramos con un tema que se debe abordar para ayudar a nuestros jóvenes a ser mejores: la sexualidad. Resulta imperante poder hablar, educar y acompañar en el descubrimiento y desarrollo de este don tanpreciado, bello y plenificante para el ser humano. Es necesario aclarar que “la sexualidad como tal no puede ser “educada” de ninguna manera; tan solo la persona como un todo puede ser objeto de influencias educativas” (Allers, 1958, p.77). Bajo esta perspectiva holística, decidir valorar la sexualidad positivamente por lo que realmente es y no olvidarla, esconderla, subestimarla o “mal baratearla” en base a lo que nos proponen muchos actores de la sociedad moderna, hará que el joven busque y anhele vivirla de la mejor manera para, de este modo, poder ser feliz, vivir en paz y contribuir al bien común de la sociedad (Murúa-Villena, 2014). Para ello, consideramos necesario educar a la presente generación en la virtud de la castidad, olvidada por muchos en la actualidad; castidad que no se reduce a abstinencia genital, sino una manera adecuada y gozosa de ejercer la sexualidad, de manera madura y responsable, educando la razón, la voluntad y la afectividad, para poder conducir sanamente a la persona hacia la plenitud de lo humano. Resulta un gran desafío la formación

de la juventud, debido a que, si bien la familia es el actor principal de la educación de los hijos, hoy muchos padres parecerían ser que se despreocupan o ignoran la manera de hacerlo: “Una de las tareas fundamentales de la familia, y de las más difíciles para los padres de hoy en día, es la educación de los hijos. Es una misión urgente; hay muchos huérfanos de padres vivos” (Fuentes, 2007, p. 99).

Cuando hablamos de una educación integral u holística, nos referimos a una aproximación antropológica como unidad sustancial, ya que las actividades de los seres humanos articulan el cuerpo, la mente y el espíritu como un todo pleno. Deben rechazarse las posturas que reducen al hombre a uno solo de estos aspectos (Caffarra, 1987). Esto último es sumamente importante comprender consideramos que, para tener jóvenes felices, hay que educarlos en una sexualidad integral y no reductiva.

1.2. Formulación del problema

¿De qué manera la implementación de un taller que eduque la castidad mejora las actitudes hacia la sexualidad en los jóvenes de 4 ° grado de educación de secundaria de un colegio parroquial de Lima?

1.3. Justificación de la investigación

La presente investigación tiene por objetivo diseñar e implementar un taller que eduque la castidad para que los jóvenes de 4.º grado de educación secundaria de un colegio parroquial de Lima mejoren las actitudes hacia la sexualidad.

Durante las clases como profesor o en el acompañamiento a jóvenes a lo largo de algunos años, se ha podido percibir que la sexualidad es una de las mayores interrogantes y temas de interés que tienen los jóvenes. Qué es, cómo vivirla adecuadamente, cómo entenderla, cómo mirar al otro sexo con respeto, son algunas de las preguntas formuladas y que necesitan de orientación. Al mismo tiempo, la experiencia de no vivirla como sus corazones anhelan, tanto por desinformación como por la presión social, hace que se generen malestares y dificultades, que van desde frustraciones profundas, tristezas e insatisfacciones, hasta momentos límites frente a un embarazo no deseado, infidelidad o enfermedades de transmisión sexual. (Corcuera, De Irala, Osorio y Rivera, 2010).

Frente a esta situación, nos proponemos acompañar en la formación de los jóvenes, para que puedan entender, valorar y tener la fortaleza y voluntad de vivir su sexualidad de manera que, en vez de generarles temores, remordimientos de conciencia e insatisfacción, la puedan ver como un tesoro precioso que tiene el ser humano para manifestar cariño, afecto y donación,

de acuerdo con la etapa de su vida que estén viviendo. (Allers, 1958)

En el mundo actual encontramos una diversidad de opiniones y posturas respecto a la sexualidad y a la manera de vivirla. Es un tema natural, cotidiano y al mismo tiempo necesitado de explicación y abordaje reverente. Creemos que, educando en este ámbito, podremos ayudar a los jóvenes a tener una vida más plena y sana, poniendo la sexualidad en el lugar correcto, no como un ídolo ni tampoco como un tabú o un tema a esconder.

Con esta investigación queremos aportar una visión renovada, que mira al ser humano desde su unidad integral, conformado no solo por su ser corpóreo, sino también psicológico y espiritual. Creemos que, si nos aproximamos a la persona teniendo en cuenta estos tres elementos constitutivos, podremos entenderla, aceptarla y acompañarla de la mejor manera y, de esta manera, formar seres humanos “íntegros”, con todo el significado que esta palabra tiene. Explica Caffarra (1987):

¿Qué significa unidad del sujeto humano, unidad de la persona humana? Significa en primer lugar que la persona humana es un sujeto cuya subjetividad no se reduce a estos dinamismos, como si la persona humana fuese el resultado de la suma de estos, sino que los trasciende (...) la integración es precisamente aquel proceso a través del cual esta totalidad de diversas partes se unifica y ordena. (p. 21)

1.4. Objetivos de la investigación

1.4.1. Objetivo general

Diseñar y aplicar un taller que eduque la castidad para que los jóvenes de 4.º grado de educación secundaria de un colegio parroquial de Lima mejoren las actitudes hacia la sexualidad.

1.4.2. Objetivos específicos

- Conocer y fundamentar el enfoque sobre sexualidad y castidad.
- Diagnosticar las actitudes que tienen los alumnos de 4.º grado de educación secundaria hacia la sexualidad.
- Diseñar y aplicar un taller incorporando las estrategias de video fórum, cuestionarios, charlas, estudios de casos, tareas en casa, para mejorar las actitudes hacia la sexualidad.
- Evaluar las actitudes que tienen los alumnos de 4to año de secundaria hacia la sexualidad luego de la aplicación del taller.

1.5. Hipótesis de trabajo

La implementación de un taller que eduque la castidad mejora las actitudes hacia la sexualidad en los jóvenes de 4 ° grado de educación de secundaria de un colegio parroquial de Lima.

1.6. Antecedentes del problema

1.6.1. Antecedente 1

- **Título:**

Murúa-Villena, L. (2014). *Aplicación de un programa de educación en la castidad para los alumnos de tercer año de secundaria de los colegios parroquiales de Piura.*

- **Sinopsis:**

El presente trabajo consiste en la aplicación de un programa que promueve la vivencia de la sexualidad desde la óptica de la virtud de la castidad, buscando que los jóvenes comprendan la importancia de ser dueños de sí mismos, de hacer un recto uso de la libertad y asumir las riendas de sus propias vidas.

- **Metodología:**

Está basada en sesiones de clases que se aplicaron en diversos colegios parroquiales de la ciudad de Piura con alumnos de tercer año de secundaria. También consta con breves charlas ofrecidas a padres de familia y tutores de los colegios.

- **Conclusiones:**

- La educación de la castidad sí influye en la vivencia de una recta sexualidad en los adolescentes cuando es promovida desde su concepción auténtica que implica vivir el amor puro a uno mismo y hacia los demás
- La participación de los adolescentes en el programa “El Amor todo lo puede” permitió que lograran discriminar las desvirtuaciones del amor en la sociedad actual, comprender rectamente su sexualidad, descubrir y valorar las diferencias que existen en el hombre y la mujer, detenerse a reflexionar sobre el verdadero significado del amor en pareja y el cómo hallarlo, comprender las dificultades y engaños que se presentan día a día para vivir un amor casto y puro

- Se pudo comprobar cómo los adolescentes hoy en día se aproximan de una manera laxa y poco crítica frente a la información sobre la sexualidad que reciben, se encuentran desprotegidos al no tener referentes válidos y seguros para hablar de estos temas.
 - Los adolescentes reciben mucha información de diversas fuentes sobre el tema, pero que a su vez les genera mucha confusión y ambigüedad sobre la orientación de cómo vivir adecuadamente su sexualidad, pero están muy abiertos al diálogo y a encontrar explicaciones veraces
 - Los adolescentes tienen una visión muchas veces negativa de la etapa en la que están viviendo, la comprenden de manera reducida descartando las potencialidades propias de la etapa. Necesitan que tanto padres y maestros expliciten su confianza en ellos
 - Uno de los aspectos positivos del programa se puede atribuir a los recursos presentados, es importante entrar en sus códigos y en sus realidades más cercanas; y conjugar los espacios para la comprensión y la aplicación personal de los contenidos en la realidad que viven.
 - Los alumnos necesitaron aclarar definiciones, adquirir argumentos para poder explicar el valor de la castidad y asumir criterios que los lleven a tomar las decisiones correctas
 - El programa abre el cuestionamiento sobre temas que urgen ser atendidos en relación con la sexualidad, como la masturbación, la homosexualidad y pornografía
 - Abordar el tema de la castidad en tercero de secundaria respondió a la etapa en la que los adolescentes explicitan con mayor claridad sus inquietudes, pero es indispensable elaborar un plan que eduque en el amor y en la recta sexualidad desde el nivel inicial, siempre con un plan de acompañamiento que involucre a los padres de familia.
- La presente investigación hace un aporte muy valioso porque proporciona bibliografía consultada e ideas de temáticas a abordar en el taller que se aplicará.

1.6.2. Antecedente 2

- **Título:**

Corcuera, P., De Irala, J., Osorio, A y Rivera, R. (2010). *Estilos de vida de los adolescentes peruanos*

- **Sinopsis:**

El Instituto de Ciencias para la Familia de la Universidad de Piura, en coordinación con la Universidad de Navarra e Intermedia Consulting realizó un estudio donde busca analizar y comprender los estilos de vida de jóvenes peruanos en relación con el ocio, consumo de sustancias tóxicas y conducta sexual, y cómo estas influyen en su personalidad y actitudes.

- **Metodología:**

La investigación se basó en la aplicación de 3, 379 encuestas a estudiantes del 3º, 4º y 5º de secundaria de escuelas públicas y privadas, de las principales ciudades del país.

- **Conclusiones:**

- En temas de sexualidad y afectividad, la principal fuente de información de los jóvenes, son sus amigos
- En general hay más confianza con la madre que con el padre sobre temas de sexualidad.
- Cuando el padre es cercano, la iniciación sexual es más tardía.
- Muchos jóvenes desearían poder hablar con sus padres de temas como atracción, afectividad, enamoramiento, sexualidad, amor, amistad, pero pocos lo hacen
- La mayoría de los jóvenes peruanos de 13 a 18 años no tienen relaciones sexuales, aunque el pensamiento general cree que sí tienen. El 82% no ha tenido relaciones sexuales.
- La principal razón por la que tuvieron su primera relación sexual, en el caso de los varones, fue por un impulso que no pudieron resistir, en las mujeres, porque se dejaron llevar
- Respecto al contagio del SIDA y embarazos no deseados, se observa que el uso del condón no ha reducido el número.
- Dar más información acerca del mal llamado “sexo seguro” y mitos respecto a

la infalibilidad del condón

- Los factores que intervienen en un estilo de vida no saludable son: ocio no constructivo, presión social, influencia negativa de los medios de comunicación y falta de educación para el consumo responsable.
- Es necesario facilitar la formación de los padres y el ejercicio de su rol educador. Fomentar la “escuela de padres”

La presente investigación aporta seriedad y datos estadísticos de la realidad de los jóvenes de hoy en día en el Perú. Las conclusiones resultan un gran aporte para comprender qué es lo que necesitan y cómo poder acompañarlos de una manera correcta, como también cuáles son las dificultades y obstáculos para poder tener un estilo de vida saludable.

1.6.3. Antecedente 3

- **Título:**

Cabrera, V.E., Salazar, P.A., Docal Millán, M.d.C., Aya, V.L., Ardilla, M.M., y Rivera, R. (2013). *Estilo de vida de los jóvenes y las necesidades de educación sexual*.

- **Sinopsis:**

El presente es un estudio realizado entre la Procuraduría General de la Nación Colombiana en acuerdo con el Instituto de la Familia de la Universidad de la Sabana, buscando identificar y describir algunos de los factores que explican el comportamiento de los jóvenes en diferentes situaciones de la cotidianidad. Habla del uso y manejo del tiempo libre, el inicio de la actividad sexual, las relaciones interpersonales y el consumo de sustancias tóxicas que inciden en la temprana configuración de sus imaginarios en áreas de la vida, como la afectividad, la sexualidad, las relaciones de familia.

- **Metodología:**

Se realizó un estudio descriptivo en un solo momento de tiempo para la recolección de los datos en octubre de 2012 a marzo de 2013, con adolescentes escolarizados urbanos de 12 ciudades del país, entre los 13 y 18 años, a quienes se entrevistó en línea en el aula de computadores de cada colegio.

- **Conclusiones:**

- La consolidación de estilos de vida saludables de los jóvenes es una tarea que compete a las familias, la escuela, los gobernantes y la sociedad civil.
- se sugiere trabajar e incluir en el plan de formación de los estudiantes temas relacionados con la formación afectiva e interpersonal que los lleve a tomar decisiones asertivas producto de su criterio personal y eviten consecuencias negativas, no solo desde lo biológico sino también desde lo afectivo, intelectual, social y espiritual.
- se debería desarrollar campañas que promuevan la importancia de la funcionalidad familiar, el valor del compromiso y la participación de padres y madres en la educación de los hijos como herramienta para la formación de estilos de vida saludable en los jóvenes
- Las acciones de prevención del inicio precoz de la actividad sexual resultarán enriquecidas si consideran aspectos del contexto familiar que se asocian con un estilo de vida saludable, entre los que se encuentran: alto nivel de compromiso, disposición a resolver conflictos, participación de los dos padres en la educación de los hijos, supervisión y acompañamiento.
- Recuperar la alianza y el trabajo colaborativo entre la familia y la escuela en la tarea de formar a los jóvenes constituye un imperativo social impostergable para la formación de los jóvenes

El presente estudio aporta reverencia y ciencia acerca del modo de pensar y comportarse de los jóvenes. Ayuda a enfocarse no solo en el fenómeno, sino buscar ir al fundamento de su accionar para comprenderlos mejor.

1.6.4. Antecedente 4

- **Título:**

Durá, M.J., (2010). *Estilos de vida y conductas de riesgo de los adolescentes universitarios.*

- **Sinopsis:**

Este proyecto de investigación surge al observar que los malos hábitos de vida afectan más precozmente a los jóvenes, siendo las conductas de riesgo principales la

instauración y el aumento o disminución de comportamientos relacionados con la condición y actividad física, los hábitos alimentarios, el consumo de alcohol, tabaco y otras drogas, la dedicación y el manejo del tiempo libre, los accidentes, las relaciones sexuales y el autocuidado, entre otros.

- **Metodología:**

Se realizó un estudio en el ámbito de la población de alumnos de la Universidad de Navarra (pregrado, posgrado y doctorado) que supone un universo de unos 15.000 alumnos durante el curso 2008-09 y que será la muestra obtenida.

- **Conclusiones:**

- La adolescencia, por ser una etapa sensible y de cambios, trae aparejada la adquisición de nuevos hábitos de vida.
- Los estilos de vida saludables incluyen conductas de salud, patrones de conducta, creencias, conocimientos, hábitos y acciones de las personas para mantener, restablecer o mejorar su salud.
- La educación para la salud no puede olvidar la importancia que tiene el factor cognitivo como determinante o predisponente de cambios de conducta
- Hábitos alimentarios: es necesario invertir en investigación para diseñar programas de actuación que prevengan la obesidad, actuando sobre los malos hábitos alimentarios y la inactividad física
- Hábitos tóxicos: el consumo de drogas disminuye la motivación, interfiere en los procesos cognitivos, contribuye a la aparición de desórdenes mentales e incrementa el riesgo de daño o muerte accidental. Igualmente, desde el punto de vista económico, el consumo de drogas puede conllevar una pérdida significativa de capital humano en la edad adulta y, en consecuencia, reduce la posibilidad de mayores salarios y rentas.
- Satisfacción y calidad de vida: la familia resulta un referente esencial y como aspiración. Los amigos constituyen un grupo claro de apoyo
- En la mayoría de los estudiantes se impone la idea de que los riesgos de la sociedad actual han aumentado si se compara con los existentes hace 50 años (terrorismo, crisis medioambiental, catástrofes naturales, etc.).
- En su tiempo libre, nueve de cada diez salen de copas o a cenar semanalmente

y siete de cada diez van al cine.

- En relación con la lectura el estudio muestra que mientras el 13% de los estudiantes no ha leído ningún libro en los últimos 12 meses, entre los lectores, la media alcanza los 7 libros al año.
- La actividad física de los adolescentes españoles es peor que la de otros países y se estima que 1 de cada 5 adolescentes españoles posee un nivel de condición física indicativo de riesgo cardiovascular futuro
- La práctica de actividad físico-deportiva puede aportar valores sociales como respeto, cooperación, trabajo en equipo, compañerismo, responsabilidad, entre otros; y valores personales como creatividad disciplina, salud, sacrificio y humildad
- Hábitos sexuales: La edad de inicio de las relaciones sexuales coitales oscila entre 18+ 2 años (17.8 años). Las prácticas sexuales más frecuentes son el coito vaginal y el sexo oral. Mayoritariamente utilizan método anticonceptivo, siendo el más conocido y usado el preservativo, aunque cerca del 30% utiliza la píldora poscoital.

La presente investigación permite identificar la relación estrecha entre hábitos saludables y sexualidad saludable. Y viceversa, cuando no se cultivan hábitos saludables, se suele vivir una sexualidad desordenada. Al mismo tiempo, abre posibilidades para acompañar a los jóvenes y ayuda a identificar los ámbitos concretos de desarrollo, que son la actividad física, los hábitos alimenticios, el peligro del consumo de sustancias tóxicas, el manejo del tiempo libre y el autocuidado. Otro elemento de valor que aportó este estudio es el énfasis que se le da a la formación intelectual o adquisición de conocimientos para el desarrollo de hábitos saludables.

Capítulo 2

Marco Teórico

2.1. Bases Teóricas

2.1.1. Sexualidad

2.1.1.1. Qué es la sexualidad

La sexualidad es un aspecto esencial de todo ser humano. Conformar y configurar a la persona en su totalidad e integralidad. El ser humano es un ser sexuado, y como tal, su manera de pensar, sentir y actuar, tienen una íntima relación.

La sexualidad es una dimensión de la persona que le permite ser y estar en el mundo como hombre o mujer, necesitados de amar y ser amados. Es decir, poseemos un cuerpo diferente que, en algunos aspectos, funciona de modo distinto; y un modo de percibir la realidad matizada por este hecho. Somos personas sexuadas y no hay nada que marque tanto nuestra existencia como ese dato, un proceso que comienza en la fecundación y termina con la muerte. (Gonzales, 2009, p.45)

De acuerdo con el Plan del Creador, el ser humano fue creado hombre y mujer. La aceptación de esta realidad y su consecuente vivencia armoniosa le permite entenderse rectamente, diferente al otro y complementario, necesario y único. La sexualidad abarca tanto la parte corporal como la espiritual en todo ser humano. Al mismo tiempo que está dirigida a la reproducción y preservación de la especie.

La sexualidad abraza todos los aspectos de la persona humana, en la unidad de su cuerpo y de su alma. Conciérne particularmente a la afectividad, a la capacidad de amar y de procrear y, de manera más general, a la aptitud para establecer vínculos de comunión con otro". (Catecismo de la Iglesia Católica, 2013, no. 2332).

A esto, agrega el Pontificio consejo para la familia (1995):

La sexualidad no es algo puramente biológico, sino que mira a la vez al núcleo íntimo de la persona. El uso de la sexualidad como donación física tiene su verdad y alcanza su pleno significado cuando es expresión de la donación personal del hombre y de la mujer hasta la muerte. (no. 3)

Es de suma importancia que el hombre y la mujer aprendan a reconocer y aceptar su identidad sexual, ya que la diferencia y complementariedad físicas, morales y espirituales están orientadas a los bienes del matrimonio y del desarrollo de la vida familiar. (Catecismo de la Iglesia Católica, 2013).

Somos seres sexuados. Somos una integralidad biológica, psicológica y espiritual (Perazzo, 2016). La persona, para vivir en armonía y ser feliz debe buscar vivir de manera integral estas dimensiones, debe buscar este bien, que llamaremos “bien integral”. Este bien integral es como el “bien común” de toda sociedad, que supera el bien individual de cada persona.

Este bien y esta perfección integral exigen que cada uno de los bienes propios de las dimensiones particulares de nuestra naturaleza, se procuren sólo “en la medida” en que lo exige el bien integral; y al hablar de medida, hablamos de *restricciones*. No todos los bienes que se presentan ante cada una de las inclinaciones son bienes que perfeccionan nuestro bien integral; pueden entrar accidentalmente en colisión con otros bienes. El deseo sexual que despierta en un hombre una mujer puede colisionar con su inclinación a vivir en sociedad si esa mujer no es esposa suya sino de otro. El bien de la comida que excita nuestras ganas de comer puede ser contraproducente para nuestra inclinación a mantener la salud, si alguno de los alimentos que tenemos delante nos hiciese mal. (Fuentes, 2006, p. 21)

Consideramos importante que, para valorar la sexualidad, se comprenda la dignidad de la persona humana (Caffarra, 2016). Lamentablemente, la sexualidad está expuesta a algunos peligros, riesgos y malentendidos, si no se la comprende y vive en el contexto integral del desarrollo de la persona. “Este amor está expuesto, sin embargo, como toda la vida de la persona, a la fragilidad debida al pecado original y sufre, en muchos contextos socioculturales, condicionamientos negativos y a veces desviados y traumáticos” (Pontificio consejo para la familia, 1995, N.º 3).

2.1.1.2. Sexualidad y sociedad contemporánea

Muchos adjetivos se le podrían dar al mundo actual, a la sociedad. El mundo actual es un mundo curioso. Es un mundo que busca, muchas veces a tientas, como en la oscuridad. Carente muchas veces de referentes, se vuelcan al primer “líder de turno”. Le falta silencio,

meditación, introspección. Incluso las tradiciones ya no valen, son cosas del pasado.

El hombre postmoderno ya no tiene tradiciones que le indiquen lo que debe hacer, en ocasiones no sabe ni siquiera lo que le gustaría hacer. En su lugar, desea hacer lo que otras personas hacen, o hace lo que otras personas quieren que haga. (Frankl, 2004 p. 129)

Es en esta oscuridad donde aparecen de vez en cuando algunas luces que pretenden dar respuestas a muchos interrogantes. Todas las personas anhelan ser felices. ¿Quién se animaría a decir que no? Es un mundo que ofrece prácticamente todo. Nada le es ajeno. Nada le es lejano. Hoy todo está al alcance de la mano. O casi todo. Es un mundo ruidoso. Lleno de ofertas. Lleno de luces, espectáculos, promociones. El mundo del consumo, vacío, desilusionado, cansado, despersonalizado. (Almada, 2016). Es el mundo de la información. Del “clic”. El hombre de hoy pareciera ser que “ya lo sabe todo”, que “tiene todo para ser feliz”. Pero ¿acaso es así? En un mundo donde todos opinan de todo, todos son especialistas en todo, pareciera ser que la verdad y los valores fundamentales para guiar nuestra vida y decisiones, dependen de la moda del momento. El hombre postmoderno es un ser tan satisfecho que se convierte en insatisfecho. Tiene tantas cosas que conoce y medios para informarse, que está desinformado. Y tiene tantos compromisos que asumir, que prefiere que nada lo ate a los compromisos. Es un *hombre light*. Por eso, Rojas (2000, p. 6) afirma en el Prólogo que:

El hombre light es un sujeto que lleva por bandera una tetralogía nihilista: *hedonismo-consumismo-permisividad-relatividad*. Todos ellos enhebrados por el *materialismo*. Un individuo así se parece mucho a los denominados *productos light* de nuestros días: comidas sin calorías y sin grasas, cerveza sin alcohol, azúcar sin glucosa, tabaco sin nicotina, Coca-Cola sin cafeína y sin azúcar, mantequilla sin grasa... y un hombre sin sustancia, sin contenido, entregado al dinero, al poder, al éxito y al gozo ilimitado y sin restricciones. *El hombre light carece de referentes, tiene un gran vacío moral y no es feliz, aun teniendo materialmente casi todo.*

El mundo de hoy pareciera ser que carece de algo. Al mundo le falta “alma”. ¿Por qué tantos buscan hacer “cursos” de cómo ser felices? ¿Por qué tienen tanta promoción y venta los libros de “autoayuda”? ¿Por qué la mayoría de las personas alguna vez fue a un psicólogo porque su vida no le “cerraba”?

El mundo está confundido. El mundo son las personas. Las personas implican, por ejemplo, los jóvenes, las familias, los colegios. Muchos padres hoy en día se preguntan cómo educar a sus hijos. Los colegios, cómo “domar” a los jóvenes. Es válido afirmar que muchas personas caminan a tientas en el camino de la virtud, los valores, los anhelos más profundos. Muchos anhelan encontrarse, manifestarse cariño, entrar en comunión. Pero al no tener un camino claro ni concreto sobre cómo hacerlo, cada uno parecería probar con su receta o con lo que el grupo de amigos le sugiere (Perazzo, 2016).

El mundo actual es un mundo en crisis. Y si el mundo está en crisis, es porque el hombre está en crisis. De acuerdo con varios analistas y filósofos, es una crisis de sentido, de valores, una crisis interior. No son los sistemas económicos, sociales, políticos los que están en crisis y por eso el hombre está “desconforme”. El hombre no está conforme porque no sabe de dónde viene ni a dónde va. Parecería ser que el hombre se ha olvidado de amar, porque ha olvidado a Dios. Es un hombre desdichado, una “crisis existencial doliente” (Almada, 2016). Dice Weil (1993): La desdicha hace que Dios esté ausente durante un tiempo, más ausente que un muerto, más ausente que la luz en una oscura mazmorra. Una especie de horror inunda toda el alma y durante esa ausencia no hay nada que amar. (p. 77)

Agrega Almada (2016):

Hablamos de crisis. ¿Cómo se manifiesta? Como un malestar social que afecta a toda la comunidad humana, no solo a individuos aislados y ni siquiera únicamente a los jóvenes. La causa no es exclusivamente psicológica o neuropsicológica. ¿De qué se trata? De una crisis de sentido de dimensiones globales. Afecta todas las geografías, incluso las más protegidas. Un cacique guaraní de la provincia de Misiones, Argentina, preocupado por el alcoholismo en los jóvenes de su comunidad, concluyó diciendo: “todo esto es una gran crisis espiritual”. (p. 148)

Frente a esta crisis de sentido, crisis existencial, nos proponemos abordar un tema actual, controversial y vivido por “los hijos de nuestro tiempo”: la sexualidad. Hablar de sexualidad no solo es hablar de qué se puede o no hacer, de qué está bien o mal, de cuáles son los límites. Hablar de sexualidad es hablar de la persona, de su identidad más profunda, de la importancia del amor y la relación con los demás, de los anhelos de felicidad y metas altas. Hablar de sexualidad es recuperar su sentido de belleza y de bien, su sentido de dignidad y nobleza (Caffarra, 1987). “Resistir a esta siniestra consecuencia de la modernidad significa educarnos a una relación con el mundo de las cosas consciente y crítico, libre y responsable en la

dinámica relacional con la naturaleza y con nuestros semejantes” (Almada, 2016, p. 152).

Frente a esta situación, parecería ser que el horizonte es desesperanzador, oscuro, casi perdido. Pero no es nuestra intención pretender esto. El hombre ha sabido siempre salir triunfante de sus crisis. El hombre es capaz de metas y logros enormes, grandiosos, heroicos. Vale la pena el esfuerzo, vale la pena la lucha, vale la pena apostar por los jóvenes y por la sociedad, tratando de mostrar el hermoso horizonte que se abre más allá de las fronteras. En palabras de Benedicto XVI (2007): “El presente, aunque sea un presente fatigoso, se puede vivir y aceptar si lleva hacia una meta, si podemos estar seguros de esta meta y si esta meta es tan grande que justifique el esfuerzo del camino” (N.º 1).

Hablar de sexualidad con los jóvenes de hoy en día parecería ser un desafío monumental. Hay tanta información, hay aun tantos tabúes, hay tanta dificultad en poder entablar serios diálogos y amenos, que los padres, si los hay, parecería ser que le dejan esa labor “complicada” al colegio. ¿Es acaso el colegio el primer lugar donde los jóvenes tienen que recibir la formación humana integral?

Los padres son los primeros responsables de la educación de sus hijos. Testimonian esta responsabilidad ante todo por la *creación de un hogar*, donde la ternura, el perdón, el respeto, la fidelidad y el servicio desinteresado son norma. La familia es un lugar apropiado para la *educación de las virtudes*. Esta requiere el aprendizaje de la abnegación, de un sano juicio, del dominio de sí, condiciones de toda libertad verdadera. Los padres han de enseñar a los hijos a subordinar las dimensiones materiales e instintivas a las interiores y espirituales. (CCE, 2013, N.º 2223)

Sumado a esto, enseña el Pontificio Consejo para la familia (1995) que:

Entre las múltiples dificultades que los padres de familia encuentran hoy, aun teniendo en cuenta los diversos contextos culturales, se encuentra ciertamente la de ofrecer a los hijos una adecuada preparación para la vida adulta, en particular respecto a educación sobre el verdadero significado de la sexualidad. Las razones de esta dificultad, por otra parte no del todo nueva, son diversas (...) Domina una cultura en la que la sociedad y los mass-media ofrecen a menudo, una información despersonalizada, lúdica, con frecuencia pesimista y sin respeto para las diversas etapas de la formación y evolución de los adolescentes y de los jóvenes, bajo el influjo de un desviado concepto individualista de la libertad y de un contexto desprovisto de los valores fundamentales sobre la vida, sobre el amor y sobre la familia. (N.º 1)

Hoy el sexo está por todas partes. Se ha transformado en la meta que muchos anhelan, pensando que les traerá la felicidad. El sexo a toda costa, el sexo utilitarista y hedonista (Caffarra, 1987). No importa cómo, no importan las reglas, no importan las recomendaciones. Es una sociedad que ha erigido un tótem al cual rendirle pleitesía. Un mundo “light” donde lo que se busca es sufrir lo menos posible, donde a cada momento nos invitan a pensar en la satisfacción personal como culmen de una vida realizada, donde bajo el estandarte de la “libertad” se puede pretender hacer o pensar lo que sea, porque cada uno es dueño de la verdad, de su verdad. Pero ¿es esto tan así? Rojas (2000) explica:

La idea de abrir de par en par las puertas de la libertad es preciso entenderla de forma adecuada. Se trata de descubrir aquello que verdaderamente hace progresar al hombre, de modo que su proyecto como persona sea lo más rico y positivo posible. Dado que el ser humano es perfectible y defectible, el uso adecuado de la libertad y la voluntad serán las velas que empujen su navegación a buen puerto. (p. 25)

Y agrega, explicando al hombre moderno, que “es un hombre sin referentes, sin puntos de apoyo, envilecido, rebajado, codificado, convertido en un ser libre que se mueve por todas partes, pero que no sabe adónde va; un hombre que, en vez de ser brújula, es veleta” (Rojas, 2009, p.26).

Al mismo tiempo el hombre actual vive en constante cambio, es un amante de lo inmediato, de la cultura del “flash”. Por eso, todo aquello que implique paciencia, esfuerzo, virtud, parece tedioso. “La virtud ya no consiste en un hábito, como para los antiguos, sino más bien en la capacidad de cambio y adaptación a un tiempo cambiante y precario” (Almada, 2016, p. 154).

Se podría afirmar también que el drama de la sociedad actual es la crisis de la verdad. Lo que antes era algo obvio, dado, que nadie discutía, hoy por hoy se convierte en opinable, relativo, debatible, pero sin una posibilidad de encontrar una verdad. La sexualidad es parte del hombre que vive en sociedad. El hombre genera cultura, y si el hombre está pasando por una crisis de la verdad, la cultura, el areópago moderno, también lo estará transitando. Es por eso que se necesita construir una cultura de la verdad, la civilización del amor. En palabras de Poupard (2001):

Nuestra sociedad tiene necesidad de algo más que de noticias de periódico. Hace falta una revolución de las mentes; una revolución lenta y pacífica, que conmocione nuestros esquemas de pensamiento, para poder afrontar con realismo los grandes problemas de la humanidad. (p. 26)

A esto último, exhorta Juan Pablo II (1983): “conviértanse en artífices de esa civilización del amor, la única capaz de evitar que el hombre sea un enemigo para el hombre” (Nº. 6)

Es cierto que la sexualidad es una parte fundamental de la naturaleza de todos los seres vivos. Es cierto que, gracias a este gran don, las especies pueden vivir y sobrevivir. Y también es cierto que como es una capacidad tan preciada, cuando se reduce al mero placer, queda rebajada a algo que le hace perder su gran valor. Tanto es así que debido a una sexualidad mal “utilizada” o confundida, el hombre puede hacerse tanto daño. Lewis (2009) nos ilumina afirmando que:

Las perversiones del instinto sexual son numerosas, difíciles de curar y terribles. Siento tener que entrar en todos estos detalles, pero debo hacerlo. La razón por la que debo hacerlo es que ustedes o yo, a lo largo de los últimos veinte años, hemos sido permanentemente alimentados de rotundas mentiras acerca del sexo. (p. 112)

Fruto de este panorama consideramos de suma importancia proponer un camino para poder orientar a nuestros jóvenes en la opción por vivir un amor auténtico y verdadero, que dé frutos y no frustraciones, que genere varones y mujeres generosos y no seres autorreferenciales que busquen que el otro satisfaga mis necesidades primarias para luego desecharlo o descartarlo porque “ya no me sirve” o “me aburre”. Si vivimos actualmente una crisis de valores, una crisis espiritual, consideramos que la manera acertada de aproximarnos al tema es de modo integral, no solo desde la biología y la psicología, sino también ofreciéndole a los jóvenes una aproximación y vivencia de la sexualidad que les eleve el alma y el corazón a Dios, aquel que puede satisfacer todos sus anhelos y mostrarles cómo ser varones y mujeres de verdad: “Cristo, el nuevo Adán, en la misma revelación del misterio del Padre y de su amor, manifiesta plenamente el hombre al propio hombre y le descubre la sublimidad de su vocación” (Constitución Pastoral *Gaudium et Spes*, 1965, Nº22). Junto con esto, estamos convencidos que, para poder amar de verdad, es necesario amarse a uno mismo, valorarse rectamente y quererse. ¿Dónde encontraremos ese amor, la cuantía del peso de nuestro ser?

Definitivamente en Dios, que nos pensó, creó y amó de manera única, irrepetible, personal. “Sólo desde un valor absoluto, desde una persona absolutamente valiosa, desde Dios, adquieren las cosas un valor” (Frankl, 2006, pág. 281).

Y lo más terrible es que si, en estas tinieblas en las que no hay nada que amar, el alma deja de amar, la ausencia de Dios se hace definitiva. Es preciso que el alma continúe amando en el vacío o que, al menos, desee amar, aunque sea con una parte infinitesimal de sí misma. Entonces Dios vendrá un día a mostrarsele y revelarles la belleza del mundo. (...) Pero si el alma deja de amar, cae en algo muy semejante al infierno. (Weil, 1993, p. 77)

2.1.1.3. La belleza de la sexualidad

El ejercicio de la sexualidad, si se hace de manera responsable, trae consecuencias positivas para la persona, para un matrimonio, para la sociedad en sí misma. El ejercicio de la sexualidad-genitalidad trae consigo un placer bueno, venéreo, que el Creador puso en la naturaleza para que la humanidad sobreviva y se multiplique. Dentro del matrimonio y abierto a la vida, es posible vivirlo y apreciarlo de una manera única y bella, sin remordimientos. Es por ello que la sexualidad es en sí misma un don, una bendición, un tesoro, algo bello. Y por estas características tan especiales, comporta e implica un especial cuidado. Implica conocerlo, valorarlo, custodiarlo. Por lo tanto, reducir la sexualidad solo a lo genital, es como cortarle las alas a un pájaro. Como bien explica Echavarría (2018):

No se puede reducir la sexualidad al acto sexual y mucho menos al simple coito. La sexualidad va de la mano de la afectividad y de toda la experiencia de relación entre el hombre y la mujer. Dentro de la afectividad y la sexualidad entran realidades como el diálogo, las caricias, las miradas prolongadas, los abrazos, el llanto, las sonrisas, los aromas, los momentos de silencio, etc. Es fundamental diferenciar la sexualidad de la genitalidad, aunque esta última sea también esencial. (p. 1)

Continuando con esta idea de valorar la belleza, consideramos importante enfocarnos primero en el lado positivo de la sexualidad. No son pocas las ocasiones en que se comienza a explicar este tema bajo el marco de las prohibiciones, advertencias o incluso el peligro de las enfermedades de transmisión sexual (ETS) o embarazos no deseados (Evert, 2014). A los jóvenes les apela lo positivo, la valentía y heroicidad que pueden y están llamados a vivir en el recto uso de este gran don. Al mismo tiempo la belleza de las muestras de cariño, afecto, cuidado y protección del otro. “Todos tenemos que aprender a considerar las cuestiones

sexuales no como temas sucios u obscenos sino como algo *muy sagrado*. (...) Lo que debemos destacar siempre es esta santidad del sexo y no sus riesgos y peligros” (Firth, 1940, p. 13).

2.1.1.4. Una sociedad confundida y ruidosa

Vivimos en un mundo plagado de bulla, impulsos, motivaciones e incentivos externos que nos mantienen como atados siempre a lo mismo. Es en un mundo ruidoso. Encontramos ruido por todos lados. Colores, luces, imágenes, fotos, música. Parecería ser que el que más ruido hace o el que más fuerte habla, es el que tiene más razón. Parecería ser que los medios de comunicación son los que llevan la de ganar porque son los que tienen la voz encendida, potente, dando “primicias” constantemente. Al hombre moderno, embriagado de impulsos, de “clics”, de “notificaciones”, le cuesta mucho entrar en su interior, buscar calma, paz, sosiego en el silencio. Buscando “likes” o “aceptación” mediante las redes sociales que trabajan incansablemente las 24 horas del día, el hombre puede pasar su vida viviendo en piloto automático, sin preguntarse en lo más hondo de su interior ¿Quién soy?, ¿Soy feliz viviendo de esta manera?, ¿Cómo puedo vivir el amor de manera más auténtica y plena”?

¿Cómo el hombre va a saber vivir auténticamente, si en vez de intentar indagar y descubrir sus anhelos más profundos, es esclavo del ruido, la bulla, lo exterior y superficial? Pascal (2003) categorizará esta experiencia afirmando que: “toda la desdicha de los hombres proviene de una sola causa: no saben permanecer en reposo, en un cuarto” (no. 139). Remata elocuentemente a esta frase fuerte y poderosa, Sarah (2017):

¿Cómo se puede hallar el silencio hoy en día, en un mundo ajetreteado y ultra tecnificado? El ruido cansa y tenemos la sensación de que el silencio se ha vuelto un oasis inalcanzable. ¿Cuántos se ven obligados a trabajar entre un farrago de cosas que les angustia y los deshumaniza? Las ciudades se han convertido en infiernos ruidosos en los que ni siquiera a la noche se le ahorran las agresiones sonoras. Sin ruido, el hombre posmoderno cae en una inquietud sorda y lacerante. Está acostumbrado a un ruido de fondo constante que le aturde y le proporciona consuelo. Sin ruido, el hombre está destemplado, febril, perdido. El ruido, como una droga de la que se hubiera hecho dependiente, le da seguridad. Con su apariencia festiva, es un torbellino que impide mirarse a la cara. La agitación se convierte en un tranquilizante, un sedante, una bomba de morfina, una forma de sueño, de onirismo inconsistente. Ese ruido, sin embargo, es una medicina peligrosa e ilusoria, una mentira diabólica que impide al hombre enfrentarse a su vacío interior. El despertar solo puede ser brutal. (no. 21)

Lewis (1998) afirma: “Vivimos en un mundo sediento de soledad, silencio y vida privada. Ávido de meditación y verdadera amistad” (p. 18). En el fondo, las personas necesitan volver al silencio de su interioridad y descubrir, en el fondo de sus corazones, sus anhelos más profundos y auténticos. Respecto a la importancia del silencio, dice Guardini (2010):

El silencio es la tranquilidad de la vida interior, es como el fondo de un torrente subterráneo. El silencio es presencia, sinceridad y disposición atesoradas. Es por eso que, de ninguna manera, el silencio significa insensibilidad, ni tampoco negligencia ni un lastre inactivo. El auténtico silencio es disposición de alerta plena. (p. 14)

Es por esta razón que, intentar redescubrir el sentido de la sexualidad plena y verdadera, ayuda al ser humano a encontrarse consigo mismo y su verdadera identidad e interioridad.

2.1.1.5. Sexo y amor

“Si me amas, demuéstramelo”. “Dame la prueba del amor”. “Sin sexo, se muere el amor”. “Quiero hacerte el amor”. “Se terminó el amor porque faltaba sexo en la pareja” ... Frases como estas, y más, son parte del argot popular moderno. Son tan fuertes, se repiten tanto, que parecieran ser verdad. ¿Es lo mismo sexo y amor? ¿Es cierto que la mejor manera de demostrar el amor es teniendo relaciones sexuales genitales? Vamos a ir por partes. ¿Qué es el amor? ¿Qué significa amar a alguien? Rojas (2000) explica:

Amar a otra persona es desearle lo mejor, mirar por ella, tratarla de forma excepcional, darle lo mejor de nosotros. Lo que inicialmente atrae es la apariencia física, la belleza, que luego se torna psicológica y espiritual. (...) Amar a otra persona es querer su libertad, que se acerque lo más posible a ella, es decir, al bien. Ésa es su gran meta. Ayudar a la otra persona a tirar de ella hacia arriba, ayudarle a exteriorizar todo, a que esté contenta y dichosa con su existencia. (p. 34)

Amar a alguien es querer el bien del otro. Buscar saber cómo está, cómo se siente, cuidarlo, protegerlo, dejar que tome sus decisiones por más que se equivoque. Incluso eso es amor. Amor es entrega, es sacrificio por el otro. Es escuchar, es aconsejar, es hablar, conversar, pasar tiempo con el amado. Profundiza Olivera (2007):

El amor genuino, el amor interpersonal, es atracción y decisión de donar y acoger al otro, para que crezca la vida y la otra persona exista aún más. Por eso el amor crea al amado, permite conocerle profundamente y descubrir sus potencialidades, más aun, capacita para que estas potencialidades se transformen en realidades. (p. 19)

Lamentablemente en el momento en que, en un noviazgo o enamoramiento, la pareja comienza a tener sexo, suele suceder que eso se transforma en el centro de la relación, dejando de lado lo demás. Y no es raro ver que, una relación que comenzó sanamente y con futuro, se vea fracasar debido a que se saltaron etapas. Explica Evert (2014):

Todos quieren amor. Todos añoran el entregarse a otra persona y ser amado por ella. Fuimos diseñados para el amor, y esa necesidad dentro de nosotros es tan profunda que muchos prefieren arriesgar el embarazo o enfermedades venéreas que vivir sin amor. Puede que estemos dispuestos a asumir ese riesgo porque el mundo nos dice que el sexo es igual al amor. Luego vemos relaciones en las cuales el sexo fuera de lugar o de tiempo destruyó el amor y nos preguntamos qué pasó. (p. 2)

Cuando uno renuncia a tener sexo, misteriosamente el amor crece, la visión se va purificando, y el chico o la chica son capaces de discernir si de veras quieren estar con esa persona o no. Esto hace referencia a la capacidad que tiene el ser humano para renunciar a algo placentero, a sacrificarse en pos de un bien mayor. “Se debe hablar de sacrificio cuando se abandone o se renuncie o entregue un valor, en aras de la realización de otro valor superior” (Allers, 1958, p. 93). Como consecuencia de entregarse al mero placer sexual, presentamos el testimonio de una joven:

Pensé que el sexo nos acercaría más como pareja. Pero pronto, él ya no quería pasar tiempo conmigo... él quería pasar tiempo con mi cuerpo. Mirando hacia atrás, ahora me doy cuenta de que en realidad no estaba enamorada de él..., estaba enamorada del sentimiento y la emoción de ser querida por alguien. (Evert, 2014, p. 4)

¿Por qué entonces tantas frustraciones? Porque cuando uno empieza a tener sexo, le está diciendo a la otra persona, con su actitud: “te quiero tanto que te entrego todo, mi corazón, mis pensamientos, mi alma, mi vida”. Eso es lo que el lenguaje corporal dice. Y esto se da en el ámbito del matrimonio. Es por eso que cuando dos personas tienen “sexo casual”, por lo general luego viene un gran vacío o insatisfacción. Porque somos una unidad bio-psico-espiritual, no podemos desligar o separar nuestro cuerpo, de nuestros sentimientos, emociones y

pensamientos. (Perazzo, 2016, p78)

Explica Evert (2014):

Durante la excitación sexual, el cuerpo esparce un químico llamado oxitocina¹. Funciona como un súper pegamento humano porque crea un gran enlace emocional, aumenta la confianza en la otra persona y disminuye tus habilidades de verla objetivamente².

Es por eso que cuantas más parejas sexuales tenga alguien, más dificultad tendrá para comprometerse y serle fiel a una persona sola, porque el mismo organismo se desacostumbra a producir esta hormona de la unión o apego.

Cuando uno busca el bien del otro y no la propia satisfacción o el placer del momento, brota poco a poco la semilla del amor verdadero. El amor, cuando es desinteresado, cuando no busca el bien propio sino el bien de la persona que tengo al lado crece. “El amor le saca al amante de sí y le coloca en el lugar de lo amado; y quien ama se halla mucho más allí donde ama, que no allí donde respira” (Allers, 1958, p. 103). En la actualidad vemos una especie de “resistencia por defender los grandes ideales, una “revolución y florecimiento de los “voluntariados”. Muchos jóvenes y no tan jóvenes, materialmente acomodados, buscan salir de su zona de confort para llevar sus dones y talentos a personas menos favorecidas, buscan donar su tiempo para ayudar a otras personas.

¿Y por qué terminan tan contentas, dichosas y al mismo tiempo cansadas y fatigadas? Porque así es el misterio del amor, crece cuando se da. (Perazzo, 2016, p. 79). Agrega Sábato (2000):

Creo que lo esencial de la vida es la fidelidad a lo que uno cree su destino, que se revela en esos momentos decisivos, esos cruces de caminos que son difíciles de soportar pero que nos abren a las grandes opciones. (...) Unidos en la entrega a los demás y en el deseo absoluto de un mundo más humano, resistamos. Esto bastará para esperar lo que la vida nos depara. (p. 78)

¹ Carmichael, et al., 'La oxitocina plasmática es incrementada en la respuesta sexual humana', Revista de Endocrinología Clínica y Metabolismo 64:1 (Enero de 1987): p. 27-31. También Murphy et. al., 'Cambios en la Secreción de Oxitocina y Vasopresina durante la Actividad Sexual Masculina', en Revista de Endocrinología Clínica y Metabolismo 65:4 (Octubre de 1987): p. 738-741.

² Kosfeld, et al., 'La Oxitocina Aumenta la Confianza entre Humanos', Revista Nature N° 435 (2005): p. 673-676; Heinrichs, et al., 'Efectos Amnésicos Selectivos de la Oxitocina en la Memoria Humana', Revista Fisiología y Conducta N° 83 (2004): p. 31-38; Bartz et al., 'La Neurociencia de la Afiliación: Forjando Vínculos entre Investigaciones Básicas y Clínicas sobre Neuropeptidos y el Comportamiento Social', Revista Hormonas y Comportamiento N° 50 (2006): p. 518-528; B. Ditzen, 'Efectos del Apoyo Social y de la Oxitocina en las Respuestas Sicológicas y Fisiológicas de Estrés durante Conflictos Matrimoniales', Congreso Internacional de Neuroendocrinología, Pittsburgh, PA: Junio 19-22 de 2006; Crenshaw, M. D., 'La Alquimia del Amor y la Lujuria' (Nueva York, Pocket Books, 1996).

Para resumir este apartado veamos lo que explica el Youcat (2012):

Estar lleno de amor quiere decir que algo gusta tanto que uno sale de sí mismo y se entrega a ello. Un músico puede entregarse a una obra maestra. Una educadora de jardín de infancia puede estar con todo su corazón a disposición de sus pupilos. En toda amistad hay amor. Una forma de amor particularmente hermosa es, sin embargo, el amor entre el varón y la mujer, en el que dos personas se entregan mutuamente para siempre. Todo amor humano es una imagen del amor divino, en el que todo amor se encuentra. El amor es el interior más íntimo del Dios trino. En Dios hay intercambio constante y entrega perpetua. Por el desbordamiento del amor divino los hombres participamos en el amor eterno de Dios. Cuanto más ama el hombre tanto más se hace semejante a Dios. El amor debe caracterizar toda la vida de la persona, pero debe realizarse de un modo especialmente hondo y significativo allí donde el varón y la mujer se aman en el matrimonio y se hacen «una sola carne» (no. 402).

2.1.2. Castidad

2.1.2.1. Qué es la castidad

De acuerdo con el Catecismo de la Iglesia Católica (2013), castidad significa:

La integración lograda de la sexualidad en la persona, y por ello en la unidad interior del hombre en su ser corporal y espiritual. La sexualidad, en la que se expresa la pertenencia del hombre al mundo corporal y biológico, se hace personal y verdaderamente humana cuando está integrada en la relación de persona a persona, en el don mutuo total y temporalmente ilimitado del hombre y de la mujer.” (no. 2337).

Como fruto de esta definición, podemos agregar que la castidad ayuda al ser humano a vivir de una manera generosa, respetuosa y sana su sexualidad. Mediante esta virtud, el hombre “es capaz de salir de sí, hasta la suprema realización de este éxodo de sí: el don de sí mismo al otro, creando comunión” (Caffarra, 1987, p. 36). De esta manera, el hombre y la mujer castos son capaces de auto poseerse, dominar sus instintos más primarios e incluso mirarse y reconocer que tienen hormonas, pero también neuronas. Galli (2010) explica que

La castidad forma parte de la templanza, y esta significa moderación, es decir, regulación. En consecuencia, la castidad es esa capacidad que pone a la persona en condiciones de regular la actividad sexual conforme a su propio estado de vida. Existe, por tanto, una forma de castidad para cada estado de vida. (p 51)

La castidad o pureza, es la puesta en práctica constante de una virtud, es una manera de vivir, en la cual, una persona, se ha ido ejercitando poco a poco con actos positivos por alcanzarla. Así como el orden, la puntualidad o el respeto se deben hacer actos virtuosos, lo mismo sucede con la castidad. La virtud “no es nunca un comportamiento instantáneo en tal o cual situación, sino una postura duradera, un *habitus*” (Allers, 1958, p. 157).

Por esta razón, tanto solteros, casados como consagrados, están llamados a vivir la virtud de la castidad. Los solteros y consagrados, mediante la abstinencia de la sexualidad-genitalidad. Los casados, viviendo activamente su sexualidad-genitalidad bajo el imperio de la razón y el respeto mutuo.

Del Castillo (2018) explica: “la palabra castidad viene del latín *castus*, y se traduce al español como puro. Es así como la castidad y pureza son sinónimos. La vivencia de la castidad es un hábito operativo bueno que permite vivir la sexualidad-genitalidad según la guía de la razón y la voluntad libre” (p 113).

Respecto a la pureza, creemos importante ahondar brevemente para entender en primer lugar que algo puro no solo se refiere a la pureza sexual. Y, por otro lado, nos permitirá contemplar lo atractivo que resulta lo puro y cómo el hombre suele tender hacia lo bueno, bello y verdadero que tiene la pureza:

Llamamos “pura” una cosa cuya materia no contiene ninguna mezcla de otra que le sea esencialmente extraña. Se habla de este modo de agua pura, alcohol puro, oro puro, vaso limpio. El contraste con pureza es suciedad o mejor aún, contaminación. (...) Observemos en el caso de las personas el concepto de pureza: (...) bondad pura, altruismo puro, amor puro al prójimo sin la menor mancilla de segundas intenciones egoístas que lo puedan empañar, pureza de intención y de carácter. (Allers, 1958, p. 159)

Es importante aclarar que castidad no es lo mismo que abstenerse de tener relaciones sexuales. Sucede algunas veces que las personas creen que un matrimonio tiene que vivir la castidad, es decir, no tener relaciones sexuales. No. La castidad es la virtud que ayuda al ser humano a vivir su sexualidad activamente y conforme a la etapa de su vida que esté atravesando. La relación sexual completa o plena la deben vivir aquellos que están casados. Las demás personas están llamadas a vivir una vida de abstinencia. Esto da lugar a un comentario más. Y es que, en el matrimonio, los esposos también están llamados a vivir la castidad, es decir, el respeto mutuo en el acto sexual. El haberse casado no les da bandera libre para hacer lo que quieran, cuando quieran ni como quieran. Porque ambos siguen siendo personas dignas de

respeto. Es por esto que no es correcta la frase “la castidad debe vivirse hasta el matrimonio”; lo correcto es decir “la castidad debe vivirse incluso en el matrimonio”.

Dentro del matrimonio la castidad no se vive necesariamente en la abstención sexual (tal vez sea necesario hacerlo en algún momento de la vida conyugal) sino en usar de la sexualidad sin separarla deliberada y positivamente de su capacidad procreativa. (Fuentes, 2006, p. 16)

La castidad busca darle el recto uso a la sexualidad, de acuerdo con la naturaleza. La castidad embellece al cuerpo, a la sexualidad y a la persona total. La castidad no es huir de las muestras de cariño, de afecto y cercanía como si fueran algo dañino. Al contrario, es una virtud que educa en la prudencia, la modestia, el pudor y el respeto.

El casto no es ni el estúpido, ni el escrupuloso, ni el impotente, ni el estéril, ni el feo o la fea, ni el solterón o la solterona. Estas son, en todo caso, las grotescas caricaturas que el mundo propone sobre la castidad para ridiculizarla. (Fuentes, 2006, p. 17)

La castidad es la virtud que regula, encausa rectamente el apetito sexual. Este es como un caballo, se lo puede dejar libre, en apariencia, para que haga lo que desee. Se encontrará en estado salvaje, no podrá ser controlado ni domado. Pero cuando se lo controla, se lo amaestra, se lo entrena, puede resultar sumamente útil para su entrenador.

Es también una *capacidad*, no solo es ausencia de una mancha “moral”. Es una energía interior que da al que la vive, la potestad de realizar acciones poderosas. Transforma la fuerza sexual y las integra en acciones concretas de amor verdadero para con Dios o para con los demás (Daum, 2014). Es por ello, veremos más adelante en profundidad, que se recomienda realizar actos positivos de caridad o ayuda al prójimo como una manera concreta de vivir la castidad, que va purificando las intenciones. Es por esta razón que podemos afirmar que la castidad es un estilo de vida, una manera de pensar, sentir y vivir. Que la castidad ayuda a modificar comportamientos, en fin, que es una *actitud* de vida.

La castidad, dijimos, es una virtud, es decir, un hábito operativo bueno. Y necesita, al mismo tiempo, de otro hábito virtuoso que la complementa, el pudor. Según Fuentes (2006), “el pudor es el hábito que regula el “entorno” o “marco” de la sexualidad: las miradas, los tactos, los gestos, los modos. Sin el entorno correcto, la castidad no es posible” (p. 30). A esto, agrega Allers (1958) que el pudor “protege la intimidad de la personalidad y la defiende contra

alguna indiscreción” (p. 204).

2.1.2.2. *¿Es posible vivir hoy la castidad?*

Muchas personas piensan, erradamente, que la castidad es represión, que es ir contra la naturaleza, que es anticuado, o que es la culpable de tantos trastornos de identidad o abusos dentro de instituciones religiosas. Otros piensan que vivir la castidad es estar pensando qué cosas no es posible hacer o de qué manera no ir contra el compromiso hecho. Parecería ser un camino angosto, donde la persona se encuentra atada de pies y manos y lo más recomendable sería quedarse en su casa para no sufrir tentaciones o los peligros de la vida en la calle. Nada más lejano a eso. “La castidad es posible y necesaria; además, es cautivante” (Fuentes, 2006, p. 7).

Evert (2014) profundiza el panorama:

La castidad es lo que sí puedes hacer y tener ahora mismo si lo quieres: una forma de vida que te da libertad, respeto, paz, alegría y hasta romance, sin reproches, sin temores ni angustias. La castidad libera a las parejas de la actitud egoísta de usarse uno al otro como objetos, dejándolos libres para tener y gozar de un amor verdadero. (p. 2)

Es difícil vivir la castidad y encontrar personas que la vivan. Pero, así como el mal es contagioso, lo es el bien. Y cuando un amigo o amiga, familiar cercano o incluso un desconocido, se entera que alguien vive una vida de pureza, eso llega a oídos de otros que también la viven.

Sucede hoy en día que fruto del movimiento feminista, la mujer se ha querido igualar con el hombre. Si bien es cierto que, a nivel social, económico y laboral, todos los sexos tienen los mismos derechos, en el aspecto moral, parecería ser que esta “igualdad con el hombre” no ha sido una igualdad en los ideales nobles y altruistas, sino en la igualdad “hacia abajo”, hacia lo más degradante del hombre. Es por eso que Evert y Evert (2015) afirman:

Las mujeres poseen un poder único para formar las culturas. Los hombres te miran para aprender cómo quieres ser tratada. Si un hombre es grosero y las mujeres no hacen nada para reprimirlo, él entiende que su comportamiento es aceptable. Pero cuando las mujeres, culturalmente, esperan ser tratadas con dignidad, algo extraordinario sucede: los hombres descubren que tendrán que convertirse en caballeros si quieren disfrutar de la compañía de las mujeres. (...) Cuando una cultura de damas se levanta, una cultura de caballeros le seguirá. (p. 52)

Vale la pena aclarar que no se pretende quitar responsabilidad a los hombres en su manera de actuar. Siempre tiene que haber respeto y cuidado de ambas partes. Lo que se pretende enfatizar es el poder que tiene la mujer para elevar al hombre, elevar a la sociedad entera.

¿Cómo hacer para atraer chicos o chicas que quieran vivir los ideales de una vida pura? Viviendo uno mismo eso que está buscando en otros. Quien ponga estándares altos, atraerá a quienes no se conformen con menos que eso. (Evert, 2014, p.8)

Quisiéramos proponer a continuación algunos consejos para perseverar en la vivencia de esta virtud, especialmente cuando la persona se sienta frágil, débil, con pocas ganas de ser constante, aburrido, desgastado, solo, o cualquier otra tentación que aparezca en la mente. Son consejos tomados de Almada (2016):

- 1) Pacte consigo mismo o con personas cercanas que no se rendirá pase lo que pase. Escríbalo, recuerde su pacto con algún objeto o carta escrita, dele solemnidad a su compromiso.
- 2) Mantenga siempre su diálogo interior. Ocúpese en cuanto pueda y como pueda, de cosas que para usted tienen sentido.
- 3) Ejercite su imaginación en la contemplación de la belleza, de la sabiduría, de las personas amadas, la naturaleza, el arte. Distánciese del mundo estresante que lo rodea con el poder contemplativo del espíritu. Dedique a este ejercicio unos 20 minutos al día.
- 4) La persona que ama domina el mundo. Dispóngase a ofrecer servicios de amor concreto a los usuarios para los que trabaja y a sus colegas. Esta actitud más que cansarlo, lo elevará.
- 5) Diga “sí” a la vida a pesar de todo y espere atentamente, que en algún momento la vida, Dios, las circunstancias o su propia voz interior le devolverán un “sí” victorioso.
- 6) El sentido del humor es un arma de sobrevivencia. No es un don gratuito del cielo, hay que entrenarse.
- 7) Evitemos la envidia y la queja improductiva.
- 8) Seguramente (...) hay alguien que se juega por nosotros. El desafío es descubrirlo y aliarse
- 9) El sufrimiento no es negativo en sí mismo. Negativo es el sufrimiento que no encuentra un porqué. Dar sentido al sufrimiento intentando comprender su mensaje, su enseñanza, su posibilidad de convertirse en oferta.

- 10) Póngase metas que puedan alcanzar “el final”, es decir, que sean realizables. Mire al futuro desde la acción presente.
- 11) Concéntrese en el momento presente y en él tome conciencia de lo que puede hacer y en la medida de lo posible, hágalo. Siempre es posible realizar algo positivo en cualquier lugar, en cualquier momento.
- 12) No se ponga metas que solo dependen de eventos externos. No se exija que todo cambie en una fecha precisa. El futuro no nos pertenece y la desilusión puede ser devastadora.
- 13) Usted es insustituible ante quienes lo aman y ante el desarrollo de su vida.
- 14) Sea agradecido. Registre todo aquello de positivo que recibió de la gente, del mundo, de Dios y no se olvide de agradecer.
- 15) Sea coherente con sus principios éticos. Cuando se vive en un mundo poco ético, nuestra integridad nos sostiene y asegura.

2.1.2.3. *Castidad y actitud*

La relación entre actitud, sexualidad y castidad es sumamente estrecha. Como dijimos anteriormente, la castidad es una forma de vida que una persona, luego de entenderla, se adhiere con su corazón y sus fuerzas para poder llevarla a la vida de la mejor manera.

Se trata aquí de una capacidad práctica, que hace al hombre apto para actuar de un modo determinado, al mismo tiempo, para no actuar del modo contrario. La pureza, para ser esta capacidad o actitud, obviamente debe estar arraigada en la voluntad, en el fundamento mismo del querer y del actuar consciente del hombre. (Fuentes, 2006, p. 29)

La actitud implica tres áreas de la persona. El área cognitiva, afectiva y conductual o volitiva. Por esa razón, el programa realizado abarcó estas áreas. Para ello se realizaron actividades en el salón de clases donde los jóvenes pudieron comprender intelectualmente el enfoque de la sexualidad en la castidad, tuvieron actividades relacionadas al conocimiento personal y a la afectividad, y realizaron actividades relacionadas con el área conductual, como fue tener que cumplir diversos retos a lo largo del bimestre.

Explica Rivas Navarro (2007) qué es la actitud:

“La actitud es una predisposición o tendencia a la acción, vinculada a cierta valoración de un objeto, persona, hecho, situación o actividad, con la propensión a actuar conforme a

aquella. Por tanto, las actitudes constituyen capacidades aprendidas y relativamente estables que afectan al comportamiento humano. Son facilitadoras de la conducta, aunque sin producirla necesariamente. Tienen una función motivadora, en cuanto que propician la rotura de la indiferencia, constituyendo estructuras funcionales que confieren consistencia a la personalidad y cierta estabilidad de la conducta. La actitud está conformada por componentes de naturaleza cognitiva, (su referencia a un sector de la realidad); afectiva (reacciones subjetivas positivas/negativas o acercamiento/alejamiento hacia el objeto de referencia) y conductual (tendencia a resolverse en una acción determinada).” (p. 31)

Tomando en cuenta la presente definición, vemos que la actitud se relaciona con hábitos operativos, que abarcan la voluntad, la afectividad y la cognición.

Existe una relación estrecha entre actitud y voluntad, ya que el acto volitivo se dirige o no, hacia aquello que la persona quiere o desea, una vez que realiza una valoración de este. Respecto al comportamiento sexual, especialmente a la castidad, encontramos un desafío grande al pretender medir la actitud. Y es que, en la educación, como dice el dicho popular “caras vemos, corazones no sabemos.” Es decir, lo que está en el fondo del corazón de cada persona, es muy difícil conocerlo, salvo que la persona lo exteriorice. Es por ello que se hace necesaria una educación integral, a nivel de toda la persona, con sus características cognitivas, afectivas y conductuales; sin embargo, ello, la persona puede decidir optar por una “doble vida”, donde por un lado habla y se comporta muy bien exteriormente, pero cuando nadie lo ve, su actitud es la opuesta.

Será a menudo difícil determinar si la pureza que creemos observar en una persona es tan solo un modo más bien superficial de comportarse, o signo de una pureza auténtica. (...)
Hay personas que solo llevan una máscara de la pureza. (Allers, 1958, p. 166)

Frente a este desafío es necesario educar en las virtudes, por ejemplo, la honestidad y la responsabilidad frente a los propios actos, como también en el recto uso de la libertad. Una aproximación a la sexualidad desde un control asfixiante o la represión no obtendrá resultados positivos a largo plazo.

Consideramos oportuno, por tanto, hablar sobre la voluntad, la afectividad y los diversos temas relacionados a la castidad y las actitudes que pretendemos que los jóvenes interioricen.

2.1.2.4. *Educación en la castidad*

Consideramos que la castidad debe educarse, así como la actitud. En realidad, lo que se educa es a la persona entera (Allers, 1958).

No es fácil plantear una educación en la castidad. Una virtud actualmente olvidada o atacada. Cuando se quiere proponer un taller o un tema como estos sobre el tapete, son bastantes los actores que, conflictuados, pretender criticarlo al punto tal que parezca una empresa irracional hablar de este tema en estos tiempos. Son diversos los actores sociales que pretender desnaturalizar la sexualidad o reducirla a un mero pasatiempo. Gobiernos, medios masivos de comunicaciones, redes sociales, marketing, maestros y profesores, padres de familia. Muchos lo hacen con intereses de por medio. Muchos por ignorancia.

Muchos gobiernos pelean actualmente como energúmenos para imponer —con una fuerza e intolerancia tan proverbial como la de los más renombrados totalitarismos históricos— una educación que convenza a la niñez y a la juventud de que ser castos es anormal y enfermizo; y que lo normal es ser un sinvergüenza (respetando el sentido etimológico de la palabra) y llevar una libertad sexual exenta de límites morales y de consecuencias sociales (es decir, embarazos) y sanitarias. (Fuentes, 2006, p. 6)

Resulta bastante desafiante y contracorriente (Daum, 2017) una educación hoy sobre el tema de la sexualidad y la castidad.

Una de las verdades que tienen mayor incidencia en la vida de una persona es la relacionada con su sexualidad: ¿deberías controlar tus impulsos sexuales?, o antes todavía de esta pregunta: ¿son controlables nuestros impulsos y deseos? Nuestra sociedad no tiene muy claro este punto; es más, es este uno de los campos donde más confusión encontrarás; te encontrarás con amigos (¡qué amigos!), profesores (¡vaya educadores!) y sobre todo los que tienen a su cargo los medios de comunicación masiva, que intentarán llenar tu cabeza con ideas sexualizadas del hombre y de la mujer. (...) No es difícil entender este fenómeno; ciertamente la tendencia al placer sexual es una de las más fuertes de nuestra naturaleza (porque precisamente por este medio la naturaleza garantiza la conservación de la especie). (...) Es fácil que, si una persona se degenera, lo haga reduciendo la realidad del hombre al sexo, e identifique la felicidad con el placer sexual. (Fuentes, 2008, p. 235)

Por tanto, si a lo dicho anteriormente, sumamos el gran negocio que resulta la sexualidad hoy en día, con todos los “tentáculos” que se desprenden de este pulpo:

pornografía, aborto, métodos anticonceptivos, condones, tratamientos contra ETS, literatura erótica, realidad virtual, etcétera, (Daum, 2014) educar en la virtud de la castidad, el cuidado del cuerpo, el pudor, de lucha contra los impulsos, la virginidad, la espera hasta el matrimonio, parecería ser descabellado y anacrónico.

Consideramos que es sumamente necesaria la educación en la castidad para que la sociedad sea sana. Es decir, el fin de la educación en la castidad es poder formar personas sanas, libres, reconciliadas, que llegarán a formar matrimonios sanos, fieles, felices, y, por lo tanto, familias que contribuyan al crecimiento de la sociedad: “Toda sexualidad encuentra la realización de su fin, en el matrimonio” (Allers, 1958, p. 347). Respecto al cuidado e importancia de la familia para la sociedad, agrega Canales (2006):

En la familia se juega el futuro de la humanidad, pues ella constituye un ámbito privilegiado de desarrollo personal y social para el hombre. En ella adquirimos los valores morales y las normas de convivencia pues es una escuela en la que se aprende a amar y a establecer lazos entre las personas. (p. 5)

Por esta razón los Estados deben tener políticas públicas que protejan a las familias, que las fomenten, porque sus ciudadanos serán lo que sean las familias, ya que “la familia es la célula primera y vital de la sociedad” (Juan Pablo II, 1981, N.º 42).

No pretendemos en la presente investigación, ahondar en el tema de la familia, será motivo para un posterior estudio. Pero no queríamos dejar de mencionar lo crucial que es para el mundo contemporáneo.

La educación es, en palabras de Rojas (1994), “ayudar a alguien para que se desarrolle de la mejor manera posible en los diversos aspectos que tiene la naturaleza humana” (p. 90). El gran desafío de la educación, y de la educación en la castidad, es que no solo se *informe* a los jóvenes sobre qué es la sexualidad y cómo vivirla, sino que se los *forme*, para que puedan discernir, decidir y vivir de acuerdo con estos principios y valores. Es ayudarlos a incorporar información a su inteligencia, formar el corazón, y acompañarlos en la acción. Sigue explicando Rojas (1994):

Educar es instruir, formar, pulir y limar a una persona para que se vuelva más armónica y sea capaz de gobernarse a sí misma. La mejor educación pretende construir la felicidad, pero sin olvidar que no hay felicidad sin sacrificio y renunciaciones. (p. 22)

Por ello, educar en la castidad es educar en el amor (Youcat, 2012), es educar en el gran abanico de virtudes: “Toda pedagogía sexual debe estribar en una educación del Amor. Su meta es la *oblación* (...) la renuncia a todo egoísmo y la *entrega de sí*” (Allers, 1958, p. 47). Como vimos anteriormente, el hombre y la mujer castos son aquellos que se sostienen de la generosidad, la humildad, la paciencia, la renuncia a sus caprichos, la escucha, el silencio, el pudor, el respeto, en contraposición a estilos de vida, actitudes, maneras de pensar, contrarios a estas y que resultan dañinos para el desarrollo de la persona.

Estilos de vida en los que estén presentes las drogas, la sexualidad precoz separada de un proyecto de vida a largo plazo, el individualismo y el consumismo, se oponen claramente al desarrollo integral de la juventud y las sociedades en la que viven. (Corcuera, et al., 2010, p. 33)

Es por esto que se hace sumamente necesario educar en la voluntad y los afectos, para que los jóvenes puedan tener la fuerza interior para comprometerse con lo que han experimentado como positivo para ellos y hacerlo una actitud de vida.

Cuando la voluntad está educada, el hombre de cualquier edad se vuelve joven, lozano y con mucho heroísmo en su comportamiento. Es la aspiración de llegar a ser un hombre superior (...) La voluntad recia, consistente y pétrea es la clave del éxito de muchas vidas y uno de los mejores adornos de la personalidad; hace al hombre valioso y lo transporta al mundo donde los sueños se hacen realidad. (Rojas, 1994, p. 7 - 8).

La voluntad, podría explicarse con una analogía siempre imperfecta, es como una bicicleta. Por sí sola no avanza. Necesita de dos fuerzas que la impulsen, la motivación y la ilusión. Una persona motivada, comenzará a andar con ganas. Y la ilusión le permitirá perseverar en el esfuerzo, por más que haya retos complicados, vicisitudes, caídas, voces interiores que nos quieran hacer detener (Rojas, 1994). Una persona motivada e ilusionada es capaz de mover montañas, es capaz de motivar e ilusionar a otro, es capaz de ser feliz y hacer feliz a otros.

Ilusión es el sinónimo llevado a la práctica de felicidad y es precisamente lo que deberías aspirar a conseguir. Es el curalotodo. Cuando te aconsejan que te dediques a tu «pasión» o a «lo que te haga feliz», en mi opinión se están refiriendo al mismo concepto: ilusión. (Ferriss, 2015, Kindle Locations 975)

A esto, agrega Pérez (2001): “Para ser un gran hombre, se necesita una gran pasión, entendida ahora como un querer fuerte que concentre energías en él. Si no se quiere alto no se realizan grandes ideales” (p. 137).

Por qué es importante educar en la voluntad y los afectos, porque para que una persona realice una acción, tiene que *querer* realizarla. Uno muchas veces puede entender que aquel objetivo o meta es buena o recomendable, pero si sencillamente no quiere, no lo hará. “Etimológicamente, voluntad procede del latín voluntas-atis, que significa querer” (Rojas, 1994, p. 9).

Pérez (2001) dirá:

La voluntad, apetito derivado del conocimiento intelectual, es la etapa final en la captura de la meta a que nuestras demás facultades apuntan. Son sus principales actividades: colaborar con la inteligencia en el logro de bienes que nos perfeccionan. Tomar decisiones a favor de algo que es suficientemente querido. Y aportar la fuerza para el logro de lo que nos perfecciona. (p. 133)

A esto, complementa Rojas (1994):

La voluntad consiste, ante todo, en un acto intencional, de inclinarse o dirigirse hacia algo, y en él interviene un factor importante: la decisión. (...) Hay tres ingredientes asociados que la configuran en un todo: 1. Tendencia. Anhelos, aspiración, preferencia por algo. Su origen etimológico proviene de tendere, inclinarse, dirigirse. 2. Determinación. Aquí hay ya distinción, análisis, evaluación de la meta pretendida, aclaración y esclarecimiento de lo que uno quiere. 3. Acción. Es la más definitiva y comporta una puesta en marcha de uno mismo en busca de aquello que se quiere. (Rojas, 1994, p. 9-10)

Tender, determinarse y accionar, implicará una elección y una renuncia (Rojas, 1994). El desafío es lograr que la persona elija aquello que lo perfeccione como ser humano, que pueda elegir el bien integral y al mismo tiempo comunicarlo a los demás, con su ejemplo de vida y sus palabras. Esto será un desafío, tanto para el joven como para quien lo esté guiando, sean sus padres, sean sus profesores o algún referente. ¿Cómo ayudar a que el joven elija lo correcto de manera constante, hecho virtud? Primero debe conocer el objeto, el valor que tiene y lo beneficioso que es optar por él. De esa manera tendrá la actitud correcta para obrar. Dice Allers (1958):

Una educación en la voluntad no podría tener otro sentido sino la producción de una postura interior perdurable (*habitus*) con vistas a disponer el obrar según el reconocimiento de los valores. En esto estriba, desde luego, el sentido de toda educación: a saber, que primero se establezca una armonía entre las actitudes estimativas subjetivas y las vigencias valorativas objetivas, sin lo cual la persona no sería del todo capaz de obrar de una manera justa y debida; y luego, para que se despierte la capacidad de ordenar la propia manera de obrar según tales conocimientos acerca del orden de los valores. (p. 244)

Elegir no es fácil. Muchas veces surgirán dudas, confusiones, panoramas poco claros, incluso tentaciones cómodas de elegir lo instantáneo, lo fácil, lo placentero del momento. Por esa razón, se recomienda establecer un objetivo claro y metas concretas. Ayudarlo a pensar “¿Cómo quisiera estar de acá a cierta cantidad de tiempo?”. Ponerse metas claras y posibles, y al mismo tiempo lo suficientemente grandes para inspirar a esa persona a no abandonar o frustrarse cuando lleguen las dificultades (Ferriss, 2015). Al mismo tiempo, será un desafío buscar y ayudar a que la persona se motive, pueda vivir y alcanzar esa meta porque tiene esa motivación y quiere perseverar en ella.

Los agentes motivadores son los que ponen en marcha la voluntad y la hacen realidad, fácil, bien dispuesta, capaz de superar las dificultades, frenos y cansancios propios de ese esfuerzo. Motivación, por tanto, es ver la meta como algo grande y positivo que podemos conseguir; pero desde la indiferencia no se puede cultivar la voluntad. Quizás el problema resida en que muchas metas grandes para el ser humano son excesivamente costosas y con comienzos muy duros. Ahí entra de lleno el tema de los ideales o valores, cuya posesión nos alegra a todos; pero hasta llegar a poseerlos hay que recorrer un camino muy empinado. La paciencia o el autodominio no se consiguen sólo pensando en ellos, sino después de una batalla dura con uno mismo, a base de pequeños ejercicios repetidos una y otra vez. (Rojas, 1994, p. 13)

Al mismo tiempo, la educación o formación del carácter en valores éticos será clave: “Valores como la sinceridad, honradez, fidelidad, valentía y firmeza” (Guardini, 2005, p. 72).

Es necesario hacer un breve comentario respecto al sujeto de la educación. En nuestro caso los jóvenes adolescentes. No hemos querido hacer una explicación extensa respecto a sus características biológicas, psicológicas, sociales y morales, pero sí una breve mención respecto al desafío de la educación en esta etapa. Están en un momento de su desarrollo evolutivo que resulta apasionante y complejo. Tanto para padres como profesores y, para ellos mismos, es

una etapa difícil, donde surgen elementos nuevos, atracciones e intereses, incluso referentes que antes se percibían con amabilidad, ahora parecen ser cuasi- enemigos. “La crisis decisiva desde dentro tiene lugar porque se entrecruzan los dos impulsos básicos: la afirmación individual de sí mismo y la tendencia sexual” (Guardini, 2005, p. 60). Respecto a la afirmación individual, el joven anhela diferenciarse del resto, sentirse único, especial, descubrir su “Yo mismo”; si bien hay muestras de querer ser independiente y responsable, también es patente la inseguridad y muchas veces el egocentrismo. Es él mismo el que quiere elaborar su pensamiento y reflexiones, se rebela ante lo “dado” y ante la figura de la autoridad. Respecto a la tendencia sexual, el cuerpo desarrolla la capacidad de procrear y eso produce un fuerte impulso de atracción, si bien aún no se entiende bien ni está inserta en su personalidad. Todo es nuevo, hay confusiones y dudas. También es un desafío para padres y educadores porque en esta etapa el joven se encuentra, por lo general, renuente ante el influjo ético y religioso (Guardini, 2005). Es importante en esta etapa, motivar al joven a vivir con valores y a inspirarle ideales altos, ya que es una etapa de grandes sueños y búsqueda existencial. Como están en plena etapa de autonomía y de experimentar la realidad, es recomendable proponerle a las jóvenes actividades donde ellos puedan sacar adelante un proyecto de servicio y ayuda. Si bien es importante un adulto que los guíe y acompañe, el joven tiene que verse capaz de ir asumiendo la vida poco a poco y a darse cuenta con su libertad y conducta, que realizar el bien (valor ético), es algo entusiasmante (Petrinelli, 2007). Veremos más adelante cómo optar por el bien ayuda a educar y formar su voluntad.

Consideramos que no solo basta una educación en la voluntad, sino también en la afectividad. Una persona que ha sido lastimada, que no tiene confianza en sí misma o que cree que es menos que los demás, tiene bastantes posibilidades de no estar en condiciones de vivir esta virtud y, más bien puede ser proclive a una vida desordenada. Al mismo tiempo, si se trabaja junto a esta persona y se la ayuda a darse cuenta de su valía, de los dones y talentos que tiene y cómo estos pueden ayudar a los demás, la persona se hace más capaz de vivir la castidad y una sexualidad sana. (Del Castillo, 2017)

La afectividad, explica Rojas (2004):

Es el modo en que somos impactados internamente por las circunstancias que se producen a nuestro alrededor. Es en la intimidad de la persona donde esto resuena, en la sacralidad de cada uno. La afectividad es un universo emotivo formado por un sistema complejo de sentimientos, emociones, pasiones, motivaciones, ilusiones y deseos. Cada uno tiene una geografía particular, pero su contenido se entrecruza, se combina, mezclándose, formando

uniones lógicas y caprichosas que requieren ser estudiadas con rigor para adentrarnos en la selva espesa de la semántica afectiva. (p. 65)

Mucho podríamos decir de la afectividad. Hemos optado por elegir la aproximación relacionada con la valoración de uno mismo porque se relaciona con la vivencia de la sexualidad. Todos los seres humanos necesitamos amor. El amor es para el espíritu, lo que la sangre para el cuerpo. Todos los seres humanos necesitamos donarnos y saber que alguien se dona por nosotros. Todos los seres humanos necesitamos entregarnos gratuitamente y saber que alguien es capaz de entregarse gratuitamente por nosotros. Todos los seres humanos necesitamos ser felices y saber que alguien es feliz gracias a nosotros. En fin, todos necesitamos amar y ser amados (Perazzo, 2017). Explica Juan Pablo II (1979):

El hombre no puede vivir sin amor. Él permanece para sí mismo un ser incomprensible, su vida está privada de sentido si no se le revela el amor, si no se encuentra con el amor, si no lo experimenta y lo hace propio, si no participa en él vivamente. (no. 10)

Creemos que es fundamental tanto en la familia como en el colegio, que los adultos, con su ejemplo de vida, transmitan amor y confianza a los jóvenes.

Ayuda mucho que la persona se enfoque en sus aspectos positivos de la personalidad. Sucede muchas veces que, por falta de autoconocimiento o por una autopercepción negativa, la persona no es capaz de mirarse y ver sus cualidades. Hay partes que no ve, un “lado ciego”. Por ello, ayuda mucho que personas de su entorno, le manifiesten sus cualidades. Esto funciona, por ejemplo, con el ejercicio de la “Ventana de Johari” (Fritzen, 1987, p. 9), donde, en grupo, cada uno va explicando sus virtudes y defectos y, luego, los demás nos dicen qué cosas ven de nosotros que nosotros no logramos ver.

Otro aspecto importante para la valoración personal es la entrega y ayuda a los demás. Estar encerrado en uno mismo funciona como un velo. Cuando uno vive el amor y la entrega, el velo se va descubriendo y va apareciendo lo más auténtico de la persona, muchas veces desconocido. Explica de manera muy precisa y profunda Merton (1998):

El hombre está dividido contra sí y contra Dios por su egoísmo que lo divide de sus hermanos. Esta división no puede ser sanada por un amor que se coloca solitario en uno de los dos lados de la hendidura; el amor debe alcanzar ambos lados para poder juntarlos. No podemos amarnos a nosotros mismos si no amamos a los otros; y no podemos amar a otros si no nos amamos a nosotros mismos. Más un amor egoísta de nosotros mismos nos vuelve

incapaces de amar a otros. (...) Esta verdad nunca es clara mientras presumimos que cada uno de nosotros, individualmente considerado, es el centro del universo. No existimos solo para nosotros, y únicamente cuando estamos plenamente convencidos de esta verdad comenzamos a amarnos adecuadamente y así también amamos a otros. ¿Qué quiere decir amarnos adecuadamente? Lo primero, desear vivir, aceptar esta vida como un inmenso don y un gran bien, no por lo que ella nos da, sino porque nos capacita para dar a otros. El mundo moderno empieza a descubrir cada vez mas que la calidad y la vitalidad de la existencia del hombre dependen de su voluntad secreta de vivir. Existe dentro de nosotros una fuerza oscura de destrucción, que alguien ha llamado el “instinto de la muerte”. Es algo terriblemente poderoso esta fuerza engendrada por el amor propio frustrado que lucha consigo mismo. Es la fuerza del amor de sí mismo que se ha vuelto aborrecimiento de sí mismo y que, al adorarse, adora el monstruo en que se consume. Es pues, de importancia suprema que consintamos en vivir para otros y no para nosotros mismos. Cuando hagamos esto, podremos enfrentarnos a nuestras limitaciones y aceptarlas. Mientras nos adoremos en secreto, nuestras deficiencias seguirán torturándonos con una profanación ostensible. Pero si vivimos para otros, poco a poco descubriremos que nadie cree que somos “dioses”. Comprenderemos que somos humanos, iguales a cualquiera, que tenemos las mismas debilidades y deficiencias, y que estas limitaciones nuestras desempeñan el papel mas importante en nuestras vidas, pues por ellas tenemos necesidad de otros y los otros nos necesitan. (p. 18-19)

Otros aspectos para tener en cuenta para poder sanar las heridas afectivas, valorarnos a nosotros mismos y poder amar a los demás, que serán desarrollados en el siguiente apartado. Son la humildad, el perdón y la paciencia. Humildad, para reconocer qué debo cambiar y qué no voy a poder cambiar de mi historia, mi realidad o entorno. Perdón, para poder liberarnos de las ataduras del rencor e ingresar a un estado de paz interior. Paciencia, para comenzar esta empresa sabiendo que el camino es largo, muchas veces fatigoso, pero hay luz al final del túnel y que Dios siempre acompaña.

Quisiéramos terminar este apartado, citando un texto bello donde se relata, en medio del crecimiento del joven acompañado por un adulto, cómo se le ofrece al primero un horizonte de vida desde la responsabilidad y los grandes ideales. Es el ideal de ser un gran hombre y una gran mujer, que contribuyan a una sociedad mejor:

¡Cuántas responsabilidades!, me dirás... Es verdad. Pero ¿preferirás tú una vida vacía y vana en la que no hubiera nada grande que realizar, una vida que no abriera ante tus ojos el paisaje exultante de una misión? Una misión, esta es la palabra a la que debemos recurrir.

¿Sabes que esta palabra quiere decir un soldado, un explorador, un sacerdote encargado de una misión? Se trata, desde luego, de una obra importante. Nadie siente que va a cumplir una misión cuando va al cine. Se trata de una obra peligrosa que lleva consigo riesgos y aventuras. No se cree que se ejecuta una misión cuando se lleva una carta al correo. Pero cuando se trata de servir de estafeta en tiempo de guerra y de llevar un mensaje a través de las líneas enemigas, esto es ya otra cosa. Se trata de un encargo de honor, cuya ejecución se acepta, porque lleva consigo el bien de los demás y porque uno quiere mostrarse digno de la confianza que le han dispensado. Cuando tu mirada se proyecta hacia el porvenir, que sea siempre para descubrir “misiones” que te esperan. (Juan el Presbítero, 1969, p. 18)

Vale la pena dejar asentado que el ejemplo de los padres en la familia y del educador, es fundamental. Ilumina esta idea Fuentes (2007):

Los niños están dispuestos a vivir según las verdades morales practicadas por sus padres. Por tanto, no se los puede educar en el amor a Dios si los padres no viven el amor a Dios; no se los puede educar en la castidad si los padres no practican la castidad. Aquí está la diferencia entre “enseñar” y “educar”: es mucho más fácil enseñar que educar; para lo primero basta saber algo, para lo segundo, es menester ser algo. La verdadera influencia del educador no está en lo que dice, hace o enseña sino en lo que el educador es. La verdadera educación consiste en darse a sí mismo como modelo viviente, como lección real. (p. 114)

Consideramos finalizar el apartado diciendo que la castidad no se reduce únicamente a una cuestión de voluntarismo, si bien implica ejercitar la voluntad. Tampoco implica solamente sanar o reconciliar las heridas afectivas para saber cómo amar rectamente y así poder vivir a plenitud esta virtud. La vivencia de la castidad o pureza va muy de la mano con una vida espiritual sólida, perseverante y animada por Dios, para así vivir una “vida en el Espíritu”, trascender lo meramente material y descubrir lo bello de la sexualidad. Si queremos vivir la pureza, busquemos a Aquel que es la Fuente de la pureza.

2.1.2.5. Castidad y aprendizaje del amor

La sexualidad es un gran don, y como todo don, hay que cuidarlo con responsabilidad. La manera más sabia de cuidar a una persona es protegiéndola. Muchas veces, tanto hombre como mujeres, tenemos que proteger a nuestro compañero del peligro más acechante y temible: el egoísmo de uno mismo. El egoísmo es ese fantasma que ronda a nuestro alrededor diciéndonos que merecemos tener tal cosa o tal otra. Es la voz del “hombre viejo” que nos pide

poseer más y más. El amor, es todo lo contrario. El egoísmo es posesión. Es mirar al otro para mi complacencia personal. Es por eso que cuando uno se toma en serio a la otra persona, cuando decide protegerla, aumenta el sentido de responsabilidad. “El amor humano tiene dos caras que se distinguen, pero no pueden separarse totalmente: el amor de concupiscencia y el amor de benevolencia. El primero es el “querer para sí”; el segundo el que “se dona al otro” (Fuentes, 2006, p. 24). La castidad es la virtud por la cual nos entregamos al otro con amor, y es un amor verdadero. “No es posible la castidad sin amor” (Caffarra, 1987, p. 43).

La castidad necesita de otras “compañeras” o cualidades de vida en la persona. No basta con querer comportarse de manera casta si la persona no hace un esfuerzo, por ejemplo, por ser moderado en el hablar o en el comer, o si la persona no es generosa con las personas que tiene cerca. Otras cualidades que preparan para la vivencia del amor verdadero en castidad son la humildad, la mortificación, la honestidad, la generosidad, la capacidad de abnegación, la capacidad de escucha y perdón, la paciencia.

La vida sexual impone también sus sacrificios y renunciaciones, tanto para darse sin tener ganas, como para abstenerse cuando se sienten ganas, pero no es conveniente al cónyuge. ¿Cómo puede lograrse esto cuando no hay dominio de las pasiones en general? (...) El que no domina la lengua, la ira, el rencor, la envidia, el egoísmo; ¿cómo dominará su sensualidad? El que no domina su sensualidad, ¿cómo dominará su violencia, su afán de dominio y su soberbia que humilla a los demás? (Fuentes, 2006, pp. 31-32)

¿Desde qué momento se debe educar a la persona en estos valores y actitudes? Definitivamente desde niños. Si queremos que nuestros hijos sean felices en su vida sexual, en su matrimonio y en su vida en general, tanto padres como educadores tienen la responsabilidad de acompañarlos desde pequeños. Explica Toth (1960):

Los padres deben educar a sus hijos para que tengan el día de mañana una vida matrimonial feliz, y precisamente es ésta la educación que muchos padres omiten. Educan a sus hijos para que sean corteses y de buenos modales; los educan en el deporte, en el baile, les hace aprender idiomas, música; lo único que omiten es prepararlos para lo más importante: para la vida matrimonial. (p. 32)

Esta educación desde pequeños debe considerarse teniendo en cuenta los cuestionamientos del niño y su capacidad de entenderlos, sin apresurarse en cuestiones que no haya preguntado (Allers, 1958).

2.1.2.6. *Castidad y relaciones prematrimoniales*

Se mencionó con anterioridad, y es uno de los objetivos del presente trabajo, manifestar la belleza de la sexualidad y del acto sexual. Del mismo modo, hemos visto cómo la vivencia de la virtud de la castidad educa al hombre y a la mujer en una actitud de entrega, oblación y renuncia a sus caprichos, que produce paz, tranquilidad y libertad interior.

En el presente apartado quisiéramos exponer algunos argumentos que embellecen el acto sexual en el contexto apropiado, el matrimonio, y lo menguan cuando se realizan fuera de él.

Durante las charlas, conferencias, clases o diálogo con los alumnos, uno de los argumentos más difíciles de comprender es el porqué de la importancia de esperar hasta el matrimonio para tener relaciones sexuales. Uno de los argumentos más fuertes es “pero lo amo, además me voy a casar con él/ella”. En un primer momento parecería ser válida la frase, pero analicemos un poco más a fondo las razones que hacen muy recomendable la espera del matrimonio.

Evidentemente en la sociedad actual, donde es difícil encontrar valores absolutos, donde cada uno vive más a su propio parecer y se rebela cuando una autoridad externa le pone las “reglas de juego”, es evidente que tener relaciones sexuales completas sea algo “normal”, especialmente para aquellos enamorados que llevan tiempo juntos, incluso para aquellos que, ya comprometidos más formalmente en un noviazgo, tienen las miras puestas en el matrimonio.

Explica Fuentes (2007):

Las relaciones prematrimoniales están mal en sí mismas, y, si bien, no puede negarse que los novios se amen, sí puede afirmarse que la relación sexual no es una manifestación auténtica del amor en esa etapa de sus vidas. ¿Por qué? Fundamentalmente porque la “relación sexual” es la manifestación plena y exclusiva de la conyugalidad (la “conyugalidad” es la unión física, psíquica y espiritual entre personas de distinto sexo unidas en matrimonio indisoluble), y los novios carecen de la conyugalidad, aunque se ordenen a ella y se estén preparando para ella. La relación sexual es la manifestación plena del amor conyugal, porque es en ella donde los esposos alcanzan la máxima unión física y, a través de ella, fomentan la máxima unidad afectiva y espiritual. Allí son “una sola carne” y mediante este acto también “un solo espíritu”. Pero es también la manifestación exclusiva de la conyugalidad porque sólo dentro del matrimonio es lícito realizar la sexualidad. (p. 12)

Como se dijo anteriormente, el cuerpo manifiesta una realidad a la hora de tener relaciones sexuales. La persona, con el lenguaje del cuerpo, está manifestando una entrega, una “donación”. Cuando uno se dona, se entrega completamente al otro. “Esta donación es total cuando incluye todo cuanto se tiene, de modo exclusivo, en el estado más perfecto en que puede estar lo que se dona, y para toda la vida” (Fuentes, 2007, p. 13).

Queda evidente que, si no es en el contexto del matrimonio, dando públicamente ese sí a la otra persona, en un compromiso asumido con seriedad y responsabilidad, no se está realizando una donación total a la otra persona. Es la diferencia entre la relación sexual en el matrimonio o antes del matrimonio, la diferencia entre el acto oblativo de entrega y el acto egoísta de poseer para uno. El acto, en apariencia, es el mismo, pero la intención, completamente distinta. (Fuentes, 2007)

En las relaciones prematrimoniales, la mujer es la que tiene más que perder. Le entrega todo al varón, esperando reciprocidad, la cual no siempre tiene lugar. Es la que puede quedar embarazada, con todos los dolores de cabeza que eso produce cuando ninguno de los dos está preparado para hacerse cargo de un hijo. Los medios de comunicación y la presión social pueden hacer que la chica decida “deshacerse” del niño, recurriendo al aborto, lo cual generaría graves daños tanto físicos como psicológicos por el síndrome postaborto. Al mismo tiempo, usualmente la mujer es la que más teme ser abandonada por el hombre y, junto a esto, la que les esconde a sus padres la relación que mantiene con su enamorado, generando tensión, nerviosismo y ansiedad (Fuentes, 2007).

¿Por qué tantos matrimonios fracasan? Sencillamente porque ninguno de los dos se preparó para lo que esa vida implica. Cuando se saltan etapas, cuando se quiere ir deprisa, hay vacíos en la pareja, que el matrimonio no compensará de manera mágica.

Considera lo que hace feliz y durable un matrimonio: paciencia, autocontrol y capacidad de sacrificio. Ahora considera las cualidades que una pareja que vive la castidad tiene que practicar: paciencia, autocontrol y sacrificio. Cuando se valora el placer más que a estas cualidades, las parejas pierden la oportunidad de desarrollar y fortalecer las virtudes que hacen que perdure y sea feliz el matrimonio. Después de todo, estar unido para toda la vida es mejor que sentirse unido por unas noches. La verdad es que el sacrificio mutuo intensifica el amor y rehusar este sacrificio lo destruye. Si de verdad quieres un amor para toda la vida, comienza a construirlo ahora preparándote para él. (Evert, 2014, p. 12)

2.1.2.7. *Castidad y pornografía*

En la actualidad nos encontramos con una de las industrias más poderosas a nivel mundial, con gran influencia en la vida de las personas, con capacidad de penetrar en la mente y el corazón de las sociedades, de manera silenciosa y al mismo tiempo escandalosa, de manera agazapada y que de pronto, sin uno darse cuenta, se hace parte de la vida de uno, de sus comportamientos y maneras de ver la realidad. A diferencia de las drogas más usuales, como el alcohol, la cocaína o incluso el juego, la pornografía tiene un “plus”, que la hace tan atractiva y masiva: es gratuita, al menos en un comienzo, no se ven las consecuencias externas en un consumidor, como por ejemplo el estado de ebriedad en un alcohólico y es accesible a todo el mundo, basta una conexión a internet. Es la “nueva droga”, en la que muchas personas están metidas o “enganchadas”, tal vez más personas de las que uno se podría imaginar.

El Catecismo de la Iglesia Católica (2013) explica lo que es la pornografía:

La pornografía consiste en sacar de la intimidad de los protagonistas actos sexuales, reales o simulados, para exhibirlos ante terceras personas de manera deliberada. Ofende la castidad porque desnaturaliza la finalidad del acto sexual. Atenta gravemente a la dignidad de quienes se dedican a ella (actores, comerciantes, público), pues cada uno viene a ser para otro objeto de un placer rudimentario y de una ganancia ilícita. Introduce a unos y a otros en la ilusión de un mundo ficticio. Es una falta grave. Las autoridades civiles deben impedir la producción y la distribución de material pornográfico. (Nº. 2354)

Una de sus mayores estafas es que, a diferencia de lo que se piensa en un primer momento, no muestra todo de las personas, sino que tan solo se muestra una parte, que es la corporal. ¿Quién piensa en lo que piensan, viven o sienten las personas que aparecen en los videos o imágenes? El acto sexual queda desnaturalizado y la persona convertida en un objeto. Nada más denigrante (Lubben, 2010).

La industria pornográfica es un negocio redondo para los productores. Las ganancias son bimillonarias y van en aumento cada año. Hay gente interesada en promover el sexo para ganar dinero. (...) Invierten dinero para fomentar el libertinaje y una sexualidad precoz entre los jóvenes. (...) En 2005 las ganancias a nivel mundial se calculaban en 57 mil millones de dólares, y solo en Estados Unidos 12 mil millones. (Daum, 2017, p. 71)

Es por esta razón que, dentro de la industria, tantos actores recurren a estupefacientes y al alcohol, por la angustia y depresión que llegan a vivir (Lubben, 2010).

En relación a la importancia de educar en el amor verdadero, consideramos fundamental que los jóvenes comprendan las consecuencias que tiene en sus vidas este tipo de contenido. La persona que ve pornografía está viendo afectada su capacidad de amar, su capacidad de ver a la otra persona como persona, y poco a poco, al principio imperceptiblemente, se empieza a ver al otro como un objeto, como alguien al que se toma si conviene, y cuando no, se deshecha. “El amor quiere decir compromiso, entrega y sacrificio. La pornografía te enseña a reducir a los demás a objetos para satisfacción sexual que se pueden usar y tirar cuando ya no haya novedad ni pasión” (Evert, 2014, p. 19).

Loverde (2006) amplía:

Esta plaga arruina el alma de los hombres, las mujeres y los niños, destruye los vínculos del matrimonio y victimiza a los más inocentes entre nosotros. Oscurece y destruye la capacidad de las personas para verse unas a otras como expresiones singulares y hermosas de la creación de Dios; en lugar de ello les nubla la vista y las lleva a ver a otras como objetos que se pueden usar y manipular. Se ha justificado como un canal de libre expresión, apoyado como una iniciativa comercial y permitido como apenas otra forma de entretenimiento. No se reconoce ampliamente como una amenaza a la vida y a la felicidad. No suele tratarse como una adicción destructora. Cambia la forma en que los hombres y las mujeres se tratan entre sí, a veces de forma asombrosa, pero a menudo sutil. (p. 2)

Una de las razones por lo cual es tan difícil dejar la pornografía es la “adicción a la novedad” (Wilson, 2014). El “efecto Coolidge” (Fiorino, D., Coury, A., Philips, A., 1997) es el nombre que se le dio en una investigación con ratas de laboratorio al comportamiento sexual del macho. Se le introducía una hembra para aparearse. Luego de terminar el acto, el macho se veía saciado, cansado y desganado para reiniciar la copula. Sin embargo, al cambiarle la pareja y ponerle una hembra nueva, este se recuperaba más rápido e iniciaba nuevamente la actividad sexual.

Observar una imagen sensual produce una reacción en el cerebro de un tercio de segundo. Se libera dopamina, y se produce la sensación de placer. Es el mismo efecto que producen las drogas, como la cocaína, metanfetamina y heroína. Es por esta razón que la pornografía funciona como una droga visual. (Brandenburg, 2016).

2.1.2.8. *Castidad y masturbación*

Acompañado de la pornografía suele estar la masturbación, aunque no siempre. (Daum, 2017). Este fenómeno puede ser generado sostenido en el tiempo por diversos factores. Ansiedad, inmadurez, egoísmo, angustia o tristeza. “Suele ser un modo de evasión y sedación. También hay quienes la usan para autocomplacerse, sentirse amado, querido y simplemente sentirse bien o mejor” (Del Castillo, 2017, p.130).

El CCE (2013) explica qué es la masturbación y por qué es un acto desordenado:

Por masturbación se ha de entender la excitación voluntaria de los órganos genitales a fin de obtener un placer venéreo. “Tanto el Magisterio de la Iglesia, de acuerdo con una tradición constante, como el sentido moral de los fieles, han afirmado sin ninguna duda que la masturbación es un acto intrínseca y gravemente desordenado”. “El uso deliberado de la facultad sexual fuera de las relaciones conyugales normales contradice a su finalidad, sea cual fuere el motivo que lo determine”. Así, el goce sexual es buscado aquí al margen de “la relación sexual requerida por el orden moral; aquella relación que realiza el sentido íntegro de la mutua entrega y de la procreación humana en el contexto de un amor verdadero” (Nº. 2352)

A continuación, una explicación médica del Doctor Carlos Mendoza de los peligros y consecuencias biológicas y sociales de la masturbación y la pornografía:

La pornografía está casi siempre asociada a la masturbación. Al realizar el acto masturbatorio, la persona va a llegar a un orgasmo o, en el caso del varón, a una eyaculación. El intenso placer de esta activa procesos psicológicos y biológicos en el cerebro. El cerebro es un órgano siempre en evolución, siempre cambiante; esta propiedad es llamada neuro-plasticidad. Es decir, lo que hacemos, pensamos o sentimos produce modificaciones constantes en el cerebro. Cuando una persona ve pornografía y se masturba, lo que hace es producir una intensa estimulación de los centros del placer en el cerebro (núcleo accumbens y área tegmental ventral), los mismos que envían la información a otras zonas del cerebro que “graban” la conducta que proporcionó placer y sellan un aprendizaje que busca ser re experimentado. En síntesis, la masturbación frecuente asociada a la pornografía deriva en una condición hiperfuncionante de sectores del cerebro produciendo cambios neurobiológicos por medio de los procesos de neuro plasticidad. Las estructuras antes mencionadas, al estar en las porciones primitivo- instintivas del sistema nervioso y al sobre estimularse, lo que hacen es promover que los comportamientos instintivos predominen sobre los sectores más evolucionados que están en nuestra corteza cerebral. De

esto se desprende el segundo problema: no solo puede conducir a una adicción, sino también a una deshumanización psicopatizante. La persona, cuando se psicopatiza, se deshumaniza, se olvida de sus principios y valores y se vuelve sumamente egocéntrica. Y ese es un punto clave: la masturbación y la pornografía llevan a un egocentrismo que tiene un correlato biológico. (Daum, 2017, p. 85)

La masturbación suele traer como consecuencia más insatisfacción, complejo de inferioridad, culpabilidad, autoexclusión. De hecho, no existen estudios médicos que sostengan que la masturbación sea buena para la autoestima o el desarrollo personal. (Irala y Beltramo, 2013).

A diferencia del mito de que se necesita “desfogar” el apetito sexual y es por eso que tantas personas no pueden concebir en su mente la posibilidad del celibato sacerdotal o religioso, Firth (1940) explica:

Entendamos claramente que la secreción de los fluidos seminales no se parece en nada a la secreción de la orina en los riñones, la cual se efectúa gota a gota y se va almacenando en la vejiga para descargarse periódicamente. Esto es una analogía mal aplicada, que ha conducido a muchísimos errores a tantas personas, que creen que si los deseos sexuales son fuertes el fluido seminal debe acumularse en ellos hasta que llega el momento en que su descarga se vuelve ineludible. El fluido seminal es secretado solo *después* que los órganos se han congestionado de sangre como resultado del impulso nervioso. De ahí puede deducirse que, si logramos dominar el impulso nervioso, evitando el aflujo de sangre a dichos órganos, no se secretará fluido seminal. (p. 41)

Por lo expresado anteriormente, consideramos necesario educar a los jóvenes en la recta aproximación hacia su sexualidad y en ayudarles a conocer las razones que hay detrás de algunas recomendaciones que se les hacen. Es por esto que la vivencia de la virtud de la castidad les aportará elementos positivos a la hora de aproximarse a este tema.

Capítulo 3

Metodología de da Investigación

La opción por encarar este proyecto de investigación nació de observar la necesidad de la juventud actual de recibir información y acompañamiento para poder afrontar y vivir de una manera sana su sexualidad y su relación con sus pares.

3.1. Tipo de investigación

El paradigma escogido para la investigación, debido a su naturaleza de procurar una mejora o transformación de la actitud de los jóvenes hacia la sexualidad, es el “socio-crítico” o “investigación-acción”. Bausela (2002) explica:

La investigación – acción supone entender la enseñanza como un proceso de investigación, un proceso de continua búsqueda. Conlleva entender el oficio docente, integrando la reflexión y el trabajo intelectual en el análisis de las experiencias que se realizan, como un elemento esencial de lo que constituye la propia actividad educativa. Los problemas guían la acción, pero lo fundamental en la investigación – acción es la exploración reflexiva que el profesional hace de su práctica, no tanto por su contribución a la resolución de problemas, como por su capacidad para que cada profesional reflexione sobre su propia práctica, la planifique y sea capaz de introducir mejoras progresivas. En general, la investigación – acción cooperativa constituye una vía de reflexiones sistemática sobre la práctica con el fin de optimizar los procesos de enseñanza - aprendizaje. (p.1)

Reflexionando a la hora de preparar las clases y de conversar con los alumnos, hemos descubierto la necesidad de realizar un taller que les aporte una aproximación a la sexualidad vista como un don y una responsabilidad, y un camino concreto para poder ser felices. Es por esa razón que quisimos unir la teoría con la praxis en el salón.

Este paradigma procura una interrelación entre el sujeto y el objeto para de esta manera, fomentar un cambio en la población escogida. Para poder evidenciar un cambio o avance, se aplicarán entrevistas abiertas como instrumento de recolección de datos para su posterior análisis.

La metodología de la presente investigación es cualitativa, ya que, utilizando el diseño de una entrevista abierta como instrumento de recolección de datos, se procederá a analizar las actitudes hacia la sexualidad en un antes y un después de la implementación del taller, para poder sacar conclusiones de la investigación.

3.2. Diseño de investigación

Vara (2015) explica:

Los diseños de investigación son planes y estrategias de investigación concebidos para obtener respuestas confiables a las preguntas de investigación. El diseño, entonces, plantea una serie de actividades sucesivas y organizadas, que deben adaptarse a las particularidades de cada investigación y que indican los pasos y pruebas a efectuar y las técnicas a utilizar para recolectar y analizar datos. (p. 235)

El diseño del presente estudio se explicita en la matriz de plan de acción, donde se proponen las estrategias a seguir en relación con los objetivos específicos, desde el planteamiento del diagnóstico hasta la evaluación de salida para validar o verificar los resultados del taller implementado como propuesta de acción.

Matriz de plan de acción

Hipótesis acción

La implementación de un taller que eduque la castidad mejora las actitudes hacia la sexualidad en los jóvenes de 4 ° grado de educación de secundaria de un colegio parroquial de Lima.

Objetivos específicos	Actividades Principales	Resultado esperado	CRONOGRAMA			
			Meses			
<ul style="list-style-type: none"> Conocer y fundamentar el enfoque sobre sexualidad y castidad. 	<ul style="list-style-type: none"> Búsqueda y acopio de información bibliográfica. Búsqueda y análisis de antecedentes de estudio. Organización de la información de los antecedentes y del marco teórico. 	<ul style="list-style-type: none"> Dominio de la información teórica para la construcción del marco teórico y del Plan de acción. Marco teórico y antecedentes debidamente fundamentados y sistematizados. 	Desde abril a agosto			
<ul style="list-style-type: none"> Diagnosticar las actitudes que tienen los alumnos de 4.º grado de educación secundaria hacia la sexualidad. 	<ul style="list-style-type: none"> Diseño y elaboración de instrumentos de recojo de información (entrevista) para el diagnóstico de las actitudes de los estudiantes hacia la sexualidad. Aplicar instrumentos para el recojo de información (entrevista). 	<ul style="list-style-type: none"> Entrevistas elaboradas. Diagnóstico levantado. 		Septiembre y octubre		

<ul style="list-style-type: none"> • Diseñar y aplicar un taller incorporando las estrategias de video fórum, cuestionarios, charlas, estudios de casos, tareas en casa, para mejorar la actitud hacia la sexualidad. 	<ul style="list-style-type: none"> • Búsqueda y acopio de material audio visual, literario y dinámicas grupales e individuales • Búsqueda y comparación con talleres de temática similar y contraria. • Organizar el taller y las sesiones de clase 	<ul style="list-style-type: none"> • Ordenamiento y manejo del material. • Estructuración del taller y las sesiones de clase • Presentación en el aula 			Desde julio a noviembre	
<ul style="list-style-type: none"> • Evaluar las actitudes de los estudiantes de 4to año de secundaria hacia la sexualidad luego de la aplicación de la propuesta de acción. 	<ul style="list-style-type: none"> • Diseño y elaboración de instrumentos de recojo de información (entrevista) para el diagnóstico de las actitudes de los estudiantes hacia la sexualidad • Aplicar instrumentos para el recojo de información (entrevista). • Evaluar y comparar las actitudes al iniciar el taller y al finalizarlo. 	<ul style="list-style-type: none"> • Entrevistas elaboradas. • Resultados de salida recogidos y organizados. • Redacción de los resultados. 				Desde septiembre hasta diciembre

3.3. Población y muestra

En la investigación participaron 65 jóvenes adolescentes de 4to año de Secundaria del Colegio Parroquial Nuestra Señora de la Reconciliación de Lima, Perú, (33 mujeres/ 32 varones) de entre 15 y 16 años. Es un muestreo no probabilístico de tipo casual, debido a que los sujetos investigados son alumnos del colegio donde laboro.

La elección de la muestra se debió a que durante las clases que dicto de religión, varios alumnos manifestaron su interés en conocer más a profundidad temas relacionados con sexualidad, la vivencia del amor y la elección de enamorado/a. Al mismo tiempo, el programa anual de religión proponía dictar el tema. Por último, coincidió que los jóvenes abordaron temas de autoestima durante sus tutorías.

Tabla 1. Composición de la muestra por sexo

Sexo	Frecuencia	%
Masculino	32	49
Femenino	33	51
Total	65	100

Fuente: Elaboración propia

3.4. Categorías de estudio

- a) Taller sobre la castidad.
- b) Actitud hacia la sexualidad.

Categorías	Subcategorías
Taller sobre la castidad.	<ul style="list-style-type: none"> • Contenido teórico: sexualidad, castidad, valoración personal y amor verdadero. • Estrategias: Video forum, trabajos personales, charlas, estudios de casos, tareas en casa, actividades vivenciales, lectura de novela.
Actitud hacia la sexualidad.	<ul style="list-style-type: none"> • Actitudes para vivir el amor • Valoración personal • Amor verdadero y mascararas • Contenido sexual en internet • Obtención de información sobre sexualidad

	<ul style="list-style-type: none"> • Enamoramiento • Aproximación hacia el sexo opuesto • Etapas del enamoramiento • Embarazo y aborto • Métodos anticonceptivos
--	---

3.5. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

Para la investigación se decidió emplear para la recolección de datos, una entrevista abierta. La misma se aplicó al inicio del taller y al finalizar. El objetivo consistió en conocer, comparar y analizar los avances de los jóvenes después del taller. Las entrevistas del tipo abiertas resultan muy sugerentes para poder conocer la opinión de los jóvenes y poder medir el alcance tanto de conocimientos como de actitudes frente a temas tan importantes y controversiales.

La entrevista es profunda, porque intenta ahondar en las creencias y actitudes de los jóvenes. Es formal, porque se ha dado en el contexto de la clase de religión del colegio. Al mismo tiempo es estructurada, ya que cuenta con preguntas abiertas para responder temas específicos.

Durante el taller se aplicaron diversas metodologías para poder llegar de una manera más atractiva a los jóvenes. A continuación, se detallan los recursos o técnicas empleados:

- Buzón de preguntas anónimas
- Video fórum en clase
- Exposiciones en Power Point
- Trabajos prácticos en base a películas
- Método de casos
- Infografías
- Desafíos vivenciales de superación personal
- Dinámica de valoración personal
- Lectura transversal de una novela

Vale la pena aclarar que si bien algunos autores recomiendan el uso de audio, fotos o videos para grabar las sesiones y así poseer instrumentos de análisis (Hernández et al., 2014, página 410), por política interna del colegio, hemos decidido no utilizar este tipo de técnicas.

3.6. Técnicas de procesamiento y análisis de datos

Explican Hernández, Fernández y Baptista (2014) el desafío de la recolección y análisis de datos cualitativos:

Intentar capturar el amor profundo de un padre o una madre hacia sus hijos, comprender cómo las envidias afectan el rumbo de ciertas empresas, entender por qué un individuo es capaz de privar a otro de la vida, mientras que hay seres humanos que dedican su existencia con pasión a salvar las vidas de los demás, recoger las experiencias de un experto en manufactura que lleva medio siglo trabajando en ciertos procesos o conocer los sentimientos de alguien que ha sido diagnosticado con una enfermedad terminal, son cuestiones que requieren el enriquecedor proceso cualitativo. (p. 394)

Debido a que el instrumento aplicado ha sido la entrevista abierta, tanto al comienzo del taller como al finalizar, el objetivo es obtener información de personas y sus maneras de expresarse frente a los temas planteados. Se recolectan para tener una comprensión más clara de su aproximación al tema y de cómo ha evolucionado su actitud (Hernández et al., 2014)

Para el análisis de los datos cualitativos se cuentan con unos propósitos fundamentales.

Hernández et al. (2014) detalla cuáles son:

- 1) explorar los datos
- 2) imponerles una estructura (organizándolos en unidades y categorías)
- 3) describir las experiencias de los participantes según su óptica, lenguaje y expresiones
- 4) descubrir los conceptos, categorías, temas y patrones presentes en los datos, así como sus vínculos, a fin de otorgarles sentido, interpretarlos y explicarlos en función del planteamiento del problema
- 5) comprender en profundidad el contexto que rodea a los datos
- 6) reconstruir hechos e historias
- 7) vincular los resultados con el conocimiento disponible
- 8) generar una teoría fundamentada en los datos. (p. 418)

El análisis de los datos cualitativos se realiza durante el proceso de la investigación y una vez recolectado lo que el investigador considera suficiente. Una vez analizados los datos, si el investigador no encuentra información nueva, puede dar por finalizado el análisis

(Hernández et al., 2014).

Durante el proceso de “inmersión profunda” (Hernández et al., 2014 – pág. 421) y desarrollo del taller, se ha podido observar, por comentarios de los alumnos, dos categorías fundamentales y que al principio no las habíamos relacionado: la autoestima y la relación con los papás. Es decir, muchas veces los jóvenes viven de manera desordenada su sexualidad por estas dos razones: o porque se consideran poco valiosos o porque no reciben atención de sus padres en sus casas y quieren llamar la atención de alguna manera.

El taller tuvo un periodo de prueba con jóvenes del salón de 5° grado de secundaria en el 3er bimestre. Es por eso que, en el presente taller, ya se agregan actividades y reflexiones en base, sobre todo, a la autoestima. Queda para una futura profundización del taller, el trabajo con los padres.

Capítulo 4

Resultados de la investigación

El taller sobre sexualidad se presentó en los dos salones de 4° grado de secundaria del colegio. Un salón de varones y otro de mujeres.

El nombre del taller para mujeres se tituló “¿Es posible encontrar al príncipe azul en pleno siglo XXI?”

El nombre del taller para varones se tituló “Sexo. ¡Y del bueno!”

Fruto de algunos años de experiencia docente y de acompañamiento a jóvenes, se decidió implementar este taller. El mismo se inserta en el programa del curso de Religión, y queda diseñado y estructurado para una futura aplicación en los siguientes años.

Los objetivos del programa consisten en:

- Diagnosticar en los estudiantes las actitudes hacia la sexualidad en base a la virtud de la castidad
- Mejorar en los estudiantes las actitudes hacia la sexualidad en base a la virtud de la castidad mediante la implementación de un taller.
- Promover la vivencia de una recta sexualidad mediante la virtud de la castidad

Las sesiones de aprendizaje del taller y el tema a trabajar son:

1. Video fórum sobre valoración personal y trabajo de reflexión personal.
2. Conferencia sobre el amor verdadero y dialogo en clase.
3. Charla de especialistas sobre la castidad.
4. Video fórum sobre el Aborto y trabajo de reflexión personal.
5. Infografía grupal.
6. Video fórum sobre ser un hombre y mujer de verdad y diálogo en clase.
7. Examen escrito integrador.
8. Dinámica de conocimiento y valoración personal.
9. Carta a mi futuro esposo/esposa.
10. Actividades fuera del salón de clase: Lectura de una novela y desafíos de caridad.

4.1. Resultados del diagnóstico

El taller se implementó en el último bimestre del año 2018. Las actitudes a diagnosticar y mejorar fueron las siguientes:

- Actitudes para vivir el amor
- Valoración personal
- Amor verdadero y máscaras
- Contenido sexual en internet
- Obtención de información sobre sexualidad
- Enamoramiento
- Aproximación hacia el sexo opuesto
- Etapas del enamoramiento
- Embarazo y aborto
- Métodos anticonceptivos

Una de las razones principales de realizar este taller se debió a que tanto varones como mujeres, a lo largo del año en la clase de religión, hacían consultas y preguntas relacionadas a la sexualidad y cómo vivirla de la mejor manera. Se observaba que tanto hombres como mujeres tenían poca información más allá de la que escuchaban de amigos o veían en televisión e internet. “¿De dónde obtienes información sobre sexualidad?”, era una de las preguntas de la entrevista. Un alumno respondió que “con ningún adulto, debido a que por lo general se muestran cerrados a la hora de hablar sobre estos temas.” Una alumna respondió que “en el colegio siempre dan las mismas charlas y es el mismo cuento repetido. Te explican qué no hacer, pero no te enseñan la belleza de la sexualidad”.

Fruto de este diagnóstico a lo largo del año es que se elaboró este taller.

Al comenzar el mismo, los varones se mostraban un poco reticentes y desconfiados frente al tema a conversar. Tenían la sensación de que se los iba a abordar por la parte moral de la sexualidad, las cosas que no podían hacer y las enfermedades de transmisión sexual. No entendían bien por qué iban a hablar en clase de religión sobre esta temática. Y creían que se iban a aburrir. Sumado a esto, algunos expresaban que el profesor no iba a tener autoridad para explicar el tema debido a que él era religioso y sería más apropiado que el tema lo dictara una persona casada y con mayor experiencia: “quisiera conversar con este tema con un especialista, un doctor o un psicólogo”, manifestó un alumno en la entrevista.

Respecto a la concepción y conceptualización de palabras como sexualidad, castidad, amor y libertad, se notaba que carecían de fundamentos sólidos, más allá de algunas respuestas “de manual” fruto de su itinerario en un colegio religioso: “Debemos vivir el amor que nos enseña Cristo”. El mismo alumno, en la pregunta sobre el amor verdadero, respondió que

“para mí no existe el amor verdadero. Ningún matrimonio perdura. Es todo mentira.”

Respecto a la valoración personal y la imagen que tienen de sí mismos, en el caso de los varones, varios mencionaron que interiormente descubren que se valoran poco y eso los hace ser agresivos con los demás y con ellos mismos. “Soy impaciente e iracundo, me molesto rápido con los demás. En el fondo creo que no me quiero”. Otros mencionaron que están aprendiendo a quererse y también a aceptar su físico. Al comienzo del taller rechazaban la idea de un amor para toda la vida, aunque la mayoría lo anhelaba. Pero decían que, en el mundo de hoy, una visión idealista puede dejar muchas heridas. “Es mejor no apostar para no ser traicionado”, argumentó un alumno.

En su gran mayoría, tenían conciencia que un joven de su edad debe vivir la castidad, pero al mismo tiempo reconocían algunos que, “sobre todo los fines de semana, no lo hacemos”. La mayoría estaba de acuerdo con que la pornografía era mala y la rechazaban. La información sobre sexualidad, mayormente la obtenían de internet o de sus amigos; en pocos casos, de dialogar con sus padres. La mayor parte de información o ideas sobre sexualidad, la obtenían de la televisión, videos de YouTube y redes sociales. Al mismo tiempo, muchos manifestaron ver series del tipo Elite, Merlí o 13 Reasons Why.

Tenían bastante conciencia de la importancia del compromiso si es que quieren enamorar con una joven. Les parecía que el rotulo “amigos con derechos” no es una postura sana. “Si tengo un amigo que dice tener una amiga con derechos, deja de ser mi amigo; eso no se le hace a una mujer”. En términos generales, la aproximación al tema era bastante moralista; resultado parecido cuando se les preguntó sobre la convivencia antes del matrimonio. Llamó la atención la baja conciencia que tenían respecto a las etapas del enamoramiento. Se los notaba confundidos, con respuesta muy generales: “Las etapas son: Etapa de cariño, etapa seria y etapa en que el amor se esfuma”.

Respecto al aborto, tanto varones como mujeres se mostraron en contra con firmeza, conocimiento y razones sólidas: “si no quieres quedar embarazada, no tengas relaciones sexuales y punto”, argumentó una alumna.

En relación con las mujeres, se mostraron más abiertas y con ganas de conocer a profundidad el tema. En especial cuando se les informó que se abordarían temáticas como el conocimiento personal, la manera de pensar de los varones y la importancia de amarse más a ellas mismas: “siento que no me quiero, estoy todo el día comparándome con mis compañeras y me hace mal. Quiero cambiar eso y ojalá pueda hacerlo con este taller”.

Al igual que los varones, tenían nociones básicas respecto a la sexualidad y a la castidad, aunque tenían claro que, a su edad, lo mejor era vivir sanamente las relaciones con los chicos.

Recalaron bastante que Dios las ayuda a quererse y valorarse, sin embargo, en su gran mayoría, no estaban conformes con su manera de ser, de pensar o con su cuerpo. A diferencia de los varones, muchas mujeres mencionaron que las actitudes para vivir el amor no son solo el respeto y la confianza, sino también la aceptación mutua y la amabilidad. Se notó que las mujeres llegaban al taller con más fundamentos y variables que los varones. En base a la pregunta del amor para toda la vida, al igual que los varones, la mayoría se mostró anhelante de esta realidad, pero con desconfianza de poder vivirlo, especialmente al ver que sus padres estaban separados o divorciados. Tanto en varones como en mujeres, se vio que esto les afecta mucho.

A diferencia de los varones que se los notaba menos interesados en tener enamorada o conocer sobre la temática de sexualidad, a las chicas mostraban mayor interés y tenían más conocimientos sobre cómo vivir la sexualidad, qué buscan en un chico y las actitudes para que un enamoramiento dure. Las jóvenes mencionaron que leían literatura sobre sexualidad, como *After* o *50 Sombras de Gray*. Respecto a la propuesta de temas libres para conversar, se mostraron interesadas en temáticas como la homosexualidad, la ideología de género y aprender a entender a los chicos. En su gran mayoría, aunque con pocos criterios y fundamentos, mencionaron estar en contra del aborto, de los métodos anticonceptivos y de la convivencia antes del matrimonio. Aunque en este último tema fue donde menos razones tenían para explicar su postura.

4.2. Propuesta de acción

Antes de comenzar a describir las sesiones de clase y la implementación del taller, es importante mencionar que cada sesión de clase tiene una duración de 90 minutos, dividida en dos días de clase a la semana, es decir, 45 minutos por día.

Sesión 1: “Para amar de verdad, tengo que amarme de verdad”

La primera sesión del taller consistió en la observación de una película y un posterior trabajo de reflexión e interiorización, con el objetivo fundamental de que los jóvenes se conozcan más y mejor, descubran sus talentos y dones personales y puedan valorarse y quererse más.

Con las mujeres, se observó la película titulada “La historia de Gabby Douglas”. La trama de la película trata sobre la joven gimnasta norteamericana Gabrielle Douglas que, fruto del apoyo de la familia y de un trabajo duro y constante, superando varios obstáculos, logra competir en los Juegos Olímpicos de Londres 2012 y obtiene 2 medallas de oro para su país.

Es una historia de superación personal que ayuda mucho a las jóvenes a valorar el esfuerzo y la importancia de perseguir los sueños, descubriendo y valorando rectamente los dones que cada una tiene. De esta manera, ellas pueden apreciar que son valiosas e importantes, que sí pueden conseguir logros y metas, y de esta manera, por analogía, logran darse cuenta de que “buscamos el amor que creemos merecer”. Una de las dificultades más grandes de las adolescentes es que muchas veces aceptan un amor mediocre porque ellas creen que son mediocres o que no valen mucho. Y de esta manera aceptan un amor impuro, superficial, incluso violento.

A continuación, se observa el trabajo de reflexión personal.

Título de la película: “La historia de Gabby Douglas”, 2014

Sinopsis

La película cuenta la historia de la niña prodigio de la gimnasia, Gabby Douglas, y su inspirador relato sobre cómo, nacida en una familia muy humilde y sin recursos económicos, llegó a competir en los Juegos Olímpicos de Londres 2012.

Objetivos de la observación de la película

1. Identificar las actitudes de los personajes principales de la película
2. Reconocer la importancia de descubrir los dones y talentos personales para una recta valoración de uno mismo.
3. Entender que cada uno vale por lo que es y que muchas veces los demás pueden ayudarnos a descubrir lo que no vemos de nosotros mismos.
4. Generar conciencia del valor de una recta estima personal y aceptación de uno mismo. Es decir, “Querermé a mí mismo. Creer en mí mismo. Y aceptar las cosas que no me gustan de mí y me cuestan cambiar.”
5. Ayudar a entender que “aceptamos el amor que creemos merecer.”

Personajes principales:

- Gabby.
- Natalie, mamá de Gabby.
- Entrenador Chow.

Indicaciones para el trabajo

- Hazlo con calma y de manera individual
- El trabajo se entrega digitado en computadora, engrampado en el borde superior izquierdo. No es necesario fólter ni mica.
- Escribir las respuestas debajo de cada pregunta.

Preguntas para el trabajo.

1. ¿Qué te pareció la película? ¿Por qué?
2. A continuación, se detallan algunos diálogos importantes durante la película. Escoge 3 y comenta el porqué de la elección.
 - a. Comienzo de la película: “¿Quieres saber cómo ser una campeona? Es fácil. Transforma tu sueño en tu objetivo. Plántalo profundo en tu corazón. Luego, durante los siguientes 10 años, come, duerme, respira, ríe y llora, sin quitar nunca la mirada de tu objetivo. Ni siquiera por un segundo. ¿Quieres saber cómo dejar de ser una campeona? De hecho, una vez lo intenté. Lo creas o no, eso fue mucho más difícil.
 - b. “Que los demás vean lo que yo veo”, le dice la mamá a Natalie. “Coraje, ya nadie puede detenerte.”
 - c. “Hoy, siempre, debe ser mejor que ayer. Ese es el secreto de la vida.”
 - d. Lucy, compañera de gimnasia, ofende a Gabby con un comentario cruel. Le hace entender que ella no va a poder hacer un ejercicio porque es muy pequeña. Gabby dice, “Mamá me dijo que la vida no siempre era color de rosas. Dijo que le contara si alguien me decía cosas crueles. Pero no le dije a mamá. Yo tenía mi propio modo.”
 - e. Los hermanos se ofrecen a dejar sus deportes para poder pagarle el entrenamiento a Gabby, porque le ven mucho talento. Pero Gabby no lo cree. “Tienes un talento, Brie. Todos lo vemos. Tú también tienes que empezar a verlo. Podrías ser la mejor.”
 - f. “Sigue enfocándote en lo negativo, y se hará realidad”, le dice la mamá a Gabby
 - g. “¿Sabes qué es ser pobre?” Le dice la mamá a Gabby: “pobre es cuando no tienes esperanza. Y nosotros no somos así.
 - h. ¿Qué piensa de Gabby el matrimonio que la hospeda en Iowa?: “Pura determinación, vestida de adolescente.”

- i. “Los deportes no son para ganar siempre, Gabby, son para descubrir quién eres de verdad. A veces, la única forma de hacerte fuerte es perdiendo.”
 - j. “Puedes ser la mejor del mundo, pero tienes que bloquear todas las distracciones y creer en ti misma. Quédate y resuelve esto. Y serás una atleta que inspirará a naciones. Vete y te sentarás en el sofá, mirando a otra ganar tu medalla olímpica.” Entrenador Chow.
 - k. “Seguir mis sueños debían llevarme a encontrar mi verdadero ser. Pero mi verdadero ser estaba perdido.”
 - l. Gabby quiere abandonar. Siente que la gimnasia ya no es su pasión. Todos están desconcertados. Chow le dice a Gabby y a la mamá: “ella tiene un talento. Uno de los mejores en este deporte. Pero una atleta olímpica es más que talento y músculos. Si no lo tiene en el corazón, no lo tiene. No podemos enseñárselo. Ni tu forzarla. Ni Gabby puede cambiarlo. Una campeona, no está hecha de músculos. Una campeona, está hecha de corazón.”
3. Natalie, la mamá de Gabby, y Gabby misma, lucharon por salir adelante, más allá de no tener todos los recursos económicos y familiares. Eso no las hizo sentirse menos, y además tuvieron el apoyo de seres queridos que las ayudaron. En tu caso, piensa y menciona 3 personas que saben valorarte y hayan impactado en tu vida de manera positiva. Explica las razones. Luego ve, agradéceles por ello. Al final, escribe la experiencia.
 4. En el momento de mayor prueba y dificultad, Gabby quiere abandonar. Sentía que “no podría, que la gimnasia no era lo suyo”. La visión que comienza a tener de sí misma es sumamente negativa, solo piensa en lo que hizo mal. Responde:
 - a. ¿Te identificas en algo con lo que le sucedió a Gabby?
 - b. ¿Cuáles crees que deben ser los pensamientos y actitudes positivos para salir adelante?
 5. ¿Has pensado que tal vez muchos de los que tienes a tu alrededor no se valoran lo suficiente o tienen una visión negativa de sí mismos o se sienten poco queridos, y por eso parecen ser personas rebeldes, malas o tristes? Te propongo un desafío: elige 2 personas y hazles saber lo valiosos que son para ti y menciónales algún talento o don especial que tengan. Luego escribe la experiencia.
 6. Para valorarte rectamente, es importante reconocer y aceptar, con humildad, que hay algunas cosas que tal vez no vayamos a poder cambiar de nosotros mismos o de los demás, por mucho esfuerzo que hagamos. Pueden ser aspectos físicos, actitudes,

pensamientos, etc. ¿Qué piensas de esto?

7. Dentro de la valoración personal, se encuentra el “aprender a perdonarme y a perdonar”. Es una actitud fundamental para no guardar rencor, porque el rencor nos hace daño. Tal vez pienses: “¿Perdonar qué?” Piensa qué errores pudiste haber cometido o daños que hayamos podido sufrir de parte de otras personas. Con el tiempo, si tú quieres, vas a tener que perdonar y perdonarte. Reflexiona respecto a esto. Escribe una reflexión respecto a esto.
8. Luego de hacer todo el trabajo y ver la película, responde: ¿Te ha ayudado a valorar un poco más alguno de tus dones o talentos?
9. Lee en la parte superior de la hoja, los objetivos de ver la película y responde: ¿Te ha ayudado a conocerte y valorarte un poco más? ¿Por qué?
10. ¿Cómo relacionarías la autoestima con el objetivo Número 5?
11. El último ejercicio es libre. Está para agregar alguna reflexión personal adicional

Con los varones se observó la película “Forever Strong”. La trama de la película presenta a un chico rebelde, Rick Penning, con una vida conflictiva, quien juega al rugby en el equipo dirigido por su padre. Tras la derrota en un partido y una noche de fiesta, sufre junto a su enamorada un accidente de automóvil. Es condenado a una pena en el Centro de Detención Juvenil en Salt Lake City por ser considerado un peligro para sí mismo y para la sociedad. Esta condena traerá consecuencias que cambiarán su vida. Comenzará a entrenar para el equipo rival, Highland, transformando su vida y ayudando a ser un líder positivo.

Es una película de reconciliación personal y familiar. Rick cambia de actitudes, de ser un joven egocéntrico y soberbio, pasa a ser generoso, caballero y líder. La película, excelente para adolescentes varones, mantiene en vilo al espectador porque intercambia imágenes de partidos de rugby con diálogos personales muy interesantes. Por lo general los jóvenes se identifican con el personaje y, a medida que Rick cambia, ellos descubren un anhelo grande por ser mejores personas. Al mismo tiempo, se aprovecha la película para hablar de la importancia del perdón y la amistad. También se trabaja lo atractivo de ser un hombre de verdad, con valores como el respeto, la amabilidad, el esfuerzo, el trabajo en equipo. Fruto de ver la película, los jóvenes toman conciencia de los modos de poder vivir rectamente el amor.

A continuación, se observa el trabajo de reflexión personal.

Título de la película: “Forever Strong”, 2008

Objetivos de la observación de la película

1. Identificar las actitudes de los personajes principales de la película y la trama.
2. Reconocer la importancia de descubrir los dones y talentos personales para una recta valoración de uno mismo.
3. Entender que cada uno vale por lo que es y que muchas veces los demás pueden ayudarnos a descubrir lo que no vemos de nosotros mismos.
4. Reconocer que muchas cosas en nuestras vidas no nos gustan y en vez de frustrarnos y rebelarnos, podemos tratar de cambiar, reconciliándonos con nosotros mismos y con los demás.
5. Ayudar a entender que “aceptamos el amor que creemos merecer.”

Personajes principales:

- Rick Penning, joven rugbier
- Larry Gelwix, entrenador de Highland Rugby
- Richard Penning, padre de Rick
- Marcus, tutor en el centro de detención de menores.

Indicaciones para el trabajo

- Hazlo con calma y de manera individual.
- Escribir las respuestas debajo de cada pregunta.

Preguntas para el trabajo.

Mientras observas la película, anota las características y actitudes de los personajes principales. Trata de ir lo más profundo que puedas.

1. ¿Qué te pareció la película y por qué?
2. Realiza un cuadro comparativo entre las actitudes y maneras de ser de Rick en su primer equipo (Flagstaff) y luego en Highland.
3. ¿Por qué crees que Rick se comportaba de esa manera antes del accidente?
4. El Padre de Rick parece que le exige muchísimo a su hijo y lo trata de una manera muy fría y distante: ¿Cuál crees que es la relación entre el mal comportamiento de Rick y su mala relación con su padre? –
5. A continuación, se detallan algunos diálogos importantes durante la película. Escoge 3 y

comenta el porqué de la elección.

- a. “Muchachos, saben las normas en Highland: no drogas, no cigarrillo, limpios con las mujeres, no mentiras ni engaños”
- b. “Hijo, ¿cuándo me vas a demostrar al verdadero Rick Penning?”, Coach Larry a Rick
- c. “El equipo es la estrella. No un solo jugador”, coach Larry
- d. “Quiero que seas el capitán del equipo. Y tres o cuatro compañeros más vinieron a sugerírmelo; el equipo lo cree.”, coach a Rick. Rick responde “¿Por qué no pones a alguien más, o a tu estrella del año pasado? No entiendo, usted sabe exactamente por qué estoy aquí, y actúa como si yo le importara. No soy más que un inútil espía, que golpeó indebidamente a su jugador estrella el año pasado.” Le responde el entrenador: “concentrémonos en dónde pudieras terminar, no dónde has estado o dónde estás ahora. Dios no hace nada inútil.”
- e. “Tienes que aprender a escuchar y ponerle atención a ese espíritu que llevas por dentro. Aprender a escuchar, eso requiere de mucha disciplina.”, coach Larry
- f. “Solo tenemos una regla: No hagas nada que te cause vergüenza a ti, al equipo o a tu familia.”
- g. “No puedo ser capitán. Unos amigos me enviaron drogas. Ya no lo tengo, me deshice de él. ¡Rayos! No puedo creer que logró hacer que le dijera eso”, dice Rick. El coach le contesta: “El mérito es tuyo, Rick, yo no logré que hicieras nada. Las buenas decisiones no hacen que la vida sea fácil. Pero sí la hacen más fácil.”
- h. “Si ustedes son siempre fuertes en el campo, serán fuertes fuera de él”, coach Larry
- i. Coach Larry a Rick: “cuando tenía 13 años mi padre me acompañó a una cena de padres e hijos. Fue la única vez que me acompañó a algo así. Una vez. Nunca supe si le importaba a él. Tomé su ausencia como una falta de amor. Jamás me sentí lo suficientemente bueno. Jamás sentí que alcanzaba su expectativa. Y me tomó 40 años para perdonarlo. Y cuando a ti te arrestaron, le dije a mi esposa: es hora de jubilarme. Luego recibí la llamada de tu padre. Fue la primera vez que hablamos desde 1986. Y me dijo que el hijo que había perdido un año atrás no era el mismo que encontró sentado en la cárcel. Tú estás ahora, Rick, donde yo estaba hace 40 años. No pases ni un minuto más enojado por lo que pasó ayer. Libéralo a él y libérate a ti mismo.”

- j. Rick se acerca a su padre antes del partido final: “yo solo quería decirte...perdón. Perdón por haber sido una desilusión para ti y para mamá. Perdón por no haber sido lo que tu querías de mí”; “Hijo”, le dice el papá, “no has sido solo tú”; Rick: “También necesito perdonarte, Kia Kaha”
6. En medio del partido, Rick está tirado en el piso luego de una falta grave. Se le acerca el papá y le dice: “Mira, Rick, tienes dos opciones: puedes levantarte y terminar el juego, o quedarte tirado y terminar como yo”
 7. El papá a Rick al finalizar el partido: “Kia Kaha, hijo”
 8. Emily se le acerca a Rick para felicitarlo y le dice “¡Lo conseguiste!”; Rick responde: “No, lo conseguimos juntos”
 9. Larry Gelwix: “no se trata de Rugby, se trata de jóvenes. No se trata de construir un equipo de campeonato, se trata de construir chicos de campeonato. Chicos que serán por siempre fuertes”
 10. El primer empujón que Rick recibe para cambiar es mediante Marcus, su tutor en el centro de rehabilitación. Él vio en Rick lo que casi nadie veía y apostó por él. En tu caso, piensa y menciona 3 personas que saben valorarte, te ayudan a salir adelante y hayan impactado en tu vida de manera positiva. Explica las razones. Luego ve, agrádecéles por ello. Al final, escribe la experiencia.
 11. ¿Tú qué piensas? ¿Cuál es el Rick más feliz y auténtico? ¿Por qué?
 12. ¿Qué sucede entre Rick y su papá al final? ¿Por qué crees que sucedió eso?
 13. ¿Has pensado que tal vez muchos de los que tienes a tu alrededor no se valoran lo suficiente o tienen una visión negativa de sí mismos o se sienten poco queridos, y por eso parecen ser personas rebeldes, malas o tristes? Te propongo un desafío: elige 2 personas y hazles saber lo valiosos que son para ti y menciónales algún talento o don especial que tengan. Luego escribe la experiencia.
 14. ¿Por qué crees que la película se llama “Forever strong”?
 15. ¿Encuentras alguna relación entre la película y tu propia vida, que tal vez pueda ayudarte a conocerte y valorarte más?
 16. El último ejercicio es libre. Está para agregar alguna reflexión personal adicional

Resultados de la sesión

La presente sesión de clase resultó muy positiva tanto para los varones como para las mujeres. Ambas películas tocan el tema de la valoración personal y la reconciliación de heridas afectivas. Los jóvenes comenzaron el taller muy entusiasmados ya que identificaron

en ellos un cambio de aproximación a su manera de ser, de pensar y de actuar. Se dieron cuenta que son valiosos, que son capaces de amar y ser amados más allá de sus defectos. Cada alumno debía realizar un trabajo de reflexión personal y en la mayoría de los casos, se notaba cómo trabajar en ellos mismos les ayudó a cambiar la autopercepción negativa que solían tener. En palabras de un alumno: “lo que más me llevo del taller es que aprendí a quererme”.

Sesión 2: “Amor sin remordimiento”

Durante la segunda sesión de clase se observa el video de la conferencia “Amor sin remordimiento”. Los ponentes son Jason y Crystalina Evert.

El objetivo de la visualización de esta conferencia es que los jóvenes vayan incorporando criterios nuevos sobre la vivencia de la sexualidad y la castidad. Durante la proyección, el profesor irá haciendo pausa al video para que los jóvenes tomen nota, comenten y pregunten acerca de los contenidos que les van llamando la atención. Al mismo tiempo, se les ofrece un buzón para poner papelitos con preguntas anónimas para que los estudiantes que no se animan a hacer preguntas alzando la mano, las realicen con esa metodología.

El video aborda temas como “hasta dónde puedo llegar con mi enamorado/a”, “el don de la virginidad”, “matrimonio y divorcio”, “ideas erradas sobre la vivencia de la sexualidad en los medios de comunicación”, “etapas del enamoramiento”, “relaciones sexuales antes del matrimonio”, “ser hombre de verdad”, “respeto hacia las mujeres”, “maneras de vestir con sobriedad y pudor”, “diferencia entre amor y lujuria”, “pornografía”, “cómo se enamoran los varones y las mujeres”, “fiestas y castidad”, “valoración personal y sexualidad”, “pureza, paz y alegría”, “visiones erradas de la belleza”, “¿amor o deseo sexual?”, “castidad y vida espiritual”.

Observar el video permite generar dialogo entre los estudiantes. También el profesor puede ir viendo cuáles son sus inquietudes e ideas que tienen respecto a los temas abordados.

Resultados de la sesión

La presente sesión abordó temas controversiales. Tanto varones como mujeres se mostraron atentos y tomaban nota de los conceptos e ideas principales. Fruto de esta conferencia, se empezaron a generar diálogos y consultas en el buzón de preguntas anónimas. En el caso de las mujeres, se notaba que el testimonio de la joven del video les tocaba en lo profundo, especialmente cuando hablaba de cómo muchas veces una chica mendiga amor entregando su cuerpo. En el caso de los hombres, lo que más les llamó la atención fue comprender cómo afecta la pornografía a la sociedad.

Sesión 3: “Cómo encontrar el amor verdadero”

La metodología de la presente sesión consiste en una charla. Se invita a un experto en la temática para que converse con los estudiantes. Los temas tratados son:

- ¿Es posible encontrar el amor verdadero?
- Promesas de amor
- ¿Quién soy? Unidad bio-psico-espiritual
- Las hormonas que intervienen en la relación sexual
- ¿Qué es el sexo?
- ¿Qué es la sexualidad?
- ¿Qué es el amor?
- Diferencias entre amor y sentimiento
- Consecuencias por adelantarse en las relaciones sexuales
- Expuestos a un bombardeo incesante de los medios de comunicación
- Castidad o pureza
- ¿Qué es la castidad y cómo vivirla?
- 8 mentiras respecto del amor hoy

Resultados de la sesión

La sesión resultó motivadora. La charla la dio un grupo de mujeres del movimiento “La Opción V”. Las mujeres se sentían muy identificadas por el testimonio de las expositoras, especialmente cuando una de ellas contó su testimonio acerca de su embarazo adolescente y cómo, a pesar de la resistencia de la familia, ella lo tuvo y no se arrepiente. En el caso de los varones, la conferencia les ayudó a comprender los neurotransmisores que están involucrados en las relaciones sexuales y por qué la persona se puede quedar tan “enganchada” cuando tiene intimidad con otra.

Sesión 4: “Consecuencias del amor inmaduro”

Durante la presente sesión de clase se observa la película mexicana “Punto y aparte”. Es una producción del año 2002. La temática presenta las vidas paralelas de dos jóvenes adolescentes, una de clase social alta, la otra de estrato bajo. Ambas, fruto de relaciones sexuales con sus enamorados, quedan embarazadas. Se observan a partir de ese momento, de manera muy interesantes para el análisis, las reacciones de las jóvenes, sus enamorados, amigos y familiares.

La película trata temas como el embarazo adolescente, las mentiras del sexo “seguro”, las relaciones de enamorados, el amor inmaduro, el aborto y sus consecuencias, y la forma de vivir un amor serio y responsable.

El objetivo principal de ver la película es que los jóvenes observen las implicancias de una vida sexual desordenada y las consecuencias dramáticas que tiene para una mujer, el aborto. En la película se muestra de una manera muy detallada, el proceso del aborto y las consecuencias biológicas y psicológicas que sufre quien lo vive, como por ejemplo sangrados, pesadillas con el hijo abortado, pensamientos suicidas, entre otros. El llamado “síndrome postaborto” es una realidad muy dura y que usualmente no se da a conocer en los medios de comunicación que promueven esta práctica.

Resultados de la sesión

Si bien la película es un poco antigua para los alumnos, ya que es del año 2000, esta muestra una realidad muy dura, la del aborto. Tanto varones como mujeres se quedaron sorprendidos por la crueldad de esta práctica. En palabras de una alumna: “voy a hacer que todas mis compañeras vean esta película y entiendan de verdad qué es el aborto”.

Sesión 5: “Infografía”

En la presente sesión, se les pide a los jóvenes que realicen una infografía grupal en base a los temas vistos anteriormente. Cada grupo, en base a lo que más le ha llamado la atención, realizarán un trabajo práctico y luego lo exponen a sus compañeros de salón.

El objetivo de este trabajo es que puedan recopilar la información y elaborar su propio contenido, conclusiones y exposiciones, y que de este modo incorporen los conocimientos y aproximaciones dadas durante los encuentros previos.

Resultados de la sesión

En esta sesión los alumnos trabajaron en grupos y expusieron de manera libre lo que más les había llamado la atención de lo trabajado hasta el momento. Si bien no se pudo tomar fotos por falta de autorización del colegio, las infografías de las mujeres versaban fundamentalmente sobre la belleza del amor y del cuidado al propio cuerpo. En el caso de los hombres, trabajaron temas como la caballerosidad y el aborto.

Sesión 6: “Características de un hombre y una mujer de verdad”

En la presente sesión se observa con los jóvenes un video y se discute el contenido durante la clase.

Con los varones se observa el video “¿Qué es ser un hombre de verdad?”, donde se tocan los siguientes contenidos:

- ¿Qué esperan las mujeres de los varones?
- El mundo posmoderno y los estándares de cómo debe ser un hombre.
- Mundo hiper-sexualizado, caballerosidad y respeto. Valores de antes y de ahora.
- Responsabilidad y compromiso con la enamorada
- El varón y la relación con la familia de su enamorada.
- La cultura posmoderna y el uso del condón. Cómo rompe con 4 virtudes varoniles: responsabilidad, autodominio, respeto a las mujeres y confianza
- Los pilares de un hombre de verdad: responsabilidad, respeto por la mujer, servicio y protección al más débil, valentía
- Egoísmo y auto placer. Pérdida del sentido del pudor y del respeto a mí mismo y a la mujer
- Engreimiento VS Donación: pérdida de la capacidad de morir a uno mismo en la actualidad.
- Vivir la pureza e inspirar pureza
- ¿Cómo mira hoy el hombre a la mujer? Como un objeto de cacería; fruto de la mentalidad actual
- Educación actual de la sexualidad: ser un “macho”. No se educa a ser protector, sino predador.
- La importancia de la figura paterna en la vida de la hija. El padre es clave a la hora de valorarla y demostrarle lo importante que es como mujer.
- Para que salga lo mejor del varón, es importante que tenga cerca varones mayores que sean ejemplo. Un hombre aprende a ser hombre, de otro hombre bueno.
- “Perdón, respeto, gracias”, actitudes de un matrimonio exitoso
- Importancia de respetarme a mí mismo, de sacrificarme, de ser casto, para poder hacerlo luego con una mujer
- Respetar y cuidar. Eso es lo que la mujer espera de un hombre
- El hombre es capaz, por una mujer exigente, de subirse la varilla del respeto y la caballerosidad

- El modelo de un hombre verdadero es Cristo. Aquel que ama hasta el extremo, que da la vida, que cuida, que protege, que busca elevar al hombre hacia el Bien.

Con las mujeres se observa el video “¿Qué es ser una mujer de verdad?”, donde se tocan los siguientes contenidos:

- Ser mujer en un mundo donde se ha distorsionado lo que es ser mujer. La función de la maternidad hoy por hoy está degradada, parecería ser un ser humano de segunda clase.
- Ser mamá es algo natural. La mujer tiende a cuidar. El hombre a proteger.
- El cuidado: la mujer es detallista, preocupada por las cosas pequeñas.
- El amor en lo pequeño
- La importancia de la figura de la madre para la sociedad
- La belleza de la castidad y la perseverancia.
- Aprender a decir “no”.
- Fiestas y saber comportarse.
- La capacidad de la mujer de transformar el corazón de un hombre lujurioso.
- “la mujer para ser mujer hoy debe ser sexy”. Exigencia de la sociedad contemporánea.
- ¿Qué busca una mujer hoy? ¿Ser deseada o ser amada?
- El anhelo del corazón humano: la entrega plena a una persona.
- La mentira del “sexo casual”. Cero compromisos, cero responsabilidades, cero amor.
- Consecuencias del “sexo casual”: inseguridad, temores, baja autoestima, frigidez sexual.
- La revolución sexual: la mujer igualada al hombre. Pero no al mejor hombre, sino al peor.
- La mentira de la ideología de género. ¿Idénticos o complementarios?
- La mentira del Aborto y los anticonceptivos: en contra de mi propia naturaleza.
- Los “falsos derechos sobre el cuerpo”.
- Importancia de ayudar a las niñas en educación sexual
- Ser mujer de verdad: el cuidado y el respeto al propio cuerpo VS anticonceptivos, aborto, odio a la maternidad
- La generosidad en la mujer y el sentido de abnegación.
- Egoísmo, vanidad, superficialidad.
- La importancia de la oración, la humildad, la virtud.
- Ser sexy y ser sensual, ¿es lo mismo?

- La belleza de la modestia.
- Despertar en el hombre la ternura, no el afán por devorar a la mujer
- Vivir la castidad implica tener los estándares elevados.

Resultados de la sesión

En la presente sesión de clases los jóvenes tuvieron un cambio de actitud importante. Ya se mostraban más metidos en todos los temas y más involucrados. Pudieron darse cuenta de manera más palpable de algunas mentiras que la sociedad propone, especialmente acerca de los métodos anticonceptivos, de la modestia y del cuidado y protección a la mujer. También se mostraron interesados en conversar con sus padres con más frecuencia sobre este tema. En palabras de un alumno: “siento que estoy más preparado para hacerle preguntas a mis padres. Y quiero hacerlo”.

Sesión 7: “Examen escrito”

A lo largo del bimestre los jóvenes tienen un examen escrito. En él se evalúan los conocimientos y actitudes en base a los temas tratados. El objetivo, además de calificarlos con una nota, es visualizar qué han comprendido y cómo se acercan a las temáticas

A continuación, se detallan los exámenes tanto para varones como para mujeres. Vale la pena aclarar que en el examen están incluidas preguntas acerca de la Novela “Juventud en éxtasis”. Esta novela, excelente para los jóvenes y adultos, ya que trata diversos temas como el amor de verdad, la belleza de la sexualidad, el aborto, las relaciones prematrimoniales y las Enfermedades de transmisión sexual, se les da a los alumnos como parte del taller, pero que tienen que ir avanzando en sus casas. Esta novela se les dio a comienzo de bimestre y se les avisa que entra como evaluación en el examen escrito.

Examen para varones

Responde en base a lo trabajado en clase.

1. ¿Cuáles son los dos fines del acto sexual? (2 puntos)

a.

b.

2. De acuerdo con lo visto en clase, explica:

- a. ¿Qué es la sexualidad? ¿Qué diferencia hay entre castidad y virginidad? (2 puntos)

- b. ¿Qué le explicarías a un amigo/a que te dice: “el amor para toda la vida no existe porque el sentimiento viene y se va”? (1 punto)

3. Menciona 2 características del amor verdadero. (2 puntos)

a. _____

b. _____

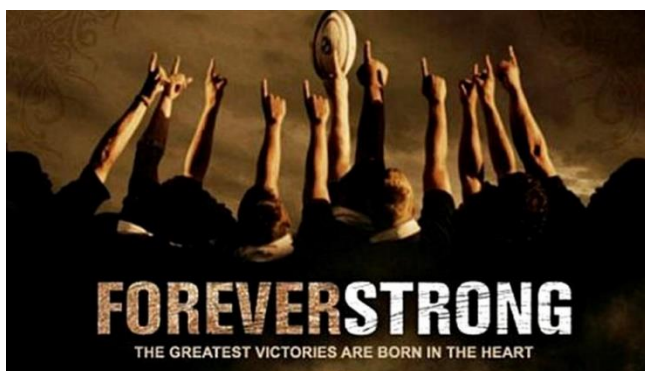
Menciona 2 características de un amor egoísta.

c. _____

d. _____

4. Según lo visto en clase, ¿Existe el aborto “seguro”? ¿Es cierto que “no trae consecuencias”? (2 puntos)

5. Relaciona en una frase breve la virtud de la castidad con la película Forever Strong.
(2 puntos)



Marca o responde en base a lo leído en el libro “Juventud en Éxtasis.”

1. La trama de la novela es acerca de (1 punto)
 - a. La historia de Marcos Sinelli, un joven italiano de 5to año de secundaria que se enamora perdidamente de una joven y la va comprendiendo mejor, gracias a la lectura de la Divina Comedia de Dante. Marcos es acompañado y aconsejado por su profesor de Literatura.
 - b. La historia de Margherita. En los pasillos del instituto, fascinantes y amenazantes, se forjan amistades y se encuentran las miradas que despiertan nuevos sentimientos. Un día, inesperado, recibe un mensaje de su padre donde le anuncia que se va de casa.
 - c. La historia de Efrén Alvear que, fruto de una Infección de transmisión sexual y una vida sexual desordenada, comienza un camino duro en el que va descubriendo el valor y la hermosura del amor, la sexualidad y el compromiso.
2. Se llama “Juventud en éxtasis” porque (1 punto)
 - a. Un joven descubre que la sexualidad está hecha para entregarse a ella del todo por el todo sin pensar en las consecuencias.
 - b. Un doctor cuenta sus errores sexuales durante la adolescencia y afirma que la juventud está en éxtasis ante el espejismo de la sexualidad entendida como mera sensualidad.
 - c. Ella, decepcionada por la ausencia de su padre, se entrega al consumo de estupefacientes para olvidarse de los dolores del mundo y de su vida.

Examen para mujeres

Responde en base a lo trabajado en clase.

1. ¿Cuáles son los dos fines del acto sexual? (2 puntos)

a.

b.

2. De acuerdo con lo visto en clase, explica:

a. ¿Qué es la sexualidad? ¿Qué diferencia hay entre castidad y virginidad? (2 puntos)

b. ¿Qué le explicarías a un amigo/a que te dice: “el amor para toda la vida no existe porque el sentimiento viene y se va”? (1 punto)

1. Menciona 2 características del amor verdadero. (2 puntos)

a. _____

b. _____

Menciona 2 características de un amor egoísta.

c. _____

d. _____

2. Según lo visto en clase, ¿Existe el aborto “seguro”? ¿Es cierto que “no trae consecuencias”? (2 puntos)

Explica en una oración esta imagen, relacionándola con la pureza o castidad. (2 puntos)



Marca o responde en base a lo leído en el libro “Juventud en Éxtasis.”

5. La trama de la novela es acerca de (1 punto)
 - a. La historia de Marcos Sinelli, un joven italiano de 5to año de secundaria que se enamora perdidamente de una joven y la va comprendiendo mejor, gracias a la lectura de la Divina Comedia de Dante. Marcos es acompañado y aconsejado por su profesor de Literatura.
 - b. La historia de Margherita. En los pasillos del instituto, fascinantes y amenazantes, se forjan amistades y se encuentran las miradas que despiertan nuevos sentimientos. Un día, inesperado, recibe un mensaje de su padre donde le anuncia que se va de casa.
 - c. La historia de Efrén Alvear que, fruto de una Infección de transmisión sexual y una vida sexual desordenada, comienza un camino duro en el que va descubriendo el valor y la hermosura del amor, la sexualidad y el compromiso.
6. Se llama “Juventud en éxtasis” porque (1 punto)
 - a. Un joven descubre que la sexualidad está hecha para entregarse a ella del todo por el todo sin pensar en las consecuencias.
 - b. Un doctor cuenta sus errores sexuales durante la adolescencia y afirma que la juventud está en éxtasis ante el espejismo de la sexualidad entendida como mera sensualidad.
 - c. Ella, decepcionada por la ausencia de su padre, se entrega al consumo de estupefacientes para olvidarse de los dolores del mundo y de su vida.

<p>7. El libro bíblico que aparece en la novela, explicando la belleza de la relación sexual bendecida por Dios es (1 punto)</p> <p>a. El libro de la Sabiduría</p> <p>b. El libro del Cantar de los Cantares</p> <p>c. El libro del Apocalipsis</p> <p>8. Menciona 3 partes de la Novela que te hayan gustado o llamado la atención. Explica por qué. (6 puntos)</p>
1.
2.
3.

Resultados de la sesión

Tanto el salón de varones como el de mujeres obtuvieron las mejores calificaciones de todo el año escolar en el curso de religión. Se los vio motivados y muy expertos en el tema. Si bien algunos no habían leído la novela, la mayoría se mostró muy interesado en ella y en seguir leyendo contenido relacionado al tema. En palabras de una alumna: “No sé cómo pude leer After. Esta novela le da mil vueltas.”

Sesión 8: “Dinámica de conocimiento y valoración personal”

La presente sesión de clase tiene como objetivos fundamentales, que los jóvenes se conozcan más a profundidad, tanto personalmente como socialmente, y de esta manera, puedan valorarse más, darse cuenta de que tienen muchas cosas buenas para dar a los demás y contribuir

a la sociedad. Es uno de los objetivos fundamentales de la educación. Que los alumnos adquieran capacidades para poder crecer y desarrollarse saludablemente (Corcuera et al., 2010). Muchas veces sucede que los jóvenes resultan muy superficiales en sus relaciones interpersonales, incluso consigo mismos. Al mismo tiempo, muchos no se valoran rectamente, tienen una visión negativa sobre ellos mismos, se quieren poco. Es por eso que el presente ejercicio tiene como finalidad que entre ellos se digan cosas que tal vez uno mismo no es capaz de ver de su propia personalidad. Y al mismo tiempo, que se acerquen más a su interioridad.

Debido a que varones y mujeres son diferentes, se plantean dos ejercicios diversos, pero con los mismos fines.

Trabajo con mujeres:

Ficha

De: _____	Para: _____
Una cosa que me gusta de ti es _____	
Te quiero dar gracias porque _____	
Te quiero pedir perdón porque _____	
Pienso de ti que _____	
Muchas veces quise decirte que _____	
Quiero que sepas de mí que _____	
Me da alegría _____	
Me da tristeza _____	
Tu eres digna de ser amada porque _____	

Se le entrega una ficha a cada una y se les explica la dinámica. La idea es que cada una les escriba a sus compañeras, lo que indica la ficha guía. El objetivo es que puedan expresarse de manera libre y contarse cosas que tal vez nunca se habían dicho o les daba vergüenza. Es un ejercicio que resulta muy liberador y emocionante, al mismo tiempo les ayuda en su autopercepción, autoestima, aceptación personal y reconciliación de sus heridas afectivas y de algún pleito o malentendido entre ellas. Del Castillo (2017) afirma:

Al revisar la propia historia personal, el ser humano descubre distintos hechos y acontecimientos que influyen en la vida actual y que marcaron la afectividad. Sin embargo, el primer paso para sanar estas heridas es invitar a la persona a madurar integralmente como unidad bio-psico-espiritual. Dicha madurez implica un conocimiento personal, una aceptación y reconciliación de la historia personal, para vivir el instante presente con libertad interior. (p. 67)

Otro aspecto importante del ejercicio es que se les da la opción a que se lo lean en voz alta a su compañera cuando le da el mensaje o solamente que le dé la hojita. Al mismo tiempo, no se las obliga a escribirse entre todas, pero se aconseja vivamente porque permite romper ciertas barreras emocionales.

Trabajo con varones

Con los varones, la dinámica es distinta pero los objetivos los mismos: autoconocimiento, valoración personal y reconciliación, tanto personal como con sus compañeros.

Se realiza la dinámica de círculos concéntricos. Este ejercicio consiste en que el salón se divida en dos grupos. Cada grupo se pondrá en círculo. Los del círculo interior se colocan mirando hacia fuera, de manera que tengan en frente su pareja del círculo exterior. La persona que dirige el ejercicio dirá una pregunta y los participantes deben intercambiar una respuesta. Luego de un breve lapso, dependiendo la profundidad de la pregunta hecha, el encargado dirá “pasamos” o “nos movemos”. El círculo interior queda fijo, mientras que los participantes del círculo externo, se moverán un lugar hacia su derecha. Una vez hecho el movimiento, se procede con la siguiente pregunta. Y así, hasta que se terminen las preguntas. La metodología consiste en preguntas generales al comienzo, como para romper el hielo, y a medida que el ejercicio avanza, se hacen preguntas más “comprometedoras”.

A continuación, el listado de preguntas:

1. ¿Qué es lo que más te gusta hacer?
2. ¿Qué quieres ser de grande?
3. ¿Cuál es tu canción favorita?
4. ¿Qué es el amor para ti?
5. ¿Te has sentido rechazado alguna vez? ¿Por qué?

6. ¿Qué es la felicidad para ti?
7. ¿Qué piensas de ti mismo? ¿Por qué?
8. ¿Crees que los demás confían en ti?
9. ¿Qué piensas de mí?
10. ¿Te gustaría amar de verdad y que te amen de verdad? ¿Por qué?
11. ¿Eres feliz? ¿Por qué?
12. ¿Quién es Dios para ti?
13. Dime algo que admires o te agrade de mi
14. ¿Ocultas cosas para aparentar que está todo bien? Menciona una importante.
15. Hazme una pregunta libre
16. ¿Tienes amigos de verdad?
17. ¿Qué cosas te gustaría que cambien?
18. Menciona 2 cosas que te den miedo
19. Menciona 2 cosas que te den bronca, frustración o tristeza
20. Menciona las 3 virtudes más importantes que debe tener un hombre de verdad
21. ¿Crees que es importante que yo esté en este mundo? ¿Por qué?
22. Dime algo que crees que deba cambiar de mí.
23. ¿Te animas a darle un abrazo a tu compañero que tienes delante?

Resultados de la sesión

Esta sesión, sin dudas, fue la que consolidó los conocimientos y también al grupo. Fue una actividad muy emotiva para las mujeres, donde en la mayoría de los casos hubo lágrimas y actitudes de reconciliación y perdón. En el caso de los varones, el grupo se mostró muy abierto a la actividad y con ganas de conocerse mucho más entre ellos. En palabras de un alumno: “se me fueron muchos prejuicios hacia algunos compañeros”.

Sesión 9: “Carta a mi esposo/a e hijos”

La presente sesión de clase es la última del taller. Se ha tomado en cuenta la teoría del aprendizaje significativo, propuesto por David Ausubel. Antes de explicar la sesión, vale la pena explicar la teoría del aprendizaje significativo. Explica Ballester (2002):

David Ausubel, Joseph Novak y Helen Hanesian, especialistas en psicología educativa de la Universidad de Cornell, que tienen como precedente a Vigotski, han diseñado la teoría del aprendizaje significativo, aprendizaje a largo plazo o teoría constructivista, según la

cual para aprender es necesario relacionar los nuevos aprendizajes a partir de las ideas previas del alumnado. Desde esta perspectiva, el aprendizaje es un proceso de contraste, de modificación de los esquemas de conocimiento, de equilibrio, de conflicto y de nuevo equilibrio otra vez. (...) Podemos decir, por tanto, que el aprendizaje es construcción de conocimiento, donde unas piezas encajan con las otras en un todo coherente. Por tanto, para que se produzca un auténtico aprendizaje, es decir, un aprendizaje a largo plazo y que no sea fácilmente sometido a olvido, es necesario conectar la estrategia didáctica del profesorado con las ideas previas del alumnado y presentar la información de manera coherente y no arbitraria, “construyendo” de manera sólida, los conceptos, interconectando los unos con los otros en forma de red de conocimiento. (p. 16)

La sesión consiste en que los alumnos escriban en sus cuadernos, una carta a su futuro esposo/a y futuros hijos, en base a los temas y contenidos vistos en el taller, y en base a las siguientes consignas que funcionan como guía:

- Escríbele una carta a tu futuro/a esposo/a contándole quién eres, cómo eres, y qué has aprendido durante el taller acerca del amor, la sexualidad y el matrimonio. Imagina que esta misma carta se la vas a leer en tu noche de bodas.
- Imagina que ya eres papá o mamá. Tienes una hija adolescente. ¿Cómo le explicarías temas de sexualidad? ¿Qué recomendaciones le darías acerca del amor, el sexo y los demás temas vistos durante el taller?
- Imagina que ya eres papá o mamá. Tienes un hijo adolescente. ¿Cómo le explicarías temas de sexualidad? ¿Qué recomendaciones le darías acerca del amor, el sexo y los demás temas vistos durante el taller?

El objetivo es que los alumnos puedan situarse en el futuro y pensar, analizar, crear un escenario concreto en el cual puedan visualizarse y prepararse, desde ahora, para lograr esa meta que se proponen. Al mismo tiempo, puede funcionar como motivador a la hora en que se les presente una oportunidad para vivir lo contrario a la castidad. Evert (2014) cuenta el testimonio de un joven de 23 años:

He tenido ocasión de perder mi virginidad varias veces, pero cada vez que sucedía, pensaba en mi futura esposa. Algunos compañeros del colegio se burlaban, pero yo estoy tan feliz del camino que tomé. Cuando esté frente al altar y le levante el velo a mi esposa durante nuestra boda, ¿quién se reirá de mí entonces? (p.22)

Resultados de la sesión

Esta actividad les permitió verse en un futuro y darse cuenta lo importante que es comenzar a vivir bien la sexualidad desde ahora. Algunos alumnos comentaban que: “esta actividad me permitió valorar la importancia de lo que hago hoy porque me servirá mañana”; “hoy conocí por primera vez a mi futura esposa”.

Actividades fuera del salón de clase

Como parte del taller, se incluyen dos actividades fuera del salón de clase, que se han considerado de suma importancia tanto a nivel cognitivo como vivencial.

La primera actividad, mencionada en la sesión del examen escrito, consiste en la lectura de una Novela durante el bimestre. La misma lleva por título “Juventud en éxtasis”, del autor mexicano Carlos Cuauhtémoc Sánchez. Si bien es un libro relativamente antiguo, ya que fue escrito en el año 1993, la novela es capaz de atrapar al joven contemporáneo, desde el inicio hasta el final. El relato versa en la historia de Efrén Alvear, un joven adolescente que tiene que pasar por una enfermedad de transmisión sexual para darse cuenta de que su vida sexual la lleva de manera equivocada. En el proceso de sus visitas al doctor, conoce a la que será su futura esposa. Durante su tratamiento, conversa de diversos temas de índole sexual con el médico especialista en disfunciones sexuales Afar Marín, el cual descubrirá, al final, que es su padre. Durante los intensos y acalorados diálogos entre Efrén y el doctor Afar, aquel va comprendiendo que muchas ideas sobre la sexualidad, el matrimonio, la castidad, el aborto, el enamoramiento, no las comprendía correctamente. Poco a poco va transformando su mente, su corazón y termina siendo capaz de vivir una vida sexual equilibrada y armónica, luego de haber encontrado y entendido lo placentero que es vivir recta y puramente la sexualidad.

La segunda actividad consiste en retos concretos en su vida cotidiana. Mediante una ficha titulada “Mis obras de casti-caridad”, el alumno tendrá que ir realizando los desafíos planteados y generar una reflexión por cada obra hecha. A continuación, se adjunta la ficha y se explica su razón de ser:

La razón de ser de esta actividad es la reflexión viva de que el amor crece y se hace fecundo cuando se regala en obras concretas. La mejor manera de vivir un amor auténtico y verdadero, es siendo generoso en las pequeñas cosas de la vida cotidiana. “El hombre (...) no puede encontrar su propia plenitud si no es en la entrega sincera de sí mismo a los demás” (Constitución Pastoral Gaudium et spes, 1965, N°24). Es por esta razón que los jóvenes encontrarán en esta actividad, un camino concreto en que puedan manifestar a otras personas su amor, de manera desinteresada.

Las actividades se entrecruzan, combinando obras concretas, materialmente hablando, y obras espirituales. Debido a que el colegio tiene formación cristiana-católica, y el taller entra dentro del programa de religión, se invita a los alumnos a que recurran tanto a la oración como a los Sacramentos. La vida espiritual es clave cuando uno quiere vivir la vida de castidad y pureza. La oración y los sacramentos nos mantiene firmes y perseverantes. La oración y los sacramentos, especialmente la Confesión y la Eucaristía, nos hace volver a lo esencial de la vida, Dios. Y es Él quien nos da la Gracia para poder vivir una vida pura. “La pureza es un don de Jesucristo, y él nos la dará si se la pedimos con humildad y perseverancia.” (Evert, 2014, p. 59).

Cuadro de obras de “casti-caridad”

Número	Obra de casti- caridad	Fecha	Nombre del beneficiado	Experiencia personal o reflexión breve	Firma del profesor
1	<i>Dar de comer al hambriento o beber al sediento (persona de la calle, no a un compañero).</i> Preguntarle el nombre y si se puede, conversa con él.				
2	<i>Buscar a una persona y contarle sobre los temas que estamos viendo en clase (no vale un compañero del salón o de la promoción)</i>				
3	<i>Buscar a una persona con experiencia que te pueda compartir cómo vivir de la mejor manera la vida cristiana. (puede ser un familiar, un consagrado, un profesor. Sé creativo)</i>				
4	<i>Visitar a una persona enferma o que se encuentre mal (física o psicológicamente)</i>				

5	<i>Acudir al Sacramento de la Reconciliación o Confesión como mínimo 3 veces en el bimestre</i>				
6	<i>Corregir de buena manera a quien se equivoca</i> (hace referencia a equivocarse frente a un comportamiento, pensamiento o algo que se dice de mala manera.)				
7	<i>Rezar en casa el Evangelio del Domingo. Luego asistir a la Misa Dominical y comulgar</i> (incluye llegar 10 minutos antes de que comience la celebración y prepararse espiritualmente)				
8	<i>Ir a la Capilla del Colegio 3 veces durante el bimestre para visitar a Jesús; rezar o leer una lectura espiritual.</i> (puedes ir más de 3 veces si quieres.)				

Resultados de la sesión

La actividad de las “obras de casti-caridad” fue un gran desafío para los jóvenes. Al principio se mostraron negados para realizarlas, pero a medida que iban transcurriendo las sesiones de clase, se daban cuenta que les hacía muy bien cumplir el desafío. Pudieron relacionar la importancia de vivir la castidad con vivir el amor a los demás.

Respecto a la novela, les ayudó a darse cuenta cómo vivir un amor profundo, comprometido y las consecuencias del amor inmaduro.

4.3. Resultados de la acción

El resultado del taller fue sumamente positivo. Tanto varones como mujeres se mostraron gratamente sorprendidos por los temas abordados y la metodología. Al mismo tiempo, manifestaron su agradecimiento por haber tenido este taller que les permitió entender

la vida, la sexualidad y a ellos mismos, de una manera renovada.

A continuación, se presentan algunas respuestas de los alumnos a los cuales les ha resultado de suma utilidad el taller: “El taller me ayudó mucho a resolver dudas que tenía. Usualmente es un tema “tabú” en el colegio. Me gustó mucho hablar de estos temas”. “He aprendido muchas cosas que serán de utilidad para vivir la sexualidad correctamente y amar de verdad. En el amor verdadero, vale la pena esperar”. “El tema del taller me ayudó mucho a comprender mejor todo. En adelante tomaré mejores decisiones”. “Estas clases de religión han sido las mejores. Hemos tocado temas de sexualidad como nunca he visto que se haya hecho, muy contento, gracias”. “Antes creía que el amor solo se vivía carnalmente. Ahora sé que es más que eso. Enseñar con ejemplos concretos es muy bueno, gracias”. “La sexualidad es un gran don. No se entrega a cualquiera, sino a aquella persona con la cual pasaré toda mi vida”. “Me hubiera gustado seguir hablando de temas de valoración personal para ayudarnos a amarnos un poquito más”. “Este ha sido uno de los mejores talleres de mi vida”. “Gracias por darnos actividades como estas para poder expresarnos libremente”. “Profesor, nunca había visto el tema desde este enfoque. Nos ha ayudado muchísimo. Gracias”. “Gracias por el taller. “para amar debemos aprender a amarnos”

Tanto varones como mujeres comprendieron que la sexualidad hay que entenderla como una realidad que integra a todo el ser humano. Es por esto que no se puede separar el ámbito biológico del psicológico o del espiritual. Reconocieron que la mejor manera de valorizar y cuidar un don tan precioso es a través del respeto por el cuerpo en todas y cada una de las etapas de la vida, buscando vivir la pureza de corazón mediante la virtud de la castidad. La razón principal por la cual tanto varones como mujeres terminaron tan contentos, agradecidos y con anhelos de vivir sanamente su sexualidad, fue debido a que pudieron comprender y sentir lo valioso que son, cada uno en su particularidad y realidad concreta. Esto permitió reconciliar y sanar algunas heridas internas que tenían, así como perdonar dolores que otros les habían ocasionado. Se observa que las mujeres tienen mayor capacidad para dar razones de por qué se valoran y quieren. Los varones manifiestan que quererse más les permite realizar más acciones libres y comprometidas. En el caso de las mujeres, quererse más las ha ayudado a sentirse más satisfechas con ellas mismas.

Llama la atención que, si bien desean vivir un amor auténtico, aun les cuesta confiar en que la frase “el amor verdadero es para toda la vida” pueda ser real. Junto a esto, se observó que, a lo largo del taller, muchos fueron cambiando para bien su postura frente a este tema en particular. Tanto varones como mujeres manifestaron estar de acuerdo en que la mejor manera para vivir el amor verdadero es con virtud y con respeto, viviendo cada etapa a su tiempo y con

la conciencia de que no sería un camino fácil.

Tanto varones como mujeres se fueron abriendo a dialogar sobre temas profundos sobre sexualidad, amor y relaciones de enamorados. Algunos manifestaron deseos de dialogar sobre estos temas con sus padres y tutores de salón. Muchos expresaron que los videos, películas y la novela, fueron muy útiles para comprender temas como la amistad, los talentos y dones personales, el amor a uno mismo, las relaciones sexuales antes del matrimonio y el aborto. Se dieron cuenta la manera grosera en que los medios de comunicación influyen sobre ellos y los hacen pensar a su modo. Notaron que deben ser más atentos y críticos a lo que miran y leen.

A algunos varones y a algunas mujeres no les quedó del todo clara la relación entre castidad y esperar hasta el matrimonio para tener relaciones sexuales. Muchos siguen manifestando que “mientras haya amor, no hay problema”. Si bien no es una mayoría representativa, son varios los que siguen pensando de esta manera.

Por último, los resultados evidencian que, en el caso de los varones, siguen manifestando dificultad para categorizar las etapas que existen entre enamorados. No así en el caso de las mujeres. Y tanto varones como mujeres manifiestan su rechazo al aborto y a los métodos anticonceptivos, pero ahora con más argumentos.

Conclusiones y Recomendaciones

Conclusiones

Primera. El taller influyó positivamente en la aproximación y actitud de los jóvenes frente a la sexualidad y la castidad. Les permitió conocer y tener mayores fundamentos acerca de su sexualidad y cómo vivirla sanamente. Les ayudó a entender la relación entre castidad, libertad y amor auténtico. Gran parte del alumnado solicitó que el taller se replicara en años inferiores.

Segunda. El taller permitió que los jóvenes se aproximaran a su sexualidad con más apertura, alegría y esperanza. Con la identificación y diagnóstico inicial, se notó que tenían una aproximación bastante moralista al enamoramiento, las relaciones sexuales y el matrimonio. En algunos casos se observaron dificultades para hablar del tema con los adultos. Al mismo tiempo, se percibió una carencia afectiva importante, fruto de un trato distante con sus padres, lo que llevaba a que tuvieran una visión negativa hacia ellos mismos, hacia el amor y el matrimonio.

Tercera. El diseño y aplicación del taller, con la variedad de recursos presentados, ayudó a los alumnos a mejorar las actitudes hacia la sexualidad. Se trabajó con presentaciones y exposiciones por parte del profesor y algunos invitados, técnica de video fórum, puestas en común en grupos, trabajos individuales de conocimiento personal, actividades vivenciales fuera del colegio, un examen integrador y la lectura de una novela para adolescentes durante el bimestre

Cuarta. La evaluación final del taller permitió observar que los alumnos mejoraron sus actitudes frente a la sexualidad. Disminuyó la carga meramente moral, para entender que vivir sanamente estos elementos, da mucha libertad y alegría. Esto permitió que algunos jóvenes se animaran a conversar con sus padres acerca de temas de sexualidad con mayor apertura, según ellos mismos manifestaron.

Recomendaciones

Primera. Fruto del dialogo con los alumnos y luego de la implementación del taller, notamos la estrecha relación que existe entre una vivencia sana de la sexualidad, la afectividad y el amor entre los padres y de los padres hacia los hijos. En una familia unida, donde hay dialogo y calidez, los jóvenes desarrollan una madurez y responsabilidad notoria. Por el contrario, cuando en el matrimonio hay dificultades, peleas y demás conflictos, esto perjudica directamente al adolescente, lo hace ser desconfiado, más rebelde e incluso violento o aislado. Es por ello que consideramos sumamente importante elaborar e implementar un taller para trabajar con los padres de familia, para que ellos conozcan más a fondo los temas de sexualidad y afectividad y, viviéndolos en sus propias vidas, los puedan manifestar en sus casas y conversarlos con sus hijos.

Segunda. Luego de la implementación del taller, más de la mitad de los alumnos manifestaron continuar con la temática de sexualidad y afectividad en clases. Al mismo tiempo, ellos mismos sugirieron que el taller se imparta desde más temprana edad. Haciéndonos eco de esta solicitud, recomendamos que el taller se aplique desde 2º grado de secundaria.

Referencias bibliográficas

- Allers, R. (1958). *Pedagogía sexual y relaciones humanas*. Barcelona: Luis Miracle
- Almada, R. (2016). *El cansancio de los buenos. La logoterapia como alternativa al desgaste profesional*. Buenos Aires: Ciudad Nueva.
- Ballester, A. (2002). *El aprendizaje significativo en la práctica*. España. Recuperado de http://www.aprendizajesignificativo.es/mats/El_aprendizaje_significativo_en_la_practica.pdf
- Bausela, E. (2002). *La docencia a través de la investigación acción*. Revista Iberoamericana de Educación. Recuperado de <http://www.rinace.net/javier.murillo/recursos/inv-accion.htm>
- Benedicto XVI. (2007). *Spe Salvi*. Ciudad del Vaticano. Recuperado de http://w2.vatican.va/content/benedict-xvi/es/encyclicals/documents/hf_ben-xvi_enc_20071130_spe-salvi.html
- Brandenburg, B. (2016). *El poder sobre la pornografía*. Edición de Kindle
- Caffarra, C. (1987). *La sexualidad humana*. Madrid. Ediciones Encuentro
- Canales, J.M. (2006). *Familia hoy. Amor conyugal*. Arequipa: Universidad Católica San Pablo.
- Catecismo de la Iglesia Católica (2013). Perú: Conferencia Episcopal Peruana
- Concilio Vaticano II (1979). *Constitución Pastoral Gaudium et Spes*. Madrid: Biblioteca de autores cristianos
- Corcuera, P., De Irala, J., Osorio, A y Rivera, R. (2010). *Estilos de vida de los adolescentes peruanos*. Piura, Perú: Universidad de Piura.
- Daum, J. (2014). *Sexualidad y castidad. Para jóvenes que quieren ser hombres de verdad*. Arequipa: Universidad Católica San Pablo.
- Daum, J. (2017). *¿Entretenimiento o perversión? Un libro sobre pornografía para hombres*. Lima: Vida y espiritualidad

Del Castillo, H. (2015). *Reconciliación de la historia personal*. Medellín: Areté.

----- (2017). *Afectividad y sexualidad en la vida cotidiana*. Medellín, Colombia: Areté.

Echavarría, A. (2018). *El don de la sexualidad*. Santiago de Chile: CEC

Evert, J. (2014). *Amor Puro*. Denver: Totus Tuus.

Evert, J., Evert, C. (2015). *Cómo encontrar a tu alma gemela sin perder tu alma*. Denver: Totus Tuus.

Ferriss, T. (2015). *La semana laboral de 4 horas*. Barcelona: RBA Libros. Edición de Kindle.

Fiorino, D., Coury, A., Philips, A. (1997). *Dynamic Changes in Nucleus Accumbens Dopamine Efflux During the Coolidge Effect in Male Rats*. Vancouver: University of British Columbia. Recuperado de <http://www.jneurosci.org/content/jneuro/17/12/4849.full.pdf>

Firth, V. (1940). *El problema de la pureza*. Buenos Aires: Kier

Frankl, V. (2004). *El hombre en busca de sentido*. Barcelona: Herder.

----- (2006). *Hombre doliente*. Barcelona: Herder.

Fritzen, J. (1987). *La ventana de Johari*. Santander: Sal Terrae

Fuentes, M.A. (2006). *La castidad ¿posible?* San Rafael: Ediciones del Verbo Encarnado

----- (2007). *Los hizo varón y mujer*. San Rafael: Ediciones del Verbo Encarnado

----- (2008). *La trampa rota*. San Rafael: Ediciones del Verbo Encarnado

----- (2008). *Las verdades robadas*. San Rafael: Ediciones del Verbo Encarnado

----- (2008). *Terapia del perdón*. San Rafael: Ediciones del Verbo Encarnado

Gallagher, T. (2016). *Discernimientos de espíritus. Guía ignaciana para la vida cotidiana*. Barcelona: Herder.

Galli, L. (2010). *Del cuerpo a la Persona*. Madrid: Rialp.

Guardini, R. (2005). *La aceptación de sí mismo*. Buenos Aires: Lumen

----- (2005). *Las etapas de la vida*. Buenos Aires: Lumen.

----- (2010). *Preparación para la celebración de la Santa Misa*. Buenos Aires: San Pablo.

Hernández, R., Fernández, C., Baptista, P. (2008). *Metodología de la Investigación*. México D.F.: Mc Graw Hill

----- (2014). *Metodología de la Investigación*. México D.F.: Mc Graw Hill

Irala, J., Beltramo, C. (2013). *Nuestros hijos quieren saber: 60 preguntas sobre sexualidad*. Madrid: EUNSA.

Juan el Presbítero. (1969). *Te vas haciendo hombre....* Bilbao: Desclée de Brouwer.

Juan Pablo II. (1979). *Carta encíclica Redemptor Hominis*. Ciudad del Vaticano. Recuperado de: http://w2.vatican.va/content/john-paul-ii/es/encyclicals/documents/hf_jp-ii_enc_04031979_redemptor-hominis.html

Juan Pablo II. (1981). Exhortación apostólica *Familiaris Consortio*. Ciudad del Vaticano. Recuperado de: http://w2.vatican.va/content/john-paul-ii/es/apost_exhortations/documents/hf_jp-ii_exh_19811122_familiaris-consortio.html

----- (1983). *Mensaje al mundo universitario*. Ciudad del Vaticano. Recuperado de https://w2.vatican.va/content/john-paul-ii/es/speeches/1983/march/documents/hf_jp-ii_spe_19830307_mondo-universitario.html

Lewis, C.S. (2009). *Mero Cristianismo*. Madrid: RIALP

----- (1998). *El Perdón y otros ensayos cristianos*. Santiago de Chile: Andrés Bello.

Loverde, P. S. (2006). *La pornografía, un ataque al templo vivo de Dios*. Arlington: Kindle Edition

- Lubben, S. (2010). *Truth behind the fantasy of porn*. United States: Shelley Lubben Communications
- Merton, T. (1998). *Los hombres no son islas*. Buenos Aires: Sudamericana
- Murúa-Villena, L. (2014). *Aplicación de un programa de educación en la castidad para los alumnos de tercer año de secundaria de los colegios parroquiales de Piura*. Piura, Perú: Universidad de Piura. Recuperado en Mayo de 2018 de: https://pirhua.udep.edu.pe/bitstream/handle/11042/2556/MAE_EDUC_116.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Olivera, B. (2007). *Afectividad y deseo para una espiritualidad integrada*. Buenos Aires: Lumen
- ONU. (2008). *Situación y desafíos de la juventud en Iberoamérica*. El Salvador. Recuperado de <https://www.oei.es/historico/noticias/spip.php?article2371>
- Organización Mundial de la Salud (1994). *Glosario de términos de alcohol y drogas*. Madrid: MINISTERIO DE SANIDAD Y CONSUMO. Recuperado de: https://www.who.int/substance_abuse/terminology/lexicon_alcohol_drugs_spanish.pdf
- Pascal, B. (2003). *Pensamientos*. Biblioteca Virtual Universal
- Perazzo, P. (2016). *Yo también quiero ser feliz*. Lima. Columba.
- Pérez, P. (2001). *Apuntes de psicología*. Piura: Universidad de Piura.
- Petrinelli, R. (2007). *Fundamentos de ética. Aspectos de lo ético-social*. Buenos Aires: Universidad Libros.
- Pontificio consejo para la Familia (1995). *Sexualidad humana, verdad y significado*. Ciudad del Vaticano: Ediciones Promesa.
- Poupard, Cardenal P. (2001). *Hacia una cultura de la Verdad*. Arequipa: Universidad San Pablo
- Rivas Navarro, N. (2007). *Procesos cognitivos y aprendizaje significativo*. Madrid: BOCM
- Rojas, E. (1994). *La conquista de la voluntad*. Madrid: Temas de hoy

----- (2000). *El hombre light, una vida sin valores*. Buenos Aires: Planeta.

----- (2004). *Los lenguajes del deseo*. Buenos Aires: Temas de hoy.

Sábato, E. (2000). *La resistencia*. Buenos Aires. Planeta

Sarah Cardenal, R. (2017). *La fuerza del silencio*. Madrid: Palabra

Toth, T. (1960). *El matrimonio cristiano*. Madrid: Sociedad de Educación Atenas

Vara Horna, A.A. (2015). *Siete pasos para elaborar una tesis*. Lima. Macro

Weil, S. (1993). *A la espera de Dios*. Valladolid: Trotta.

Wilson, G. (2014). *Your brain on porn. Internet pornography and the Emerging Science of Addiction*. Kindle Edition

Youcat - Catecismo Joven de la Iglesia (2012). Argentina. Ediciones Encuentro – San Pablo

Anexos

Anexo 1: Matriz de consistencia

Matriz de consistencia

PARADIGMA	METODOLOGÍA
Sociocrítico	Cualitativa

TEMA	PROBLEMA	HIPÓTESIS
Implementación de un taller de educación de la castidad para mejorar las actitudes hacia la sexualidad en estudiantes de secundaria	¿De qué manera la implementación de un taller que eduque la castidad mejora las actitudes hacia la sexualidad en los jóvenes de 4 ° grado de educación de secundaria de un colegio parroquial de Lima?	La implementación de un taller que eduque la castidad mejora las actitudes hacia la sexualidad en los jóvenes de 4 ° grado de educación de secundaria de un colegio parroquial de Lima.

OBJETIVO GENERAL	OBJETIVOS ESPECÍFICOS
Diseñar y aplicar un taller que eduque la castidad para que los jóvenes de 4. ° grado de educación secundaria de un colegio parroquial de Lima mejoren las actitudes hacia la sexualidad	<ul style="list-style-type: none"> • Conocer y fundamentar el enfoque sobre sexualidad y castidad. • Diagnosticar las actitudes que tienen los alumnos de 4.º grado de educación secundaria hacia la sexualidad. • Diseñar y aplicar un taller incorporando las estrategias de video fórum, cuestionarios, charlas, estudios de casos, tareas en casa, para mejorar las actitudes hacia la sexualidad. • Evaluar las actitudes que tienen los alumnos de 4to año de secundaria hacia la sexualidad luego de la aplicación del taller

Anexo 2: Instrumento para recoger información

Entrevistas de entrada y salida

Resuelve el siguiente cuestionario con la mayor sinceridad posible. Queremos conocer tus inquietudes y actitudes respecto a la sexualidad para ayudarte a resolverlas. No coloques tu nombre, sólo indica tu edad y sexo. De acuerdo con la pregunta, responde con tus propias palabras o simplemente con un sí o no. No hay respuestas correctas o incorrectas.

Edad: _____ Sexo: _____

1. ¿Qué entiendes por sexualidad?

2. ¿Qué actitudes crees que son necesarias para vivir el amor?

3. ¿Consideras que te valoras y te quieres? ¿Sí, no, por qué?

4. ¿Qué piensas de la frase “el amor verdadero es para toda la vida”?

5. ¿Cómo crees que debe vivir su sexualidad un joven de tu edad?

6. Si pudieras cambiar algo en ti, ¿Qué sería?

7. ¿Qué harías si navegando por internet te aparece publicidad con contenido erótico?

8. ¿De dónde obtienes información sobre sexualidad? ¿Con quién conversas sobre tus dudas?

9. ¿Qué actitudes crees que se deben vivir para que una relación de enamorados dure?

10. ¿Qué películas, libros o series has visto últimamente y crees que influyen en tu manera de pensar y aproximarte a la sexualidad? ¿Qué opinión tienes respecto a ellos?

11. Si eres hombre, responde: ¿Qué actitudes debe tener el hombre frente a la mujer?

12. Si eres mujer, responde: ¿Qué actitudes debe tener la mujer frente al hombre?

13. ¿Cómo reaccionarías si un amigo o amiga te cuenta que tiene “su amigo/a con derechos”?

14. ¿Qué le dirías a un amigo/a que te cuenta que va a irse a vivir con su enamorado/a?

15. ¿Crees que en las relaciones de enamorados hay etapas? ¿Cuáles serían?

16. ¿Qué harías si una amiga te cuenta que quedó encinta y no quiere continuar con el embarazo?

17. ¿Sabes cómo elegir enamorado/a? ¿Qué tomas en cuenta?

18. ¿Qué le recomendarías a una chica que tiene enamorado y no quiere quedar embarazada?

19. ¿De qué temas quisieras hablar o saber más con relación a la sexualidad humana, durante el bimestre? (entrada)

El siguiente espacio está por si quieres agregar algún comentario libre de lo trabajado durante el bimestre (salida)

Anexo 3: Validación de los expertos



UNIVERSIDAD DE PIURA
Facultad de Ciencias
de la Educación

FICHA DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO

I. INFORMACIÓN GENERAL

- 1.1 Nombres y apellidos del validador : **Mgt. Giuliana Caccia**

 1.2 Cargo e institución donde labora : **Directora de Fam – Fundación para la Familia y La Opción V**

 1.3 Nombre del instrumento evaluado : **Entrevista de entrada y salida**

 1.4 Autor del instrumento : **Matias Conocchiari**

II. ASPECTOS DE VALIDACIÓN

Revisar cada uno de los ítems del instrumento y marcar con un aspa dentro del recuadro (X), según la calificación que asigna a cada uno de los indicadores.

1. Deficiente (Si menos del 30% de los ítems cumplen con el indicador).
2. Regular (Si entre el 31% y 70% de los ítems cumplen con el indicador).
3. Buena (Si más del 70% de los ítems cumplen con el indicador).

Aspectos de validación del instrumento		1	2	3	Observaciones Sugerencias
Criterios	Indicadores	D	R	B	
• PERTINENCIA	Los ítems miden lo previsto en los objetivos de investigación.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	
• COHERENCIA	Los ítems responden a lo que se debe medir en la variable y sus dimensiones.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	
• CONGRUENCIA	Los ítems son congruentes entre sí y con el concepto que mide.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	
• SUFICIENCIA	Los ítems son suficientes en cantidad para medir la variable.	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Pero es por la complejidad del tema en sí.
• OBJETIVIDAD	Los ítems se expresan en comportamientos y acciones observables.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	
• CONSISTENCIA	Los ítems se han formulado en concordancia a los fundamentos teóricos de la variable.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	
• ORGANIZACIÓN	Los ítems están secuenciados y distribuidos de acuerdo a dimensiones e indicadores.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	
• CLARIDAD	Los ítems están redactados en un lenguaje entendible para los sujetos a evaluar.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	
• FORMATO	Los ítems están escritos respetando aspectos técnicos (tamaño de letra, espaciado, interlineado, nitidez).	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	
• ESTRUCTURA	El instrumento cuenta con instrucciones, consignas, opciones de respuesta bien definidas.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	

CONTEO TOTAL			
(Realizar el conteo de acuerdo a puntuaciones asignadas a cada indicador)			
C	B	A	Total

Coefficiente de validez : $\frac{A + B + C}{30} = 0.97$

III. CALIFICACIÓN GLOBAL

Ubicar el coeficiente de validez obtenido en el intervalo respectivo y escriba sobre el espacio el resultado.

Validez muy buena

Intervalos	Resultado
0,00 – 0,49	• Validez nula
0,50 – 0,59	• Validez muy baja
0,60 – 0,69	• Validez baja
0,70 – 0,79	• Validez aceptable
0,80 – 0,89	• Validez buena
0,90 – 1,00	• Validez muy buena

G Experto



I. INFORMACIÓN GENERAL

- 1.1 Nombres y apellidos del validador : **Mgt. Humberto del Castillo**
.....
1.2 Cargo e institución donde labora : **Psicologo. Fundador de la institución Areté**
.....
1.3 Nombre del instrumento evaluado : **Entrevista de entrada y de salida**
.....
1.4 Autor del instrumento : **Matias Conocchiari**
.....

II. ASPECTOS DE VALIDACIÓN

Revisar cada uno de los ítems del instrumento y marcar con un aspa dentro del recuadro (X), según la calificación que asigna a cada uno de los indicadores.

1. Deficiente (Si menos del 30% de los ítems cumplen con el indicador).
2. Regular (Si entre el 31% y 70% de los ítems cumplen con el indicador).
3. Buena (Si más del 70% de los ítems cumplen con el indicador).

Aspectos de validación del instrumento		1	2	3	Observaciones Sugerencias
Criterios	Indicadores	D	R	B	
• PERTINENCIA	Los ítems miden lo previsto en los objetivos de investigación.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	x	
• COHERENCIA	Los ítems responden a lo que se debe medir en la variable y sus dimensiones.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	x	
• CONGRUENCIA	Los ítems son congruentes entre sí y con el concepto que mide.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	x	
• SUFICIENCIA	Los ítems son suficientes en cantidad para medir la variable.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	x	
• OBJETIVIDAD	Los ítems se expresan en comportamientos y acciones observables.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	x	
• CONSISTENCIA	Los ítems se han formulado en concordancia a los fundamentos teóricos de la variable.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	x	
• ORGANIZACIÓN	Los ítems están secuenciados y distribuidos de acuerdo a dimensiones e indicadores.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	x	
• CLARIDAD	Los ítems están redactados en un lenguaje entendible para los sujetos a evaluar.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	x	
• FORMATO	Los ítems están escritos respetando aspectos técnicos (tamaño de letra, espaciado, interlineado, nitidez).	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	x	
• ESTRUCTURA	El instrumento cuenta con instrucciones, consignas, opciones de respuesta bien definidas.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	x	

CONTEO TOTAL			30
(Realizar el conteo de acuerdo a puntuaciones asignadas a cada indicador)			
C	B	A	Total


Coefficiente de validez $\frac{A + B + C}{30} = 1$

Intervalos	Resultado
0,00 – 0,49	• Validez nula
0,50 – 0,59	• Validez muy baja
0,60 – 0,69	• Validez baja
0,70 – 0,79	• Validez aceptable
0,80 – 0,89	• Validez buena
0,90 – 1,00	• Validez muy buena

III. CALIFICACIÓN GLOBAL

Ubicar el coeficiente de validez obtenido en el intervalo respectivo y escriba sobre el espacio el resultado.

Validez muy buena





I. INFORMACIÓN GENERAL

- 1.1 Nombres y apellidos del validador : **Ps. Juan Carlos Rios Toce**
- 1.2 Cargo e institución donde labora : **Director de Aurea Consulting**
- 1.3 Nombre del instrumento evaluado : **Entrevista de entrada y salida**
- 1.4 Autor del instrumento : **Matias Conocchiari**

II. ASPECTOS DE VALIDACIÓN

Revisar cada uno de los ítems del instrumento y marcar con un aspa dentro del recuadro (X), según la calificación que asigna a cada uno de los indicadores.

1. Deficiente (Si menos del 30% de los ítems cumplen con el indicador).
2. Regular (Si entre el 31% y 70% de los ítems cumplen con el indicador).
3. Buena (Si más del 70% de los ítems cumplen con el indicador).

Aspectos de validación del instrumento		1	2	3	Observaciones Sugerencias
Criterios	Indicadores	D	R	B	
• PERTINENCIA	Los ítems miden lo previsto en los objetivos de investigación.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	x	
• COHERENCIA	Los ítems responden a lo que se debe medir en la variable y sus dimensiones.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	x	
• CONGRUENCIA	Los ítems son congruentes entre sí y con el concepto que mide.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	x	
• SUFICIENCIA	Los ítems son suficientes en cantidad para medir la variable.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	x	
• OBJETIVIDAD	Los ítems se expresan en comportamientos y acciones observables.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	x	
• CONSISTENCIA	Los ítems se han formulado en concordancia a los fundamentos teóricos de la variable.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	x	
• ORGANIZACIÓN	Los ítems están secuenciados y distribuidos de acuerdo a dimensiones e indicadores.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	x	
• CLARIDAD	Los ítems están redactados en un lenguaje entendible para los sujetos a evaluar.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	x	
• FORMATO	Los ítems están escritos respetando aspectos técnicos (tamaño de letra, espaciado, interlineado, nitidez).	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	x	
• ESTRUCTURA	El instrumento cuenta con instrucciones, consignas, opciones de respuesta bien definidas.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	x	

CONTEO TOTAL		30	30
(Realizar el conteo de acuerdo a puntuaciones asignadas a cada indicador)		C	Total

Coefficiente

de validez

$$\frac{A + B + C}{30} = 1,00$$

III. CALIFICACIÓN GLOBAL

Ubicar el coeficiente de validez obtenido en el intervalo respectivo y escriba sobre el espacio el resultado.

Validez muy buena

Intervalos	Resultado
0,00 – 0,49	• Validez nula
0,50 – 0,59	• Validez muy baja
0,60 – 0,69	• Validez baja
0,70 – 0,79	• Validez aceptable
0,80 – 0,89	• Validez buena
0,90 – 1,00	• Validez muy buena

Experto