



PROGRAMA DE EDUCACIÓN AFECTIVO-SEXUAL PARA PERSONAS CON DISCAPACIDAD INTELECTUAL

“YO TAMBIÉN SIENTO”





Programa de Educación Sexual para personas con discapacidad intelectual

“Yo también siento”

“Por mucho que valga una persona, no tiene valor más grande que el de ser persona”.
Antonio Machado.

PROGRAMA “YO TAMBIÉN SIENTO”:

Desde el curso 2011-12, el Servicio de Salud del Ayuntamiento de Sevilla a partir de una necesidad sentida y no atendida, imparte en algunos centros educativos y ocupacionales de la ciudad, un programa de Educación Sexual para personas con discapacidad intelectual y/o del desarrollo, dando así respuesta a dicha demanda con la iniciación de actividades que resultan novedosas, participativas y formativas.

Con este programa, llamado **“Yo también siento”**, reconocemos la importancia de trabajar el desarrollo de su sexualidad y de su afectividad, desde sus capacidades, autoestima, expresiones, emociones... y enseñarles a tomar sus propias decisiones desde un punto de vista integral y positivo, no centrándonos únicamente en los riesgos y en los peligros y no limitándonos a hacer exclusivamente educación genital o reproductiva.

Todas las personas tenemos necesidad de contacto físico e intimidad, de expresarnos afectivamente, de vincularnos emocionalmente, de tener deseos, fantasías... La sexualidad, por tanto, va más allá de la genitalidad, aterrizando en el cuerpo y en la piel como globalidad.

La educación afectiva y sexual representa un aspecto de gran importancia en la formación integral de niños, niñas, adolescentes, jóvenes y personas adultas ya que va más allá del conocimiento puramente biológico, explicando procesos importantes como la construcción de la identidad sexual y de género, la diversidad sexual, la autoestima, las relaciones afectivas, las vivencias, la expresión de sentimientos y emociones, el conocimiento del cuerpo y sus sensaciones. El fin último es posibilitar que las personas gocen de una sexualidad saludable, responsable y satisfactoria, con vínculos de género igualitarios.

La educación sexual, por tanto, es una condición indispensable para lograr el bienestar pleno de la persona, y el desarrollo de su salud.



A lo largo de estos años, el programa se ha ido afinando y afianzando, diferenciando los contextos de actuación y concretando intervenciones generales dirigidas a las familias y a los/as profesionales, pasando de un taller concreto a un programa más definido.

Por ello, el programa “Yo También Siento” consta de diferentes actuaciones:

- Taller para jóvenes y adolescentes en contextos educativos
- Taller para personas adultas en contextos asociativos y ocupacionales.
- Sesiones de sensibilización para familias.
- Cursos de formación para profesionales.
- Jornadas de sexualidad y afectividad “Yo también siento”.
- Jornadas y encuentros formativos.
- Proyecto de investigación.
- Participación en congresos y jornadas.

El programa consta de dos ejes adicionales y complementarios que vertebran la intervención hacia las personas con discapacidad: el trabajo con **profesionales** y con **familias**.

Con las familias se plantean sesiones de sensibilización hacia las mismas y hacia otras personas cuidadoras, en aquellos dispositivos en los que se lleve a cabo el taller, antes de comenzar y al finalizar el mismo.

Y con los/as **profesionales** se programan diferentes acciones formativas encaminadas a facilitar herramientas, procesos, contenidos y materiales para llevar a cabo una adecuada educación para la sexualidad. Con la idea de que la misma tenga continuidad y quede integrada en el curriculum de cada centro.

Con las propias **personas con discapacidad**, se plantean talleres diferentes, por un lado uno para adolescentes en contextos educativos y otro para personas jóvenes y adultas en contextos asociativos y ocupacionales.

Se constata que, el mismo taller no puede ejecutarse en todos los centros ni con todos los grupos, ya que ha ido dirigido a una población diana diversa, en edades, en intereses, en necesidades y en demandas. Se detecta que, debido a la heterogeneidad de los grupos, hay que adaptar continuamente los contenidos y las actividades, ya que hay diferencias entre los grupos de los centros ocupacionales (jóvenes y personas adultas) y los de los centros educativos (adolescentes), variando no únicamente la edad, sino también los contextos de intervención.



El programa se ha ido afinando y afianzando a lo largo de estos años, diferenciando los contextos de actuación y concretando intervenciones generales dirigidas, además de a jóvenes y a personas adultas con discapacidad, a las familias y a los/as profesionales, pasando de ser un taller concreto a un programa más definido.

En los cuatro últimos cursos escolares se realizan unas **Jornadas** en las que participan los centros en los que se ha llevado a cabo el programa, así como otras entidades. A través de las mismas, se genera un espacio de encuentro y de intercambio de experiencias en las que las personas con discapacidad son las verdaderas protagonistas, junto con las familias y profesionales, además de compartir y extender la experiencia a otras entidades y organizaciones. Se lleva a cabo una mesa de experiencias, protagonizada por personas con discapacidad, en la que expresan sus vivencias y aprendizajes en el taller perteneciente al programa “Yo también siento”. Con creatividad y espontaneidad, con palabras cercanas y en primera persona, transmiten entusiasmo y ganas de seguir aprendiendo y recibiendo educación sexual.

Igualmente, se cuenta con la presencia de importantes profesionales de ámbito de la sexología y de la discapacidad, abordando el tema bajo diferentes puntos de vista y, poniendo sobre la mesa la necesidad de visibilizar y dar respuesta a dudas, inquietudes, incertidumbres... Es decir una verdadera apuesta por una educación sexual integral, a través de la cual caminar hacia la calidad de vida y el reconocimiento de los derechos sexuales.



Además, dentro de este programa, se plantea un **proyecto de investigación** en un grupo de personas con discapacidad intelectual, con el fin de correlacionar la incidencia de la educación sexual con las diferentes dimensiones de calidad de vida. Ello puede permitir mejorar las condiciones de bienestar, teniendo en cuenta sus opiniones y experiencias para la futura planificación de programas y actividades, así como ganar experiencia para plantear futuras investigaciones más definitivas y que abarquen a mayor número de población.



El trabajo de campo se ha realizado durante el curso 2015-16, en el Centro Ocupacional de la Fundación de Psicopediatría de Sevilla y, actualmente está en fase de análisis de resultados, los cuales se presentarán en las IV Jornadas de sexualidad y afectividad para personas con discapacidad organizadas desde el mismo programa.

El objetivo final de todas estas intervenciones ha sido el de propiciar que las personas con discapacidad se integren en la sociedad: **principio de normalización e integración**, del modelo de Calidad de Vida (M.A. Verdugo).

¿A QUIÉN VA DIRIGIDO?:

El programa va destinado a:

Centros educativos:

- Jóvenes y adolescentes con Necesidades Específicas de Apoyo Educativo (NEAE) de centros educativos de educación especial. Nivel de formación básica de carácter obligatorio. Edades de 13 a 18 años.
- Alumnado de los Programas FP Básico Específico. Edades de 16 a 20 años.
- Alumnado de transición a la vida adulta (PTVAL).Edades de 18 a 20 años.

Centros ocupacionales y asociaciones:

- Unidades de estancias diurnas con terapia ocupacional. A partir de 21 años.
- Asociaciones y entidades de intervención en diferentes ámbitos con personas discapacitadas. A partir de 21 años.

¿QUÉ QUEREMOS CONSEGUIR?:

- ⊗ Visibilizar la realidad de la persona con discapacidad intelectual como persona sexuada y con derecho a disfrutar de su sexualidad.
- ⊗ Aplicar un concepto de sexualidad positivo desde las posibilidades y desde el placer.
- ⊗ Facilitar la adquisición de conocimientos e información adecuada en sexualidad y afectividad que les permita afrontar su vivencia sexual de forma positiva.



En definitiva, que las personas aprendan a conocerse, a aceptarse y a expresar sus conductas sexuales con satisfacción.

¿CÓMO LO QUEREMOS CONSEGUIR?:

La información, los contenidos y la metodología, deben adaptarse al grupo concreto al que va dirigido el programa.

Por ello, previa a la ejecución del taller, se realiza una reunión con cada centro para conocer las características generales de cada grupo y poder homogeneizar las intervenciones con los mismos.

Es fundamental tener en cuenta la discapacidad concreta que presenta cada alumno/a, para poder adaptar las actividades y dinámicas a emplear a las características de cada grupo.

Es conveniente, partir de las aportaciones, dudas e inquietudes de las personas que participan, como punto de partida. Por ello, es fundamental propiciar una metodología participativa, dinámica y lúdica. Se utilizarán instrumentos basados en la pedagogía activa, que faciliten la comunicación y el diálogo, desde un aspecto lúdico y vivencial (dinámicas, juegos, trabajos en grupo, visionado de material audiovisual, expresión corporal, dibujos, etc...).

¿QUÉ TRABAJAMOS?:

Los contenidos del programa serán diferentes para cada grupo, en función de las necesidades de apoyo, del contexto, edad, intereses, demandas, motivaciones... y, en consenso con el profesorado y con las familias. Hay que tener en cuenta las posibilidades de aprendizaje de cada persona.

Como elemento vertebrador del contenido, se tiene en cuenta además del marco de derechos y la perspectiva de salud y bienestar, los siguientes parámetros:

- La perspectiva de género.
- El respeto a la diversidad sexual.
- Relaciones igualitarias.
- Prevención de relaciones de abuso.

Se propone un taller de 8 sesiones. La duración de cada sesión podrá variar desde una hora y 30 minutos hasta dos horas, dependiendo de la disponibilidad del centro y de las características del grupo.



La educación emocional (de los afectos y de los sentimientos), se constituirá como un eje transversal de todo el proceso educativo.

De acuerdo con los objetivos propuestos, los contenidos generales a trabajar se detallan a continuación:

1ª sesión: Conociéndome

- ♥ Cómo me siento hoy.
- ♥ Presentación del alumnado. Dinámica de presentación.
- ♥ Mi mundo afectivo.
- ♥ ¿Qué me gustaría aprender en este taller?
- ♥ Preguntas anónimas: ¿Qué queremos saber?
- ♥ Conclusiones de la sesión: ¿Qué he aprendido? Palabras para el cierre.



2ª sesión: Emocionándome.

- ♥ Cómo me siento hoy.
- ♥ Repasando conceptos de la sesión anterior.
- ♥ Mis emociones. Mis sentimientos.
- ♥ Identifico y expreso emociones.
- ♥ Me quiero, me gusto y me respeto.
- ♥ Conclusiones de la sesión: ¿Qué he aprendido? Palabras para el cierre.



3ª sesión: Sexuadas y sexuados.

- ♥ Cómo me siento hoy.
- ♥ Repasando conceptos de la sesión anterior.
- ♥ Lluvia de ideas acerca del concepto de sexualidad. ¿Qué entendemos por sexualidad?.
- ♥ Hablando de sexualidad: “Mi cuerpo, mis expresiones, mis sentimientos”.
- ♥ Analizando mitos y falsas creencias.
- ♥ Conclusiones de la sesión: ¿Qué he aprendido? Palabras para el cierre.



4ª sesión: Mi cuerpo.

- ♥ Cómo me siento hoy.
- ♥ Repasando conceptos de la sesión anterior.
- ♥ Cambios físicos y emocionales en la pubertad.
- ♥ Aprendo a sentir y a relajar mi cuerpo.
- ♥ Recibiendo sensaciones de bienestar y aprendiendo a poner límites.
- ♥ Conclusiones de la sesión: ¿Qué he aprendido? Palabras para el cierre.



5ª sesión: Conociendo mi cuerpo.

- ♥ Cómo me siento hoy.
- ♥ Repasando conceptos de la sesión anterior.
- ♥ Lo que más me gusta de mi cuerpo....
- ♥ Mi cuerpo: ¿cómo es? ¿cómo funciona?: “Siluetas de mujeres y siluetas de hombres”.
- ♥ Conclusiones de la sesión: ¿Qué he aprendido? Palabras para el cierre.



6ª sesión: Me quiero y me protejo

- ♥ Cómo me siento hoy.
- ♥ Repasando conceptos de la sesión anterior.
- ♥ La importancia del cuidado. Discrimino hábitos de relación positivos y negativos.
- ♥ ¿Cómo se produce un embarazo?/ ¿Cómo se evita un embarazo no planificado?
- ♥ Situaciones de abuso: aprendo a protegerme y a decir no.
- ♥ Confianza y cuidados.
- ♥ Conclusiones de la sesión: ¿Qué he aprendido? Palabras para el cierre.



8ª sesión: Sintiendo con mis sentidos

- ♥ Cómo me siento hoy.
- ♥ Repasando conceptos de la sesión anterior
- ♥ Taller de los sentidos.
- ♥ Evaluación, despedida y cierre.
- ♥ Palabras para el cierre.



RECURSOS

Recursos materiales:

Los recursos utilizados para la realización del taller son:

- Material fungible de papelería: folios, posit, cartulinas, papel continuo, rotuladores, lápices de colores...
- Material audiovisual: PowerPoint, cortometrajes, videos, música.
- Láminas de cuerpos de niños y niñas/ hombres y mujeres.
- Marionetas.
- Fotografías.
- Espejos.



- Globos.
- Pelotas.
- Mascaras.
- Siluetas de hombre y de mujer.
- Moldes de pene , vulva y clítoris.
- Fotografías.
- Cuentos.
- Caja de los sentidos.
- Antifaces.
- Fichas de trabajo.
- Maletín de métodos anticonceptivos.

Recursos humanos:

Profesionales de la sexología y de la salud del Observatorio de la Salud. Servicio de Salud del Ayuntamiento de Sevilla.

¿QUÉ ESTAMOS CONSIGUIENDO?:

La evaluación que se realiza con las personas con discapacidad es continua: en cada sesión se le pregunta al grupo lo aprendido en la sesión y en cada nueva sesión se vuelve a repasar todo lo visto en la anterior.

En estos momentos, los indicadores siguen un criterio subjetivo, fruto de la observación de la persona que lleva a cabo el taller, junto con intercambio de información con los/s profesionales del centro.

Entre estos, se pueden destacar:

- Nivel de motivación para asistir al taller.
- Expresión facial o verbalizaciones realizadas (según necesidades de apoyo).
- Nivel de participación con respecto a la expresión verbal.
- Capacidad de recordar las sesiones anteriores.



- Reconocer y expresar emociones.
- Reconocimiento y forma de nombrar las diferentes partes del cuerpo.

Se ha generado un cuestionario en lectura fácil para que, en aquellos grupos que sea posible, lo rellenen con el apoyo de los/as monitores/as y profesionales una vez que finaliza el taller.

Para la evaluación global, se realiza de manera anual las Jornadas sobre Sexualidad y Discapacidad en la que participan los centros educativos y ocupacionales en los que se ha llevado a cabo el programa, así como otras entidades y organizaciones.

RESULTADOS:

Los centros y entidades en los que se ha llevado a cabo el programa a lo largo de estos años, han sido los siguientes:

- ✿ Unidad de estancias diurnas con terapia ocupacional. Centro ATUREM.
- ✿ FP Básico Especial del IES Santa Aurelia.
- ✿ FP Básico Especial del IES Julio Verne.
- ✿ Unidad de estancias diurnas con terapia ocupacional. Fundación Psicopediatría de Sevilla.
- ✿ Colegio de Educación Especial de la Fundación Psicopediatría de Sevilla.
- ✿ Centro de Educación Especial Patronato San Pelayo.
- ✿ Colegio de Educación Especial Virgen Macarena.
- ✿ Centro de Enseñanza Secundaria María Inmaculada.
- ✿ Vivienda Tutelada Mármoles.
- ✿ Asociación de ocio inclusivo Incluocio.
- ✿ Asociación de hermanos y amigos de personas con discapacidad Marafiki.
- ✿ Asociación andaluza de epilepsia APICE.
- ✿ Asociación sevillana de daño cerebral sobrevenido. Asociación DACE.
- ✿ Unidad de estancias diurna con terapia ocupacional. Asociación Sevillana de Ayuda a la Discapacidad (ASAS).
- ✿ Asociación Niños con Amor.

Y se ha llegado a un total de 2800 personas, entre familias, profesionales y personas con discapacidad.

A raíz de las acciones emprendidas a lo largo de estos siete cursos escolares y de la experiencia con las Jornadas anuales, seguimos confirmando la necesidad de realizar educación sexual con jóvenes, adolescentes y personas adultas, así como sensibilizando a las familias y formando y capacitando a los equipos de profesionales.



A lo largo de estos años, el programa se va afianzando, diferenciando los contextos de actuación y concretando intervenciones generales dirigidas a las familias y a los/as profesionales. Cada curso escolar se va avanzando en este sentido.

La población diana, usuarios/as de estos centros, tiene diferentes grados y tipos de discapacidad, de autonomía, de habilidades... y las edades han oscilado entre los 12 y los 60 años aproximadamente.

En relación a las personas con discapacidad, se mejora nuestro conocimiento respecto a quiénes son, donde están y qué demandan, que nos sitúan mejor para seguir trabajando con ellas, diferenciando los contextos de intervención y seguir el criterio de la edad para programar las mismas.

Y en cada dispositivo se ha intervenido de manera diferente, tanto en el contenido como en la metodología, debido a las diferentes necesidades de apoyo de las personas que integran cada grupo.

La valoración global que se realiza del programa es muy positiva por parte de todos los agentes sociales implicados, permitiendo fortalecer la línea ya iniciada a lo largo de estos cursos escolares: la intervención en sexualidad y afectividad para todos los grupos de edad.

De las intervenciones realizadas con los diferentes grupos diana, extraemos algunas reflexiones significativas para aportar al programa:

- ✿ Los contenidos de las sesiones tenemos que seguir ajustándolos aún más a las vivencias y a los sentimientos, más que a comprender ciertos conceptos: la importancia de la **autoestima**, del **respeto**, del **consentimiento**, de la **intimidad** y la **privacidad**, del **cuidado del cuerpo** y de las **emociones** y **sentimientos**. Hay que tener en cuenta la falta de vocabulario emocional y sexual que poseen, incluso para referirse a determinadas partes del cuerpo.
- ✿ Las personas con discapacidad presentan dificultades a la hora de reconocerse alguna cualidad o habilidad. Esto puede ser fruto del paternalismo y de la sobreprotección, que influye en que les cueste reconocerse como personas sexuadas y que, sus familias las reconozcan como tal. Por tanto, se constituye como eje central **visibilizarlas como personas sexuadas**.
- ✿ Se ha potenciado que se reconozcan como hombres y mujeres y no como niños y niñas, trabajando para ello con las diferencias entre los hombres y las mujeres y la **identidad de género**.



- Presentan dificultades para asimilar y comprender nuevos conceptos, ya que el concepto de sexualidad que tienen interiorizado es fruto de la falta de información o de la desinformación. A ello, se le une la falta de naturalidad para hablar de sus cuerpos, de sus sensaciones y de su sexualidad. La idea que, generalmente, tienen del concepto de sexualidad es muy genitalizada y asociada a la reproducción y a tener pareja y, en ocasiones al consumo de pornografía (en aquellas personas con menos necesidades de apoyo).
- Existencia de muchos **mitos y creencias erróneas**, debido sobre todo a la falta de acceso a la información y a la **sobreprotección** por parte de las familias.
- Existen grandes carencias informativas con respecto al funcionamiento de sus cuerpos, sobre todo en el caso de las chicas. Al menos, aprenden a identificar y nombrar de manera correcta sus órganos genitales, y a identificar las zonas íntimas y ello es una manera de “apropiarse” de sus cuerpos.
- El concepto de amor y de pareja lo tienen muy idealizado. A ello se unen, las dificultades para diferenciar y poner límites en las relaciones amorosas y afectivas. Se detecta cierta dependencia afectiva en las personas que tienen pareja. Ello hace que, en ocasiones, surjan dificultades para relacionarse afectivamente con otras personas de su entorno. No existen modelos de relaciones igualitarias en personas con discapacidad.
- Igualmente, en algunos grupos se detectan ciertas dificultades para diferenciar las relaciones amorosas de las relaciones de amistad, obstaculizando de esta forma sus relaciones sociales.
- Hay un gran desconocimiento acerca de la transmisión del VIH y otras ITS.
- Existe escasa utilización de recursos de asistencia hacia la salud sexual y reproductiva de las personas con discapacidad y falta de sensibilización de las familias hacia los mismos.
- En muchos grupos, se detecta que existe cierta confusión con la identidad y con la orientación sexual. Igualmente, se presentan ciertas **conductas homófobas y sexistas**.
- A todo ello hay que unir las dificultades que tienen para expresar lo que sienten y para transmitir vivencias, opiniones, gustos, dudas y emociones.
-



- Ha sido de gran valor el trabajo realizado de manera más específica con las emociones, ya que presentan muchas dificultades para identificar las emociones básicas, para expresarlas, regularlas y para reconocerlas en otras personas. Este trabajo repercute directamente en su bienestar emocional y social, ya que les permitiría relacionarse de manera más saludable y, por ende prevenir conductas de riesgo.

Se detectan diferencias en aquellos grupos en los que se ha llevado a cabo el programa en cursos anteriores y en los que lo reciben por primera vez, ya que permite que el taller sea conocido por el resto de usuarios/as y reconocido como espacio en el que poder hablar del cuerpo, del amor, de las relaciones, de los embarazos, de las parejas, de los sentimientos...

De alguna manera, **el taller dignifica a las personas con discapacidad como hombres y como mujeres, desde el momento en que se les legitima y visibiliza su parte sexual.**

Con las **familias**, se detecta que, tras las diferentes intervenciones, los comentarios realizados en los grupos son bastante positivos, ya que el simple hecho de ofrecer otra visión de la sexualidad, sin connotaciones morales y desgenitalizando la misma, les hace cambiar su punto de vista y su actitud con respecto al tema.

Se evidencia la necesidad de las familias de generar un espacio en el que poder comentar sus dificultades, sus dudas, sus miedos, sus experiencias y sus logros, ya que es un tema del que no hablan en otros ámbitos, debido al “control y vigilancia social” y es un tema que les interesa y que les preocupa, sobre todo con respecto a las hijas.

Hay una gran necesidad, por parte de muchas familias, de **obtener pautas, criterios y orientaciones** de manera individualizada, validando sus creencias desde la escucha y la confianza.

De las diferentes acciones formativas realizadas con los/as **profesionales**:

- Valoración muy positiva del programa y niveles altos de satisfacción.
- Ven en el alumnado un cambio de vocabulario y una manera diferente de referirse a todo lo sexual y a sus cuerpos.
- El alumnado deja de ver la sexualidad como un tema tabú y aprenden a tratar sus cuerpos con naturalidad.
- El tema de la implicación de las familias, es un tema que ven con mucha relevancia, ya que si no hay implicación, dificulta que se pueda seguir avanzando en este sentido.



- ✿ Constatan la necesidad de formación en educación sexual y de pautas para un adecuado abordaje de las conductas desajustadas, así como criterios y herramientas para su eficacia.

Al igual que el curso anterior, tanto la **formación de profesionales** como su presencia en el aula, es fundamental para el desarrollo efectivo del programa: en los centros en los que el profesorado ha estado presente en las sesiones como facilitadores/as y traductores/as del alumnado, el taller se ha enriquecido. Se constata la implicación de los/as profesionales que trabajan a diario con el alumnado y que están en contacto permanente con las familias. Esta implicación, ha permitido, por un lado, continuar con el trabajo realizado durante el taller, dándole continuidad al mismo hasta la siguiente sesión, y, por otro, integrar lo trabajado en sus relaciones afectivas cotidianas.

Estas aportaciones son importantes de cara a trabajar el **currículum oculto** de cada centro: lo que se educa no es solo lo que se trabaja de manera formal en el aula, sino todo lo que sucede en el centro, las propias actitudes del personal, las normas implícitas, la forma en que los/as profesionales se relacionan entre ellos/as y con el alumnado, la organización de los espacios, tiempos y actividades, el tratamiento de la intimidad, las manifestaciones sexuales y las relaciones afectivas. Por ello, es necesario que todo el personal pueda analizar y consensuar criterios de actuación con todas las posibles situaciones que se pudieran dar en el centro (bus, baño, comedor, aula...), no dando mensajes contradictorios entre sí.

La formación de los/as profesionales en este terreno, es necesaria para capacitarlos/as con herramientas y recursos que les ayuden a atender, orientar y prestar apoyos a la sexualidad y a la afectividad de las personas con las que trabajan, así como poder corresponsabilizar a las familias en el abordaje de este tema. Y no únicamente facilitar pautas y estrategias para que puedan abordar situaciones concretas con las que se encuentran en su ámbito de actuación. No hay que esperar a que surjan los problemas o las conductas desajustadas.

Es una cuestión de derechos.