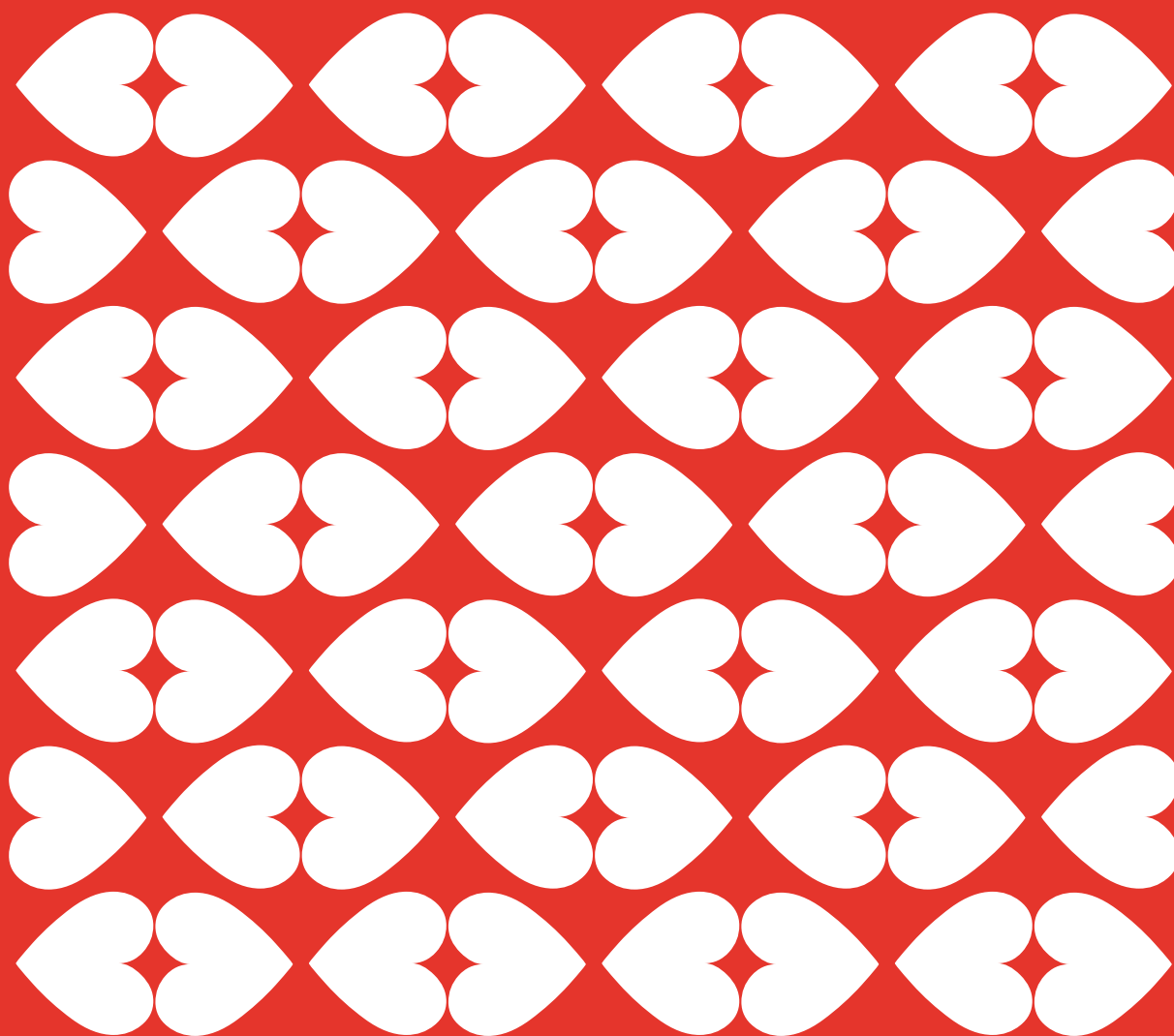


Guía para la lectura de *El diario rojo de Carlota* y *El diario rojo de Flanagan*

Abecedario de la sexualidad



Sex o no sex



**Promueve: Consejería de Presidencia, Justicia e Igualdad
Instituto Asturiano de la Mujer**

**Edita: Consejería de Presidencia, Justicia e Igualdad
Instituto Asturiano de la Mujer**

**Distribuye: Consejería de Presidencia, Justicia e Igualdad
Instituto Asturiano de la Mujer**

**Autoras: Amalia González Suárez
Ana Belén Fernández Fernández
Ana Gloria Blanco Orviz
Ana María Suárez Suárez
Marta Mier Corteguera**

Profesoras del IES Padre Feijoo de Gijón
padrefei@educastur.princast.es

Nuestro agradecimiento a Xega por su colaboración

Coordinación: Ana Gloria Blanco Orviz

Diseño y maquetación: ©Forma 2010

Imprime: Gráficas La Morgal

ISBN: 978-84-693-0141-8

Depósito legal: As-440/2010

PRESENTACIÓN

Tradicionalmente el aprendizaje de la sexualidad se ha dejado en manos de la propia experiencia o en la del grupo de iguales y se llegaba a esas primeras relaciones sexuales con un escaso bagaje de conocimiento e información.

Hoy, las personas jóvenes tienen acceso a grandes cantidades de información referente a estas cuestiones pero eso no significa que estén debidamente formadas ni informadas. Los mitos y falsas creencias siguen vigentes, reforzados por series de televisión, revistas para chicas y determinados espacios en Internet, que promueven modelos de relaciones afectivas y sexuales muy alejados de la educación en igualdad e imbuidos de los estereotipos sexistas más tradicionales.

Entre los objetivos del Instituto Asturiano de la Mujer se encuentran la promoción de la educación en igualdad y la prevención de la violencia de género y para alcanzarlos entendemos preciso que en la educación se introduzca la reflexión sobre los aspectos emocionales, aún pautados por modelos de desigualdad.

Las personas somos sentimientos, emociones y deseos tanto o más que razón y conocimiento. Aprender a querernos, a comunicarnos, a conocernos, a relacionarnos con compañeros y compañeras, con amigos y amigas, con nuestra familia, es el principio de una educación para la convivencia y para el desarrollo integral de los individuos. Más allá, estas capacidades favorecerán unas relaciones afectivo-sexuales enriquecedoras, y en condiciones de igualdad y libertad.

En el año 2004, se publicaron *El diario rojo de Carlota* y *El diario rojo de Flanagan*, dos novelas que cubrieron con mucha dignidad un hueco dentro de los materiales de educación sexual adaptados para jóvenes. Ambos libros son también un buen material de trabajo en el aula.

Esta unidad didáctica aspira a ser una herramienta para el profesorado que desea trabajar la educación afectivo sexual a través de la lectura de los diarios de Carlota y Flanagan, facilitando el acercamiento y un mejor aprovechamiento de ambos libros.

Esperamos que les resulte útil.

María Fernández Campomanes
Directora del Instituto Asturiano de la Mujer

Introducción

«Leí una vez, hace algún tiempo, que los monjes de la Edad Media acostumbraban a impartir sus sermones según un sistema que denominaban *Alphabetum enxiempla*, el cual se caracterizaba por la utilización de una serie de casos o ejemplos que, para mayor claridad, eran dichos o leídos siguiendo el orden de las letras del alfabeto. Pensé entonces que también los escritores nos veíamos a veces en el aprieto de exponer públicamente nuestras impresiones y pequeñas teorías, y que quizá me vinieran bien los alphabetum, ya que el sistema permitía hablar de todo un poco» (...)

Bernardo Atxaga ¹

En este *Abecedario de la Sexualidad* encontramos una serie de términos, ordenados alfabéticamente, que destacamos de entre otros muchos que conforman la Educación Afectivo-Sexual. A través de ellos nos sumergimos en dos novelas juveniles que buscan acercar significativamente la sexualidad a las chicas y a los chicos.

El diario rojo de Carlota (desde ahora *EDRC*) y *El diario rojo de Flanagan* (desde ahora *EDRF*) son dos novelas y, al mismo tiempo, dos tratados de educación sexual para adolescentes. La propuesta se dirige a adolescentes heterosexuales; aunque ambas novelas tratan la homosexualidad, no lo hacen de una forma integrada. En este abecedario se recogen algunos términos que nos pueden ayudar, al menos, a aclarar conceptos y a enfrentarnos a la realidad de la homofobia.

Narración y ensayo didáctico se van intercalando a lo largo de los dos volúmenes que, además, cuentan la misma historia amorosa de la que son protagonistas Carlota y Flanagan, una desde el punto de vista de la chica, Carlota, y otra desde el punto de vista del chico, Flanagan. Para ambos serán sus primeras relaciones sexuales, aunque han tenido otras relaciones amorosas previas. Se acompañarán en la labor de descubrimiento y de aprendizaje. Son además, personas modelo, con sus defectos y sus virtudes, pero con gran curiosidad por la vida y por todo lo que les rodea, con capacidad para aprender, para reflexionar y para cambiar y, lo más importante, que no prejuzgan. Se proponen aprender sobre la sexualidad y para ello no dudan en dejarse *ayudar* por algunas personas adultas de su entorno. No se conforman con el conocimiento que les aportan sus amistades y, aunque también lo tienen en cuenta, buscan personas con autoridad en la materia para asesorarse y aprender.

Por las fechas de publicación de estas novelas, no recogen las facilidades, las dificultades y problemas que las redes sociales plantean en las relaciones hoy en día en nuestra sociedad y, especialmente, entre la juventud. Aparece el correo electrónico y la mensajería instantánea, pero sólo en cuanto medios de comunicación. Dada la importancia de estas redes, proponemos algunas actividades dentro del término INTIMIDAD.

Esta guía de lectura tiene como objetivo complementar la lectura individual de los libros con algunas actividades que refuercen aquellos aspectos que consideramos esenciales en la educación afectivo-sexual y que vienen destacados por formar parte del abecedario. Debido a este estilo de presentación, las actividades no aparecen ordenadas, pero un índice temático nos permitirá conocer el contenido de los distintos capítulos de los dos diarios, así como los términos del abecedario que están relacionados con cada uno de ellos. El profesorado tiene la

¹ ATXAGA, Bernardo (1993): "Alfabeto sobre la literatura vasca", en *Cuenta y razón*, nº 84, 75-84

posibilidad de seleccionar aquellos términos que mejor se relacionen con las dudas o comentarios que surjan en el aula sobre la lectura. Muchas de las actividades aparecen en forma de preguntas que podremos proponer con la intención de lograr el debate y la reflexión del alumnado y, si es posible, llegar a conclusiones. Algunas de las palabras se recogen dada su importancia pero no se desarrollan para ellas actividades que, en la mayoría de los casos, ya aparecen incluidas en otros términos. Dentro de cada palabra, se diferencia la parte expositiva de la parte que propone actividades con el alumnado, pero también el texto está dirigido en su conjunto a los chicos y a las chicas. Se les podrá facilitar o se podrá leer en su integridad si se considera interesante.

Si nuestro alumnado no está acostumbrado a tratar estos temas en el aula, deberemos elegir las actividades y empezar por aquellas que atañen más a los sentimientos y dejar para el final las que tienen que ver con las relaciones sexuales, aunque ambos aspectos están muy interrelacionados, pues tratan principalmente de las emociones que rodean a las relaciones sexuales. Es necesario ir acomodándose a un trabajo diferente al habitual en el aula, aprendiendo a reconocer el derecho de las otras personas a decir opiniones con las que no estamos de acuerdo, a respetarlas, a decir las nuestras sin violencia y con tranquilidad. En algunos de los temas, es muy interesante que los alumnos y las alumnas puedan reflexionar por separado, en la misma aula en grupos diferenciados o, incluso, en aulas diferentes si contamos con la colaboración de otra persona, de forma que contemos con un profesor para estar los chicos y con una profesora para las chicas –y si no es posible, dos profesores o dos profesoras. Después haríamos una puesta en común con todo el grupo. No olvidemos que decirles simplemente lo que está bien y lo que está mal, lo que tienen que hacer y lo que no tienen que hacer no suele ser un método que dé resultados. Si les planteamos preguntas que les hagan dudar y les guiamos para que lleguen a sus propias conclusiones, seguramente el aprendizaje será mucho más significativo.

Las recomendaciones metodológicas, como ya hemos sugerido, inciden en la importancia de crear en el aula el ambiente propicio para el debate apasionado y participativo pero respetuoso, en el que las experiencias personales no sean el centro de atención. Carlota y Flanagan nos dan pie para tratar muchos asuntos que preocupan a la juventud sin necesidad de que aparezcan las vivencias del alumnado que, como sabemos, podrían ser mal interpretadas y corren el riesgo de ser conocidas por personas que no guardarán la debida discreción.

Las dos historias hablan sin tapujos de la sexualidad humana. Por ello, es necesario que el profesorado que se acerque a los textos los lea previamente a la realización de cualquier actividad en el aula. Además, entendemos que las profesoras y profesores que se planteen utilizar la guía deberían tener formación, o procurársela, en educación afectivo-sexual.

Los diarios se recomiendan habitualmente para mayores de 15 años, aunque cada joven tiene su momento de máximo interés que puede no coincidir con esa edad. Las tradicionales encuestas sobre hábitos sexuales que se hacen en nuestro país adelantan siempre la edad de comienzo de lo que llaman *relaciones sexuales completas*².

¿Qué diario leer? Podríamos dejar que lean uno u otro independientemente de si son chicos o chicas. Las indicaciones que se hacen respecto a los textos permiten trabajar con ambos a la vez sin grandes dificultades. Si alguien quiere leer los dos podrá hacerlo sin problemas. De la misma forma, podrían hacerse algunas actividades simplemente con la lectura de fragmentos. No olvidemos, sin embargo, que hay palabras que abarcan los contenidos de todo el libro como, por ejemplo, LEALTAD, IGUALDAD o LIBERTAD.

Una de las mayores dificultades que se nos presentan es encontrar el tiempo y el espacio adecuados para hacer educación afectivo-sexual. Partimos de la premisa de que las personas que se van a acercar a esta guía consideran necesario que la escuela se ocupe de la educación integral de chicas y chicos y que les acompañe en su camino hacia la edad adulta. El trabajo con esta guía puede formar parte de un Programa de Educación Afectivo-Sexual

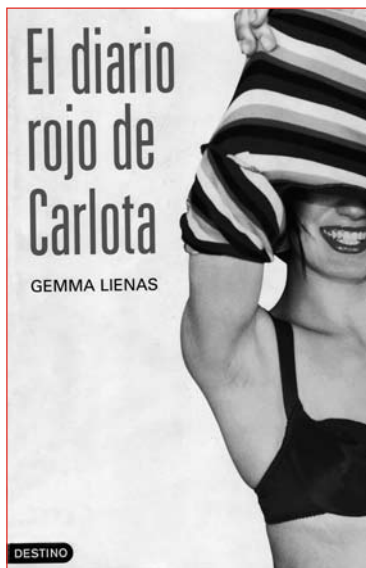
² Que se refieren habitualmente al coito.

que se desarrolle en el centro; puede formar parte de la programación de Departamento o de aula de algunas materias como Biología, Ciencias Sociales, Lengua y Literatura, Ética y Ciudadanía, Educación para la Ciudadanía o de las tutorías o del Plan de Lectura e Investigación, tanto impulsado desde la Biblioteca como desde los Departamentos arriba citados. Trabajando en equipo o de forma independiente. En cualquier caso, recordemos que es preciso que las actividades estén incluidas en las programaciones y aprobadas en la Programación General Anual. Además, deberemos informar a las familias en el caso de que en el centro no haya un programa específico reconocido por la administración educativa. Esta información a las familias, hecha de forma sencilla y orientativa, evitará los malos entendidos. En ella será interesante indicar cuáles son los objetivos que se pretenden y proponer cauces de comunicación en caso de dudas.

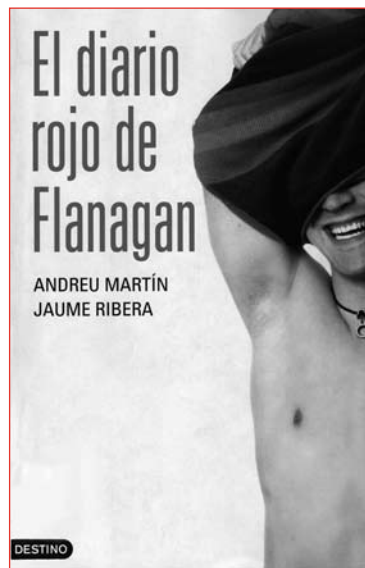
El modelo de educación sexual que se propone es el de la libertad que da el conocimiento. Podemos elegir lo que queremos hacer, cuándo lo queremos hacer, con quien y dónde; pero la libertad de elección es real si conocemos lo que vamos a hacer y lo que nos está pasando. Por supuesto, será imprescindible la experiencia personal, acompañada de sus inherentes errores.

Nos basamos en la igualdad entre los seres humanos, entre varones y mujeres, entre chicas y chicos. Todas las personas tenemos los mismos derechos y la misma dignidad. Al mismo tiempo, todas somos diferentes: cada persona es diferente a las demás, a la vez que también compartimos semejanzas, pero estas diferencias y semejanzas no tienen que darse según sexos. Es verdad que la sociedad suele considerar que el sexo es lo más importante y que de él se derivan determinadas pautas de comportamiento³. No se puede encerrar a las personas en rígidos estereotipos por el mero hecho de haber nacido varón o mujer. Tenemos derecho a tratar de desarrollar todas nuestras potencialidades, cada quien las suyas.

³ Para nombrar esta realidad, utilizamos habitualmente el término *género*, que es la construcción social y cultural de lo que es propio de las mujeres y de lo que es propio de los varones.



GEMMA LIENAS (2004): *El diario rojo de Carlota*. Destino, Barcelona.



ANDREU MARTÍ y JAUME RIBERA (2004): *El diario rojo de Flanagan*. Destino, Barcelona.

ÍNDICE TEMÁTICO

El diario rojo de Carlota		El diario rojo de Flanagan	
Capítulo 1	<p>Una sorpresa salida del metro Carlota decide escribir un diario sobre sexo y sentimientos. Conoce a Flanagan. <i>Relaciones sexuales</i></p>	Capítulo 1	<p>La chica que escribía diarios sobre sexo Flanagan conoce a Carlota y decide escribir él también un diario rojo.</p>
Capítulo 2	<p>La pubertad <i>Autoestima</i></p>		<p>La pubertad <i>Autoestima, celos</i></p>
Capítulo 3	<p>Los genitales</p>	Capítulo 2	<p>El espectáculo del Bigotazos y la Escarolada Carlota y Flanagan quedan para pasar la tarde y sienten una mutua atracción. <i>Celos, deseo, tacto</i></p>
Capítulo 4	<p>Lecciones en un parque Carlota y Flanagan quedan para pasar la tarde y sienten una mutua atracción. <i>Deseo, igualdad</i></p>		<p>Los genitales</p>
Capítulo 5	<p>La regla El aparato reproductor femenino. Ponerse un tampón.</p>	Capítulo 3	<p>Detectives con un palmo de lengua Flanagan decide «pasar» de Nines, su novia, ya que esta se ha ido sin avisarle. Carlota y Flanagan quedan y van al cine. Se besan por primera vez. Flanagan descubre a su amigo Mirage entrando en una casa que no es la suya. <i>Beso, incertidumbre, tacto</i></p>
Capítulo 6	<p>Un error en el cine Carlota y Flanagan quedan y van al cine. Se besan por primera vez. <i>Beso, deseo, incertidumbre, tacto</i></p>		<p>La respuesta sexual <i>Autoestima, comunicación, deseo, excitación, homosexualidad, lealtad, masturbación, Mesalina, placer</i></p>

Capítulo 7	<p>La respuesta sexual El deseo. Cómo manejarlo. Qué es el orgasmo femenino. La masturbación femenina.</p> <p><i>Deseo, masturbación, orgasmo, placer, Tiresias</i></p>	Capítulo 4	<p>Un trabajo de naturales sobre la reproducción Carlota y Flanagan se gustan. Deciden quedar en casa de Carlota y mantienen sus primeras relaciones sexuales sin penetración, aclaran que entre ellos no hay compromiso.</p> <p><i>Consentimiento, deseo, intimidad, masturbación, placer</i></p>
Capítulo 8	<p>Besos de tornillo y algo más Carlota y Flanagan quedan en casa y mantienen sus primeras relaciones sexuales sin penetración y “sin compromiso”.</p> <p><i>Beso, deseo, excitación, intimidad, masturbación, placer, relaciones sexuales</i></p>		<p>La sexualidad A Flanagan le encargan un informe sobre la sexualidad.</p>
Capítulo 9	<p>La sexualidad En clase, en tutoría se habla sobre la sexualidad.</p> <p><i>Amor, deseo, relaciones sexuales</i></p>	Capítulo 5	<p>¡Dame plaseer! Carlota y Flanagan tienen sus primeras relaciones sexuales con penetración. Después, Flanagan llama a Carlota y percibe en ella cierto disgusto.</p> <p><i>Comunicación, consentimiento, frustración, igualdad, incertidumbre, placer, relaciones sexuales</i></p>
Capítulo 10	<p>Dificultades Carlota y Flanagan tienen sus primeras relaciones sexuales con penetración.</p> <p><i>Comunicación, consentimiento, decir sí - la primera vez, incertidumbre, placer</i></p>		<p>La primera vez El miedo al embarazo. Distinción entre relación sexual y coito. Necesidades sexuales de mujeres y varones. Las zonas erógenas. El juego sexual. El mito del orgasmo a la vez. La virginidad.</p> <p><i>Consentimiento, Tiresias</i></p>
Capítulo 11	<p>El primer coito Carlota tiene miedo de haberse quedado embarazada porque no utilizaron preservativo. Distinción entre relación sexual y coito. El petting. El himen. El mito del orgasmo a la vez.</p> <p><i>Frustración, incertidumbre, orgasmo, relaciones sexuales</i></p>	Capítulo 6	<p>«Ostras, esto sí que es bueno, ahora sí» Salvador, compañero de Flanagan, después de estar con Jenny la llama guarra. Carlota y Flanagan quedan por segunda vez. Carlota le confiesa a Flanagan que en el primer coito no se lo había pasado muy bien. Vuelven a hacerlo, esta vez con preservativo. Carlota recuerda a Flanagan que no tienen compromiso y le habla de Koert y de que viene ese fin de semana a Barcelona. También le recuerda su relación con Nines.</p> <p><i>Autoestima, celos, comunicación, frustración, incertidumbre, libertad, Mesalina, rumor</i></p>
Capítulo 12	<p>Los métodos anticonceptivos</p> <p><i>Preservativo</i></p>		<p>Informe sobre métodos anticonceptivos</p> <p><i>Preservativo</i></p>
Capítulo 13	<p>Ni yo misma me entiendo Carlota y Flanagan quedan por segunda vez. Carlota le confiesa a Flanagan que en el primer coito no se lo había pasado muy bien. Vuelven a hacerlo, esta vez con preservativo. Carlota duda de sus sentimientos hacia Flanagan. Le recuerda que no tienen compromiso y le habla de Koert, con quien mantenía una relación que se había enfriado cuando conoció a Flanagan.</p> <p><i>Amor, celos, comunicación, frustración, incertidumbre, libertad, placer</i></p>	Capítulo 7	<p>Un italiano en Italia Flanagan tiene el corazón roto. Le pide a Carlota que no vaya a ver a Koert. Flanagan espía al Mirage y piensa que se relaciona con una mujer adulta. Al volver, decide ir a ver a Nines a su casa. Ella le confiesa que se «acostó» con un chico y él le cuenta su historia con Carlota.</p> <p><i>Frustración</i></p>
Capítulo 14	<p>El embarazo</p>		<p>Enfermedades de transmisión sexual Los sentimientos de Flanagan respecto a Carlota y Nines son confusos.</p>

Capítulo 15	<p>Campeonatos de natación</p> <p>Carlota se da cuenta de que está enamorada de Koert. Koert se enfada al conocer su relación con Flanagan aunque la suya también era una relación «sin compromiso» ¿Lo que está bien para los chicos está mal para las chicas?</p> <p><i>Amor, celos, desamor, igualdad</i></p>	Capítulo 8	<p>Calota no se sabe el papel</p> <p>Flanagan sigue hecho un lío. Decide ir a casa de Carlota y vuelven a tener relaciones. Flanagan le dice que la quiere aunque inmediatamente se arrepiente.</p> <p><i>Fidelidad, frustración</i></p>
Capítulo 16	<p>La homosexualidad</p> <p>Algunos compañeros de Carlota insultan a Gaby. Carlota habla con las dos madres de Carlos.</p> <p><i>Homosexualidad, lesbiana</i></p>		<p>Sexo y violencia</p> <p>Abusos, violaciones, violencia de género, el acoso sexual, la prostitución.</p> <p><i>Celos, igualdad, incertidumbre, libertad, violencia</i></p>
Capítulo 17	<p>Flanagan me deja con la boca abierta</p> <p>Koert pide disculpas a Carlota. Carlota y Flanagan vuelven a verse y a tener relaciones. Flanagan le dice a Carlota que la quiere. El compromiso. Las críticas a «la otra».</p> <p><i>Amor, desamor, igualdad</i></p>	Capítulo 9	<p>El Café de la Luna</p> <p>Flanagan invita a Nines a acompañarlo «como en los viejos tiempos» a ver si es verdad que el Mirage se ve con una mujer adulta. Allí descubre que, en realidad, se ve con un chico. Flanagan mantiene una relación sexual con Nines.</p> <p><i>Amor, celos, gay, homosexualidad</i></p>
Capítulo 18	<p>Enfermedades de transmisión sexual</p>		<p>Los últimos temas</p>
Capítulo 19	<p>Disfunciones sexuales</p> <p>Las revisiones ginecológicas y las autoexploraciones. Mireya, la amiga de Carlota, le cuenta que ha tenido relaciones sexuales porque no ha sido capaz de decir que no.</p> <p><i>Consentimiento, no - decir no, libertad, placer</i></p>		<p>Perversiones</p>
Capítulo 20	<p>Algunas soluciones llegan solas</p> <p>Carlota lo deja con Flanagan. La familia planifica un viaje a Holanda, donde podrá ver a Koert. Gaby confiesa a Carlota que es gay.</p> <p><i>Desamor, homosexualidad, vínculo</i></p>		<p>La convivencia</p>
Capítulo 21	<p>La violencia</p> <p>La violencia hacia las mujeres. Los roles tradicionales. La autonomía emocional.</p> <p><i>Autonomía, igualdad, violencia</i></p>		<p>La homosexualidad</p> <p><i>Homosexualidad</i></p>
Capítulo 22	<p>La educación, los roles</p> <p>La transexualidad. La educación diferenciada de los niños y las niñas en función del sexo. La doble moral sexual para los chicos y para las chicas. La mala educación sexual. Las rupturas, el desamor.</p> <p><i>Desamor, igualdad, Mesalina, transexualidad</i></p>		<p>Llamando a las puertas del armario</p> <p>Guillermo Mira, Mirage, y Flanagan hablan y aclaran lo que pasó en el Café de la Luna.</p> <p><i>Homosexualidad</i></p>
			<p>La normalización sexual</p> <p>Adiós, diario (resumen)</p> <p>El diario se acaba y Flanagan resume todo lo que ha aprendido.</p>
Epílogo	<p>Carlota y Flanagan quedan como amigos</p>	Epílogo	<p>Flanagan y Carlota quedan como amigos</p>

MAPA DEL ABECEDARIO ⁴

a	<u>AFECTO, AMISTAD, AMOR, AUTOESTIMA, AUTONOMÍA</u>
b	<u>BESO, BISEXUALIDAD</u>
c	<u>CELOS, COMUNICACIÓN, CONSENTIMIENTO</u>
d	<u>DESAMOR, DESEO</u>
e	<u>EXCITACIÓN</u>
f	<u>FIDELIDAD, FRUSTRACIÓN</u>
g	<u>GENITALES, GAY</u>
h	<u>HETEROSEXUALIDAD, HOMOSEXUALIDAD, HUMOR</u>
i	<u>IGUALDAD, INCERTIDUMBRE, INTIMIDAD</u>
j	JÓVENES
k	KAMASUTRA
l	<u>LEALTAD, LESBIANA, LIBERTAD</u>
m	<u>MASTURBACIÓN, MESALINA</u>
n	<u>NO. DECIR NO</u>
o	<u>ORGASMO</u>
p	<u>PLACER, PRESERVATIVO, PREVENCIÓN DE RIESGOS, PUBERTAD</u>
q	QUERER
r	<u>RELACIONES SEXUALES, RESPETO, RESPONSABILIDAD, RUMOR</u>
s	<u>SECRETO, SEXO, SÍ. DECIR SÍ (LA PRIMERA VEZ)</u>
t	<u>TACTO, TERNURA, TIRESIAS, TRANSEXUALIDAD</u>
u	<u>ULULARUNT NYMPHAE</u>
v	<u>VÍNCULO, VIOLENCIA</u>
x	XX, XY
y	YACER
z	ZALAMERÍAS

⁴ Las palabras subrayadas son las que o bien se desarrollan en el abecedario o bien se relacionan con otras palabras desarrolladas.

a

AFECTO, AMISTAD, AMOR, AUTOESTIMA, AUTONOMÍA

AMISTAD (Ver VÍNCULO)

AMOR (Ver VÍNCULO): (Del latín *amor, -oris*). Sentimiento hacia otra persona que naturalmente nos atrae y que, procurando reciprocidad en el deseo de unión, nos alegra y da energía para convivir, comunicarnos y crear.

El asunto central de las dos novelas es el de las primeras relaciones sexuales y no el del amor. Es, sin embargo, importante que reflexionemos sobre ello.

¿Qué es para ti el amor? ¿Qué lo hace diferente de otros sentimientos como el afecto, la amistad o la atracción sexual? ¿Cómo nos sentimos cuando estamos enamorados y enamoradas?

.....

.....

.....

.....

Tradicionalmente, se ha idealizado el amor como la unión perfecta de dos personas que, por sus cualidades, encajan perfectamente como las dos mitades de una naranja. La búsqueda de esa otra mitad que colmará todos nuestros anhelos ha ocasionado muchas frustraciones y sentimientos de infelicidad, soledad y abandono. En general, las personas nos enamoramos por una conjunción de factores, algunos de ellos fruto del azar, y construimos la relación en el día a día. Diferentes personas buscamos cosas diferentes en una relación amorosa y ésta va evolucionando con el tiempo. Hay quien necesita sentir siempre las fuertes emociones del principio y por ello, cuando se acaban, buscan una nueva relación. Hay quienes valoran también la complicidad, la amistad, el vínculo que se crea entre dos personas con el tiempo y que, por supuesto, también puede debilitarse hasta el punto en que las dos personas decidan separarse.

Siempre que respetemos los sentimientos mutuos y no causemos daños, las personas podemos vivir el enamoramiento de diferentes maneras, todas igual de válidas. **Pero si tuviéramos que representar la relación de pareja ideal con dos círculos ¿cómo la representarías tú? Elige un modelo de los siguientes, tanto si tienes pareja como si no y argumenta tu elección:**

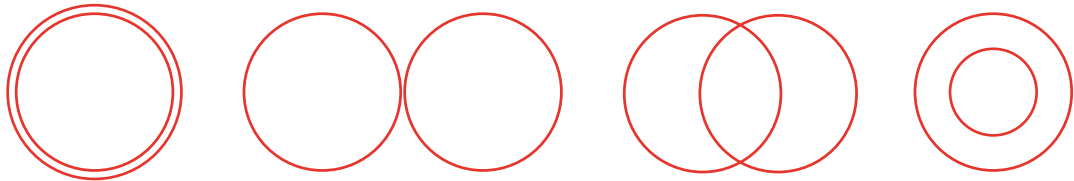
.....

.....

.....

.....

MODELOS 5:



A	B	C	D
---	---	---	---

Dos círculos de igual tamaño superpuestos

También a veces en nombre del amor se permiten o se hacen muchas cosas. ¿Crees que las chicas y los chicos están dispuestos a hacer las mismas cosas por amor? ¿A cambiar de trabajo? ¿A ir a vivir a otra ciudad?

.....

.....

.....

Carlota en su diario marca las diferencias entre la relación que tiene con Flanagan y la que tiene con Koert. (pp. 206 y 226). Analiza lo que siente hacia cada uno de ellos.

.....

.....

.....

	<p>Modelo fusional utópico: Los círculos están uno encima de otro, es decir, se comparte todo. Es un modelo que sólo se vive en momentos concretos.</p>
	<p>Modelo de separación total: No se comparte nada.</p>
	<p>Modelo de interdependencia: Hay un espacio personal compartido y un espacio personal no compartido.</p>
	<p>Modelo de inclusión: Un círculo es más pequeño y está dentro del otro. La relación de pareja es jerárquica y uno de los dos es dependiente del otro ya que no tiene espacio personal propio.</p>

¿Qué siente Flanagan hacia Carlota? ¿Y hacia Nines? (EDRF, 208 y ss.).....

.....

.....

.....

5 VARIAS (2007): *Guía para la Educación Afectivo-Sexual en la ESO. Ni ogros ni princesas*, p. 155. Consejería de Salud y Servicios Sanitarios, Instituto Asturiano de la Mujer, Oviedo.

AUTOESTIMA: (De *estimar*, del latín *aestimāre* y αὐτός). Percepción emocional profunda que una persona tiene de sí misma. Tener una buena autoestima implica ser conscientes de nuestras virtudes y defectos (autoconcepto) y de cómo las demás personas nos valoran.

Cuando una persona tiene su autoestima baja desprecia sus capacidades, se siente triste, se frustra fácilmente o se siente impotente, actúa a la defensiva, culpa a las demás personas por sus debilidades y es influenciable.

Por ello, la autoestima es requisito indispensable para las relaciones interpersonales satisfactorias incluyendo, por supuesto, las sexuales.

Tal como leemos en *Ni ogros ni princesas*⁶, estudios como el de Michael Lewis nos confirman la existencia de dos mundos de autoestima, el de las chicas y el de los chicos.

«Las chicas se autoinculpan más de los fallos y, por lo tanto, caen con más frecuencia en el sentimiento de vergüenza, mientras que los éxitos los atribuyen al azar y a sucesos externos, dejando pasar más las ocasiones de sentirse orgullosas; mientras que los chicos a la inversa: atribuyen al azar y a las circunstancias externas los fracasos y a su valía los éxitos.

Los chicos sienten vergüenza por fallos en el trabajo, en los deportes o relacionados con la potencia sexual que se supone deben demostrar, mientras que las chicas con asuntos relativos al atractivo físico o a las relaciones personales».

El aspecto físico y la propia imagen siguen muy ligados a la autoestima, sobre todo en las jóvenes adolescentes. Para muchas chicas, su reconocimiento social viene aún dado por su belleza. Y cada vez a más chicos les pasa lo mismo, aunque ellos están más libres de la presión.

Carlota y sus amigas hablan de los cambios que trae la pubertad: «empiezas a crecer a lo ancho, el culo se pone como el Corte Inglés, en plan gran superficie, pelos por todo el cuerpo» (EDRC, p.31). Pero no a todas las chicas les pasa lo mismo ni de la misma manera. Por ejemplo, compara el caso de Mireya y sus pechos (como melones), los de la propia Carlota (como mandarinas) o el ritmo más lento de cambio de Elisenda y contesta: ¿antes de que entraras en la etapa de la pubertad alguien te había informado de los cambios que iban a tener lugar en tu propio cuerpo? ¿Crees que es importante conocer con antelación qué es lo que puede cambiar tanto física como psicológicamente?

.....
.....

Ni Carlota, ni Mireya ni Elisenda parece que estén o hayan estado muy a gusto con su propio cuerpo. ¿De qué manera los comentarios que puedan oír de las personas de su entorno pueden influir en su propia autoestima? Y lo que ven y leen en los medios de comunicación, revistas para jóvenes, publicidad, etc. ¿crees que pueden influir en la valoración de la propia imagen? Pon algún ejemplo.

.....
.....

En EDRF, (p. 33), éste confiesa: «a mí (la pubertad) me llegó un poco tarde. Yo todavía parecía un chaval mientras a otros se les ensanchaban la espalda, los brazos y las piernas (...) temía que algún compañero más desarrollado me atara cuerdas en las muñecas y en los tobillos y me utilizara para representaciones de títeres». Escribe una carta a Elisenda o a un chico como Flanagan angustiado porque no crece tanto como los demás, para ayudarles a aceptar su propio cuerpo y se quieran más.

.....
.....
.....

⁶ Obra citada, p. 10.

b

BISEXUALIDAD (Ver HOMOSEXUALIDAD): Orientación del deseo u orientación sexual hacia las personas de ambos sexos.

Tradicionalmente se consideraba que las personas sólo podían tener una orientación sexual: o se era homosexual o se era heterosexual. Igual que quien percibe que las cosas sólo pueden ser blancas o negras, sin tener en cuenta la escala de grises intermedia.

En 1948, Alfred Kinsey publicó una tabla que establecía una gradación en la orientación sexual y presentaba grados de bisexualidad, algo muy novedoso en su época. Estudios posteriores confirmaron la realidad que plasmaba Kinsey: para muchas personas no hay un límite rígido entre heterosexualidad y homosexualidad y podemos hablar de personas claramente bisexuales.

Las personas bisexuales han sido y son discriminadas aún tanto por homosexuales como por heterosexuales. ¿Por qué crees que ocurre esto?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

C

CELOS, CONSENTIMIENTO, COMUNICACIÓN

CELOS: (Del latín *zēlus* y éste del griego *zēlos*, derivado de *zēō* “yo hiervo”). Emoción que genera sospecha, inquietud y recelo de que la persona amada haya cambiado sus gustos y preferencias por otra o que no tenga ya la exclusividad de su amor. Los celos se han relacionado tradicionalmente y aún se relacionan con el amor, incluso como síntoma genuino del amor, llegando incluso a sugerirse que el amor sin celos no es amor. Esta última creencia puede desencadenar la justificación de los comportamientos de control sobre la pareja, convirtiéndose así en una forma de maltrato.

En el EDRF (p. 176-177), Flanagan vive la lacerante punzada de los celos cuando piensa: «Me estaba abrumando una mezcla de emociones: rabia, desencanto, inquietud... en una palabra celos. (...) los celos son un sentimiento como cualquier otro. Como el amor, o el odio, o el miedo o la alegría. No puedes elegir si los quieres sentir o no». Y todo ello lo experimenta después de haber tenido relaciones sexuales con Carlota, después de saber que ella iba a volver con su amigo Koert, después de decirle a Carlota que la quería y llegar a suplicarle que no le volviera a ver.

Razona a favor y en contra de si Flanagan tiene derecho a pedirle a Carlota que no vuelva a ver a su amigo holandés. ¿Está Carlota comprometida con Flanagan? ¿Lo está Flanagan con Nines? ¿Habían hablado antes alguno de los dos de amor? ¿Qué siente Carlota después de la confesión de Flanagan? ¿Por qué?

.....

.....

.....

.....

Comenta los siguientes fragmentos de EDRF, (p. 246 y ss.):

«-(...) Yo mismo estoy celoso de Carlota, ahora...

-Claro –me tranquilizó el doctor-. Y es normal. Pero son unos celos sanos y naturales que demuestran que la querías. No sé si era el amor de tu vida, pero la querías, te gustaba estar con ella, te gustó acostarte con ella y cuando se va te duele. Y es natural que te duela. Y si ella se va con otro, pues aún peor. No te gusta que haga con otro lo que hacía contigo. Eso es humano. Pero tú puedes razonar que ella tenía todo el derecho a irse, que ni ella ni tú habríais sido felices si la hubieras obligado a quedarse contigo...»

.....

.....

.....

.....

Hay otro tipo de celos, le dice el doctor Bardet: «Y tienes esa otra clase de hombres que no quieren a la pareja con la que viven, porque la desprecian, pero se pegan a ella como lapas, y son dominados por los sentimientos de celos, de posesión y de dominio. Y lo llaman amor. (...) Con esa insensibilidad que, unida a las necesidades que tienen y no quieren reconocerse, desemboca en la celotipia, que son los celos patológicos, lo que se esconden detrás de casi todos los casos de violencia doméstica que aparecen en los periódicos...»

.....

.....

.....

.....

COMUNICACIÓN (Del latín *communicatio*, -ōnis). Capacidad para hacer partícipe a otra u otras personas de los sentimientos, los deseos propios y conocer las de las demás.

La comunicación en las relaciones sexuales se convierte en imprescindible. Es cierto que podemos buscar simplemente un contacto físico con alguien y que, en ese caso, no parece importante que exista comunicación. Sin embargo, siempre nos permitirá el conocimiento mutuo y más posibilidades de intimidad y de disfrute sexual. Además, impedirá los malos entendidos que pueden propiciar situaciones no deseadas.

CONSENTIMIENTO, decir no, decir sí: Con-sentir, sentir-con. Sentimos con otras personas cariño, alegría, confianza, contrariedad, tristeza... Sentir- con nunca significa sentir lo mismo, aunque sí algo parecido, aproximado. De sentir-con, dándole la vuelta, viene consentir, que es permitir algo y, yendo a lo que nos interesa, **consentimiento sexual**, que quiere decir permitir algún tipo de actos que tengan que ver con la sexualidad.

Ahora bien, ¿qué es lo que indica que consintamos una relación sexual? Porque, a veces ni nosotros mismos tenemos muy claro si queremos o debemos o no en ese momento. **Vamos a un caso que cuenta Flanagan en su diario, (p. 111):**

«Yo diría que íbamos muy ilusionados, pero al encontrarnos solos en la habitación, al llegar junto a la cama, la sonrisa de Nines se desvaneció. Dijo: “No, no quiero hacerlo, tengo miedo”». De qué tendría miedo Nines, ¿de que no le gustasen las caricias de Flanagan?, ¿de que Flanagan lo contase por ahí para hacerse el machito?, ¿de coger un resfriado?, ¿de que no le gustase el coito?, ¿de que Flanagan la viese desnuda?, ¿de ver desnudo a Flanagan? Seguro que a ti se te ocurren otras razones para el miedo. Si es así, escríbelas, si no, o bien estarás de acuerdo con una de las anteriormente dichas o bien te parece incomprensible lo del miedo, pues qué más se puede pedir que estar con «tu chico, los dos solos en una habitación».

Escribe las razones que se te ocurran.

.....

.....

.....

.....

¿Y Flanagan? Flanagan se queda estupefacto. Él recuerda que «hice que se sintiera ridícula y calentapollas. ¿Cómo se puede llegar a ese momento y echarse atrás? (...) Me puse (...) impaciente. El cuerpo me lo exigía y las hormonas no me dejaban pensar. Y en el momento de la verdad, el pene se desinfló. (...) Sólo miedo. Y cabreo». (EDRF, p. 112)

¿Por qué sabía Flanagan que Nines se sintió así: ridícula y calentapollas? ¿No serían figuraciones de Flanagan?

.....

El pene de Flanagan se desinfla. ¿Qué crees que pudo provocar esa falta de erección? Y si no le hubiera pasado eso, ¿cómo crees que se hubiera resuelto la situación?

.....

.....

¿Crees que puede haber algún momento en el que no se pueda parar una relación sexual? Comenta la frase: «Ningún hombre ha muerto jamás por una erección, aunque muchas mujeres sí» de Pauline Bart.

.....

En el *EDRC*, (p. 289), aparece «La regla de oro 6 sobre la sexualidad» donde el primer punto dice «cualquier relación sexual debe establecerse no solamente de modo voluntario, sino también deseado». ¿Es lo mismo voluntario que deseado? Piénsalo con un ejemplo y después escribe o di.

.....
.....
.....

d

DESAMOR, DESEO

DESAMOR (Ver IGUALDAD): Cuando alguien no es correspondido en el amor o, más aún, si lo fue pero ese sentimiento se acaba por parte de la otra persona, parece que a uno se le acaba la vida, las ilusiones,... todo. Cada quien siente y reacciona de una forma diferente, claro está; pero en general, la tristeza está presente la mayoría de las veces.

A lo largo de los dos diarios encontramos diferentes situaciones en las que aparece el desamor.

Miriam fue novia de Carlos y este «le ha dicho *goodbye* y se ha liado con Judit». En un momento dado, Miriam ataca a Judit con comentarios sobre su aspecto físico y dice «¿Habéis visto la novia que se ha ligado Carlos? (...) ¡La foca ésa!» (*EDRC*, p. 244). Carlota se asusta porque pensaba que las críticas iban a ir hacia Carlos. ¿Te parece habitual que pase esto? ¿Conoces casos en los que las críticas se dirijan hacia *la otra* o hacia *el otro* cuando hay una ruptura?

.....
.....

Cuando Flanagan se entera de que Koert vendrá a Barcelona insiste ante Carlota para que pase de él: «Carlota... Yo... Quería preguntarte si te has pensado bien eso de ir a buscar a Koert al aeropuerto. (...) Sólo quería intentarlo por ultima vez», (*EDRC*, p. 222). En este caso, ¿qué te parece lo que hace Flanagan? Si nos sentimos muy tristes porque alguien no nos quiere, ¿qué podemos hacer? ¿Gritar y enfurecernos, insultar...? ¿Contarlo a alguien, llorar, dar un paseo...? ¿Cuál crees que es manera más válida de salir de la situación?

.....
.....

Flanagan se siente rechazado por Carlota y escribe: «(...) Y pasaron los días (...) No consigo liberarme del incordio de la angustia ni centrarme en otras cosas (...) Total, por tres polvos mal dados (...) ¿Qué pasaba? ¿Era mi amor propio ofendido por haber sido rechazado? A lo mejor sí», (*EDRF*, p. 250). Analiza las palabras de Flanagan, ¿cómo se siente?

.....
.....

Ante una situación de desamor, a veces, podemos ser injustos con los demás:

La persona a la que amamos también puede sufrir por la situación. Describe en 5 líneas algún caso que conozcas.

.....
.....
.....
.....
.....

Carlota nos narra (*EDRC*, p. 223) que le da pena hacerle daño a Flanagan. ¿Crees que son sinceros los sentimientos de Carlota?

.....

.....

¿Has pensado que a veces lo que pensamos que es amor a otra persona está mezclado con amor propio, orgullo, farde, etc.? A veces, casi siempre, es muy difícil aclararse, pero pensar la posibilidad de que los sentimientos se enredan unos con otros nos permite analizarlos mejor.

.....

.....

¿Has oído alguna vez la expresión «un clavo saca a otro clavo»? ¿Qué querrá decir? ¿Estás de acuerdo con este refrán? Coméntalo con tus amigas y amigos.

.....

.....

Para terminar, Laura facilita a Carlota su Estudio Monográfico 3: *Si tu pareja, tu amor, te ha dejado*. Léedlo y comentadlo en grupo, (*EDRC*, p. 327).

.....

.....

.....

DESEO (ver EXCITACIÓN): (Del latín *desidiūm*). El deseo es el anhelo de saciar un gusto. Son pensamientos inducidos por los órganos de los sentidos, en especial la visión, la cual estimula zonas de ensoñación y fantasía en el cerebro. Se trata de un proceso mental.

El deseo sexual, como la palabra indica, implica querer, sentir ganas o necesidad de un encuentro sexual. La fase del deseo o apetito sexual es necesaria para que nos interese la actividad sexual. Si falta el deseo sexual es muy difícil llegar a la etapa de la excitación.

Carlota y Flanagan han quedado y van a un parque. Carlota nos dice: «Y me cogió de la mano para ayudarme a trepar (...) ¡Guau! Mi mano dentro de la suya llegó a una temperatura muy elevada, próxima a la ignición, diría yo. Ojalá no me soltase en una hora, en todo el día, en un año». (...) «En el fondo de los ojos de Flanagan se veía brillar un destello. ¿Era deseo? ¿Sentía lo mismo que yo? ¿Le apetecía un beso de tornillo de esos que cortan la respiración? ¿Algo más?» (...) «Salí del parque sin ganas y, en cambio, muerta de ganas de... de algo con Flanagan». (*EDRC*, p. 57 y ss.)

En la misma situación, Flanagan piensa: «Estábamos tan cerca... Me moría de ganas de dar el último paso, abrazar aquel cuerpo que de pronto me parecía tan cálido, hacer cosquillas a aquella piel que quedaba al descubierto entre el top y el pantalón, estampar mis labios contra los suyos. En aquel momento, nada parecía más necesario, más urgente, más inevitable. (...) Dudé. Pensé que debía de notármeme la calentura de lejos. (...) Y si ella lo notaba y no tomaba la iniciativa... (...) Me levanté de golpe. (...) Me pareció notar una pizca de decepción en su voz. Quizá me había equivocado. De todas formas ya era tarde: la magia del momento había quedado atrás», (*EDRF*, pp. 53-54).

Analiza la situación que se plantea. ¿Los dos sintieron deseo? ¿Por qué no llegaron a besarse?

.....

.....

Carlota nos decía también: «Yo he sentido deseo muchas veces y, sin embargo, como ya sabes, nunca me lo he montado con nadie. Y no por falta de oportunidades, sino, de momento, porque aún no me apetece». ¿Es imprescindible cumplir todos los deseos incluidos los sexuales? ¿Podemos aplazar ese cumplimiento? Algunas personas sienten gran frustración cuando no ven cumplidos sus deseos, que, a veces, son muchos e imposibles a corto plazo. ¿Qué consejo le darías a una persona amiga que siente frustración por no ver cumplidos sus deseos?

.....
.....
.....

e

EXCITACIÓN

EXCITACIÓN (Ver DESEO, ver PLACER): (Del latín *excitatio, -ōnis*). La excitación es la segunda fase de la Respuesta Sexual Humana: **deseo, excitación, meseta, orgasmo y resolución.**

La excitación se puede provocar por muchos estímulos diferentes: la visión de un cuerpo desnudo, una caricia, una mirada... la lista puede ser infinita.

«El deseo sexual y la excitación pueden ser satisfechas, aplazadas u olvidadas, dependiendo de la situación. Las personas tenemos capacidad de regular nuestro deseo sexual y considerar si las circunstancias son apropiadas y reúnen condiciones de seguridad, intimidad, etc. Compartir la satisfacción del deseo sexual con otra persona, implica siempre que la otra persona esté de acuerdo»⁷.

«Cuando dimos por terminado el beso, abrí los ojos y fui consciente de que Flanagan tenía una mano encima de mi pecho izquierdo. Me sentía colocada... Borracha de emociones, no sé si me explico. Y le cogí la mano para conducirla debajo del jersey. (...) Flanagan cogió mi mano y me la puso encima de su pantalón. Encima de su sexo. A mi contacto, éste se movió y se endureció aún más. No sabría explicar la impresión que me causó notar...», (EDRC, pp. 117-118)

«Jo, que va en serio, que va en serio (...) Aquel vértigo. (...) Aquella euforia... (...) Me da un poco de vergüenza hablar de estas cosas y no creo que haya que entrar en detalles. Digamos simplemente que puse mi mano sobre su pecho preguntándome si a ella le gustaría, y ella me agarró la mano y me la puso debajo del jersey, de manera que deduje que sí que le gustaba y mucho. (...) Ya hacía rato que se había esfumado la timidez. Conduje la mano de Carlota hacia mi pantalón. Mi erección se acentuó al sentir el contacto a través de la ropa» (...), (EDRF, pp. 113 -114)

Ya sabes cómo terminó este primer encuentro entre Carlota y Flanagan (ver PLACER), ¿Qué crees que hubiera pasado si la madre de Carlota no hubiera cumplido su palabra y hubiera llegado antes de tiempo? Aunque la excitación se produce de forma involuntaria, el darle una salida, aumentándola, manteniéndola o eliminándola, se puede deber a procesos conscientes o inconscientes. Recuerda aquello de que nadie murió de un calentón.

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

⁷ VARIAS (2007): Guía para la Educación Afectivo-Sexual en la ESO *Ni ogros ni princesas*, p. 91. Consejería de Salud y Servicios Sanitarios, Instituto Asturiano de la Mujer, Oviedo.

f

FIDELIDAD, FRUSTRACIÓN
FIDELIDAD (ver **LEALTAD**)

g

GENITALES, GAY
GAY (ver **HOMOSEXUALIDAD**)

h

HETEROSEXUALIDAD, HOMOSEXUALIDAD, HUMOR

HOMOSEXUALIDAD: (De *Homo-*, del gr. ὅμο-, que significa igual, por oposición a *hetero-*, del gr. ἕτερος, que significa otro, diferente). Inclinação hacia la relación sexual y afectiva con personas del mismo sexo. En el caso de dos chicos hablamos de gays y cuando son dos chicas se denominan lesbianas. Los dos diarios rojos están planteados desde el punto de vista de la heterosexualidad, tal como hemos dicho en la introducción, aunque en ambos encontramos ejemplos de la homosexualidad⁸ como legítima orientación sexual: aparece una familia formada por una pareja de lesbianas que tienen un hijo, un chico que se reconocerá con Carlota como gay, un compañero y amigo de clase de Flanagan al que éste descubrirá con otro chico...

En cualquier caso, el asunto central de ambos diarios es una relación heterosexual, la que mantienen Carlota y Flanagan; y para resolver las dudas de ambos están dispuestas todas las personas de su entorno. La parte que llamamos de ensayo apenas plantea situaciones en las que se integre homosexualidad y heterosexualidad. Por ejemplo: en *EDRF*, en la página 92 y siguientes, se habla de la respuesta sexual humana pero nada nos da a entender que esa respuesta es posible entre parejas no heterosexuales.

¿Por qué creéis que ocurre esto? ¿Por qué la homosexualidad se trata al margen de lo normal? Recordad que es una forma de relación humana propia de todas las culturas y todos los momentos históricos, que, asimismo, es perseguida en muchos lugares de nuestro planeta.

.....

.....

En EDRC, en el capítulo 16 titulado «La homosexualidad», compañeros de clase de Carlota habían *martirizado* a otro compañero, Gaby, con «gritos de *nenaza, maricón...*». ¿Cómo crees que se sintió Gaby ese día? Al día siguiente no vino a clase y la tutora aprovechó para tratar el tema. Ponte en el lugar de Gabi e intenta expresar sus sentimientos de esos días. Piensa también en los que le insultaron, ¿por qué dicen y hacen esas cosas tan raras? ¿Cómo habrías reaccionado tú si hubieras estado presente cuando lo insultaron? ¿Habrías intentado ayudarlo?

.....

.....

Carlota decide hablar con la madre y la novia de la madre de Carlos, otro compañero de clase, para recabar más información sobre el asunto. En la conversación, Carlota dice: «Me acabo de dar cuenta de que sufren más rechazo los gays que las lesbianas. Al menos por lo que yo he podido ver. En la escuela nunca he oído a nadie meterse con una chica porque crean que es lesbiana; en cambio, a menudo he visto atacar a chicos que son considerados gays». Antonia le contesta: «De hecho es una forma más de la discriminación que sufren las mujeres. El rechazo es mucho más notable hacia los gays porque a las lesbianas, sencillamente, se las ignora». ¿Lo habías pensado alguna vez? ¿Qué razones crees que hay para ello? ¿La pervivencia de tópicos como «las mujeres no pueden vivir solas

⁸ En la publicación *El respeto a la diferencia por orientación sexual*, editada por Xente Gai Astur y citada en la bibliografía, encontramos numerosas actividades para trabajar la prevención de la homofobia en las aulas.

y, si no encuentran pareja masculina, se juntan con amigas», «las mujeres están juntas pero no tienen relaciones sexuales entre ellas»? ¿Se te ocurren otros tópicos similares?

.....

.....

A Carlos no parece importarle que su madre tenga novia, ¿te parece raro que no le importe?

.....

.....

En el capítulo 9 de *EDRF*, titulado «El café de la Luna», Flanagan descubre que su amigo y compañero *Mirage*, «el ídolo de todas las chicas del instituto», es homosexual y mantiene una relación con otro chico. Comentad en grupos el siguiente fragmento: «-Pero ¡es que todos somos diferentes! Eso es precisamente lo que hace tan rica la especie humana! ¡Qué somos diferentes! ¡Los hombres somos diferentes de las mujeres, y los matemáticos son diferentes de los abogados, y los chinos son diferentes de los suecos! Y hasta que no lo aceptemos, no podremos arreglar el mundo. Todos somos diferentes, pero eso no significa que unos sean mejores que otros, eso no. Ni que unos tengan más derechos que los otros».

.....



IGUALDAD, INCERTIDUMBRE, INTIMIDAD

IGUALDAD: (Del latín *aequalitas*, *-ātis*). Principio que reconoce a varones y mujeres los mismos derechos, la misma libertad, las mismas oportunidades y la misma dignidad.

Aunque las mujeres han logrado alcanzar en el terreno legislativo altas cotas de igualdad en los últimos años, al menos en los llamados países desarrollados occidentales, la igualdad efectiva y real aún necesita recorrer un camino que será largo. El terreno de las relaciones personales es seguramente el lugar donde es más complicado vivir esa igualdad. Tradicionalmente se ha mantenido que las mujeres y los varones son muy diferentes en el amor: que los hombres sienten más deseo sexual que las mujeres; que las mujeres por su capacidad de ser madres son más afectivas y se vinculan más a la otra persona; que, en consecuencia, las mujeres son más dependientes que los varones, etc.

Coloca los siguientes sustantivos, que tradicionalmente se consideraban cualidades propias o de los chicos o de las chicas, en la columna correspondiente. Procura no utilizar sistemáticamente la columna CHICOS Y CHICAS. Interpreta los resultados.

Sustantivos	CHICAS	CHICOS	CHICOS Y CHICAS
Sensibilidad			
Ternura			
Lealtad			
Afectividad			
Decisión			
Autonomía			
Creatividad			
Solidaridad			
Intrepidez			

¿Crees que esta división se mantiene en la actualidad? Argumenta la respuesta. ¿Crees que todos los seres humanos, independientemente de su sexo, deberían desarrollar estas cualidades? ¿Qué cualidades tienen los chicos más desarrolladas y cuáles menos? ¿Y las chicas? ¿Por qué? ¿Nacemos diferentes? ¿Es por la educación que recibimos?

.....

.....

.....

Analiza el siguiente tópico: «Las chicas hacen el amor para que les digan te quiero y los chicos dicen te quiero para hacer el amor». O este otro: «Las chicas necesitan sentirse enamoradas y a ellos les van todas». ¿Crees que encierran algo de verdad? ¿Las chicas y los chicos actuales siguen relacionándose entre sí de la misma manera?

.....

.....

¿Crees que en la relación que mantienen Carlota y Flanagan Carlota busca el amor y Flanagan solamente el sexo? ¿Cómo la definirías? ¿Podríamos decir que es una relación planteada en términos de igualdad? ¿Quién se declara? ¿Quién se ha enamorado en esta historia?

.....

.....

Piensa en una relación de pareja, ¿qué características te gustaría que tuviera?

.....

.....

Como señalamos en la palabra **DESAMOR**, Miriam pregunta a sus compañeros de clase si han visto a la nueva pareja de su ex novio, Carlos. Parece que no le ha sentado bien la ruptura y se mete con ella diciendo una serie de *lindezas*, pero sin embargo del chico no dice nada. ¿Por qué crees que ataca a la chica y no al chico? ¿Has visto una situación parecida? ¿Podrías explicarla? ¿Qué crees que sería lo correcto? ¿Cómo demostraríamos un trato de igualdad en esta situación?

.....

.....

.....

En *EDRC*, (p. 246), cuando Carlota le cuenta a Laura la conversación con Koert en Barcelona —en la que él se molestó por la relación entre ella y Flanagan, aunque ambos habían quedado en que entre ellos no había compromiso— y la actitud de Miriam —que desprecia a la novia de su ex—, Laura le dice que «le parecen dos comportamientos muy típicos» —hablar mal de *la otra* y que el chico tenga más libertad que la chica. ¿A que se refiere? ¿Qué piensas de ello? ¿Y cuando Laura le dice «que le suena a moral de dos velocidades», una para mujeres y otra para varones? ¿Qué ejemplos le da para explicarle eso? ¿Qué te parecen?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

INCERTIDUMBRE: (Del latín *in-cernere*: sin decidir). La incertidumbre consiste en no saber cuál es la decisión adecuada, en muchos casos porque tampoco tenemos clara la situación. No tenemos separado lo que queremos hacer de lo que no queremos hacer, lo que es de lo que no es. La incertidumbre respecto a cosas que nos importan y que nos urgen nos pone mal cuerpo, *como que hincha por dentro*⁹. Hay gente que puede vivir un tiempo en estado de no saber sin mayores problemas y hay otra que es más impaciente, que necesita tener clara la situación. La incertidumbre en las cuestiones amorosas y sexuales suele ser bastante impaciente. Por ello, lo pensamos y lo hablamos mucho tiempo, mucho y repetido, si tenemos la suerte de tener con quién. También tenemos bastante miedo a *meter la pata*.

En los *diarios*, como en la vida de todo el mundo, hay muchos pasajes de incertidumbre. Vamos a ver algunos más de cerca.

Carlota y Flanagan han quedado para ir al cine, *EDRC* (p. 88) y *EDRF* (p. 81 y ss.) y en el camino empiezan a hacer manitas. Transcurrido un tiempo, ya en el cine, Carlota piensa: «Ahora ya no tenía ninguna duda de que Flanagan sentía algo parecido a lo que sentía yo misma y no había podido explicar». Se le acabó la incertidumbre.

Lee atentamente los textos y pon a trabajar seriamente la imaginación para ver cuáles son las razones o, mejor dicho, los hechos que llevan a Carlota a «no tener duda...»

.....
.....

Muchas veces nos pasa lo que dice Carlota, que sentimos algo que no somos capaces de explicar. ¿Qué podremos hacer cuando sentimos algo que no somos capaces de explicar?

.....
.....

Carlota le dice a Flanagan, después de haber estado tan a gusto, que no hay ningún compromiso entre ellos y le cuenta la historia del medio novio holandés, Koert Vroom, que está a punto de llegar de Holanda.

Esto supone que después de lo bien que había ido todo, de repente... «una mezcla de emociones; rabia, desencanto, inquietud... (...) celos», (*EDRF*, p. 177).

Flanagan le dice que pase de él —del holandés, por supuesto—, pero ella no está segura de si quiere hacerlo. Flanagan está muy contrariado y «de hombre feliz» pasa a ser «un alma en pena». Todo el día con el rum rum de Carlota y el holandés en la cabeza.

¿Qué debería hacer Flanagan cuando Carlota le dice que la relación sexual que han tenido no tiene nada que ver con el compromiso y con ser novios? Podemos pensar en algunas alternativas: salir huyendo y no querer saber más nada de Carlota, decirle que lo deje porque él es mucho mejor y más conveniente, quedar con ella quince días más tarde, decirle que debía haber avisado antes...

Pon otras tres alternativas y, de entre todas ellas, di cuál te parece la mejor, aunque, ya se sabe: habría que estar allí. Pero inténtalo.

.....
.....
.....

⁹ Descripción dada por una alumna

INTIMIDAD: (Del latín *intimus*, “interno”). Con la palabra intimidad nos referimos a aquello que consideramos que es tan propio nuestro que nadie tiene por qué ver ni saber si no queremos. También tiene otra acepción relacionada con anonimato, cuando se habla del derecho a la intimidad de personas famosas.

Referido a los actos y sentimientos, los íntimos son los que no nos gusta mostrar a cualquiera. Algunos de nuestros sentimientos sólo los mostramos a personas con las que tenemos, en principio, confianza, es decir, tenemos fe en que no van a utilizar dicha información para ridiculizarnos, para que los demás nos consideren personas débiles. También es verdad que a veces contamos o mostramos nuestras intimidades a personas que no conocemos mucho y, entonces, en el caso de que sean desleales pueden hacernos daño.

El asunto se complica con las relaciones en las redes sociales como son Tuenti, Facebook..., pues una intimidad contada o mostrada puede llegar a un número de personas que ni nos podemos imaginar. A veces esto se hace por venganza, otras por cotilleo. Antiguas parejas que ponen a la otra persona en la red sin su permiso sólo con la intención de herir. No sólo ocurre entre antiguas parejas, también entre amistades que dejaron de serlo.

Si alguna vez sentimos la traición de una amistad o pareja, ¿qué podríamos hacer?

Contárselo a una persona amiga

Tomar la revancha y hacer lo mismo: airear las intimidades de la persona que nos traicionó.

Otras posibilidades

.....

¿Has oído en alguna ocasión de alguien que haya colgado fotos o comentarios de otra persona en Internet para molestarla? ¿Les conocías?

.....

Imagina que una persona amiga con la que últimamente no tienes mucha relación, o una pareja con la que has roto, cuelga fotos o confidencias tuyas. ¿Cómo te sentirías? Piensa en el momento en que te enteras y describe las sensaciones corporales que te produciría y lo que harías a continuación.

.....

j

JÓVENES

k

KAMASUTRA

LEALTAD, LESBIANA, LIBERTAD

LEALTAD: (De leal, del latín *legālis*). Fidelidad, mantenimiento del respeto, la confianza y la sinceridad con la otra persona. La lealtad en las relaciones sentimentales implica sobremanera que exista sinceridad, de forma que las dos personas se sientan seguras de lo que está pasando y no descubran que la otra ha hecho o dicho algo que había quedado en no hacer o decir. Esto no significa que no pueda haber secretos o asuntos personales que no sean compartidos por los dos miembros de la pareja. Todo el mundo tiene derecho a su propia parcela íntima y exclusiva. Lo importante es no hacer daño gratuito al no tener en cuenta los sentimientos de la otra persona.

¿Has entendido el significado de lealtad? ¿Es importante para ti? ¿Crees que se refiere simplemente a que no te pongan los cuernos o que tiene otras dimensiones?

.....
.....

Los sentimientos de Carlota respecto a Flanagan y a Koert son confusos en determinados momentos a lo largo del diario. ¿Crees que actúa con lealtad respecto a ambos?

.....
.....

LESBIANA (Ver HOMOSEXUALIDAD)

LIBERTAD (Ver CONSENTIMIENTO): (Del latín *libertas, -ātis*). Facultad natural que tiene la persona para actuar de una manera o de otra y para no actuar, por lo que es responsable de sus actos.

¿Carlota y Flanagan actúan con libertad cuando deciden relacionarse sexualmente? ¿Se sienten seguros? ¿Hacen aquello que les apetece hacer, cuando les apetece hacerlo, en el lugar que quieren y como quieren? (Ver SÍ, DECIR SÍ (La primera vez); ver NO. DECIR NO).

.....
.....

Tener dudas es también muy normal. Carlota y Flanagan las tienen todo el tiempo. **Después de su primera relación con penetración, Carlota piensa: «Creo que fue en aquel instante cuando fui consciente de lo difícil que es ser racional y actuar con cautela en según qué ocasiones. Eso mismo fue lo que pasó cuando lo hicimos sin preservativo. Me di cuenta de que, a veces, en el amor y el sexo, se hace difícil pensar con la cabeza. Estaba claro que no sólo había quedado con Flanagan, sino que sabía muy bien qué implicaba y me apetecía. Y Koert, ¿dónde quedaba, a todas estas? Y mi miedo a quedar embarazada, ¿qué?», (EDRC, p. 195).**

A pesar de todo, ¿podemos decir que Carlota actuó con libertad? ¿En qué medida crees que la información que recopila de aquí y de allá la ayuda a vivir mejor todas sus nuevas experiencias? ¿Crees que las personas de vuestra edad ya sabéis todo lo que hay que saber? Haz una lista con los asuntos que te resulten más dudosos, ponédlos en común en la clase y, a continuación, pensad en alguna persona que os pueda aconsejar:

.....
.....

En *EDRC*, (p. 284), una amiga de Carlota, Mireya, le cuenta que ha tenido relaciones de forma imprevista con un chico que a ella le gustaba y que no se lo pasó bien. Es más, nunca habría imaginado que se quedaría sin reaccionar ante una situación como aquella. En ocasiones, hacemos cosas que no queremos hacer aunque no nos hayan forzado a ello. ¿Son experiencias inevitables? ¿Qué nos puede ayudar a no pasar por esas experiencias? (Ver NO. DECIR NO)

.....

.....

En *EDRF*, (pp. 162-163), Flanagan consuela a Jenny (Ver MESALINA) que le cuenta que: «El sábado había discutido con Jorge por una tontería, y que después se encontró con Salvador y se dejó invitar a unas cervezas y él se la llevó a una cabaña que tenía su abuelo en la zona de los huertos, y que ella no quería, pero había bebido y él insistía, insistía... Más o menos lo que yo pensaba. Y el comportamiento posterior de Salvador al divulgarlo todo, tampoco era nuevo. (...) Se me ocurrió que el sexo debería ser fuente de placer y de comunicación, pero que con demasiada frecuencia lo usamos como arma agresiva. Por ejemplo, para tratar de puta a una chica que lo practica, o de carca y estrecha a otra que ha decidido no tener relaciones hasta el matrimonio, como si hacer el amor sólo por placer, en lugar de una opción, fuera una obligación». ¿Qué te parecen las reflexiones de Flanagan? ¿Estás de acuerdo con él? ¿Podemos escribir alguna frase como conclusión?

.....

.....

.....

Hemos de tener en cuenta que la libertad sexual supone también la opción de no tener relaciones sexuales si así se decide. Muchas veces la presión del grupo puede llevar a considerar como una obligación el tenerlas, algo que no es conveniente. Cada persona tiene su ritmo, su momento y no debe hacernos sentir mal ir a un ritmo distinto del de nuestro grupo de amistades.

m

MASTURBACIÓN, MESALINA

MASTURBACIÓN: La palabra masturbación (del latín *manuturbate*) tiene su origen en la palabra mano y significa «estimulación de los órganos genitales o de zonas erógenas con la mano o por otro medio para proporcionar goce sexual» a uno o a una misma o a otra persona.

En *EDRC*, (pp. 99-104), Carlota hace un informe y posteriormente Octavia, su tía, le envía un cuestionario sobre el tema. En *EDRF*, (pp. 95-97), el doctor Bardet le explica a Flanagan algunos de sus puntos de vista sobre la masturbación, a propósito de una de las habituales investigaciones que Flanagan había hecho entre sus compañeros y compañeras del instituto.

Leed o releed los textos. Recordad que no hay que hablar de lo que cada quién hace, sino dar vuestra opinión sobre este tema, en general. Responded por grupos a la siguiente pregunta y haced una posterior puesta en común: (Es posible hacer esta primera parte de esta actividad con grupos sólo de chicos y sólo de chicas).

¿Los chicos hablan de masturbación con frecuencia? ¿Y las chicas? ¿Por qué las chicas no suelen hablar de masturbación mientras que los chicos lo hacen con bastante naturalidad?

.....

.....

También por grupos, escribid una afirmación que matice o reconsidere lo que dice la columna A y lo que dice la columna C. Después haced una puesta en común.

A		C
Las chicas no se masturban		Todos los chicos se masturban
Masturbarse mucho no es normal		No masturbarse no es normal
Solamente se masturban las personas que no tienen pareja		Las personas que tienen pareja y se masturban en solitario es que tienen problemas
Masturbarse impide tener relaciones sexuales normales		Si te masturbas se te debilita la médula espinal

MESALINA: Aparece en la frase «tú (eres) más fresca que Mesalina» (EDRF, p. 91). Mesalina era una emperatriz Romana, esposa de Claudio que tenía trece años cuando se casó con él ¿sabes cuántos tenía él? Cincuenta. Fue mandada decapitar por su esposo Claudio en el año 48 d. de C., a los veintitrés años. Pasó a la historia como prototipo de mujer *fresca* debido fundamentalmente al satírico Juvenal que hablaba mal tanto de varones como de mujeres, pero las críticas que dirigía hacia las mujeres se centraban especialmente en la conducta sexual de éstas. Pues Juvenal decía que Mesalina cuando veía que su esposo estaba dormido, salía de casa disfrazada con peluca, se iba a un prostíbulo y allí estaba hasta que se cerraba ¹⁰. «Asquerosa, negruzcas mejillas, fea del humo de las lámparas, llevó al lecho imperial el hedor del prostíbulo», decía Juvenal dejando clara su misoginia.

¿Por qué crees que cuando se quiere insultar a una chica se la llama guarra, zorra o puta, mientras que a un chico marica, nenaza? (Discutido en grupo y luego escribid individualmente cinco líneas sobre el asunto).

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Jenny y Salvador han tenido un affaire sexual (EDRF, p. 159 y ss.) y Salvador lo ha contado a todo el mundo, porque él no era «el primero que se la tira», «a los catorce años ya se la habían repasado. (...) Es una guarra».

Esto ocurre en el patio del instituto, donde Salvador cuenta a sus amigos que se ha enrollado con Jenny, mientras ésta llora en el otro extremo del patio y algunas amigas intentan consolarla.

¹⁰ Juvenal 6. 115-135, citado por Eva Cantarella en *La calamidad ambigua* (1996), Ediciones Clásicas, Madrid.

Flanagan se encara a él, ayudado por otro amigo. Imagina que te encuentras con una situación semejante ¿Qué harías?

- a) Te callas y te diriges a Jenny para que vea que no estás de acuerdo con Salvador.
- b) Le llamas la atención como hizo Flanagan apoyado por el *Mirage*.
- c) Le prestas atención a Salvador, no vayan a pensar él y sus amigos que eres una persona estrecha y reprimida.
- d) Haces como que no lo oyes, pero a partir de entonces le pones cara seria y no escuchas nunca lo que dice Salvador.
- e) Otras salidas

.....

.....

Dice Flanagan (p. 162 y también p. 131) que si las chicas supiesen cómo los chicos hablan de ellas cuando están solos se les pondrían los pelos de punta ¿Qué dirán? Escribe dos frases que hayas oído sobre el asunto. En el caso de que nunca hayas oído nada, pregunta a alguien que sea de fiar.

.....

.....

.....

n

NO. DECIR NO

NO. DECIR NO: No hay nada malo en rechazar algo que, por lo que sea (no es el momento, no estás cómodo o cómoda, sientes miedo...) no se desea. Puede que se rechace la relación sexual, no a la persona.

En el *EDRC*, (p. 284), Mireya le cuenta a Carlota una experiencia con el chico al que siempre había deseado, pero que cuando se produce un encuentro sexual en la realidad, resulta insatisfactoria y bochornosa. Mireya le dice sorprendida de sí misma: «Nunca me habría imaginado que sería incapaz de decir que no», (p. 284).

Imagínate una situación similar y busca varias razones diferentes por las cuales una persona pueda llegar a aceptar una relación sexual que no le apetece.

.....

.....

.....

Para que esto no te suceda, te proponemos un entrenamiento. Imagina que estás en una discoteca en la que encontrarás diferentes situaciones de presión de personas que te querrán empujar a hacer algo para lo que todavía no te sientes preparado o preparada... ¿Estás a punto? En esta actividad tienes que dar dos clases de respuestas, teniendo en cuenta lo siguiente: En la respuesta pasiva, la persona deja de lado sus propios derechos y antepone los de los demás. En la respuesta asertiva se expresan directamente nuestros sentimientos, pensamientos y necesidades, respetando los derechos y los sentimientos de los demás.

1. Si me quisieras tendrías relaciones conmigo.	Respuesta pasiva
	Respuesta asertiva
2. Si no tienes relaciones sexuales conmigo, no te veré nunca más.	Respuesta pasiva
	Respuesta asertiva
3. ¿No quieres probarlo para saber cómo es?	Respuesta pasiva
	Respuesta asertiva
4. ¡Venga ya! Que tienes tantas ganas como yo.	Respuesta pasiva
	Respuesta asertiva
5. ¿No lo quieres hacer porque tienes miedo?	Respuesta pasiva
	Respuesta asertiva
6. Si no es contigo será con otra persona.	Respuesta pasiva
	Respuesta asertiva
7. Si no lo haces, nadie querrá salir contigo.	Respuesta pasiva
	Respuesta asertiva

0

ORGASMO

ORGASMO: (Ver PLACER, ver TIRESIAS)

p

PLACER, PRESERVATIVO, PREVENCIÓN DE RIESGOS, PUBERTAD

PLACER: (Del latín *placēre*). Satisfacción, sensación agradable que sentimos cuando satisfacemos plenamente alguna necesidad.

Nos inclinamos hacia lo que nos gusta y nos satisface. Cuando oímos música, queremos escuchar algo que nos satisfaga; cuando comemos, queremos algo que nos guste; cuando nos tocan, queremos que nos produzca una sensación agradable. De todas las formas de placer, el contacto corporal es, probablemente, una de las experiencias más placenteras del ser humano —una vez saciadas el hambre y la sed—.

Para llegar al placer sexual, el ser humano pasa por diferentes fases también denominadas Respuesta Sexual Humana. **¿Sabrías decir cuáles son? ¿Se puede cambiar el orden de dichas fases? (EDRC, capítulo 7) (EDRF, capítulo 3)**

.....

.....

Carlota y sus amigas no tienen muy claro si deseo es lo mismo que excitación, si es necesario estar enamorada o enamorado para sentir deseo, y deciden preguntar sus dudas a su tía Octavia. ¿Es lo mismo deseo que excitación? ¿Crees que es necesario estar enamorada o enamorado para sentir deseo?

.....

.....

En EDRC, (p. 93), leemos que «los humanos somos seres sexuados y, por lo tanto, respondemos a los estímulos sexuales. (...) que desembocan en la etapa del orgasmo, o sea, en la liberación de la tensión acumulada y, a la vez, en un gran placer.» ¿Qué información da a Carlota su tía Octavia sobre el orgasmo? (p. 288)

.....

.....

Pero, ¿a todo el mundo le suceden las mismas cosas de la misma manera y al mismo tiempo? Lee los siguientes fragmentos antes de contestar la pregunta:

Carlota relata, (p.146): «Tener a Flanagan encarcelado dentro de mi cuerpo, envolverle el sexo con el sexo mío, era bonito, pero no me hacía saltar de placer. En cambio, si Flanagan me hubiese acariciado el clítoris, creo que tal vez habríamos podido encender de nuevo todos los voltios. Gemí, en parte por el placer de imaginarme las caricias de Flanagan en mi clítoris y, en parte, por el placer de la proximidad de él».

Flanagan nos cuenta como se sintió él en ese momento, (p.142): «La sensación de estar dentro de ella, de estar unido a ella, de tenerla, de poseerla, se añadió a las sensaciones puramente físicas, y entre una cosa y otra me daba la sensación de que el mundo se detenía a nuestro alrededor, la música, la luz, el rumor de la calle, y pronto toda aquella urgencia se liberó en un estallido de placer, una reacción en cadena que se expandía a la velocidad de los fuegos artificiales por todas las terminaciones nerviosas de mi cuerpo».

.....

.....

.....

.....

En los relatos de Carlota y Flanagan apreciamos que cada uno de ellos alcanza el placer de diferente manera y no necesariamente con la misma intensidad.

Cuando realizan el primer coito, Carlota queda decepcionada y se dice a sí misma, en el espejo, (p. 148), «quizás tendríamos que haberle dicho a Flanagan lo que queríamos ¿no?» «Cada vez que yo había rememorado el placer de estar con Flanagan, no había pensado en el último sábado en casa de mamá, (primer coito) sino en el primero». (EDRC, p. 198) Valora la importancia de la comunicación y la confianza en la pareja a la hora de alcanzar el placer.

.....

.....

.....

¿Cómo relata Carlota el segundo coito con Flanagan? (p. 202)

.....

.....

.....

Recuerda lo que se dice en TIRESIAS: Sólo un pequeño tanto por ciento de mujeres llega al orgasmo a través del coito exclusivamente.

PRESERVATIVO (Ver INCERTIDUMBRE): (Del latín *preservare*, «preservar»). En el capítulo 12 de EDRC y en el capítulo 6 de EDRF, encontramos una amplia explicación sobre los métodos anticonceptivos y los que previenen las ITS.

En su primera relación con penetración ni Carlota ni Flanagan llevan consigo preservativos. Aún así, siguen adelante. ¿Crees que es algo que sucede habitualmente? ¿Tiene importancia el hecho de que fuera la primera vez? ¿Por qué crees que les sucede esto?

.....

.....

¿Qué consecuencias podría haber tenido esta circunstancia?

.....

.....

Después de esto, cada uno por separado se angustia pensando en que Carlota puede que esté embarazada. Así que para su segundo encuentro, previsto por los dos por separado, van a comprar condones y los dos los llevan.

¿Te parece demasiada precaución que Carlota y Flanagan acudan los dos a la cita con condones?

.....

.....

¿Y si Carlota hubiera quedado embarazada? ¿Es posible un embarazo después de una única relación? ¿Qué crees que podría haber pasado? ¿Qué soluciones serían posibles? ¿Qué esperaríamos de Flanagan?

.....

.....

¿Crees que las personas jóvenes perciben el peligro que suponen las Infecciones de Transmisión Sexual (ITS)? ¿Es suficiente una relación sexual para contagiar una infección?

.....
.....
.....

Las estadísticas nos dicen que gran parte de los jóvenes y las jóvenes utilizan preservativos en sus relaciones sexuales. **¿Consideras que estáis suficientemente concienciados y concienciadas de la importancia de protegerse?**

.....
.....
.....

¿Cuáles son las ventajas del preservativo o condón sobre otros métodos anticonceptivos para la gente joven?

.....
.....
.....

¿Quiénes tienen que llevar preservativo *por si acaso*: las chicas, los chicos o ambos?

.....
.....
.....

Recuerda que también hay preservativos femeninos, fíjate en *EDRC*, (p. 183) y en *EDRF*, (p. 188).

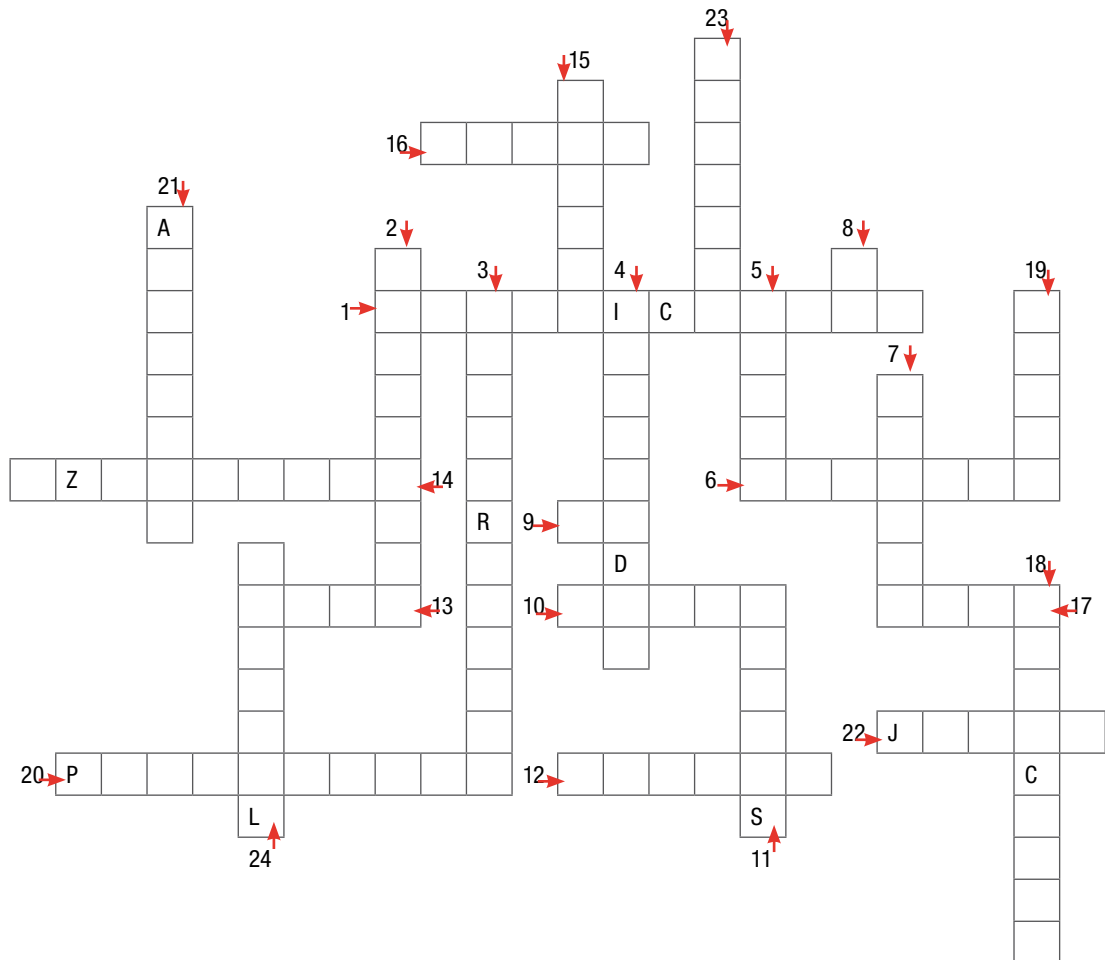
Condón es sinónimo de preservativo. ¿Sabes de dónde viene esta palabra? Averígualo.

.....
.....
.....

PREVENCIÓN DE RIESGOS (Ver PRESERVATIVO)

q

QUERER

RELACIONES SEXUALES:**Crucigrama de las relaciones sexuales**

- 1.- Capacidad que nos permite decirle a la otra persona nuestros deseos y sentimientos.
- 2.- Rozar suavemente la piel.
- 3.- Estimulación de los órganos genitales o de zonas erógenas con la mano o por otro medio para proporcionar goce sexual.
- 4.- Tiempo en el que dos personas disfrutan de su mutua compañía, compartiendo sentimientos, expresando emociones, dando y recibiendo placer.
- 5.- Penetración del pene en la vagina.
- 6.- Penúltima fase del ciclo de la Respuesta Sexual Humana.
- 7.- Goce, disfrute.
- 8.- Lo digo cuando no quiero hacer algo.
- 9.- Lo digo cuando sí quiero hacer algo.
- 10.- Acariciar con la lengua.
- 11.- Experimentar sensaciones.
- 12.- Apretar suavemente la piel con los dientes.
- 13.- Movimiento de la boca y otras partes del rostro, que demuestra alegría.
- 14.- Seguridad que se tiene en otra persona.
- 15.- Preservativo.
- 16.- Movimiento de los labios sobre otros labios.
- 17.- Sentimiento de afecto, inclinación y entrega a alguien o algo.
- 18.- Gusto, interés que sentimos por alguien.
- 19.- Apetencia sexual hacia alguien.
- 20.- Preparación de los medios que eviten un riesgo.
- 21.- Estado de agitación e inquietud.
- 22.- Retozar.
- 23.- Afecto, delicadeza.
- 24.- Fidelidad.

La actividad que te proponemos es realizar el crucigrama. ¿Crees que todas las palabras son igual de importantes cuando hablamos de las relaciones sexuales? ¿Hay algunas más importantes que otras? ¿Cuáles?

.....

.....

.....

¿Estás de acuerdo en que no hay que identificar relaciones sexuales con coito? (Ver SÍ. DECIR SÍ)
Explica brevemente tu punto de vista.

.....

.....

.....

¿Crees que faltan algunas palabras en este crucigrama? ¿Cuáles? ¿Por qué?

.....

.....

.....

Solución

The crossword puzzle solution consists of the following words:

- 1. COITO
- 2. ANIS
- 3. ASIR
- 4. ANIC
- 5. COITON
- 6. ORGASMO
- 7. PL
- 8. N
- 9. SID
- 10. LAMER
- 11. MORDER
- 12. MORDE
- 13. ASIR
- 14. U
- 15. CONSID
- 16. BESOS
- 17. ROMA
- 18. ROMA
- 19. DES
- 20. PREVENCIÓN
- 21. ANIS
- 22. JUGAR
- 23. TERN
- 24. L

S

SECRETO, SEXO, SÍ. DECIR SÍ (LA PRIMERA VEZ)

SÍ. DECIR SÍ. LA PRIMERA VEZ. Las primeras relaciones sexuales son objeto de mucha intriga, especulación y curiosidad. Entendemos que, en estos casos, se busque la experiencia de personas con las cuales tenemos confianza y a las que podemos preguntar sin tapujos todo lo que nos gustaría saber sobre la primera vez.

En *EDRC* esta conversación se recrea entre Carlota y su amiga Laura en las páginas 153-162.

La primera pregunta que le hace es cómo fue su primera vez y después de una broma de su amiga que le contesta por la primera vez que condujo un coche, le dice que fue a los trece años. Asustada Carlota le pregunta que si *folló* a esa edad, pero Laura le contesta que no fue así.

Describe detalladamente las experiencias de carácter sexual que Laura tuvo de forma consecutiva. ¿Qué es el *petting*? ¿Qué ventajas le encuentras a esta práctica? ¿Por qué Laura no se lo salta nunca? ¿Tiene algún inconveniente?

.....

Uno de los miedos más frecuentes de las chicas a la hora de tener un coito es el dolor. ¿Cuándo crees que se puede producir este dolor y cómo se puede evitar?

.....

Todos hemos visto muchas imágenes de relaciones sexuales en la tele o en revistas y por tanto, es inevitable hacerse una idea. **¿Cómo es el coito en el cine?¹¹ ¿Qué postura es la más habitual? ¿Cuándo y cómo se produce el orgasmo? Y ahora compara estas escenas con la realidad que viven Carlota y Flanagan: ¿es lo más habitual que ambos miembros de la pareja lleguen a un tiempo al orgasmo? ¿Qué soluciones hay para que ninguna de las personas se quede insatisfecha? ¿O para que el chico no llegue tan rápido al orgasmo?**

.....

En *EDRF*, (p.148), Flanagan reflexiona sobre las diferentes necesidades sexuales de los chicos y las chicas a la hora de hacer el amor. Por ejemplo, que la penetración y buscar la eyaculación es más urgente para los chicos que para las chicas. ¿Te parece importante conocer estas diferencias? ¿Qué crees que se evitaría teniéndolas en cuenta?

.....

Por último, la experiencia propia va enseñando a disfrutar y a prestar atención a las necesidades de la otra persona. **Flanagan y Carlota han aprendido muchas cosas y una de ellas muy importante: nunca hay que tener miedo a hablar, a conducir con la mano la mano de la pareja para que sepa donde tiene que ir, qué tiene que tocar. ¿Recuerdas algún pasaje donde Carlota y Flanagan no pensaron lo mismo de las relaciones sexuales que tuvieron conjuntamente? ¿Qué crees que pudo sentir Flanagan cuando Carlota le confiesa que no se lo había pasado con su primer coito tan bien como la primera vez que se enrollaron, es decir, que se masturbaron mutuamente? ¿Crees que Carlota hizo bien contándole? ¿Y si Carlota hubiera sabido que le podría sentar tan mal a Flanagan como para que la abandonara?**

.....

¹¹ Pilar Aguilar hace un análisis muy interesante en la unidad didáctica *¿Somos las mujeres de cine?*, publicada por el Instituto Asturiano de la Mujer en el año 2004.

t

TACTO, TERNURA, TIRESIAS, TRANSEXUALIDAD

TACTO: (Del latín *tactus*, -us). Tocar y que nos toquen es una necesidad, además de un placer, distinguiendo siempre el contacto voluntario y aceptado del que no lo es, del que lleva implícita una forma de violencia. Con nuestras experiencias táctiles también vamos construyendo nuestra personalidad, forjamos nuestra autoestima y sociabilidad. Sabemos que tenemos que guardar ciertas formas, ciertas distancias, según la cultura en la que vivamos, pero debemos asumir que tocar a otras personas es una forma de mostrar aprecio, cercanía y comprensión hacia ellas, además de ser necesario para nuestra salud física y emocional, para nuestra autoestima, porque no sólo deseamos saber que nos quieren, también necesitamos sentirlo. Tocar y ser tocados o tocadas es un arte que se aprende con la práctica, que a su vez nos permitirá distinguir el toque tierno y cariñoso del curativo, del que da consuelo, del que nos transmite seguridad, o de ese otro de carácter abierta o sugerentemente sexual que puede ser deseado y entonces será bien recibido, o no deseado, y entonces deberá ser rechazado.

Para hacer por parejas. Una persona se tumba en una esterilla boca abajo y la otra va haciendo girar lentamente una pelota por todo el cuerpo presionando ligeramente. Después de 10 minutos se intercambian las parejas y se repite de la misma forma.

Representación teatral muda. Por pequeños grupos y con una preparación previa de 10 minutos, se van representando distintas escenas: la comunicación de una mala noticia a una persona amiga recibida previamente por teléfono, la reconciliación después de un tiempo de separación de dos personas por un malentendido, la despedida amistosa de dos personas que se quieren.

En EDRC, (pp. 85-87), hay una escena muy intensa por lo que significa de atracción y de poder de comunicación del tacto. En ella, Carlota, tomando el frío por disculpa, introduce su mano dentro del bolsillo del anorak de Flanagan y luego éste introduce también su mano. «Me di cuenta de que ya no escuchaba sus explicaciones, sino que sólo tenía oídos para lo que se decía nuestra piel», piensa Carlota mientras su mano y la de Flanagan se tocan y se acarician. Inventa una escena donde el roce y sólo el roce de una parte de las extremidades de una persona con las de la otra sea protagonista de una situación de atracción y deseo.

.....

TERNURA: (De tierno, del latín *tener*, -ēra, -ērum). Sentimiento de afecto y cariño que nos provocan ciertas personas e incluso objetos que por sus cualidades y conductas despiertan dulzura y cariño. La intimidad puede provocar ternura cuando nos hace descubrir el rostro verdadero y vulnerable de las personas. En ese momento se establece un vínculo que será duradero si sabemos alimentarlo adecuadamente.

Es muy difícil no implicarse con una persona con la cual se ha tenido un contacto muy íntimo, concluye Flanagan en su diario (p. 281). ¿Qué circunstancias se pueden producir entre dos personas para que cada vez que volvamos a pensar en ello nos invada ese sentimiento de afecto? ¿Se produce con cualquiera con quien hayamos tenido una relación sexual?

.....

¿Cuándo una simple conversación puede despertar así mismo ese sentimiento de dulzura y afecto?

.....

.....

Describe cinco notas (característica de la persona, hechos sucedidos, lenguaje utilizado, gestos) que harían que tú recordaras a otra persona siempre de una forma dulce y tierna.

.....

.....

TIRESIAS: En *EDRC*, (p. 98) aparece una historia muy antigua y también muy rara. La historia de Tiresias que había sido varón y mujer, por lo que sabía los *secretos* de ambos. Entre los secretos que guardaba Tiresias estaba cómo eran el placer de las mujeres y el de los varones en las relaciones sexuales.

¿A qué *cuento* en la antigüedad (hace por lo menos veintiocho siglos) ya andaban dándole vueltas a eso del placer en la sexualidad y, es más, a cambiar de sexo? Pues sí, éste era un asunto sobre el que se construían muchas historias como la de que antes de ser varones y mujeres habíamos sido andróginos (andro: varón y gino: mujer), o la de que en principio sólo había varones y que las mujeres aparecieron después, casi siempre como castigo y/o como compañía. Dejando atrás estos relatos, en la historia mítica de Tiresias son los dioses, Zeus y Hera, quienes discuten sobre tal cuestión, cuando se dan cuenta de que el más sabio sobre este asunto ha de ser Tiresias que había sido varón y mujer. Tiresias respondió que las mujeres gozaban nueve veces más que los varones. La diosa Hera se enfadó y lo dejó ciego, pero Zeus le recompensó con la posibilidad de ser adivino, con lo que la sabiduría de Tiresias creció, pues podía ver lo que para otra gente era invisible. Hay más versiones del mito como la de que quedó ciego al ver desnuda a la diosa Atenea y taparle ésta los ojos.

Pero lo que aquí nos interesa es que la tía de Carlota está en un chat con Carlota y sus amigas y les cuenta este mito para hablarles del placer de las chicas en las relaciones sexuales y que esta historia es diferente a la que ellas estaban acostumbradas a oír. ¡Adivina cuál es la historia que ellas estaban acostumbradas a oír!

.....

.....

De todas formas, la tía Octavia les dice que el asunto está en cambiar lo que entendemos por relaciones sexuales y por orgasmo, pues «cada persona tiene el suyo» viene a decir Octavia. Y le dice a Carlota y a sus amigas que hay algo muy importante: que el placer de las chicas se describió tomando como modelo el de los chicos y no el de chicas y chicos. Así, que podemos pensar que quienes durante mucho tiempo hablaron del placer de las chicas estaban más ciegos que Tiresias, pero ni eran adivinos ni habían sido chicas. Hay un momento en el que la tía Octavia les dice qué tanto por ciento de mujeres experimentan orgasmo de la misma forma que los varones, es decir sólo con el coito: las estadísticas más pesimistas dicen que un ocho por ciento y las más optimistas un veinte por ciento. ¿Qué te parecen estos datos? ¿Habías escuchado esta información alguna vez? ¿Qué conclusiones podemos sacar?

.....

.....

Independientemente de las estadísticas, que bien está tenerlas en cuenta, el caso es que a la mayoría de las chicas y de las mujeres adultas no es el coito lo que más placer les produce, o al menos no sólo el coito. Posiblemente a los chicos y varones adultos tampoco.

TRANSEXUALIDAD: (*Trans-* prefijo latino que significa «al otro lado», «a través de»).

En EDRC, (p. 316), el profesor de Ciencias, Badia, les dice a sus alumnos y alumnas: «Los homosexuales son mujeres con cuerpo de mujer a las que les gustan las mujeres u hombres con cuerpo de hombre a los que les gustan los hombres. En cambio, los transexuales tienen un sexo físico distinto del sexo que ellos sienten en su cabeza. Con frecuencia, para adecuar su aspecto a su manera de sentir, pasan por operaciones y tratamientos hormonales largos, costosos y peligrosos. A menudo sufren un rechazo terrible por parte de la sociedad. Aún más fuerte que el que soportan los homosexuales».

Existen los transexuales masculinos, que son hombres atrapados en un cuerpo de mujer. A la inversa, una transexual femenina es el caso de una mujer que se encuentra atrapada en un cuerpo de hombre.

«Muchas personas transexuales desde muy pequeñas ya tienen un fuerte convencimiento de pertenencia a un sexo, aunque la sociedad y la familia les digan que no les corresponde. Pero el gran conflicto suele venir en la adolescencia, que generalmente es un periodo complicado para todo el mundo debido a los cambios hormonales y físicos que experimenta el cuerpo en esa fase del desarrollo. Imaginaos cuanto más difícil será experimentar todos estos cambios cuando van en la dirección que tú no quieres: por ejemplo, te sientes todo un “tío” y te empiezan a crecer los pechos o al revés, te sientes una chica y esos pechos nunca crecen.

(...) Tan importante como el apoyo familiar es el de las amistades y compañeros/as. Para el/la adolescente transexual la amistad es tan importante como para cualquiera, sin embargo tiende a refugiarse en sí mismo y a aislarse, ya que teme que no le entiendan y peor aún, que se burlen de él/ella”. No suelen salir de casa, no les gusta verse vestidos con la ropa que les asignan y que no se corresponde con lo que sienten, detestan ir a la playa porque no les gusta que se vea un cuerpo que rechazan... “Si conoces a alguien que pueda estar en este caso intenta ayudarlo y comprenderlo. Tu apoyo será fundamental en su proceso. Por otra parte, si crees que tú puedes ser una persona transexual busca apoyo en tus amigos/as y en tu familia¹²».

¿Entiendes el significado de transexualidad? Busca en la red algún testimonio de mujeres y varones transexuales para leerlo o escucharlo en clase.

.....

.....

.....

.....

.....

ULULARUNT VERTICE NYMPHAE

Speluncam Dido dux et Troianus eandem
Deveniunt. Prima et Tellus et pronuba Iuno
Dant signum; fulsere ignes et conscius aether
Conubiis summoque ulularunt vertice Nymphae.

Virgilio, *Eneida*, IV, 165 y ss.

¹² VARIOS: *Guía didáctica sobre transexualidad para jóvenes y adolescentes*, p. 22 y p. 27. Comisión de Cultura de COGAM, Madrid.

Con esta sutileza describe Virgilio el encuentro amoroso de Eneas y Dido. La pareja, ya enamorada, sale un día de caza con multitud de acompañantes. Se desencadena una terrible tempestad y todo el mundo se dispersa en busca de refugio. Dido y Eneas llegan a la misma cueva. Tras esta escena típica y tópica, ya intuimos que es el momento de la entrega al amor y al sexo, pero esto es todo lo que Virgilio nos cuenta al respecto:

Dido y el jefe troyano llegan a la misma cueva.
Dan la señal la Tierra la primera y la prónuba Juno.
Brillaron los rayos y el Éter, complice de la unión,
Y desde lo alto de la cumbre ulularon las Ninfas.

Busca el significado del verbo *ulular* y de *ninfa*. Explica con tus palabras el significado del último verso. ¿Por qué decimos que es sutil?

.....

.....

.....

.....

V

VÍNCULO, VIOLENCIA

VÍNCULO: (Del latín *vīncŭlum*, «atadura»). Unión o atadura de una persona con otra.

En *EDRC*, (pp. 292-293), Carlota corta la relación con Flanagan porque su relación con Koert se afianza. Ella le pregunta que si pueden seguir siendo amigos a lo que Flanagan le responde: «No lo sé. No sé si me veo capaz de ser tu amigo, tal como me siento ahora. Deja que lo piense. Ya te llamaré».

¿Por qué crees que Flanagan responde esto?

.....

.....

.....

¿Tú qué responderías ante una situación similar?

.....

.....

Por su parte, Carlota, que es quien había tomado la iniciativa, se siente desolada ante la posibilidad de perder a Flanagan y reflexiona sobre su tristeza. Ya había cortado con otros chicos, bien por iniciativa propia o del otro, y ha sentido «pena, pero no como la que sentía ahora». Ella y Flanagan no tenían compromiso. Se pregunta a sí misma «¿Por qué los dos nos sentíamos tan mal? (...) La diferencia estaba en las relaciones sexuales. (...). Es decir, que tú podías decidir que no te vinculabas a una persona con la que te relacionas sexualmente, pero finalmente, sí que te vinculabas».

¿Entiendes el significado de vínculo? ¿Estás de acuerdo con Carlota en que las relaciones sexuales crean vínculos entre las personas?

.....

.....

.....

VIOLENCIA: (Del latín *violēntia* y esta de vis «fuerza»). Según el diccionario de María Moliner, es forzar a alguien a hacer algo que no quiere hacer. Habría según esta definición una violencia admisible, como cuando forzamos a alguien a estudiar, por ejemplo; incluso podemos hablar de violencia hacia una o uno mismo, cuando nos forzamos a hacer algo que no nos apetece o que nos resulta muy enojoso.

Aquí nos referimos a la violencia que ejercen unas personas adultas sobre otras y, en particular, a la que ejercen los varones (chicos y mayores) sobre las mujeres (chicas y mayores). Es lo que se llama *violencia de género*.

En nuestro país, rige la *Ley Orgánica 1/2004, de 28 de diciembre, de Medidas de Protección Integral contra la Violencia de Género*. Esta ley es más precisa, pues llama *violencia de género* a la de los varones sobre las mujeres cuando hay o hubo una relación *sentimental* entre ellos.

Como ves, esta ley es muy reciente, pues hace pocos años que se empezó a hablar de este tema en la televisión, radio y periódicos. Fue en 1997, después de la trágica muerte de Ana Orantes, la primera mujer que se atrevió a denunciar públicamente el maltrato al que era sometida por su marido. Pero, aunque no se hablaba, sí que había varones que usaban la violencia contra las mujeres antes de 1997. **Pregunta a personas mayores si conocieron mujeres que padecían la violencia.**

.....

.....

.....

.....

En *EDRC*, en el capítulo 21, se aborda este tema. Están hablando Carlota, Laura y Mercedes, la prima de Carlota. Hablan de las parejas y de cómo les gustaría que éstas fueran. Carlota prefiere alguien con sentido del humor y con quien se pueda hablar, y sin embargo su prima quiere alguien que la proteja y que la cuide. Laura le dice «que un chico que te trata como si fueses una cría y que te sobreprotege está estableciendo una relación que no es de igualdad entre tú y él. Dicho de otra forma, si te sobreprotege es porque está convencido de que él está por encima de ti, que tú le perteneces, que tiene derechos sobre ti, de manera que en el momento en que se le vaya la olla, en lugar de protegerte, te cascará».

¿Qué entiendes por una relación de igualdad? ¿Qué piensas de ello? ¿Por qué Laura le dice que el chico puede pensar que ella le pertenece?

.....

.....

.....

.....

Laura les dice que los chicos son educados en los valores de la *sociedad patriarcal*. ¿Entiendes el significado de ese término? Si no es así, busca información. ¿Sabrías identificar alguno de esos valores?

.....

.....

.....

¿Por qué crees que Laura alude a que la independencia debe ser un objetivo importante de las chicas para establecer una relación de igualdad con la pareja? (Ver AMOR)

.....

.....

.....

.....

En esa misma página, Laura les dice que hay que enseñar a los hijos varones a involucrarse en las relaciones y a respetar a las mujeres. Involucrarse significa estar atento a los sentimientos de la otra persona, a cuidar la relación, etc. ¿Estás de acuerdo con lo que ella dice? ¿Qué consejos les darías tú?

En la página 306 tenemos un cuestionario con el que podemos trabajar. A veces tenemos una pareja que nos controla demasiado, o que nos manda veinte mil sms, o que se enfada si salimos con amigos o amigas, o que se cela si hablamos con otros chicos o chicas. ¿Te ha pasado alguna vez? ¿Sabes de alguien que te haya comentado algo de esto? (Ver CELOS)

Tenemos que tener en cuenta que hay diferentes tipos de violencia. Debes estar siempre alerta ante cualquier indicio hacia ti o hacia cualquier persona que conozcas. Como nos dice María José Urruzola¹³ en su *Guía para chicas*, diferenciamos entre la **violencia psíquica**, «los actos que van dirigidos a destruir tu autoestima o a que te aísles tú misma de las personas que te rodean. Por ejemplo, comentarios degradantes, amenazas, humillaciones delante de otras personas, destruirte objetos que para ti tienen un valor sentimental, actos de poseerte o de controlarte... Suelen ser el primer paso que avisa de los malos tratos físicos. La **violencia física**, cualquier acto que te produzca daño en tu cuerpo, por ejemplo, bofetadas, golpes... La **violencia sexual**, cuando te imponen una relación con tu cuerpo que tú no quieres por cualquier motivo, por ejemplo, un beso forzado, un tocamiento cuando tú no querías...»

Recuerda que hay un teléfono gratuito, el 016, de atención a mujeres maltratadas.

En *EDRF*, (pp. 234-238), también aborda el tema de la violencia, con algunos titulares y estadísticas. ¿Puedes buscar alguna noticia actual que hable del tema? ¿Sabes quién es Ana María Pérez del Campo Noriega? ¿Has oído hablar de asociaciones de hombres por la igualdad y la no violencia? ¿Sabes qué son los Centros Asesores de la Mujer?

En la p. 236, Flanagan dice que «el maltratador dice que maltrata a su pareja porque la quiere» ¿Qué piensas de esa afirmación que escuchamos a veces?

En la p. 237, ante la pregunta que le plantean a Gloria, la profesora, sobre qué hacer cuando se dan cuenta que su pareja es un maltratador, ¿qué les aconseja ella?

13 URRUZOLA ZABALZA, M^a JOSÉ (2003): *Guía para chicas*, cómo prevenir las agresiones y defenderse de ellas. Maite Canal Editora, Bilbao.

¿Qué opinas tú? ¿Hay promesas en las que no se puede confiar?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Si quieres profundizar más en el tema de la violencia de género, Gemma Lienas también tiene el *Diario azul de Carlota* que aborda éste y otros tipos de violencia como el acoso escolar.

X XX, XY

y YACER

Z ZALAMERÍAS

BIBLIOGRAFÍA BÁSICA

- GONZÁLEZ SUÁREZ, AMALIA (2006): «Educación afectiva y sexual en los centros de secundaria: consentimiento y coeducación», *Labrys*, nº 10. Se puede descargar de la red: <http://www.miescuelayelmundo.org/Educacion-afectiva-y-sexual-en-los.html>, entre otras.
- LÓPEZ SÁNCHEZ, FÉLIX (2005): *La educación sexual*. Biblioteca Nueva, Madrid
- SANCHIS, ROSA (2006): *¿Todo por amor?: Una experiencia educativa contra la violencia hacia la mujer*. Octaedro, Barcelona.
- URRUZOLA ZABALZA, M^a JOSÉ (1999): *Educación de las relaciones afectivas y sexuales desde la filosofía coeducadora*. Editorial Maite Canal, Bilbao.
- URRUZOLA ZABALZA, M^a JOSÉ (1998): *Aprender a amar desde el aula*. Editorial Maite Canal, Bilbao.
- URRUZOLA ZABALZA, M^a JOSÉ (2003): *Guía para chicas, cómo vivir las relaciones afectivas y sexuales*. Maite Canal Editora, Bilbao.
- URRUZOLA ZABALZA, M^a JOSÉ (2003): *Guía para chicas, cómo prevenir las agresiones y defenderse de ellas*. Maite Canal Editora, Bilbao.
- VARIAS (2007): Ni ogros ni princesas, *Guía para la Educación Afectivo-Sexual en la ESO*. Consejería de Salud y Servicios Sanitarios, Instituto Asturiano de la Mujer, Oviedo. http://tematico.asturias.es/imujer/upload/documentos/guia_no_ogros_ni_princesas1069.pdf, entre otras.
- VARIOS (2002): *El respeto a la diferencia por orientación sexual*. Edita Xente Gai Astur (XEGA), Oviedo. Se puede descargar de la red: http://xega.org/xega/publicaciones/guia_didactica_el_respeto_a_la_diferencia_por_orientacion_sexual/guia_didactica_el_res, entre otras.

Instituto Asturiano de la Mujer



GOBIERNO DEL PRINCIPADO DE ASTURIAS

CONSEJERÍA DE PRESIDENCIA, JUSTICIA E IGUALDAD
