ADOLESCENTES Y JÓVENES

1ª SESION:

- Presentación del cursillo.
- Realización por parte de los asistentes de preguntas por escrito y de forma anónima.
- La sexualidad como parte integrante de nuestra personalidad.
- Dinámica: “Lluvia de ideas sobre estos temas”.
- ¿Tengo un cuerpo o soy un cuerpo?.

2ª SESION:

- El comienzo de la fertilidad. (DVD).
  - Ovulación – Menstruación.
  - Erección – Eyaculación.
- Dinámica: “Juego de los mitos y los datos”.
- Resolución de dudas.

3ª SESION:

- La respuesta sexual humana.
- Disfunciones sexuales.
- Resolución de dudas.

4ª SESION:

- El inicio de la vida.
- Métodos de observación, diagnóstico y regulación de la fertilidad naturales.
- Resolución de dudas.

5ª SESION:

- Métodos de control de natalidad artificiales.
- El aborto. (DVD)
- Resolución de dudas.

Lourdes Illán Ortega Psicóloga – Terapeuta sexual y de pareja. E-mail: l.illan@cop.es
Autora y coordinadora del Proyecto de Educación afectivo sexual: “Libres por Amor – Libres para Amar”

6ª SESION:

- Posibles conductas sexuales en la adolescencia:
  - La masturbación.
  - El consumo de pornografía.
- El amor esponsal del cuerpo.
- Resolución de dudas.

7ª SESION:

- Homosexualidad y adolescencia.
- Resolución de dudas.

8ª SESION:

- Riesgos del sexo en la adolescencia:
  - El embarazo inesperado.
  - Las enfermedades de transmisión sexual.
  - La violencia sexual.
- "Mi libertad hoy, mi libertad mañana".
- Resolución de dudas.

9ª SESION:

- Los sentimientos nuevos que aparecen en la adolescencia: deseo, atracción, enamoramiento, amor.
- Las relaciones de pareja en la adolescencia: "el rollo", el flirteo, el noviazgo…
- Resolución de dudas.

10ª SESION:

- Visionado de un documental sobre el amor: "Hablan los protagonistas de la historia"
- Encuesta sobre el DVD.
- Dinámica: "Yo... sólo por amor".
- Yo sólo por amor…
- Resolución de dudas.
- Encuesta de evaluación del curso.

Nota: Este es el programa inicial, pero se puede alterar según las necesidades de los alumnos.

Lourdes Illán Ortega Psicóloga – Terapeuta sexual y de pareja. E-mail: l.illan@cop.es
Autora y coordinadora del Proyecto de Educación afectivo sexual: "Libres por Amor – Libres para Amar"