

## TALLER DE LA PUBERTAD

### Autores del programa base:

Dr. I. Aldámiz-Echevarría  
Dr. B. Bustamante

### Colaboración y realización:

Dra. M<sup>a</sup> Nieves González  
Fundación Desarrollo y Persona.

La pubertad es la etapa de la vida intermedia entre la infancia y la adolescencia (12-14 años). Es la edad de los grandes cambios físicos y emocionales.

El púber empieza a sentir los impulsos de la sexualidad, el deseo de estar en grupo, del acercamiento hacia el otro sexo. Todo ello le lleva a un conocimiento más profundo de sí mismo. Es el inicio de planteamientos más profundos sobre su vida interior.

El proceso de adaptación a su nueva imagen corporal le lleva a plantearse numerosas cuestiones, tanto en la esfera biológica como en la de sus propios sentimientos.

En este programa no sólo hablamos de sexualidad, sino que trabajamos las diversas características de la adolescencia y todo lo que ello conlleva: los cambios físicos que acontecen, el descubrimiento del mundo de la vida interior, los valores humanos (amistad, generosidad, ...), el diálogo con los padres, los roles masculino y femenino, las relaciones interpersonales, la influencia del medio, etc..

A menudo los padres y los adultos han optado por el silencio ante la curiosidad de los niños y niñas a estas edades, pero el silencio es una forma de comunicación y al explicitar el hecho de que no se puede hablar de estos temas, se crean censuras que condicionan el sentido negativo de los procesos de crecimiento.

Nada ni nadie puede sustituir a los padres en su labor educativa. Se trata de ayudarles en esta tarea mediante una persona adecuadamente formada y preparada en la

educación para el amor que colabore con ellos y a la que los púberes se puedan abrir sin miedos ni temores.

Deseamos plantear este programa como algo abierto para que los padres y profesores puedan enriquecerlo con sus aportaciones.

## OBJETIVOS

- ✚ **Situar la pubertad y la adolescencia** como época de los grandes cambios, no sólo físicos, sino también de sentimientos. Etapa en la que tienen que afrontar la tarea de conseguir una madurez personal y social para entrar poco a poco en el mundo de los adultos.
- ✚ Descubrir la **pubertad como proceso**: para reconducir las ansiedades que se generan debido al proceso de transformación que no todos viven al mismo tiempo. Cada organismo es diferente y tiene su propio ritmo de desarrollo que hay que respetar.
- ✚ **Aprender a adquirir de forma sana una nueva imagen corporal**: En las chicas los problemas más frecuentes suelen generarse por la vivencia de la regla como una carga o enfermedad cuando en realidad se trata de la adquisición de una nueva capacidad que supone el comienzo de la edad fértil.

También puede aparecer un patológico deseo de adelgazar debido a los modelos femeninos que los medios de comunicación transmiten como ideales (hay que enseñarles a adoptar una actitud crítica ante ellos). En los chicos la presión es “ser cachas”.

- ✚ **Integrar la adquisición de la capacidad procreadora**: ya son fértiles, pero su cuerpo es inmaduro, al igual que su mente. Se encuentran en el proceso de la adquisición de una nueva identidad como hombre o como mujer.
- ✚ **Trabajar los duelos y los desprendimientos del proceso de crecimiento y las contradicciones que se experimentan**. No se puede ser grande y pequeño a la vez (ambivalencia). El proceso de adquisición de la nueva identidad implica nuevos derechos pero también nuevas responsabilidades. Todo esto genera sentimientos dispares que buscarán ser dialogados en el aula.
- ✚ **Favorecer a través de la metodología del taller, el diálogo padres-hijos**: pilar fundamental de la dimensión afectiva y formativa de la familia.

- ✚ **Trabajar las nuevas emociones y sentimientos.**
- ✚ **Transmitir una visión positiva de la sexualidad, diferenciando sexualidad y genitalidad.**
- ✚ **Conseguir una integración** armónica de los aspectos biológicos, la afectividad y las relaciones interpersonales ya que a esta edad el niño/a resulta muy vulnerable y está inmerso/a en los mensajes que recibe del mundo exterior que le bombardean con información y contenidos erróneos, fantásticos o extraordinarios que es necesario aclarar

## METODOLOGÍA

Este programa constituye una propuesta abierta que cada centro educativo puede adaptar a la realidad concreta en la que desea realizar la intervención. Al comenzar los talleres el centro se pondrá en contacto con la Fundación Desarrollo y Persona para establecer su puesta marcha, y concretar su ámbito de colaboración en la presentación de los contenidos teóricos de las sesiones que se realizarán con los alumnos. El número total de sesiones puede variar en función de la disponibilidad del profesorado para dar continuidad al taller desde el propio colegio/instituto con el apoyo pedagógico de la fundación Desarrollo y Persona.

- ✚ Una vez diseñada la programación, y antes de comenzar los talleres con los jóvenes, los padres y madres como primeros responsables y educadores de sus hijos, *conviene sean convocados* en el centro educativo. El objetivo de este encuentro previo con las familias es hacerles partícipes del número de sesiones y contenidos que se van a desarrollar, así como de las actividades y dinámicas que se utilizarán y, sobre todo, establecer y cuidar una relación formativa que les facilite vivir en primera persona la educación de sus hijos y aprovechar el taller, como ocasión concreta de iniciar o ahondar el diálogo familiar.

Si el centro educativo cuenta con los recursos humanos y materiales adecuados, la propuesta más completa es ofrecer una Escuela de padres y Madres que transcurra de forma simultánea al trabajo con sus hijos. Los padres se mueven más por sus hijos que por ellos mismos. Alegrémonos de esta circunstancia y seamos creativos proponiendo iniciativas.

Las actividades a desarrollar en las aulas se describen de la siguiente manera:

- ✚ Primera sesión de presentación del Taller de la Pubertad. Lo realizarán los tutores de cada grupo con sus alumnos. Después de la presentación se solicitará al alumnado que individualmente y de forma anónima responda a un cuestionario de intereses previos sobre afectividad y sexualidad, que permita conocer su demanda real y su punto de partida a nivel de conceptos y actitudes.  
Una vez terminado el trabajo individual, por grupos seleccionarán los temas de mayor interés para ellos, que se pondrán en común para el resto de la clase.
- ✚ Los tutores harán llegar estos cuestionarios a la persona responsable de la fundación Desarrollo y Persona, que estudiará los cuestionarios y en base a las preguntas adaptará los contenidos del taller al grupo escolar concreto con el que ha de trabajar con el fin de facilitar el logro de los objetivos propuestos.
- ✚ Una vez implicados alumnos, padres y profesorado se desarrollarán **en el aula** las **cuatro sesiones de trabajo** impartidas por profesorado de la Fundación Desarrollo y Persona. Los alumnos llevarán todos los días unas fichas de trabajo para realizar con el apoyo de sus padres así como un material de apoyo para ellos.
- ✚ Tras finalizar las sesiones de contenidos con los alumnos, **si el centro educativo lo desea, el tutor del grupo con el apoyo pedagógico de nuestra entidad, podrá en sucesivas tutorías** ahondar contenidos y entrenar a través de dinámicas grupales, diferentes habilidades necesarias para la consecución de los objetivos previstos.

En la **CONVOCATORIA FINAL A LOS PADRES**, se expondrá la evaluación que nos permite valorar la incidencia real de la intervención y se intercambiarán las aportaciones recogidas por ellos desde la familia.

## CONCEPTOS FUNDAMENTALES A DESARROLLAR

### PRIMERA SESIÓN

- ✚ **Situar la pubertad.**
- ✚ **La pubertad como proceso.**

Explicación mediante una proyección de los principales cambios físicos que viven chicos y chicas a esta edad. Resolver las preguntas expresadas en el cuestionario inicial a este respecto.

#### **Realización de dinámicas.**

**Inicio del "Cuaderno de la Pubertad":** en él irá quedando constancia de todas las actividades desarrolladas durante el curso. Este primer día se aporta: proyecto y contenido del curso e información sobre los conceptos tratados.

#### **Trabajo para realizar en casa con el apoyo de la familia**

### SEGUNDA SESIÓN

- ✚ **La adquisición de una nueva imagen**
- ✚ **La adquisición de la capacidad procreadora**
- ✚ **El acercamiento hacia el otro sexo**
- ✚ **La dignidad de la persona**

#### **Realización de dinámicas.**

**Completamos el "Cuaderno de la Pubertad":** en él irá quedando constancia de todas las actividades desarrolladas durante el curso.

#### **Trabajo para realizar en casa con el apoyo de la familia**

### TERCERA SESIÓN

#### ✚ Los duelos y los desprendimientos.

Se van adquiriendo nuevas potencialidades y van quedando atrás características infantiles. Esto forma parte del proceso normal de crecimiento.

#### ✚ Las contradicciones propias del proceso

a) *Sentimientos del púber*

b) *Sentimientos de los padres.*

#### ✚ El diálogo padres-hijos.

#### ✚ Diferencia entre sexualidad y genitalidad.

#### ✚ Visión positiva de la sexualidad.

**Realización de dinámicas.**

**Completamos el "Cuaderno de la Pubertad":** en él irá quedando constancia de todas las actividades desarrolladas durante el curso.

**Trabajo para realizar en casa con el apoyo de la familia**

### CUARTA SESIÓN

#### ✚ Las fantasías propias de esta edad

#### ✚ Las relaciones grupales y el valor de la amistad.

#### ✚ Aprender a conocer y reconocer las nuevas emociones y sentimientos

#### ✚ Análisis crítico de la afectividad y sexualidad en los medios de comunicación.

**Realización de dinámicas.**

**Completamos el "Cuaderno de la Pubertad":** en él quedará constancia de todas las actividades desarrolladas durante el curso.

**Documentación de despedida y agradecimiento para los padres.**

**INTEGRACIÓN DE LOS CONOCIMIENTOS ADQUIRIDOS DURANTE EL CURSO:**

- ✚ La puesta en común del taller.
- ✚ Dar respuesta a las preguntas que puedan quedar pendientes de dialogar.

**PROYECTO DE CONTINUIDAD  
REALIZADAS POR LOS TUTORES**

- ✚ Se solicitarán y concretarán con la fundación Desarrollo y Persona



TALLER DE LA PUBERTAD  
PROYECTO DE EDUCACIÓN AFECTIVA Y SEXUAL

C/ Núñez de Guzmán, Bajo -6º  
47014- VALLADOLID  
983 331 217 / 630 680 623  
e-mail: [info@desarrolloypersona.org](mailto:info@desarrolloypersona.org)  
http:// [www.desarrolloypersona.org](http://www.desarrolloypersona.org)