



# SMARTS

(Supporting Me About Rights to Sexuality)

*Toma de Decisiones con Apoyo sexo afectivo  
(ATD)*

Curso Formativo

**Guía de la persona formadora**



**Cofinanciado por  
la Unión Europea**

AGREEMENT NUMBER  
2020-1-ES01-KA204-082783

*Entidades socias:*





Este paquete de formación ha sido diseñado para que lo utilices cuando trabajes en el proyecto Supporting Me about Rights To Sexuality (SMARTS) y quieras enseñar a la gente sobre la toma de decisiones con apoyo (SDM) en relación con la sexualidad. Este curso está dirigido a personas que ya han completado el "Curso de formación general sobre la toma de decisiones con apoyo".

Para el propósito del Curso de Capacitación como parte del Proyecto SMARTS cuando nos referimos a 'personas con discapacidad', esto incluirá a personas con discapacidad intelectual y personas con problemas de salud mental.

En este paquete es fácil de seguir y hacer uso de la 'Guía del capacitador' al dar la formación, con folletos o 'entregables', diapositivas y actividades para que pueda completar con sus alumnos.

En este paquete hay una "Guía del formador" fácil de seguir para que la utilices al impartir esta formación, con folletos, diapositivas y actividades para que las completes con tus alumnos.

Hemos hecho algunas sugerencias sobre los tiempos de cada sección. Sin embargo, es importante recordar que son aproximados. Los tiempos variarán mucho en función del tamaño del grupo y de sus conocimientos y experiencia previos. Podrás valorar si necesitas aumentar o disminuir estos tiempos una vez que sepas a quién se lo vas a impartir.

La formación se distribuye en tres columnas;

- la columna de la izquierda tiene los tiempos aproximados,
- la columna del medio tiene las instrucciones de la persona formadora, que le indican lo que debe decir, hacer y lo que debe esperar.
- la columna de la derecha contiene el equipo que necesitará para esa sección.

Cuando vaya a impartir este curso, le sugerimos que lea detenidamente la Guía del formador y todo el paquete de formación. Preste especial atención a la información de las diapositivas y los folletos. Por supuesto, tendrá que imprimir los folletos de antemano y disponer de un proyector de PowerPoint para mostrar las diapositivas preparadas. Familiarícese con los escenarios de las actividades, para saber qué se espera de cada una de ellas.

Si tienes información y experiencia relevante sobre la "toma de decisiones con apoyo", puedes añadirla a la formación. Sin embargo, debes asegurarte de que estos datos coinciden con los principios básicos de los enfoques de la discapacidad basados en los derechos humanos que sustentan este proyecto.

A continuación, hemos enumerado algunos "consejos y sugerencias generales" que pueden utilizarse al impartir cualquier sesión de formación. Si eres un formador experimentado, ya los conocerás. Para aquellos que son más recientes en la impartición de formación, pueden ser útiles.

## Consejos y sugerencias generales para impartir formación

Cuando imparta este curso, es importante que sea flexible y accesible, que acepte preguntas y que se adapte a las necesidades del grupo.

Es esencial que valores y respetes a las personas que participan en la formación. El hecho de que no entiendan o no estén de acuerdo con lo que dices no significa que puedas ser grosero, brusco o irrespetuoso con ellos.

### ► Romper el hielo

Hemos comenzado la formación con un "Rompehielos". Los rompehielos son actividades breves que los formadores suelen utilizar para ayudar a "romper el hielo" o la tensión que a veces se siente cuando se reúne por primera vez una sala llena de personas que quizá no se conocen. Incluso cuando las personas ya se conocen, los ejercicios para romper el hielo pueden ser una herramienta útil, ya que son una forma de hacer que las personas se hablen, se relajen y se sientan más cómodas con las otras personas, el entorno y la situación.

Los rompehielos son actividades cortas y sencillas, diseñadas para que incluso los más tímidos puedan participar fácilmente. Es importante realizar una actividad que no haga sentir a ninguna persona que está siendo enfocada o juzgada de alguna manera. Por eso suelen ser actividades en las que las personas se presentan a la persona que tienen al lado e intercambian información básica como su nombre, lugar de trabajo o cargo o cómo han llegado al evento de formación de ese día. Se presentan a todo el grupo.

Los ejercicios para romper el hielo pueden estar relacionados con el tema de la formación, por ejemplo, si la formación trata sobre la comunicación, el ejercicio para romper el hielo puede consistir en hablar con la persona de al lado diciéndole su nombre y con quién se ha comunicado por última vez y cómo.

A veces se utilizan actividades que intentan animar a las personas a hablar con algo más que con la persona que está sentada a su lado. Por ejemplo: se da a cada persona de la sala un trozo de papel con un número o una palabra vinculada a otra, por ejemplo, Pan y Mantequilla, Blanco y Negro o  $2 \times 2 =$  y 4, o dos conjuntos de números idénticos. A continuación, todo el mundo tiene que ponerse de pie y caminar por la sala hablando con los demás, presentándose y estableciendo quién tiene la palabra vinculada, el número/la ecuación o el número correspondiente. Esto ayuda a que la gente hable con muchas más personas y, a su vez, empiece a sentirse relajada y más a gusto.

Otra posibilidad es pedir al grupo que forme una fila siguiendo el orden alfabético de sus nombres. Para ello, los participantes deben hablar con la persona que tienen al lado y con las que les rodean para averiguar sus nombres y poder colocarse en el orden correcto. También puedes pedirles que hablen con la persona que está en la fila a su lado y averigüen quiénes son, de dónde son y a qué se dedican.

Hay un ejemplo incluido en el curso de formación, pero puedes utilizar un rompehielos propio o en el que hayas participado. Recuerda que el rompehielos no debe aumentar el estrés de los participantes, sino que debe ayudar a que se sientan más relajados y cómodos.

## ► Reglas básicas

En la mayoría de las sesiones de formación, se anima al grupo a acordar un conjunto básico de reglas básicas que se respetarán durante toda la formación. En algunas situaciones, esto no es necesario, ya que las personas conocen y comprenden esas directrices básicas (a menudo no escritas) que se aplican siempre que una persona asiste a una formación. Sin embargo, no todo el mundo las conoce.

Establecer y acordar algunas reglas básicas al comienzo de una sesión de formación es una buena manera de asegurarse de que todos entienden lo que se espera de ellos y lo que no es aceptable.

También facilita las cosas si más tarde alguien actúa de forma inapropiada.

Al establecer algunas reglas básicas, le sugerimos que disponga de una hoja de rotafolio en blanco y pregunte al grupo cuáles creen que deberían ser las "Reglas básicas". Si no hacen ninguna sugerencia, puedes empezar con las básicas que se indican a continuación:

- » Escuchar a los demás.
- » No hablar por encima de los demás.
- » Participar en la medida de lo posible.
- » Si alguien dice algo con lo que no estás de acuerdo, ¡no pasa nada! Todos podemos tener nuestras propias ideas y pensamientos.
- » Llegar y terminar a tiempo.
- » Regresar a tiempo de los descansos.
- » Lo que ocurre en la formación se queda en la formación. Se trata de mantener la confidencialidad. Por ejemplo, si alguien dice algo personal o es crítico con su lugar de trabajo, no debe hablarse de ello fuera de la formación. Esto es así a menos, por supuesto, que haya algo que sea una preocupación seria como el abuso, la negligencia o la comisión de un delito, en cuyo caso el formador tomaría las medidas necesarias para hacer un seguimiento de lo que se ha dicho.

Una vez enumeradas las "reglas básicas", hay que asegurarse de que todo el mundo esté de acuerdo con ellas y de que se expongan en la sala en un lugar que todos puedan ver.

## ► Cómo disipar las preocupaciones o los temores

Suele ser útil dar a los participantes en la formación la oportunidad de expresar sus temores o preocupaciones y sus expectativas sobre la formación. Puedes escribirlos en un rotafolio y disipar sus temores o preocupaciones explicándoles lo que se va a tratar en la formación. De este modo, podrás gestionar sus expectativas.

Puede ser muy útil consultar las listas al final de la formación para comprobar que se han cubierto todas las preocupaciones y se han cumplido las expectativas durante el curso. Sin embargo, al hacer la lista inicial, debes señalar que si una persona plantea una expectativa que no puede

cumplirse en el curso, tendrás que discutirlo y explicar el motivo. También puede incluir esta actividad como parte del ejercicio para romper el hielo.

### ► **Mejorar la formación**

Puedes utilizar ejemplos o situaciones de tu propia experiencia para apoyar a los participantes en la formación en su aprendizaje. Los ejemplos de su lugar de trabajo, de su sector y de su país ayudarán a las personas a comprender mejor. Si tiene algún ejemplo de la aplicación del SDM en su servicio, puede incorporarlo.

### ► **Consolidación del aprendizaje**

Al final de la sesión de formación, es importante ayudar a los y las participantes a consolidar su aprendizaje. Esto se puede hacer de la siguiente manera:

- » Organizando sesiones de preguntas y respuestas al principio o al final de cada sesión que cubran los conocimientos y la comprensión de la sesión anterior.
- » Encargando al grupo que realice un trabajo en su tiempo libre para consolidar o ampliar la información obtenida en el curso.
- » Animar al grupo a recapitular lo que han aprendido después de cada sesión y a repasar los folletos cuando vuelvan a su lugar de trabajo.
- » Anima al grupo a pensar en cómo funcionará la toma de decisiones con apoyo en el entorno en el que trabajan.
- » Cuando imparta la formación, decida de antemano si va a proporcionar a los alumnos una copia de las diapositivas que utilice o si va a hacer folletos con un resumen de los puntos principales de las diapositivas. Esto es esencial para que los alumnos se sientan menos presionados durante el curso para tomar notas detalladas de cada diapositiva. Los alumnos podrán utilizar lo que usted les dé como recurso para consolidar su aprendizaje durante el curso y como referencia después del mismo.

### ► **Sugerencias de grupos de debate**

Algunas formas diferentes de dividir el grupo en grupos de discusión más pequeños son:

- » Pedir a los participantes que trabajen en parejas con la persona que tienen al lado.
- » Recorrer la sala dando a cada persona por turno un número, que se convierte en su número de grupo.
- » Pide a los participantes que busquen un número determinado de personas que no conozcan.
- » Pide a los participantes que piensen y tomen notas por su cuenta.
- » Dé a las personas un tiempo determinado para ir a buscar las opiniones de otras personas dentro o fuera del servicio en el que trabajan.

### ► Sugerencias para recoger opiniones

Algunas formas diferentes de tomar la retroalimentación son:

- » Los grupos escriben y/o hacen dibujos para resumir su debate en un póster o rotafolio de gran tamaño, que luego se pega a la pared. A continuación, el grupo responde a una pregunta sobre lo que ha escrito o dibujado.
- » Los grupos o los individuos escriben cada idea en un "bloc de notas" o en un trozo de papel, que luego se puede pegar en un papelógrafo más grande en la pared o en el suelo. A continuación, los grupos van leyendo las ideas. Este método también permite que las ideas se muevan y se agrupen fácilmente.
- » Las personas pueden desplazarse físicamente a diferentes partes de la sala o a una línea continua para mostrar su apoyo a una idea o propuesta (por ejemplo, si estás totalmente de acuerdo con una idea, ponte en un extremo y si estás totalmente en desacuerdo ponte en el otro extremo).
- » Pide al grupo que designe a una o dos personas para que comuniquen sus debates a todo el grupo. Esto requiere una cuidadosa supervisión para garantizar que ningún grupo o persona monopolice el tiempo asignado. Si los comentarios de cada grupo son similares o repetitivos, hay que estar preparado para interrumpirlos y seguir adelante. Preguntar sólo por lo que no se haya mencionado ya es una forma de abordar esta cuestión.

### ► Confidencialidad

Es importante que recuerdes a las personas del curso la importancia de la confidencialidad cuando se trabaja en la "Toma de decisiones con apoyo" y especialmente cuando se habla de decisiones sobre la sexualidad. Deben asegurarse de que entienden la necesidad de mantener la confidencialidad de la información sobre las decisiones que se toman con el apoyo de una persona. Sin embargo, debes recordarles que, si surge algún problema que sugiera que una persona está en riesgo, por ejemplo, una revelación de abuso, negligencia o un delito, tendrán que adherirse a las "Políticas y Procedimientos" de su lugar de trabajo o servicio para tratar la información.

### ► Resultados del aprendizaje

Al finalizar esta formación, las personas participantes serán capaces de:

- » Explicar por qué las personas tienen relaciones sexuales
- » Describir la legislación de la UE sobre los derechos de las personas con discapacidad en materia de sexualidad.
- » Explicar cómo las actitudes y los valores de la sociedad en general, junto con las propias actitudes del alumno, pueden influir en el apoyo que reciben las personas con discapacidad en materia de sexualidad.

- » Describir los obstáculos que encuentran las personas con discapacidad para acceder a la salud y los derechos sexuales y reproductivos.
- » Enumerar las formas en que los medios de comunicación y la sociedad en general representan a las personas con discapacidad y cómo podemos cuestionarlas.
- » Explicar los signos y síntomas del abuso sexual. Incluir las políticas, los procedimientos y el proceso de salvaguardia que debes seguir en tu servicio.
- » Describir cómo responder a las revelaciones de abuso sexual
- » Describir las formas en las que se puede hablar de sexo con las PwD en sus servicios.
- » Describa lo que ocurre actualmente en relación con la toma de decisiones con apoyo sobre la sexualidad en sus servicios.
- » Explicar cómo planificarás y promoverás la toma de decisiones con apoyo sobre la sexualidad en tus servicios.

## Orientación general para la persona formadora en la toma de decisiones con apoyo

### ► Horario del curso de formación

Estos tiempos sugeridos son aproximados y se basan en un promedio de 10 personas con habilidades mixtas; por lo tanto, si tiene un grupo más pequeño o más grande, aprendices menos o más capaces, o algunos con conocimientos o comprensión previos, etc., sus tiempos variarán.

Título	Tiempo sugerido	Equipo necesario
<i>Día 1</i>		
Bienvenida e introducción	09.30 - 09.35	Proyector de powerpoint  Folletos  Rotafolio y rotuladores  Notas de papel adhesivas (Post-it)
Rompehielos	09.35 - 10.05	
Reglas básicas	10.05 - 10.15	
Resultados de Aprendizaje	10.15 - 10.20	
Introducción y antecedentes de la Toma de decisiones con apoyo	10.20 - 10.30	
Explicar por qué la gente tiene sexo	10.30 - 11.00	
Pausa de café	11.00 - 11.15	
Sexualidad: un derecho fundamental	11.15 - 12.15	
Actitudes y valores	12.15 - 12.45	



PAUSA DE ALMUERZO O COMIDA	12.45 - 13.45	
Actitudes y valores	13.45 - 14.45	
Barreras de las PcD a la salud sexual y reproductiva	14.45 - 14.55	
Verse bien – sentirse genial	14.55 - 15.15	
Pausa de café	15.15 - 15.30	
Verse bien – sentirse genial	15.30 - 16.30	

<i>Día 2</i>		
Resumen día anterior	09.30 - 09.35	
Abuso sexual y protección	09.35 - 09.50	
¿Qué es el abuso sexual?	09.50 - 10.10	
Signos y síntomas de abuso sexual	10.10 - 10.20	
¿El tacto está bien, dónde?	10.20 - 10.30	
Dando respuesta a la divulgación	10.30 - 11.00	
Pausa de café	11.00 - 11.15	
Dando respuesta a la divulgación	11.15 - 12.15	
Respondiendo a la sospecha	12.15 - 12.45	
PAUSA DE ALMUERZO O COMIDA	12.45 - 13.45	
Hablando sobre sexo	13.45 - 14.45	
Pausa de café	14.45 - 15.00	
Hablando sobre sexo	15.00 - 16.30	

Proyector de powerpoint  
 Folletos  
 Rotafolio y rotuladores  
 Notas de papel adhesivas (Post-it)

<i>Día 3</i>		
Resumen día anterior	09.30 - 09.45	
Hablando sobre sexo	09.45 - 11.00	
Pausa de café	11.00 - 11.15	

Proyector de powerpoint  
 Folletos  
 Rotafolio y rotuladores

Toma de decisiones apoyada sobre Sexualidad en tu servicio	11.15 - 12.15	Notas de papel adhesivas (Post-it)
PAUSA DE ALMUERZO O COMIDA	12.15 - 13.15	
Planificación y promoción de la toma de decisiones apoyada sobre sexualidad en su servicio	13.15 - 15.00	
Pausa de café	15.00 - 15.15	
Planificación y promoción de la toma de decisiones apoyada sobre sexualidad en su servicio	15.15 - 15.45	
Cierre	15.45 - cierre	

Tiempos	Guía de la persona formadora	Equipo
<i>Día 1</i>		
<i>Introducción</i>		
9.30 inicio 9.30 - 9.35 5 minutos	<ul style="list-style-type: none"> <li>» Bienvenida.</li> <li>» Presentación incluyendo quién eres como formador, de dónde eres y experiencia en el sector.</li> <li>» Mantenimiento de la casa: baños, descansos, simulacros de incendio, etc.</li> </ul>	
<i>Romper el hielo</i>		
9.35 – 10.05 30 minutos  <i>Varía según el tamaño del grupo. Dejar 3-5 minutos de conversación por persona seguido de una retroalimentación a todo el grupo alrededor de un minuto.</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>» Aquí puede utilizar un ‘rompehielos’ para la presentación de todas las personas en el grupo.</li> <li>» Si conoce un buen rompehielos, utilícelo. De otra forma, puede utilizar el siguiente:</li> <li>» Pida a cada persona que se presente a quien tiene a su lado diciendo: <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ ¿Cuál es su nombre?</li> <li>▪ ¿Cuál es su profesión?</li> <li>▪ ¿De dónde es?</li> <li>▪ ¿En qué tipo de servicio trabaja?</li> <li>▪ ¿Cuánto tiempo ha trabajado ahí?</li> </ul> </li> </ul> <p>Dé a cada miembro del grupo 5 min para obtener la información. Luego cada persona puede presentar a su compañero/a al grupo explicándole la información recogida.</p> <p>También se pueden recoger las expectativas, esperanzas y temores respecto de la capacitación. Luego comentarlo a todo el grupo y haga una lista en el rotafolio. Estos pueden luego revisarse al final de la capacitación.</p>	<p>Actividad</p> <p>Rotafolio</p>



	<ul style="list-style-type: none"> <li>» Describir las formas en que se puede hablar sobre sexo con personas con discapacidad en sus servicios/centros.</li> <li>» Describir lo que está sucediendo actualmente con respecto a la toma de decisiones con apoyo sobre sexualidad en sus servicios.</li> <li>» Explicar cómo planificará y promoverá la toma de decisiones con apoyo sobre sexualidad en sus servicios.</li> </ul>	Diapositiva 3
<i>Introducción y antecedentes de la toma de decisiones con apoyo general</i>		
10.20 - 10.30 10 minutos	<p><i>Mostrar diapositivas 4 y 5</i></p> <p>Toma de decisiones apoyada:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>» Está impulsada por los principios de la Convención de las Naciones Unidas sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad (CNUDPD), especialmente el artículo 12.</li> <li>» Basado en el Modelo de Discapacidad de Derechos Humanos.</li> <li>» Es un proceso que permite a las personas con discapacidad tomar sus propias decisiones basadas en sus propios deseos y preferencias.</li> <li>» Incluye un enfoque de coproducción en cada etapa.</li> <li>» Puede ser formal o informal.</li> <li>» Es muy diferente de la toma de decisiones sustitutiva.</li> </ul>	Diapositivas 4 y 5
	<p><i>Mostrar diapositiva 6</i></p> <p>Principios de la toma de decisiones con apoyo:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>» Las personas con discapacidad tienen los mismos derechos que las demás ante la ley.</li> <li>» Las personas con discapacidad deberían tener control sobre sus propias vidas.</li> <li>» Deben respetarse los deseos y preferencias de las personas con discapacidad.</li> <li>» Debería estar disponibles una serie de medidas para apoyar a las personas con discapacidad en su toma de decisiones, reflejando su diversidad.</li> <li>» Las personas con discapacidad tienen derecho a cometer errores y a asumir riesgos informados.</li> </ul>	Diapositiva 6
<i>Por qué la gente mantiene relaciones sexuales</i>		
10.30 - 10.40 10 minutos	<p><i>Usando la diapositiva 7</i></p> <p>Plantea al grupo el siguiente debate 'Por qué la gente tiene sexo' en parejas o grupos de 3 y que realicen una lista para compartir con el grupo</p>	Diapositiva 7 Actividad
10.40 - 10.55 15 minutos	<ul style="list-style-type: none"> <li>» Recoger las respuestas y anotarlas en el rotafolio.</li> <li>» Compartir con el grupo: Si pensamos en las diferentes razones por las que alguien se involucra en actividades sexuales, inmediatamente queda claro que la sexualidad humana es bastante compleja. Exactamente las mismas</li> </ul>	Rotafolio

<p>10.55 - 11.00 5 minutos</p>	<p>complejidades se aplican a las personas con y sin discapacidad.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>» Cada persona puede tener diferentes motivos para participar en actividades sexuales. Las razones pueden ser múltiples, algunas pueden parecer sencillas y otras mucho menos obvias. Las personas con discapacidad tienen necesidades sexuales como todos los demás. Como cualquier otro ser humano, tiene deseos sexuales, necesita relaciones afectivas y quiere la libertad de expresar su sexualidad.</li> </ul> <p><i>Mostrar diapositivas 8 y 9</i></p> <p>‘Por qué la gente tiene relaciones sexuales?’</p> <p>¡Un estudio realizado mostró más de 230 razones! Éstas son algunas de las principales que muestra el estudio:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>» Por razones físicas, por ejemplo, para reducir el estrés (reducir el dolor de cabeza, ayudar a conciliar el sueño, etc.), por placer, porque te atrae la persona o quieres sentirte físicamente deseable, porque quieres experimentar.</li> <li>» Por razones emocionales, ej. para expresar cariño, para expresar deseo, para sentirnos más cerca, por amor, por compromiso.</li> <li>» Por razones sociales, como mejorar los ingresos o las perspectivas laborales, para mejorar el estatus social, como ser más popular y contárselo a los amigos, vengarse de alguien, poner celoso a alguien.</li> <li>» Por motivos personales como aumentar la autoestima, proteger una relación por deber/presión.</li> </ul>	<p>Diapositivas 8 y 9</p>
<p>11.00 - 11.15 15 minutos</p>	<p><i>Pausa Cafè</i></p>	
<p><b><i>Sexualidad: un derecho fundamental para todos/as</i></b></p>		
<p>11.15 - 11.25 10 minutos</p>	<p><i>Mostrar diapositiva 10</i></p> <p>Comparta con el grupo que, si bien los países europeos individuales pueden tener sus propias leyes específicas relacionadas con la sexualidad y las personas con discapacidad, todos están firmados con legislación a nivel europeo que les exige promover y apoyar los derechos de las personas con discapacidad en esta área.</p> <p><i>Mostrar diapositivas 11, 12 y 13</i></p> <p>En particular, deben conocer las siguientes leyes:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>» Convención de las Naciones Unidas sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad (CNUDPD): Artículos 3 y 12: se refieren al derecho de las personas con discapacidad a la autonomía y la independencia. Esto incluye la libertad de tomar sus propias decisiones y de recibir apoyo para ayudarles a tomar sus propias decisiones.</li> </ul>	<p>Diapositiva 10</p> <p>Diapositivas 11, 12 y 13</p>

<p>11.25 - 11.40 15 minutos</p> <p>11.40 - 12.00 15 minutos</p> <p>12.00 - 12.15 15 minutos</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>» Artículo 23: exige medidas efectivas y apropiadas para eliminar la discriminación contra las personas con discapacidad en todos los asuntos relacionados con el matrimonio, la familia, la paternidad y las relaciones. Esto incluye el derecho a tener relaciones sexuales, a conservar la fertilidad, a casarse y a elegir si tener hijos y cuándo.</li> <li>» ESTRATEGIA DE LA ONU PARA LOS DERECHOS DE LAS PcD 2021-2030. Pide explícitamente mejoras en el acceso de las personas con discapacidad a los servicios de prevención y atención de salud sexual y reproductiva.</li> <li>» Pida al alumnado que se dividan en grupos pequeños y discutan cualquier problema o contradicción que esta legislación de la UE pueda crear en su país.</li> <li>» Recibir comentarios de cada grupo.</li> <li>» Explique que nuestro papel como profesionales que trabajan con personas con discapacidad es trabajar con estas anomalías (¡si las hay!) e impulsar la agenda de derechos humanos. Puede ser que en este punto surjan algunas actitudes y mitos sobre la sexualidad y las personas con discapacidad.</li> <li>» Pida a los y las participantes que los guarden por el momento, ya que se discutirán y abordarán como parte del curso. A continuación, se detallan áreas que podrían presentar desafíos legales: <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ En algunos países se requiere el acuerdo de un “tutor legal” para que las personas con discapacidad puedan ejercer ciertos derechos, p. matrimonio, compra de casa. La idea detrás de esto es proteger a las personas con discapacidad si hay un problema de capacidad mental o explotación. Sin embargo, el resultado puede ser un conflicto de intereses entre el “tutor” y la persona con discapacidad.</li> <li>▪ En algunos países, difundir pornografía entre personas con discapacidad es ilegal.</li> <li>▪ En algunos países la prostitución es ilegal. O ilegal en determinadas circunstancias, p. en algunos lugares debe tener lugar en un burdel autorizado, no en una casa ni en un hotel. En otros, ¡no debe tener lugar en un burdel! Los “asistentes sexuales” aún no gozan de un reconocimiento generalizado y no parece existir una legislación específica al respecto. Por lo tanto, se les trata del mismo modo que a las prostitutas, aunque en realidad existen varias diferencias significativas entre ambas.</li> </ul> </li> <li>» Anime al grupo a pensar en esto.</li> </ul>	
<b>Actitudes y valores</b>		
<p>12.15 - 12.45 30 minutos</p>	<p>Mostrar diapositiva 14</p>	<p>Diapositiva 14</p>

Explique al grupo que las actitudes y valores de la sociedad en general, y de los propios profesionales de apoyo (¡todos y cada uno de ellos!), desempeñan un papel enorme a la hora de mejorar o bloquear la capacidad de las personas con discapacidad para descubrir y expresar su sexualidad. Veámos un poco más de cerca, cómo funciona.

*Mostrar diapositiva 15*

¿Qué es una actitud?

Una actitud es...

- » Una tendencia aprendida a evaluar las cosas de una determinada manera, que puede ser positiva o negativa.
- » Un conjunto de emociones, creencias y comportamientos sobre un objeto, persona, cosa o evento en particular.
- » A menudo, es el resultado de experiencias o educación previas y puede tener una poderosa influencia sobre el comportamiento.

*Mostrar diapositiva 16*

¿Qué es un valor?

Un valor personal es...

- » Algo que creemos que está bien o mal,
- » Algo que guía nuestro enfoque de la vida,
- » Algo que se ha enseñado o aprendido a través de la experiencia,
- » Afectados por los valores sostenidos y expresados por la sociedad en general.

Explique al grupo que todos tenemos actitudes y valores en relación con la sexualidad y las personas con discapacidad. Estos se han formado a partir de nuestra experiencia, educación, exposición a las normas sociales. Pueden ser positivos o negativos, pero es importante darse cuenta de que no son fijos y ¡pueden cambiar!

Primero debemos ser conscientes de ellos y luego, si es necesario, desafiarlos. Esto significa que debemos fomentar una mentalidad abierta que nos permita ser curiosos/as, interesados/as y flexibles.

Las actitudes y valores predominantes con respecto a la sexualidad y las personas con discapacidad (por ejemplo, las PcD no son seres sexuales y es incorrecto considerarlas como tales) han dado lugar a un conjunto común de mitos y conceptos erróneos. Éstos son algunos de ellos:

*Mostrar diapositiva 17*

### **Las PcD son asexuales**

Una de las mayores barreras para que las PcD expresen su sexualidad es una actitud social negativa hacia ellas y la suposición generalizada de que no son sexuales. Como

Diapositiva  
15

Diapositiva  
16

Diapositiva  
17

cualquier otra persona, las PcD son 'las personas primero' y, por tanto, son seres sexuales como todos nosotros, con deseos, sentimientos y fantasías sexuales. Otra barrera es que algunas PcD pueden no ser independientes, por ejemplo, en términos de 'autocuidado' y pueden depender de otras para ello. En este caso, las PcD pueden ser vistas como infantiles y asexuales.

Sin embargo, no importa si, cuándo, cómo o quién eligen expresar o no, su sexualidad. Todos los seres humanos son seres sexuales, si eligen serlo.

*Mostrar la diapositiva 18*

### **Las PcD son hipersexuales**

Algunas personas pueden creer que la sexualidad de las PcD es exagerada o incluso alarmante. Esto tiene más que ver con la *expresión pública de conductas sexuales* de algunos individuos que con la frecuencia con la que ocurren. Esta situación puede darse entre algunas personas con formas más graves de discapacidad intelectual (Maia y Ribeiro, 2010), que pueden mostrar públicamente de forma inapropiada conductas sexuales o sexualizadas, sin ser conscientes de lo inadecuado de dicha expresión. También puede ocurrir cuando se ha aprendido un comportamiento sexualizado inapropiado como resultado de un abuso sexual. No existe una relación real entre la sexualidad exagerada y las cuestiones orgánicas de la discapacidad. Es perfectamente posible apoyar cambios en esta forma de comportamiento. También es importante recordar que algunas personas con discapacidad muestran mucho afecto sin motivación sexual, por ejemplo, dando muchos abrazos.

Diapositiva  
18

*Mostrar la diapositiva 19*

### **La sexualidad de las personas con discapacidad es diferente a la de las personas sin discapacidad**

La discapacidad puede comprometer algunas partes de la respuesta sexual y tener implicaciones funcionales sobre cómo se desarrollan las relaciones sexuales, pero no impide que una persona tenga sexualidad y la experimente placenteramente. Una persona con una discapacidad motriz, por ejemplo, puede no ser capaz de acceder a su propio cuerpo o al cuerpo de su pareja sexual sin asistencia física, pero eso no significa que con el apoyo adecuado la exploración sexual en sí sea anormal, atípica. o menos placentero.

Diapositiva  
19

*Mostrar la diapositiva 20*

### **La sexualidad de las personas con discapacidad es disfuncional**

Cuando las PcD tienen preferencias sexuales más inusuales, esto a veces se considera una función de su discapacidad más que una elección válida y consciente.

Diapositiva  
20



	<p>Necesitamos aceptar que la sexualidad es funcionalmente diversa para todos, tengan o no una discapacidad, y estar abiertos a diferentes preferencias.</p> <p><i>Mostrar la diapositiva 21</i></p> <p><b>La sexualidad de las personas con discapacidad es secundaria</b></p> <p>Cada persona valora el sexo de manera diferente. Si alguien vive con una discapacidad, es probable que haya personas a su alrededor que le digan que tiene cosas más importantes con las que lidiar. Sin embargo... ¿es eso realmente cierto? ¿Para quién? ¿Quién decide eso?</p> <p><i>Mostrar la diapositiva 22</i></p> <p><b>Las personas con discapacidad no corren riesgo de sufrir acoso o abuso sexual</b></p> <p>Las PcD tienen muchas más probabilidades de ser víctimas de agresión sexual; las estadísticas sugieren entre 2 y 10 veces más probabilidades. Corren el riesgo de sufrir abuso sexual porque con frecuencia se les enseña a cumplir con lo que otros les piden y, a menudo, quieren complacer a los demás y pueden tener dificultades para diferenciar las situaciones apropiadas de las inapropiadas. ¡Aquí hay una buena razón para enseñar SDM en este campo y explicar claramente qué es seguro y qué es peligroso! Más sobre esto más adelante.</p> <p><i>Mostrar la diapositiva 23</i></p> <p><b>Las personas con discapacidad no son capaces de convertirse en padres</b></p> <p>Crear una familia es una parte natural de la existencia humana y muchas personas con discapacidad eligen tener sus propios hijos. Es un Derecho Humano establecido y cada uno debe hacer respetar su opinión y decisión. Ser padre es un desafío y puede ser difícil, tengamos o no discapacidades. Las personas sin discapacidad a menudo necesitan apoyo para hacerlo bien. Las PcD son capaces de convertirse en padres con el apoyo adecuado, pero esto a menudo se les niega en función de su discapacidad, lo que crea una profecía autocumplida.</p>	<p>Diapositiva 21</p> <p>Diapositiva 22</p> <p>Diapositiva 23</p>
	<p><i>Mostrar la diapositiva 24</i></p> <p><b>Las PcD no puede tomar buenas decisiones en materia de planificación familiar</b></p> <p>En muchos casos, para las personas con discapacidad la decisión de tener o no hijos puede ser un desafío y requerir asistencia o incluso el consentimiento de los padres y/o tutores. Incluso en tales casos, se debe alentar a las personas con discapacidad a tener autonomía y responsabilidad y recibir apoyo para tomar sus propias decisiones. La falta de apoyo a las personas con discapacidad, más que la discapacidad en sí misma, les crea</p>	<p>Diapositiva 24</p>

	<p>desafíos a la hora de tomar decisiones mejor informadas y de cuidar de una familia y un hogar.</p>	
	<p><i>Mostrar la diapositiva 25</i></p> <p><b>Las PcD son siempre heterosexuales</b></p> <p>Como ocurre con cualquier parte de la comunidad, las personas con discapacidad pueden identificarse, y de hecho lo hacen, como lesbianas, gays, bisexuales, transgénero, transexuales, queer y/o intersexuales (LGBTQI). Sin embargo, como a veces se considera incorrectamente que las PcD son asexuales, las personas sin discapacidad pueden olvidar este hecho.</p> <p>Recuerde al grupo que las personas con discapacidad son personas sexuales, tienen sentimientos y es posible que quieran demostrarlos. Las características físicas, sensoriales o intelectuales de una persona no deben constituir limitaciones a la expresión de su sexualidad. El comportamiento y las preferencias sexuales de cada persona son individuales y únicas, tenga o no una discapacidad.</p>	<p>Diapositiva 25</p>
12.45 - 13.45	<i>Pausa almuerzo</i>	
13.45 - 14.45 30 minutos	<ul style="list-style-type: none"> <li>» En grupos de 3 a 4 divida los escenarios con la mitad de los grupos con el <b>Caso Maria parte 1</b> y la otra mitad con el <b>Caso Nicolas parte 1 en los Folletos 1, 2 y 3</b>.</li> <li>Permitir 30 minutos para discutir en los grupos, pidiendo preparar comentarios para todo el grupo.</li> <li>» Dé 30 minutos para resumir los escenarios para el grupo alternativo y retroalimente sus respuestas a las preguntas al final de los escenarios.</li> <li>» Maria <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ha sido asignado como su colaborador/a, se reunirá con María esta tarde para completar su Acuerdo de colaborador y su Plan de Apoyo.</li> <li>- ¿Qué tipo de cosas apoyará a María para que las incluya en el Acuerdo TDA y el Plan de Apoyo Individual?</li> <li>- ¿Hay alguna preocupación que usted crea que María deba tener en cuenta?</li> </ul> </li> <li>» Nicolás: <ul style="list-style-type: none"> <li>- ¿Qué tipo de cosas apoyará a Nicolás para que se incluyan en el Acuerdo TDA y el Plan de Apoyo Individual?</li> <li>- ¿Hay alguna preocupación que crea que Nicolas deba tener en cuenta?</li> </ul> </li> </ul> <p><b>Cosas que espera que se cubran en los comentarios</b></p> <p>El SDM A debe resaltar las decisiones con las que Maria está teniendo dificultades (es decir, si quiere o no cambiar su apariencia) junto con un cronograma para completarlas.</p>	<p>Actividad 1 hora</p> <p>Folletos 1, 2 y 3</p>

El ISP debe incluir un plan claro para apoyar a Maria en su toma de decisiones para:

- » Establecer qué es lo que asusta a Maria, si son las opiniones de su madre, los pensamientos negativos que surgen de los comentarios de su madre o los posibles comentarios negativos de otras personas.
- » Ser capaz de ver que hay diferentes opciones sobre cómo elige presentarse, es decir, el enfoque de su madre que algunos podría considerar anticuado y estrecho, o la posibilidad de adoptar un enfoque más “adulto” y/o moderno.
- » Buscar ejemplos de los que usan otras personas de su edad, etc. mirándolos cuando están fuera de casa. También podría mirar algunos de los modelos con discapacidades y síndrome de down, como Ellie Goldstein (enlace a la diapositiva ‘Luciendo bien, sintiéndose genial’ donde está la foto de Ellie). Incluido, ella es una modelo exitosa con síndrome de down.
- » Sugiera maneras en que Maria podría lidiar con las opiniones de su madre si decide cambiar su apariencia, y cómo podría enfrentarse a su madre para tomar sus propias decisiones si hay desacuerdo. Se le debe ayudar a ver las consecuencias de ambos cursos de acción.
- » Mirar ropa interior y probarse diferentes tipos, considerando posiblemente un ‘bralet’ como un punto intermedio entre el sujetador y el chaleco que llevaba.
- » Recibe consejos sobre el uso del maquillaje y cómo aplicarlo.

Y con Nicolás:

Cosas que espera que se cubran en los comentarios:

- » SA: La principal decisión de Nicolas es si debería tener una cita con John.
- » IP: Considere sus opciones y lo que puede suceder con cada elección analizando los pros y los contras.
- » Establecer cuáles son sus miedos y cómo puede afrontarlos.
- » Encontrar fuentes de apoyo para las personas que salen del armario.
- » Ayúdele a comprender que el enfoque del personal de la residencia fue incorrecto y por qué, hablele sobre los derechos humanos.
- » Muestre lo que sucede en la mayor parte de la sociedad y, a aquellos que se oponen a que las personas sean homosexuales, cómo se puede abordar esto.
- » Podría utilizar programas de televisión, telenovelas y películas para ayudar a comprender cómo es realmente la vida fuera de su experiencia. Cada punto de acción debe indicar cómo se logrará, cuándo y una fecha de revisión.

*Barreras para las personas con discapacidad a la salud y los derechos sexuales y reproductivos*

14.45 - 14.55  
10 minutos

*Mostrar la diapositiva 26*

Explique al grupo que el bienestar y la salud sexual van más allá del placer. El bienestar sexual implica muchas otras dimensiones, incluida la igualdad de género, el reconocimiento de los derechos sexuales, la erradicación de todas las formas de violencia sexual, la lucha contra las infecciones de transmisión sexual, el acceso a la educación y la información sobre la sexualidad, y también no debe olvidarse, y de manera particular importancia, amor, cariño e intimidad.

Las personas con discapacidad enfrentan una serie de barreras para lograr la salud y los derechos sexuales y reproductivos. Corren el riesgo de verse expuestas a numerosas amenazas para la salud y la reproducción, como embarazos no deseados, partos prematuros, abortos inseguros e infecciones de transmisión sexual. Promover el desarrollo sexual positivo y saludable de las personas con discapacidad requiere una comprensión amplia de estas barreras para contrarrestarlas tanto a nivel nacional como internacional.

**Barreras a los derechos de salud reproductiva**

*Mostrar la diapositiva 27*

**Pobreza:**

La pobreza puede ser tanto una causa como una consecuencia de la falta de información, las desigualdades y las exclusiones basadas en la sexualidad, lo que resulta en una mala salud sexual y reproductiva. Las personas que viven en la pobreza podrían, por ejemplo, estar perdiendo una atención adecuada debido a su incapacidad para costear el transporte necesario para llevarlos a los servicios. La proporción de personas con discapacidad que viven en la pobreza es mucho mayor (en algunos países incluso el doble) que la de la población general.

*Mostrar diapositivas 28*

**Explotación y abuso sexual:**

Las personas con discapacidad, y en particular las mujeres y las personas con discapacidad intelectual, tienen más probabilidades de convertirse en víctimas de explotación y abuso sexual e incluso de sufrir violaciones de sus derechos reproductivos. En algunos casos, las personas con discapacidad han sido sometidas a esterilizaciones forzadas y abortos involuntarios o a procedimientos que no comprenden y para los que no han dado su consentimiento informado.

*Mostrar diapositivas 29*

Diapositiva  
26

Diapositiva  
27

Diapositiva  
28

Diapositiva  
29

	<p><b>Educación inadecuada</b></p> <p>La educación e información formal e informal inadecuadas sobre la sexualidad presenta otra barrera. La educación sexual a menudo no se adapta a las necesidades de las personas con discapacidad y, a menudo, se imparte desde un punto de vista físico, en lugar de proporcionar información completa que incluya el lado emocional y relacional de la sexualidad. Muchos padres, trabajadores sanitarios/sociales y profesores no se sienten capacitados para impartir esta educación en particular, ya que generalmente no están suficientemente capacitados o no se sienten cómodos comunicando sobre sexualidad. Esto es cierto incluso teniendo en cuenta el creciente volumen de material accesible desarrollado por especialistas.</p> <p><i>Mostrar diapositivas 30</i></p> <p><b>Falta de investigación sobre el tema</b></p> <p>Las investigaciones existentes suelen estar desactualizadas o ser insuficientes. A menudo faltan procesos sistemáticos de seguimiento y monitoreo, basados en indicadores de progreso para garantizar la implementación efectiva de políticas y programas.</p>	<p>Diapositiva 30</p>
<p><i>“Verse bien, sentirse genial”</i></p>		
<p>14.55 - 15.15 20 minutos</p>	<p><i>Mostrar diapositiva 31</i></p> <p>Explique al grupo que las personas con discapacidad a menudo son retratadas en los medios como trágicas, alguien por quien sentir lástima, entrañables (infantiles) o, si han logrado algo, como un héroe que ha “superado” su discapacidad. Estas imágenes permanecen con nosotros, dando forma a nuestras percepciones y expectativas sobre las personas con discapacidad. No suelen ser retratados como a la moda, atractivos, sexys, consumados y seguros de sí mismos. ¡O tal vez simplemente normal! Estas son características que muchos de nosotros nos esforzamos por lograr, y las personas con discapacidad no son una excepción. Las imágenes positivas pueden ayudar a cambiar y mejorar nuestra percepción de las personas con discapacidad. Aquí hay unos ejemplos:</p> <p><i>Mostrar la diapositiva 32</i></p> <p>Enlace del vídeo “¿Somos los 15?”</p> <p><i>Muestre la diapositiva 33</i></p> <p>fotos y jugando a Joan Armatrading Amor y Afecto.</p> <p>Pregunta al grupo:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- “¿Cómo se sienten al ver estas imágenes y ver los videos?”</li> </ul>	<p>Diapositiva 31</p> <p>Diapositiva 32</p> <p>Diapositiva 33</p> <p>Actividad Rotafolio</p> <p>Folleto 4</p>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- “¿Hubo alguna sorpresa? desafíos? ¿choques? ¿disfrute?”</li> </ul> <p>Reciba comentarios en grupo grande.</p>	
15.15 - 15.30 15 minutos	<i>Pausa de 15 min.</i>	
15.30 - 16.30 1 hour	<ul style="list-style-type: none"> <li>» En los mismos grupos que la actividad anterior, continuaremos con los casos.</li> <li>» <b>Marie y Nicholas parte 2:</b> Permitir 30 minutos para discutir en los grupos, pidiendo preparar comentarios para todo el grupo.</li> <li>» Dé 30 minutos para resumir los escenarios para el grupo alternativo y retroalmente sus respuestas a las preguntas al final de los casos.</li> </ul> <p>Preguntas Maria:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ ¿Qué tipo de cosas apoyará a Maria para que las incluya en el Acuerdo SDM y el Plan de Apoyo Individual?</li> <li>▪ ¿Hay alguna preocupación que usted crea que Maria deba tener en cuenta?</li> </ul> <p>Preguntas Nicolas:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ ¿Qué tipo de cosas apoyará a Nicolas para que las incluya en el Acuerdo SDM y el Plan de Apoyo Individual?</li> <li>▪ ¿Hay alguna preocupación que usted crea que Nicolas deba tener en cuenta?</li> </ul> <p><b>Cosas que espera que se cubran en los comentarios:</b></p> <p>MARÍA:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ SDM A: Definir la decisión con la que Maria necesita ayuda, lo que está relacionado con si debe tener una cita con Mark y un cronograma para trabajar en esto.</li> <li>▪ ISP: Estableciendo a qué le tiene miedo: <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ ¿Es eso lo que pensará y hará su madre?</li> <li>▪ explorar los resultados potenciales y cómo Marie podría abordarlos.</li> <li>▪ ¿Es lo que otras personas pensarán?</li> <li>▪ Explorar estos pensamientos y su impacto potencial y cómo los abordará.</li> </ul> </li> <li>▪ Posiblemente apóyela con una evaluación de riesgos básica, observe los problemas potenciales, qué tan graves son potencialmente y qué probabilidades hay de que sucedan, luego las medidas a implementar para prevenirlos o reducirlos.</li> <li>▪ ¿Qué piensa ella misma, qué le gustaría en el fondo?</li> </ul>	<p>Actividad</p> <p>Folletos 5 y 6</p>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ apoyándola para que explore qué resultado le gustaría y qué podría salir mal y cómo podría afrontarlo.</li> <li>▪ Quizás ayude a desarrollar las relaciones y a cumplir con las expectativas de usted y de los demás.</li> <li>▪ Claramente una escala de tiempo corta.</li> </ul> <p><b>NICOLAS</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ SDM A: Nicolas is struggling to decide whether he wishes to go out into public with John thus disclosing that he is gay.</li> <li>▪ ISP: In the plan the supporter will need to help Nicolas see the pros and cons of 'coming out'. The pros include no longer having to hide and pretend, openly being able to be with people he feels comfortable with.</li> <li>▪ The disadvantages can be that not everyone may be accepting of this, some people may disapprove.</li> <li>▪ However, Nicolas should know his rights and that he isn't doing anything wrong.</li> <li>▪ Nicolas may need more detailed information about the benefits of having a close and relationship as well as what some of the difficulties or potential negatives may be as all of this is out of experience so that he can make an informed decision about what is best for him.</li> </ul>	
16:30	Finaliza la jornada	

Día 2		
Abuso sexual y prevención		
9.30 - 9.35 5 minutos	» Recapitulación de la sesión anterior y preguntas o comentarios sobre ésta.	
9.35 - 9.50 15 minutos	<p><i>Mostrar diapositiva 34</i></p> <p>Tómate un tiempo para presentar este tema. Se trata de un área difícil de abordar y asegure al grupo que si alguien necesita un tiempo de descanso o discutir/compartir algo en privado con los capacitadores después de la sesión, está absolutamente bien. Reconozca que el abuso sexual es más común de lo que creemos y que puede haber personas en la sala con experiencia o conocimiento personal del abuso. Si sale a la luz que este tema ha causado dificultades a alguien, asegúrese de darle tiempo y señalarlo para brindarle apoyo cuando sea necesario.</p>	Diapositiva 34

También insista en que, si bien la mayoría de las cosas que se discuten en la sala son confidenciales, se debe informar cualquier información que sugiera que alguien pueda estar en riesgo de sufrir daños o que se hayan llevado a cabo actividades ilegales. Salvaguardar es lo que hacemos para mantener a las personas a salvo del abuso, el maltrato, la negligencia o la explotación. La mayoría de las veces, cuando la gente habla de salvaguardia, se refiere a proteger a niños o adultos vulnerables. Las personas con discapacidad son particularmente vulnerables al abuso y se les denomina “adultos vulnerables”. Existe la posibilidad de que la implementación de la toma de decisiones de apoyo en el campo del sexo y la sexualidad pueda revelar alguna forma de abuso sexual actual o pasado de las personas con discapacidad. Puede haber oportunidades para que los abusadores manipulen situaciones para abusar sexualmente de las personas apoyadas. Todos deben sentirse protegidos y seguros y tener confianza en que garantizar los derechos de las personas con discapacidad a la sexualidad y la intimidad no conlleva un mayor riesgo de abuso sexual. Para lograrlo, es necesario que todas las partes comprendan y practiquen a fondo la salvaguardia. Esto significa:

*Mostrar diapositiva 35*

- » Entender qué es el abuso sexual y ser capaz de detectar signos y síntomas.
- » Saber cómo responder ante la revelación de abuso sexual.
- » Comprender los límites de la confidencialidad.
- » Conocer los tipos de contacto que son apropiados.
- » Saber cómo informar inquietudes y utilizar los procedimientos organizacionales.
- » Ayude a las personas con discapacidad a saber cómo pueden mantenerse seguras.
- » Mantenerse dentro de los límites de una relación profesional.

Diapositiva  
35

*Mostrar Diapositivas 36 y 37*

Las PcD son vulnerables al abuso porque es posible que:

- » No reconozcan el abuso.
- » No se sientan capaces de pedir ayuda, especialmente si dependen del abusador para satisfacer sus necesidades.
- » No sepan a dónde acudir en busca de ayuda y que tengan opciones limitadas.
- » No tengan las habilidades de comunicación para verbalizar lo que está sucediendo.

Diapositivas  
36 y 37



9.50 - 10.10  
20 minutos

- » Los signos de abuso puedan verse como parte de la condición de la persona y pasarse por alto, malinterpretarse o ignorarse.
- » Sea menos probable que les crean
- » Estén acostumbrados/as a hacer cosas para complacer a otras personas.
- » Se encuentren en una posición menos poderosa que el abusador debido a su grado de discapacidad/condición de salud mental, lo que hace que el abuso sea más posible.

En grupos pequeños, pida a los y las participantes que discutan sobre:

‘¿Qué creen que constituye abuso sexual?’

Pídales que hagan una lista para compartir con el grupo.

Reciba comentarios de cada grupo, pidiéndoles un elemento y escribiéndolo cada uno en el rotafolio.

*Mostrar diapositiva 38*

El abuso sexual puede implicar cualquiera de los siguientes:

- » Tocamientos inapropiados.
- » Violación o intento de violación, penetración de la vagina, el ano o la boca incluso con un objeto.
- » Ser obligado a realizar actos sexuales.
- » Acoso sexual.
- » Ser fotografiado/grabado en vídeo con fines sexuales.
- » Ser obligado a mirar fotografías/vídeos con fines sexuales.
- » Exhibicionismo.

Explique al grupo que aunque el abuso sexual tiene componentes muy específicos, es importante reconocer que existen superposiciones con otras formas de abuso. Por ejemplo, siempre implica abuso y explotación emocional y, a veces, también implica abuso físico.

El abuso sexual es la participación de personas en actividades sexuales para las cuales no han dado su consentimiento informado, pueden no comprender completamente o con las que no desean continuar.

El abuso sexual generalmente implica actos realizados por el abusador sobre la persona abusada, pero a veces puede involucrar situaciones en las que el perpetrador obliga o persuade a la otra persona a hacerle cosas al abusador o a otros.

El abuso sexual siempre implica el uso del poder. Esto no siempre es poder físico. Puede ser el poder de controlar, manipular o engañar, en virtud de la edad, el intelecto superior, el estatus social o laboral, o el uso de amenazas.

Actividad

Rotafolio

Diapositiva  
38

10.10 - 10.20  
10 minutos

### Signos y síntomas de abuso sexual

Explique que la siguiente lista contiene algunos de los principales signos de abuso sexual. Por supuesto, estos también pueden tener otras causas, pero siempre debes tener en cuenta la posibilidad de abuso sexual cuando veas cualquiera de ellos, especialmente si ocurren de repente o fuera de lo normal. También es importante no hacer suposiciones de que el comportamiento que observa es el resultado de la condición de la persona que recibe apoyo. Siempre pregunta y comparte con otros para establecer una visión más amplia.

*Mostrar diapositiva 39*

Signos y síntomas de abuso:

- » Moratones alrededor del seno o el área genital.
- » Enfermedades de transmisión sexual o infección o secreción de los genitales.
- » Quejas de dolencias menores como dolor de cabeza, dolor de barriga.
- » Hablar inapropiadamente sobre sexo.
- » Cambios en el patrón de sueño.
- » Mojar la cama o ensuciarse repentinamente.
- » Divulgación parcial “es un secreto”.
- » Retiro.

Diapositiva  
39

*Mostrar diapositiva 40*

- » El embarazo.
- » Baja autoestima.
- » Molesto o agitado.
- » Evita a una persona en particular.
- » Comportamiento ritualista obsesivo.
- » Cambios en el patrón de alimentación.
- » Deterioro de la higiene personal.

Diapositiva  
40

Explique al alumnado sobre el “toque apropiado”.

A los y las profesionales de la salud a menudo les preocupa tocar a las personas a las que apoyan, especialmente si se requiere ayuda con el cuidado íntimo.

Entonces, ¿qué tipo de contacto está bien?

*Mostrar diapositiva 41*

### Tocar está bien donde... se acuerda, negocia con la persona destinataria o defensora.

No conlleva ninguna intención sexual ni gratificación sexual por parte de la persona que toca. Esto es más importante que el lugar del cuerpo que se toca.

Diapositiva  
41

10.20 - 10.30  
10 minutos

Las PcD pueden necesitar ayuda con el cuidado personal íntimo y necesitarán que les toquen los genitales.

Cuando esto se hace sin intención o gratificación sexual por parte de la persona que toca, está bien. Por otro lado, las partes del cuerpo no sexuales, p. El cabello o la rodilla se pueden tocar de una manera que conlleve intención o gratificación sexual. Esto no está bien. En otras palabras, lo importante aquí es la intención de la persona que toca, no el lugar que se toca.

Explique al grupo “¿Quién abusa sexualmente?”

Aunque existen muchos estereotipos sobre quién abusa sexualmente (por ejemplo, un viejo sucio con impermeable), la realidad es bastante diferente. En primer lugar, los agresores sexuales son, con diferencia, en su mayoría hombres. Esto no significa que la mayoría de los hombres sean abusadores sexuales. A veces las mujeres participan en abusos sexuales, pero más raramente solas: normalmente también hay un hombre involucrado. En segundo lugar, no existe un único tipo de persona que abuse. Edad, raza, religión, empleo, estatus social, riqueza, influencia (o falta de ella), inteligencia... ninguno de estos descarta el abuso. Los abusadores son padres, hermanos, maridos, sacerdotes, entrenadores deportivos, profesores, médicos, trabajadores sociales... la lista continúa. Pero una cosa en común es que tienen acceso a personas vulnerables. Los profesionales de la salud deben estar alerta a esto y, cuando haya sospechas o revelaciones, no caer en la trampa de pensar que esa persona no podría o no haría eso.

10.30 - 11.00  
30 minutos

### **Responder a una divulgación**

Explique que dentro del proyecto están construyendo relaciones abiertas y de confianza con las personas con discapacidad, fomentando el debate sobre temas sexuales de una manera sencilla y sin vergüenza. Puede que sea la primera vez que la persona apoyada haya tenido la oportunidad de hacer esto. Puede que sea la primera vez que aprenden palabras para describir actividades sexuales o partes del cuerpo particulares. Se sentirán seguros y confiados en este contexto y esto inevitablemente llevará a que algunas personas revelen abusos sexuales que les han sucedido en el pasado, o incluso que están sucediendo actualmente. Cuando una persona con discapacidad le revela un abuso, esto puede ocurrir de varias maneras:

*Mostrar diapositiva 42*

### **Tipos de divulgación**

- » Divulgación completa o abierta. La persona le cuenta directa y abiertamente sobre el abuso. Esto puede ser completamente inesperado y es posible que usted se sienta muy sorprendido.

Diapositiva  
42

- » Divulgación parcial u oculta. La persona insinúa o indica de alguna manera que se ha producido abuso, pero luego rápidamente cambia de tema. Es posible que parezca incapaz o reacio a brindarle más detalles.
- » Divulgación indirecta. La persona habla de abuso en general o en relación con otra persona y parece estar buscando su reacción.

Explique al alumnado que para la mayoría de las personas, reunir el coraje para decirle a otra persona que les ha estado sucediendo algo extraño, desagradable, vergonzoso, aterrador y secreto es muy difícil. Es probable que la persona que ha experimentado el abuso esté luchando con todo tipo de sentimientos y temores sobre lo que sucederá si habla sobre el abuso, incluyendo:

*Mostrar diapositivas 43 y 44*

- » Tener miedo de que no le crean.
- » Culpándose a sí mismo por el abuso.
- » Preocupación de que otros se pongan del lado del abusador.
- » Sentirse demasiado asustado para poder hablar de ello.
- » No tener el vocabulario para describir lo que ha sucedido.
- » Preocuparse por la posible violencia física del abusador hacia sí mismo o hacia otros si lo cuenta (esto puede haber sido amenazado).
- » Sin saber qué pasará una vez que haya contado sobre el abuso.
- » Tener miedo de hacer enojar a la gente.
- » Preocupación de que su familia se vuelva contra él/ella.

Diapositiva  
43 y 44

*Mostrar diapositiva 45*

- » Preocupación por ser alejado de casa, familia, amigos (esto también puede haber sido amenazado por el abusador).
- » Preocuparse por lo que pensarán sus amigos.
- » Preocuparse de que no haga ninguna diferencia si él/ella lo cuenta.
- » Le preocupa que no haya pasado nada la última vez que intentó contarle, entonces, ¿cuál es el punto de hacerlo de nuevo?

Diapositiva  
45

Explique a su alumnado que podrían ser la primera persona a quien se les informará sobre el abuso. Esto les impone una responsabilidad particular. Debido a que la persona que quiere revelar el abuso puede preocuparse por molestarla o hacerla enojar, es posible que, para empezar, solo insinúe o cuente a medias la situación, para probar su reacción. Es importante tener paciencia y dejar que él/ella se lo cuente a su debido tiempo. La persona puede sentirse extremadamente avergonzada por lo que le ha sucedido. Es posible que no

quiera que se lo cuenten a nadie más, que no involucren a la policía y que no le pidan que se someta a un examen médico. Por esto, es importante que sus alumnos sepan cómo responder a la divulgación:

*Mostrar diapositiva 46*

Muéstrele a la persona que se está tomando en serio lo que dice. Muestre simpatía e interés, pero no haga comentarios ni juicios sobre lo que dice la persona. Hacer comentarios como '¿por qué lo dejaste?' o '¿por qué no se lo dijiste a nadie?' puede hacer que la persona sienta que el abuso fue culpa suya.

Diapositiva  
46

*Mostrar diapositiva 47*

Esté preparado/a para creerle a la persona. Tomar en serio lo que la persona dice a veces puede resultar difícil si la revelación no parece tener sentido, usted conoce al presunto perpetrador y siente que él/ella no habría hecho tal cosa, o si la persona ha hecho acusaciones sin fundamento anteriormente.

Diapositiva  
47

*Mostrar diapositiva 48*

Recuerde que su función no es realizar una investigación ni actuar como juez o jurado. Estás ahí para apoyar a la persona que tienes delante y por el momento es importante darle "el beneficio de la duda".

Diapositiva  
48

*Mostrar diapositiva 49*

Muestre cuidado y compasión, pero no dé garantías radicales. Prometer que "nunca volverá a suceder" o que el presunto abusador será "encarcelado" es dar una seguridad que no se puede garantizar. Es más honesto decirle a la persona que te preocupas por ella y que la apoyará y la hará lo más segura posible.

Diapositiva  
49

*Mostrar diapositiva 50*

Cosas que debes hacer:

- » **Mantén la calma:** Esto no es tan fácil como suena. Puede resultar estresante y perturbador escuchar a alguien que le importa revelar que ha sufrido abuso.
- » **Escuche pacientemente:** Puede resultarle difícil a la persona hablar de ello, por lo que es posible que tengas que darle mucho tiempo.
- » **Déjale que se tome su tiempo:** A menudo se puede sospechar que alguien está siendo abusado por la forma en que se comporta o reacciona ante determinadas situaciones. Es posible que no pueda contarle directamente lo sucedido, ya sea porque no puede comunicarse verbalmente o porque no comprende completamente la situación. A la persona se le debe dar suficiente tiempo para "contar su historia" o la oportunidad de comprender lo que está sucediendo y ayudar a la persona que puede estar perdida.

Diapositiva  
50

- » **Utilice el método de comunicación preferido de la persona apoyada.** Es importante asegurarse de que la persona tenga disponibles los signos y símbolos correctos para “contar su historis”, p. signos y símbolos para las partes sexuales del cuerpo y las actividades sexuales.

*Muestre la diapositiva 51*

**Asegúrele que no es responsable del abuso:** es muy probable que la persona, de alguna manera, se sienta responsable del abuso. Dígale claramente que el abuso no fue culpa suya.

- **Agradezca a la persona por decirle:** Es posible que la persona haya tardado mucho en decidir contarle a alguien lo sucedido. Siga asegurándole que contarle fue lo correcto y felicítelo por su valentía.
- **Explique lo que va a hacer ahora:** Siempre debes decirle a la persona qué harás con la información. Debe explicar que tiene que decírselo a otras personas y que no puede mantener la información confidencial.
- **Registre lo que la persona le ha dicho, tan pronto como pueda, utilizando sus propias palabras siempre que sea posible:** Esto es muy importante para cualquier investigación futura de la acusación. Escriba un relato fáctico de su conversación con la persona lo antes posible. Intente utilizar las propias palabras de la persona para describir lo sucedido. Féchelo, firmelo y entrégueselo al gerente.
- **Obtenga apoyo para usted mismo:** Es importante no subestimar los posibles efectos en usted mismo al escuchar una revelación de abuso. Aunque tenga experiencia en este campo laboral o sienta que ha afrontado bien la situación, es posible que se sienta ansioso, angustiado o enojado. Después de estar involucrado en una revelación de abuso, es importante que no niegue sus propias necesidades en su intento de responder a las de otra persona. Necesita una oportunidad para hablar sobre lo sucedido y expresar y reflexionar sobre sus propios sentimientos. Utilice su gerencia, su equipo o un consejero/a.

Diapositiva  
51

11.00 - 11.15 15 minutos	<i>Pausa 15 minutos</i>	
11.15 - 11.45 30 minutos	<p>En grupos pequeños:</p> <p>Pida al alumnado que lean los casos que presentaron Sally y Robert y respondan las preguntas:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Con esta información limitada, ¿tendría alguna inquietud?</li> <li>▪ ¿Cómo de bien crees que Jane/Sue ha manejado la situación?</li> <li>▪ ¿Hay algo que haría diferente al trabajador de soporte? ¿si es así, que y por qué?</li> </ul>	<p>Actividad</p> <p>Folletos 7 y 8</p>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>¿Las Políticas y Procedimientos de su Servicio le informan qué hacer en estas circunstancias?</li> </ul> <p>Reciba comentarios de cada grupo pidiéndoles un resumen del caso, las preguntas y sus respuestas y por qué.</p>	
<p>11.45 - 12.15 30 minutos</p>	<p>Cosas que espera que el alumnado cubra en esta actividad:</p> <p>Sally and Jane:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Sí, Jane debería tener preocupaciones.</li> <li>Sally está claramente muy molesta por algo. No hagas suposiciones. Mantenga la posibilidad de abuso en el radar ya que el comportamiento de Sally tiene señales potenciales.</li> <li>No asumas que la persona abusadora potencia es James. Puede ser. O podría ser otra persona.</li> <li>A Jane le fue bien. Debería seguir dándole a Sally la oportunidad de hablar con ella a solas, pero no presionarla. Debería pensar en oportunidades para darle a Sally la introducción del tema. Debería ser positiva y afirmativa con Sally y permanecer tranquila.</li> <li>Jane debe observar atentamente si hay más señales y cuándo y con quién se enoja Sally.</li> <li>Jane debe registrar claramente sus inquietudes y lo que está haciendo al respecto. Debería comprobar las políticas y procedimientos de su organización.</li> </ul> <p>Tom/Sue and Brian:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Sí, Sue debería tener preocupaciones.</li> <li>Tom está claramente muy molesto y ha podido verbalizar algo de esto. Sue debería haber mantenido la mente abierta desde el principio y no haber asumido que estaba molesto por el clima. Sin embargo, ella continuó investigando apropiadamente.</li> <li>Sue debería seguir dándole a Tom la oportunidad de hablar con ella uno a uno. Ella debería asegurarle que no es malo. Él ha mostrado alguna señal de poder hablar de su malestar y ella debería aprovechar esto. Ella debe observar cuidadosamente cuándo/con quién se enoja Tom/a quién evita.</li> <li>Debe mantener la calma al hablar con Tom y no parecer sorprendida, desaprobadora o incrédula.</li> <li>Debería dejar constancia de sus preocupaciones.</li> <li>Debería comprobar las políticas y procedimientos de su organización. La complicación aquí es que su gerente puede estar involucrado.</li> <li>No debe alertarlo de esto y tener claro a quién puede reportar sus sospechas.</li> </ul> <p>Ambos escenarios tienen el potencial de implicar la revelación de abuso. Sería importante que el personal supiera cómo responder ante esto. Recuérdeles la sección de divulgación.</p>	

12.15 - 12.45  
30 minutos

### Respondiendo a la sospecha

Explique al alumnado que lo peor que podrían hacer es decidir no pensar en ello o no hacer nada. Siempre hay algo que deberían hacer. Siempre deben responder si sospechan que podría estar ocurriendo un abuso. Su función es notar e informar cosas que les preocupan o sospechan de que algo no está bien. No es necesario que sepan que se ha producido abuso ni que crean lo que les han dicho. Recuerde que las personas que reciben apoyo son vulnerables y relativamente impotentes. Confían en que hablen en su nombre si los estudiantes creen que podrían estar en riesgo.

*Muestre la diapositiva 52*

#### **No ignore ni descarte sus sospechas.**

Recuerde que usted no es responsable de decidir si se está produciendo abuso, pero sí de transmitir sus inquietudes. Si, al final, resulta que hay una razón distinta al abuso para lo que te preocupaba, aun así has hecho lo correcto al denunciarlo.

Sea claro acerca de la política de la organización sobre abuso y siga sus procedimientos. Los procedimientos están ahí para ayudarle a hacer lo correcto. Informe a un gerente tan pronto como sospeche que se puede estar produciendo abuso y obtenga orientación y apoyo sobre qué hacer a continuación. Debe tener claro dónde acudir si es el gerente el presunto abusador. Puede ser otro gerente o alguien ajeno a la organización. Recuerde que no es su función investigar si se ha producido abuso.

Si usted y el gerente deciden que es apropiado obtener más información hablando con la persona que cree que podría estar siendo abusada, elija un momento y un lugar donde pueda hacerlo sin ser molestado. Nunca hables de esto delante de otras personas a menos que la persona en cuestión desee específicamente tener a alguien con ella. (Esta debe ser su elección, no la del profesional asistencial). Hablar con la persona que pudo haber sido abusada debe hacerse con mucho cuidado y evitar preguntas capciosas. En algunos países, cualquier otra cosa podría afectar el proceso probatorio en caso de que fuera necesario involucrar a la policía y los tribunales.

*Muestre la diapositiva 53*

#### **No discuta el asunto con la persona o personas que usted sospecha que pueden estar cometiendo el abuso.**

Si se está produciendo abuso, contarle al agresor sus sospechas podría poner a la persona abusada en un riesgo aún mayor. También podría distorsionar la justicia de una investigación adecuada. Después de haber denunciado una acusación o sospecha de abuso, verifique qué medidas se

Dispositiva  
52

Diapositiva  
53



	<p>han tomado. Si se está llevando a cabo una investigación, puede que no sea apropiado que usted conozca todos los detalles de lo que se ha decidido, pero tiene derecho a saber a qué conclusiones se ha llegado.</p> <p><b>Ayudar a las personas con discapacidad a mantenerse seguras</b></p> <p>Explique a los alumnos que una de las mejores maneras de protegerse contra el abuso sexual es dotar a las personas apoyadas del conocimiento y la comprensión que les ayudarán a mantenerse seguros. Esto siempre debería ser parte de un paquete de salvaguardia más amplio. Nunca es apropiado dejar la responsabilidad de la seguridad enteramente en manos de la persona apoyada. SMARTS contribuirá a ayudar a mantener a las personas apoyadas a salvo del abuso sexual, ya que está diseñado para brindarles información sobre sexo y sexualidad y empoderarlos para que sepan lo que les gusta, lo que quieren y se sientan seguros para hablar sobre cosas que antes podían hacer. han encontrado vergonzosos o aterradores. Les dará los medios para comunicar inquietudes y preocupaciones, así como para tomar decisiones informadas. Estas son algunas de las formas en que puede ayudar a las personas a las que apoya a mantenerse seguras:</p> <p><i>Muestre la diapositiva 54</i></p> <p><b>Mantenerse a salvo</b></p> <p>Asegúrese de que las personas a las que apoya sepan:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ que tienen derecho a decir “NO” a cualquier cosa que no les guste o no quieran;</li> <li>▪ quién/cómo saber si no están satisfechos con algún acercamiento/contacto sexual, y qué sucederá a continuación;</li> <li>▪ dónde y cómo pueden tener acceso a materiales dirigidos a personas con discapacidad (lectura fácil).</li> </ul> <p>Cuáles son los procedimientos en su organización que están diseñados para mantenerlos seguros y cómo pueden usarlos (lectura fácil)</p>	Diapositiva 54
12.45 - 13.45	<i>Pausa almuerzo</i>	
<b>Hablándo sobre sexo</b>		
13.45 - 13.50 5 minutos	<p><i>Mostrar diapositiva 55</i></p> <p>Explique al alumnado que muchos padres se sienten incómodos hablando sobre sexo con sus hijos. La mayoría de las veces, los niños descubren sobre sexo en la escuela, a través de amigos, revistas, Internet o experimentación. Los</p>	

	<p>padres de niños con discapacidades no son una excepción. De hecho, es probable que se sientan más preocupados y protectores con sus hijos en relación con el sexo y la sexualidad, temiendo una posible explotación o abuso y una falta de comprensión que conduzca a una expresión sexual inapropiada. Una vez adultas, las personas con discapacidad a menudo han tenido menos acceso a estos foros de información que sus pares sin discapacidad, y menos oportunidades de mejorar sus conocimientos a través de la experiencia. Sin embargo, ¡tener una conversación con personas con discapacidad sobre sexualidad e intimidad no tiene por qué ser difícil! Depende mucho de nuestras propias actitudes, mitos, creencias e inquietudes. Teniendo en cuenta que la sexualidad es una cuestión natural, se debe utilizar un enfoque natural y sencillo. ¡Y la práctica realmente nos ayuda a mejorar en esto!</p>	
<p>13.50 - 14.05 15 minutos</p>	<p>En parejas, discutir: <i>¿Cómo te sentirías al hablar de sexo con las personas a las que apoyas?</i> Aquí no hay una respuesta correcta o incorrecta... ¡los sentimientos simplemente "son"!</p>	<p>Actividad</p>
<p>14.05 - 14.15 10 minutos</p>	<p>Reciba comentarios en el grupo grande y escriba las respuestas en el rotafolio, reconociendo todos los sentimientos expresados.</p>	<p>Rotafolio</p>
<p>14.15 - 14.45 30 minutos</p>	<p><i>Mostrar diapositiva 56</i></p> <p>A continuación, se ofrecen algunos consejos sobre cómo hablar exitosamente sobre sexo con las personas a las que apoya: Sentando las bases:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>» Si es posible, espere hasta que se haya establecido una relación cómoda y de confianza antes de hablar sobre sexo e intimidad.</li> <li>» Ten claro antes de empezar qué debes mantener confidencial y qué no.</li> <li>» Asegúrese de tener un horario ininterrumpido y un espacio privado y tranquilo.</li> <li>» Trate de no hacer suposiciones. Tenga una mentalidad abierta y curiosa y esté preparado para dejar que las personas con discapacidad marquen el ritmo. Al igual que a ti, puede que les resulte difícil hablar de determinadas cosas. Pero igualmente, es posible que no estén listos, o incluso no quieran, hablar sobre otra cosa que no sea cómo lucir bien y encontrar novio/novia.</li> <li>» Asegúrese de que todos los materiales que vaya a utilizar estén escritos en un formato accesible. Piense en otras formas en las que podría presentar material mediante vídeos, audio, objetos, etc.</li> </ul>	<p>Diapositiva 56</p>

*Mostrar la diapositiva 57*

Cosas clave para recordar:

- » Hablar con naturalidad, reconociendo al mismo tiempo que algunos temas pueden ser íntimos y crear malestar inicial.
- » Demostrar voluntad de escuchar, mostrando creencia e interés en la persona.
- » Hablar con claridad y calma, evitando jergas y terminologías complejas y utilizando información sencilla pero correcta, con ejemplos concretos.
- » Utilice actividades y rutinas sencillas del día a día para contextualizar los temas que se debaten.
- » Abordar las reglas sociales y valorar y respetar la privacidad de todos.
- » Prestar atención a los comportamientos verbales (por ejemplo, el habla) y no verbales (por ejemplo, las expresiones faciales, la postura corporal).
- » Promover la autonomía de la persona.

Diapositiva  
57

*Mostrar la diapositiva 58*

Las 6 'R':

- » **Relajarse:** La mayoría de las veces, cuando la persona con discapacidad dice que quiere tener una relación o tener una conversación sobre sexualidad, la gente se pone ansiosa, porque inmediatamente se supone que la relación sexual ha tenido o puede tener lugar pronto.
- » **Recordar:** Antes de siquiera considerar y/o discutir las relaciones sexuales, normalmente hay un largo proceso, que comienza desde conocer a la persona, crear una relación y, finalmente, convertirse en pareja íntima y sexual. Es posible que algunas personas con discapacidad nunca quieran llegar tan lejos... esta es su elección.
- » **Revelar:** Muchas personas normalmente no hablan de su vida sexual con los demás o pueden sentirse incómodas al respecto, pero cuando surge la necesidad de hacerlo, es esencial tener confianza y sentirse animado a hablar con alguien en quien pueda confiar.
- » **Llegar más profundo ('Reach Deeper'):** Inicie la conversación con un tema más fácil que lleve a otros temas más específicos y, a veces, incómodos. Esto puede ayudarle a usted y a las personas con discapacidad.
- » **Investigación ('Research'):** Deja que la conversación se desarrolle utilizando preguntas abiertas y no invasivas, dependiendo de la persona y tu relación con ella, y deja que la conversación evolucione de forma natural.
- » **Reflejar:** Piensa en lo que funcionó bien y en lo que podrías mejorar.

Diapositiva  
58

	<p><i>Muestre la diapositiva 59</i></p> <p><b>Ideas para apoyar una buena comunicación sobre sexo (¡o cualquier otra cosa!)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>» Utilizar la escucha reflexiva prestando atención a los aspectos verbales y no verbales de la comunicación.</li> <li>» Proporcionar información verbal, mejorada mediante el uso de apoyos visuales.</li> <li>» Crear pausas y dar tiempo para que la otra persona procese la información y responda.</li> <li>» Equilibrar la conversación entre sus propias iniciativas y las iniciativas de las personas con discapacidad.</li> <li>» Equilibrar la conversación entre preguntas, comentarios y aclaraciones.</li> <li>» Compartir la responsabilidad por cualquier malentendido o interrupción de la comunicación y</li> <li>» Aprender de los malentendidos y los errores de comunicación y encontrar nuevas formas de mejorar el éxito de la comunicación.</li> </ul>	<p>Diapositiva 59</p>
<p>14.45 - 15.00</p>	<p><i>Pausa almuerzo</i></p>	
<p>15.00 - 16.30 90 minutos</p>	<p>En los mismos grupos que en las actividades anteriores de Marie y Nicolas, continuaremos con los casos:</p> <p>María y Nicholas parte 3</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Permitir 30 minutos para discutir en los grupos, pidiendo preparar comentarios para todo el grupo.</li> </ul> <p>Dé 30 minutos para resumir los escenarios para el grupo alternativo y retroalimente sus respuestas a las preguntas al final de los escenarios;</p> <p>María:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ ¿Qué tipo de cosas apoyará a Marie para que las incluya en el Acuerdo SDM y el Plan de Apoyo Individual?</li> <li>▪ ¿Hay alguna preocupación que usted crea que Marie deba tener en cuenta?</li> </ul> <p>Nicolás:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ ¿Qué tipo de cosas apoyará a Nicolas para que se incluyan en el Acuerdo SDM y el Plan de Apoyo Individual?</li> <li>▪ ¿Hay alguna inquietud que crea que Nicolas debe tener en cuenta?</li> </ul> <p>Cosas que espera que se cubran en los comentarios</p> <p>María:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ SDM A: Su dificultad es decidir si quiere llevar su relación a la siguiente etapa. También que entienda lo que esto puede significar.</li> <li>▪ IP: Necesidad de establecer cuáles son sus miedos:</li> </ul>	<p>Actividad</p> <p>Folletos 9 y 10</p>

- ¿Está relacionado con lo que piensan los demás?
- ¿Cómo sabe lo que piensan los demás? Señalar que todas las personas pensarán de manera diferente. Lo que importa es cómo se siente.
- Nunca debe tener miedo de decir que no está preparada.
- A lo que piensa Mark, ¿Cómo puede saberlo?, ¿cómo puede sacar el tema, ayudándola a entender que si ella dice saber quiere decir que no y él debe entender eso?
- ¿Es su falta de conocimiento sobre lo que sucede?
- Ofrecer apoyo sobre las etapas de desarrollo de la relación ofreciendo recursos existentes que cubran cómo se desarrollan las relaciones, etc.
- Pros y contras de ambas decisiones, incluida la de que Mark termine la relación y considere la anticoncepción y cómo y dónde irían.

#### Nicolás:

- SDM A: A medida que la relación de Nicolas y John ha avanzado. Que John quiera tener más intimidad y que Nicolas se quede allí es una decisión difícil con la que Nicolas necesita apoyo ya que tiene muchas cosas en mente.
- ISP: En el Plan de Apoyo Individual, Nicolas necesita comprender los pros y los contras de llevar su relación por este camino. Es posible que Nicolás necesite información sobre cómo progresa una relación íntima con otro hombre. También debe conocer el sexo seguro y los riesgos para su salud, así como las formas de dar y recibir placer con otro hombre. Acceda a información de fácil lectura disponible en el kit de herramientas.
- Es posible que se necesite más apoyo para garantizar que Nicolas acepte plenamente que lo que el personal de la residencia dijo que estaba mal y que sus sentimientos y acciones no son malos, que no está haciendo nada malo o que eso puede herir a nadie. Existe el riesgo de que la relación aún no continúe o evolucione incluso si Nicolas se queda a pasar la noche, no hay garantías en las relaciones de cuánto durarán, pero la honestidad y la confianza con cada uno como pareja harán una gran diferencia. Lo que sugiere que se mantiene honesto y abierto acerca de sus miedos y preocupaciones con John.
- Ayudar a Nicolas con información, conocimiento y comprensión. Ninguno de nosotros puede controlar las reacciones de los demás, pero podemos controlar cómo reaccionamos ante ellos.

16.30

*Final de la jornada*

Día 3		
9.30 - 9.45 15 minutos	» Recapitulación: preguntas, reflexiones o comentarios de la sesión o sesiones anteriores.	
9.45 - 11.00 1h 15 min	<p>» Caso de Tom - vídeo Ver vídeo, discutir en grupos, comentarios.</p> <p>Aspectos a cubrir con los comentarios:</p> <p>» SDM A:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Tom necesitará apoyo para considerar los pros y los contras de sus posibles decisiones.</li> <li>▪ Apoyo para considerar lo que podría pasar si él continuara viendo a Greta y ella continuara rechazando sus solicitudes o si él dejara de ver a Greta.</li> <li>▪ Se podría ayudar a Tom a comprender los pros y los contras de estos, entre ellos: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Tener relaciones sexuales cuando estás en una relación comprometida.</li> <li>- Tener relaciones sexuales cuando no estás en una relación comprometida, cómo puedes tener relaciones sexuales sin estar en una relación comprometida y</li> <li>- Comprender cómo pueden sentirse las mujeres en cada una de estas circunstancias.</li> </ul> </li> </ul> <p>Es posible que necesite apoyo para comprender por qué considera tan importante tener relaciones sexuales. Apoyo para descubrir cuáles son sus objetivos de vida a largo plazo y cómo encaja el sexo en ellos. La autoestima de Tom no es tan buena; el apoyo para descubrir la causa de esto y qué puede hacer para mejorarlo también puede ayudar.</p>	
11.00 – 11.15	<i>Pausa de 15 min.</i>	
<b>Toma de Decisiones Apoyada sobre sexualidad en sus Servicios.</b>		
11.15 - 11.45 30 minutos	<p><i>Mostrar la diapositiva 60</i></p> <p>Discutir en grupos de servicio qué ayudará/obstaculizará la introducción del TDA sobre sexualidad en su servicio.</p>	Diapositiva 61
11.45 - 12.15 30 minutos	Feedback del tema con el gran grupo.	Actividad
12.15 - 13.15	<i>Pausa almuerzo.</i>	
<b>Planificar y promover la toma de decisiones apoyada sobre sexualidad en sus servicios.</b>		

<p>13.15 - 13.30 15 minutos</p>	<p>» Explicar que las personas con discapacidad no utilizarán el servicio SMARTS SDM si no lo conocen, tienen una imagen negativa del mismo, le tienen miedo o les da mucha vergüenza. En los grupos de servicio, considere lo que podría hacer en su servicio para promover el servicio SMARTS SDM y fomentar el interés y la aceptación.</p>	<p>Actividad</p>
<p>13.30 - 14.15 45 minutos</p>	<p>» Reciba comentarios en el grupo grande. Escriba las ideas en el rotafolio para distribuirlas más tarde.</p>	<p>Actividad papel, rotuladores, lápices, etc.</p>
<p>14.15 - 15.00 45 minutos</p>	<p>» Trabajo en grupos de servicios específicos. Pida a los alumnos que diseñen algunos materiales promocionales. » Pida a cada grupo que presente sus materiales.</p>	<p>Actividad papel, rotuladores, lápices, etc.</p>
<p>15.00 - 15.15</p>	<p><i>Pausa de 15 min.</i></p>	
<p>15.15 - 15.20 5 minutos</p>	<p>» Pida a los alumnos que consideren individualmente qué será lo primero que harán para comenzar el viaje del MDF y la sexualidad en su servicio.</p>	
<p>15.20 - 15.30 10 minutos</p>	<p>» Compartir con el grupo grande cada uno por turno.</p>	
<p>15.30 - 15.45 15 minutos</p>	<p>» Retorno a las esperanzas y temores expresados al inicio del curso. ¿Se han cumplido las esperanzas? ¿Estaban fundados los temores?</p>	
<p>16.00 - final</p>	<p>Cierre</p>	
	<p>» Pida a los alumnos que piensen en; "Una cosa que has aprendido sobre ti mismo en el curso". » Luego pregunte a cada persona qué es lo suyo, comience con usted mismo como Entrenador.</p>	



# SMARTS

[www.smarts-project.com](http://www.smarts-project.com)

