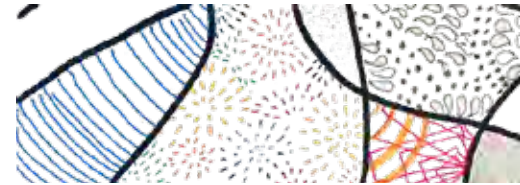


Tiempo para facilitar
3 horas



MÓDULO # 7

EL SEXO Y LA SEXUALIDAD COMO PARTE DE LA SANACIÓN

RESUMEN DEL MÓDULO

Hablar de una amplia gama de experiencias sexuales puede ser incómodo, incluso para los intercesores ante la violencia sexual. En este módulo, nos enfocaremos en ayudar a los sobrevivientes a comprender sus propias necesidades y límites respecto al sexo y la intimidad. Los facilitadores deben:

- ▶ ser conscientes de sus propios sentimientos acerca del sexo y la sexualidad.
- ▶ reflexionar sobre cómo la sociedad influye en lo que pensamos acerca del sexo y la actividad sexual.
- ▶ alentar a los participantes de la capacitación a desafiarse durante este módulo y fijarse en cuándo se sienten incómodos(as) o extraños(as) y reflexionar respecto a ello.
- ▶ enfatizar que todos los sobrevivientes que pueden dar su consentimiento para una actividad sexual deberían tener las herramientas y el apoyo para definir sus actividades sexuales placenteras.

EL SEXO Y LA SEXUALIDAD COMO PARTE DE LA SANACIÓN

OBJETIVOS DE APRENDIZAJE:

- ▶ Identificar cómo el abuso sexual en la infancia afecta la relación del sobreviviente con el sexo
- ▶ Analizar cómo las perspectivas sociales, nuestras experiencias y nuestra cultura afectan las creencias personales respecto al sexo
- ▶ Conectar el rol del intercesor con la ayuda a los sobrevivientes para explorar qué cosas son seguras, placenteras y agradables para ellos en lo que a sexo e intimidad se refiere
- ▶ Explorar herramientas y recursos que pudieran ser útiles para los sobrevivientes en este sentido

ESTRUCTURA DE “EL SEXO Y LA SEXUALIDAD COMO PARTE DE LA SANACIÓN”

Tiempo para facilitar este módulo: Tres horas (3 hr) en total

Lección 7.1 Comprensión de la incomodidad (media hora)

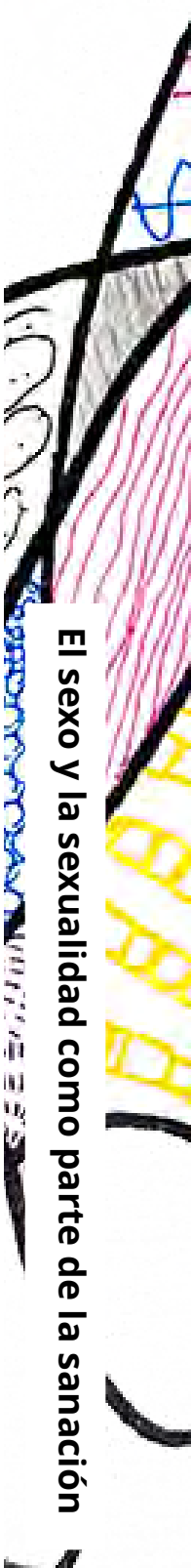
Lección 7.2 Profundizando nuestra comprensión (hora y media)

Lección 7.3 ¿Qué significa esto para la intercesoría? (Una hora)

MATERIALES NECESARIOS PARA EL MÓDULO “EL SEXO Y LA SEXUALIDAD COMO PARTE DE LA SANACIÓN”

Lección	Presencial	Virtual
7.1	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Computadora ▶ Proyector o televisor grande 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Mentimeter o Jamboard: alguna herramienta virtual de colaboración en vivo
7.2	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Computadora ▶ Proyector o televisor grande ▶ PowerPoint ▶ Copias o enlace al documento “Our Sexual Values as Advocates” (Nuestros valores sexuales como intercesores) 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ PowerPoint ▶ Documento “Our Sexual Values as Advocates” (Nuestros valores sexuales como intercesores)

Lección	Presencial	Virtual
7.3	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Computadora ▶ Proyector o televisor grande ▶ Bocinas que los participantes puedan oír ▶ PowerPoint ▶ Copias o enlace a la cuarto episodio de “Forjando la resiliencia: ¿De qué forma el abuso sexual en la infancia afecta el establecimiento de relaciones?” ▶ Copias o enlace a la hoja para colorear del cuarto episodio de “Forjando la resiliencia” ▶ How I Want It: Sexual Safety Planning for Survivors and Their Partners por la Coalición contra la violencia sexual y doméstica en Arizona ▶ Copias o enlace a la hoja de trabajo para la planificación estratégica 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Cuarto episodio de la serie de conversaciones “Forjando la resiliencia: ¿De qué forma el abuso sexual en la infancia afecta el establecimiento de relaciones?” ▶ Hoja para colorear del cuarto episodio de “Forjando la resiliencia” ▶ How I Want It: Sexual Safety Planning for Survivors and Their Partners por la Coalición contra la violencia sexual y doméstica en Arizona ▶ Hoja de trabajo para la planificación estratégica



El sexo y la sexualidad como parte de la sanación

NOTAS DE PREPARACIÓN PARA LECCIÓN 7.1 COMPRENSIÓN DE LA INCOMODIDAD

- ▶ Los facilitadores darán apertura al módulo con la actividad de asociación de palabras. El propósito de la actividad es eliminar un poco de la tensión e incomodidad que pudiera surgir al hablar de sexo en un espacio formal. Como grupo, a los participantes se les pedirá decir las palabras que han escuchado para describir las palabras “sexo”, “pene”, “vagina”, “senos/pechos”, “ano”. Debido a la naturaleza de esta actividad, se sugiere que:
 - » Los facilitadores les informen a los participantes de antemano que quizá se sientan incómodos y extraños haciendo esto, pero que, aun así, participen en la actividad. También está bien reírse y divertirse con esta actividad.
 - ◆ Los facilitadores pueden (y deberían alentar) a los participantes a incluir groserías, palabras en otros idiomas, así como emojis que hayan escuchado como respuestas durante la actividad.

- » El co-facilitador que no esté liderando la actividad también debería participar si la participación es escasa.

- » Los facilitadores deberían considerar permitir respuestas anónimas para aumentar la participación. De lo contrario, es posible que los participantes sientan demasiada vergüenza para participar en la actividad.
 - ◆ En el entorno virtual, se sugiere a los facilitadores que usen una plataforma como Mentimeter, en la función “nube de palabras” para recibir respuestas anónimas.

 - ◆ Google Jamboard pudiera ser otra opción, pues los facilitadores pudieran preparar diferentes tablas con una palabra (“sexo”, “pene”, “vagina”, “senos/pechos”, “ano”) en cada tabla. Sin embargo, si alguno de los participantes ha iniciado sesión en su cuenta en Google y está mirando el Jamboard, podrás ver quién escribió una palabra en la pantalla, lo cual pudiera aumentar la renuencia de participar y generar menos participación.

- » De manera presencial, los facilitadores deberán dedicar cierto tiempo a pensar en cómo pueden alentar la participación cuando quizá no exista ninguna manera de garantizar el anonimato. Algunas ideas son:
 - ◆ Proyectar un Mentimeter en una pantalla grande y hacer la actividad según las instrucciones para la sesión virtual.
 - ◆ Colocar cinco cajas diferentes alrededor de la sala etiquetadas con las palabras “sexo”, “pene”, “vagina”, “senos/pechos”, “ano” y pedirles a los participantes depositar papeles con sus respuestas en las cajas. El facilitador (o un voluntario entre los participantes) puede leerlos en voz alta al grupo.
 - ◆ Tener cinco pedazos de papel de rotafolio alrededor de la sala con las palabras indicadas y pedirles a los participantes que peguen notas autoadhesivas con los términos que se les ocurran.

- ▶ Los facilitadores deben prepararse para hacer observaciones acerca de lo que notan en cada palabra. Por ejemplo:
 - » ¿Cuál palabra generó la mayor y menor cantidad de respuestas?
 - » ¿Cuál palabra generó respuestas más rápida o lentamente?
- ▶ Como actividad alternativa, los facilitadores pudieran propiciar una conversación preguntando por qué el sexo y la sexualidad parecen ser temas difíciles de conversar, incluso como intercesores ante la violencia sexual.

Lección 7.1 Comprensión de la incomodidad

Tiempo estimado: Media hora



ACTIVIDAD Da apertura al módulo con una actividad de asociación de palabras en colectivo. Antes de hacer la actividad, avísales a los participantes que tal vez se sientan un poco incómodos al principio, pero que traten de superarlo y participar.

Instrucciones para la actividad

- ▶ “El objetivo de este ejercicio es mencionar la mayor cantidad de palabras que conozcan para los términos a continuación”.
- ▶ “Nos enfocaremos en una palabra a la vez y alguien del equipo de facilitadores leerá algunas de las palabras que se les ocurran a ustedes”.
- ▶ “Al pensar en los términos, incluyan palabras coloquiales, emojis, palabras en otros idiomas y groserías. Aceptamos todas las palabras que se les ocurran, con tal de que sean términos que hayan escuchado para referirse a estas cosas”.

Mostrando una palabra a la vez, pídeles a los participantes que digan los términos que hayan oído para describir:

- ▶ Sexo
- ▶ Pene
- ▶ Vagina
- ▶ Ano
- ▶ Senos/Pechos



ANÁLISIS Después de terminar la primera parte de la actividad, facilita un diálogo en colectivo. Haz las siguientes preguntas:

- ▶ ¿Qué tal te pareció la actividad?
- ▶ ¿Qué cosas notaste? ¿Te sentiste extraño(a), incómodo(a) o alguno de estos términos te sorprendió?
- ▶ ¿Cuál crees que fue la razón de hacer esta actividad?

Finaliza la actividad y contextualízala; menciona que:

- ▶ Hablar de sexo y la sexualidad en el trabajo puede ser incómodo, incluso para los intercesores ante la agresión sexual. Mientras más lo hagamos (y lo practiquemos en lugares controlados como este), menos incómodo será conversar de este tema con los sobrevivientes que buscan apoyo.

- ▶ Usar los nombres anatómicos correctos de las partes del cuerpo:
 - » los normaliza y elimina el secretismo y la vergüenza de mencionarlos. En el caso particular de los sobrevivientes adultos de abuso sexual en la infancia, estas palabras pudieran causar temor, ansiedad y podrían vincularse con el trauma.

 - » pueden ser una oportunidad educativa y demostrar respeto y comodidad al hablar de nuestros cuerpos.

- ▶ Debemos ser capaces de reflejar los términos que emplean los sobrevivientes para hablar de este tema sin sentir incomodidad. Esto puede ser difícil si jamás hemos escuchado las palabras que usan y nos sentimos culpables pidiendo alguna explicación.

NOTAS DE PREPARACIÓN PARA LECCIÓN 7.2 PROFUNDIZANDO NUESTRA COMPRENSIÓN DEL SEXO Y LA SEXUALIDAD

- ▶ Los facilitadores deben crear una presentación de PowerPoint para presentar la información en la ENSEÑANZA, adaptándola según sea necesario para ajustarse a las necesidades de la capacitación. Se recomienda a los facilitadores dedicar cierto tiempo a hablar acerca de cómo los estereotipos sexuales respecto a diferentes identidades pudieran hacer que los sobrevivientes tengan dificultades con su sexualidad. Por ejemplo, considera mencionar algunos de los estereotipos sexuales acerca de los grupos marginados en tu comunidad y cómo son perjudiciales para los sobrevivientes; vincula los estereotipos con las estadísticas acerca de la violencia sexual en tu zona/comunidad, historias de sobrevivientes, asuntos sociales (por ejemplo: altos niveles de mujeres y niñas indígenas desaparecidas y asesinadas [MMIWG]); el aumento de la tasa de la violencia contra las mujeres asiáticas, el abuso sexual de personas con discapacidades en centros de cuidados, la violencia sexual vivida por las personas detenidas y recluidas, esfuerzos en torno a políticas y otros temas que identifiquen los facilitadores.



Lección 7.2 Profundizando nuestra comprensión

Tiempo estimado: Hora y media



DIÁLOGO EN COLECTIVO Introducción del tema del sexo y la sexualidad para los sobrevivientes adultos de abuso sexual en la infancia. Facilita un diálogo en colectivo y pregúntale al grupo:

- ▶ ¿Por qué piensan que a un sobreviviente de abuso sexual en la infancia se le podría dificultar reclamar o sentirse cómodo(a) en torno a su sexualidad?
- ▶ ¿Cuáles son algunos aspectos difíciles de esto?



ENSEÑANZA Al concluir el debate, asegúrate de dedicar tiempo a resaltar lo siguiente. Los facilitadores deben crear diapositivas en PowerPoint para explicar la información, modificándolas según las necesidades de la capacitación. Habla acerca de cómo los estereotipos sexuales acerca de las identidades pudieran hacer que a un sobreviviente se le dificulte el tema de su sexualidad:

- ▶ En nuestra sociedad, es difícil hablar abiertamente del sexo

- ▶ El estereotipo acerca de los sobrevivientes es que siempre le tendrán miedo al sexo y que, o bien, nunca desearán involucrarse en ello o se volverán hipersexuales. Las personas ocupan diferentes espacios dentro de ese espectro y pueden cambiar durante el curso de sus vidas.

- ▶ Es posible que a los sobrevivientes se les haga difícil:
 - » el hecho de que los actos físicos en el sexo pueden ser un detonante para los sobrevivientes. Esto puede incluir recuerdos recurrentes, recuerdos intrusivos o emociones/sentimientos que el sobreviviente ni siquiera vincula con su abuso.

- » Sentirse seguros con una pareja sexual
 - ◆ En el caso de sobrevivientes de incesto, esto pudiera ser incluso más complicado porque las personas o persona (los parientes del sobreviviente) que supuestamente debía querer y preocuparse por ellos de manera no sexual, los abusó en una etapa temprana de la vida.
- » Poder fijar límites y decir “no” a determinados aspectos del sexo o poder detener todo en cualquier momento.
- » La conexión entre el abuso y la sensación de placer.
- » Tener una conexión con tu cuerpo para que puedas sentir placer.
- » Descripción del contacto sexual.
- » Saber lo que le gusta y disfruta tu pareja.
- » Intimidad emocional: da miedo dejar que los demás te conozcan y que se te acerquen física y emocionalmente. Especialmente en el caso de tener una pareja de largo plazo, es posible que el sobreviviente sienta que su pareja forma parte de su familia, lo cual complica las dinámicas sexuales.



DOCUMENTO y ACTIVIDAD Reparte el documento “Our Sexual Values as Advocates” (Nuestros valores sexuales como intercesores) y pídeles a los participantes que lo completen individualmente. El documento se encuentra en la página xliii.

Después de que el grupo haya terminado, haz las siguientes preguntas y propicia un diálogo en colectivo acerca de los resultados:

- ▶ ¿A alguien le sorprendió cómo se sintió acerca de alguno de los temas?
- ▶ ¿Lograron identificar sesgos o mitos?

Concluye este ejercicio reflexionando respecto a lo siguiente:

- ▶ Todos tenemos diferentes sentimientos y creencias en torno a la sexualidad y esto surge de nuestras experiencias, culturas, entornos, comunidades y sociedad.



- ▶ Lo que nos enseñaron y lo que no, al ser abusados o no, y las experiencias sexuales que hemos tenido o no han moldeado nuestros juicios y cómo nos sentimos acerca de diversas conductas y experiencias.
- ▶ Ser un intercesor para sobrevivientes de violencia sexual nos exigirá poner esos sesgos y mitos a un lado y trabajar con los sobrevivientes sin juzgarlos.
- ▶ Como integrantes del personal, pueden rendirse cuentas y apoyarse unos a otros en el trabajo.

NOTAS DE PREPARACIÓN PARA LECCIÓN 7.3 ¿QUÉ SIGNIFICA ESTO PARA NUESTRA INTERCESORÍA?

- ▶ Se sugiere que los participantes permanezcan en los mismos grupos pequeños durante esta lección.



Lección 7.3 ¿Qué significa esto para la intercesoría?

Tiempo estimado: Una hora



DOCUMENTO Reparte [la hoja para colorear de “Forjando la resiliencia: episodio 4”](#), por el Proyecto de Recursos Compartidos y reproduce [el video del cuarto episodio de la serie de conversaciones “Forjando la resiliencia: ¿De qué forma el abuso sexual en la infancia afecta el establecimiento de relaciones?”](#)



Reproduce el video desde el minuto 27:18 (“No poder decir que no”) hasta el minuto 33:04 (“Intercesores que también son sobrevivientes”).



DIÁLOGO EN GRUPOS PEQUEÑOS Pídeles a los participantes que se dividan en grupos y debatan:

- ▶ ¿Cómo creen que los intercesores pudieran apoyar a los sobrevivientes que desean explorar el sexo y la sexualidad?

Pídeles a los grupos que compartan lo que conversaron.



ANÁLISIS Durante el análisis, si no se menciona, resalta que el trabajo de los intercesores es:

- ▶ Hablar con los sobrevivientes acerca del sexo y la sexualidad sin incomodidad y sin juzgar

- ▶ Hacer preguntas acerca de la sexualidad de los sobrevivientes sin juzgarlos y para los fines de ayudar al sobreviviente. El rol del intercesor no es alentar ni desalentar actividades sexuales o creencias en particular. En cambio, los intercesores deberían abordar la interacción con curiosidad. Algunas preguntas que los intercesores pudieran hacer son:
 - » Pedir permiso para hablar de este tema. Esta es una manera de pedir permiso. “A veces, las personas se ponen nerviosas al hablar acerca del sexo, la sexualidad y la intimidad, incluso si es algo que les está generando dificultades. Quiero que sepas que siento total comodidad al hablar de estos temas y compartir recursos si deseas explorar por tu cuenta. ¿Esto es algo de lo que quisieras hablar más conmigo? No hay presión para hablar conmigo de este tema, pero quiero que sepas que soy receptivo(a) a que hablemos de esto si alguna vez quieres”.

 - » ¿Te interesaría incorporar tu sexualidad, según la definas, en tu sanación?

- ▶ Ayuda a los sobrevivientes a entender qué es el consentimiento y los límites, así como la importancia de poder tener control sobre su cuerpo y experiencias sexuales.
- ▶ Ayuda a los sobrevivientes a entender las reacciones y la anatomía sexual.
- ▶ Ten servicios que ayuden a los sobrevivientes a sentir placer: poder sentir placer que no sea sexual es el primer paso para poder sentir placer sexual.
- ▶ Ten servicios que ayuden a los sobrevivientes a sentir una conexión con su cuerpo.
- ▶ Ayuda a los sobrevivientes a identificar con cuáles actos sexuales se sienten cómodos, con cuáles se sienten totalmente incómodos y los que, pese a no estar muy seguros, les gustaría explorar.
- ▶ Poder hablar acerca de la masturbación y cómo esto puede ser una forma en que los sobrevivientes pueden sentir placer sexual y aprender a confiar en sí mismos.



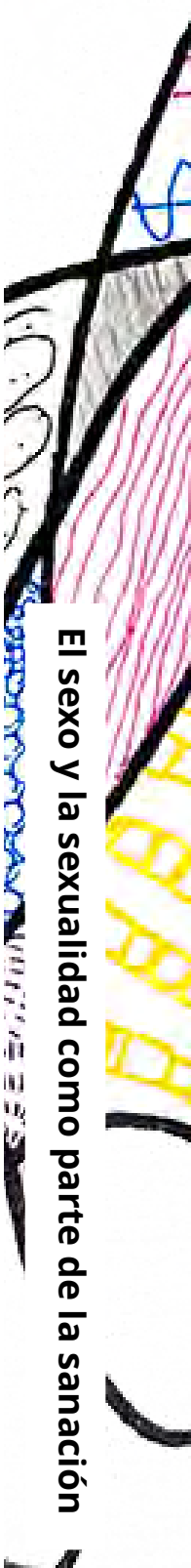
DOCUMENTO Reparte el documento [“How I Want It: Sexual Safety Planning for Survivors and Their Partners” \(Como lo quiero: planificación de la seguridad sexual para sobrevivientes y sus parejas\)](#) por la Coalición contra la violencia sexual y doméstica en Arizona y pídeles a los participantes que lean el documento. Explica que esta herramienta se creó para que los sobrevivientes y sus parejas sexuales conversen acerca de sus límites sexuales y elaboren un plan de seguridad sexual.



DIÁLOGO EN GRUPOS PEQUEÑOS Pídeles a los participantes que saquen su hoja de trabajo para la planificación estratégica y reflexionen acerca de las siguientes preguntas en sus grupos pequeños, mientras completan sus hojas de trabajo de forma individual:

- ▶ ¿Qué tipo de cambios deben efectuarse en tu organización para apoyar a los sobrevivientes adultos de abuso sexual en la infancia en la exploración de su sexualidad?

Pídeles a los participantes que compartan lo que hablaron en sus grupos.





ANÁLISIS Resalta estas ideas si nadie las menciona:

- ▶ Hay que capacitarse para ayudar a los sobrevivientes con la planificación de la seguridad sexual, a saber cómo fijar límites, a conocer qué es el BDSM (bondage o juegos con cuerdas y disciplina, dominación y sumisión, sadomasoquismo) y el sexo kink, así como en la exploración de su sexualidad.
- ▶ Hay que capacitarse acerca de la salud reproductiva.
- ▶ Tener libros acerca del consentimiento para todas las edades como recursos para sobrevivientes.
- ▶ Enseñar a los jóvenes de la comunidad acerca de temas de sexo, consentimiento, intimidad y placer.
- ▶ Organizar grupos educativos donde se hable acerca del placer y la intimidad para los sobrevivientes adultos de abuso sexual en la infancia.
- ▶ Organizar un club de lectura en tu organización donde se hable acerca de la sexualidad y el placer.
- ▶ Invitar a ponentes del departamento de salud a hablar acerca de opciones para la salud sexual.

- ▶ Reflexionar acerca de cómo se habla de sexo y sexualidad en los espacios de la organización (si es que se habla de este tema).



DOCUMENTO y ACTIVIDAD Pídeles a los participantes que escriban, en la hoja de trabajo para la planificación estratégica, una manera en que pueden cambiar su intercesoría individual para brindar mejor apoyo a las necesidades sexuales de los sobrevivientes adultos de abuso sexual en la infancia, así como los cambios organizacionales que se puedan efectuar para el mismo fin.



CONCLUSIÓN Concluye este módulo con las reflexiones escritas sugeridas a continuación:

- ▶ Pregunta de reflexión: ¿cómo crees que sería el mundo si los sobrevivientes adultos de abuso sexual en la infancia pudieran expresar su sexualidad de una manera segura, comprensiva y liberada, acorde con cómo la definen?

OPORTUNIDADES PARA PROFUNDIZAR EL APRENDIZAJE ACERCA DEL SEXO Y LA SEXUALIDAD COMO PARTE DE LA SANACIÓN

[“Sex Turned Up Campaign”](#) (Campaña: súbele el volumen al sexo) de la Coalición contra la violencia sexual y doméstica en Arizona

[“Cómo encontrar la sanación en el sexo kink”](#) una entrevista de [“Forjando la resiliencia”](#) con Ignacio Rivera, por el Proyecto de Recursos Compartidos.

“Come as You Are: The Surprising New Science that Will Transform Your Sex Life” (Vente como eres: nueva ciencia sorprendente que transformará tu vida sexual) por Emily Nagoski

“The Courage to Heal: A Guide for Women Survivors of Child Sexual Abuse” (La valentía para sanar: una guía para mujeres sobrevivientes de abuso sexual en la infancia) por Ellen Bass y Laura Davis

“The Survivor’s Guide to Sex” (La guía del sexo para sobrevivientes) por Staci Haines

Sanación en movimiento: cómo las coaliciones pueden apoyar el crecimiento y el cambio en la vida de los sobrevivientes adultos de abuso sexual en la infancia

Julio de 2023

Esta publicación fue elaborada por LaShae Lopez y el equipo Fortaleciendo la resiliencia [Building Resilience]: Resource Sharing Project (Proyecto de Recursos Compartidos), Activating Change, Just Detention International, Minnesota Indian Women’s Sexual Assault Coalition (Coalición de mujeres indígenas contra la agresión sexual en Minnesota), the North Carolina Coalition Against Sexual Assault (Coalición contra la agresión sexual en Carolina del Norte), y Olga Trujillo, Juris Doctor.

© Resource Sharing Project (Proyecto Nacional de Recursos Compartidos), 2023. Todos los derechos reservados.

El contenido de esta publicación se puede reproducir con el siguiente reconocimiento: Este material fue reproducido, con autorización, a partir de la publicación del Proyecto de Recursos Compartidos [Resource Sharing Project] “Sanación en movimiento: cómo las coaliciones pueden apoyar el crecimiento y el cambio en la vida de los sobrevivientes adultos de abuso sexual en la infancia”. Este informe se encuentra disponible en

www.resourcesharingproject.org.

Diseño gráfico y diagramación por Norio Umezu Hall, RSP. Esta publicación fue traducida del inglés al español por Vanessa Marcano-Kelly de Caracas Language Solutions, LLC.

Resource
Sharing
Project



Este material fue elaborado con el apoyo del convenio cooperativo número 2019-V3-GX-K040, otorgado por la Oficina para víctimas de delitos, Programas de la Oficina de Justicia, del Departamento de Justicia de los EE.UU. Las opiniones, hallazgos y conclusiones o recomendaciones expresadas en este material pertenecen a los autores y no necesariamente reflejan la postura oficial ni las políticas del Departamento de Justicia de los EE.UU.