

ME PASAN

TANTAS

COSAS...

***“ESI, el arte de aprender
a conocernos”***



Editoriales

Desde el Centro de Estudiantes creemos que la Educación Sexual Integral es valiosa, importante y capaz de generar un impacto positivo en quienes transitamos la adolescencia. Por eso realizamos un formulario para conocer qué opinan nuestros compañeros y compañeras con respecto a la ESI. A partir de estas respuestas, elaboramos el siguiente texto:

La educación sexual integral es una de las educaciones más importantes para una persona, desde primaria hasta secundaria. Es un espacio de aprendizaje y de libre expresión, un lugar de comodidad y aprecio, donde manifestar nuestras emociones y pensamientos sin recibir juicios a cambio.

La ESI nos permite aprender a tomar decisiones responsables y críticas; lo que es el respeto, el cuidado de nuestros cuerpos, el amor propio, ayudar y recibir ayuda.

Nos muestra las diversas formas de desarrollarnos en la vida. Gracias a estos talleres, podemos comprender, profundizar e incorporar temas significantes y de gran utilidad, tales como la sexualidad, el consentimiento, métodos de protección y prevención en las relaciones sexuales, las diferentes orientaciones sexuales, las identidades de género, entender mejor nuestro cuerpo y emociones, entre otros.

La ESI nos permite ponernos en los pies de las otras personas. La ESI no es solo sexo, va mucho más allá, trata de como NO avergonzarnos por nuestros gustos, trata de confianza, nos da la oportunidad de poder hablar de cómo nos sentimos.

Durante la adolescencia tenemos muchas inseguridades y temores, la ESI nos ayuda a poder superarlos y sobrellevarlos.

Es un ámbito para aclarar dudas, intercambiar ideas y puntos de vista, desahogarnos. El taller nos permite crecer y madurar, desarrollando una mente más abierta en el camino, nos muestra lo que es sentirse en libertad, seguridad y compañía.

Es... como una terapia grupal, un entorno lleno de paz. Es más que un taller, es una herramienta que llevaremos dentro y aplicaremos toda la vida.

Un taller ESI es como un taller de carpintería. Hay materiales y herramientas para unir, lijar, reparar, desarmar y construir. La presencia, la mirada, el cuerpo, la conversación son imprescindibles.

Inventar un taller sin la ronda parecía imposible. Sin embargo, lo intentamos. Sentimos que el cuerpo también puede ser convocado y vibrar a la distancia, sin la presencia física, como cuando recibimos una carta, escuchamos una canción, leemos un poema o recordamos.

La palabra escrita, el dibujo, la intervención de publicidades, la realización de videos. Por esos caminos anduvo la ESI de la Normal en 2020.

Los años anteriores, la vivencia, el juego, el abrazo fueron los puentes para mirar con otros ojos, deconstruir aquello que no nos potencia y reconstruir las partes quebradas o invisibilizadas.

La palabra y el diseño vinieron este año a ocupar ese lugar. Las creaciones logradas son extraordinarias. Laten. Tienen movimiento. Están vivas.

Los jóvenes dedicaron tiempo a mirarse, escucharse, sentirse, pensarse. Luego volcaron todo eso en estas producciones que compartimos aquí con ustedes.

Las compartimos porque nos enorgullecen, alimentan, abren nuevos interrogantes. Nos conmueven. Nos hacen reír.

Entre los fragmentos compilados hay trabajos realizados de manera transversal con la guía de colegas que alientan la ESI..

Asimismo, el Centro de Estudiantes fue una pieza clave. Los jóvenes que lo lideran se comprometieron con este sueño. Relevan los sentires de sus colegas de la escuela secundaria y, desde allí, inventaron el nombre y la tapa.

Una revista es una reunión de producciones que merecen "volver a ser vistas". "Me pasan tantas cosas. ESI, el arte de aprender a conocernos" merece además volver a ser recibida con el corazón.

Revista
"Me pasan tantas cosas. ESI, el arte de aprender a conocernos".

Vol. 1
Núm. 1
Diciembre 2020

Imagen de portada y nombre
Centro de Estudiantes
 @normalcde

Editoras
Equipo ESI
Secundaria
Escuela Normal
J.M. Torres
PESIE
FHAYCS UADER
Paraná
Entre Ríos
Argentina

Colaboradores
Docentes y
Asesoría Escuela
Normal J. M.
Torres

contacto
esiescuelanormal
@outlook.com

Los textos e imágenes usadas en esta revista son producciones de los estudiantes del Nivel Secundario, de la Escuela Normal J. M. Torres.

Centro de estudiantes

Talleristas ESI

Sentipensares sobre sexualidad...

Por estudiantes de 4to Año

"Cada ser humano es un mundo único, y por ende, cada persona vive la sexualidad de diferente manera."

La sexualidad es para todos
y a la vez para ninguno.
Es para un grupo de personas
o para alguien de tu mismo género.

Es para les no binaries
y para la gente cis.

Es para les que no aman
y para les que aman amar.

Es para uno mismo
y para alguien más

Es para la seguridad, confianza y consentimiento,
no para la fuerza y obligación.

Es para las chicas a las que las llaman "putas"
y para los chicos a los que los llaman "vírgenes".

La sexualidad es para todos
y es para disfrutar.

(Estudiante de 4to Año)

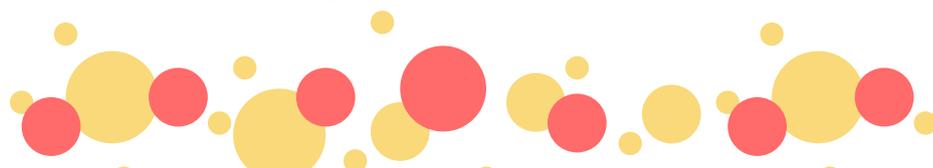


Rainbow_Palette/Athina Salomone, 4to Año

Para mí la sexualidad significa algo muy amplio, algo difícil de comprender tanto para nosotros mismos como para los que nos rodean. Es un transcurso para encontrarnos y conocernos mejor, saber que queremos, que amamos, odiamos, que queremos transmitir, cuál es nuestro propósito, conocer nuestras libertades, miedos, emociones, personalidad. Es decir, saber quiénes somos y estar seguros de la imagen que mostramos al mundo. Significa dejarnos llevar por los sentimientos y no por lo que los demás opinen. Es la libertad para cambiar, cometer riesgos, manifestarnos, pero sobre todo amar mucho y amarnos mucho. (Estudiante de 2do Año)

Saber para descubrir
 Aprender para prevenir
 Liberar para encontrar
 Fallar para seguir
 Amar y ser amado
 Llorar y llorar solx
 O llorar acompañadx
 Todo eso siempre cambia
 Porque cambiar no es malo.
 (Venecia Rossi Boeykens, 2do 4ta)

S EXO
E DUCACION
HOMOSE X **U** AL
HETEROSEX U **A** L
a MOR
TRANSEXUA L
I DENTIDAD
D ERECHO
A TRACCION
D ECISIONES



Identidad

Conocerse es uno de los desafíos más complejos a los que nos enfrentamos, porque no hay un tiempo igual a otro, un ser único e inalterable ante las decisiones, sino que somos un devenir constante de todo: de nuestros gustos, pensamientos, de nuestras acciones, sentires, amores, placeres e ideas.

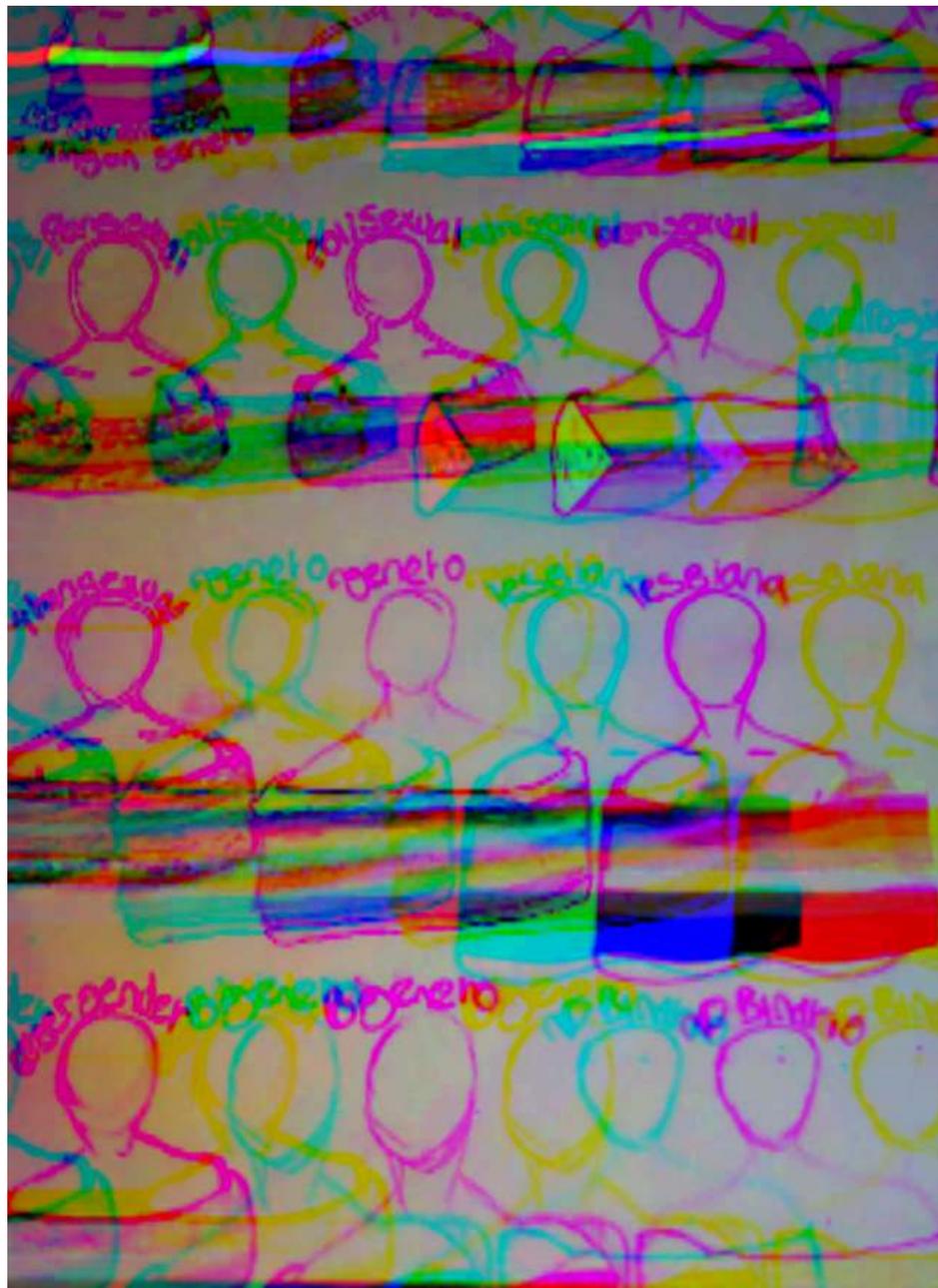
Armamos y desarmamos modelos de ser y de cambios durante toda la vida. Somos lo que vemos en las personas, lo que se refleja en cada cual, las luchas, los abrazos, las risas y mucho más.

Desde la ESI trabajamos la identidad entendiéndola como una circunstancia en un momento determinado, que no nos define para toda la vida, no nos limita a ser o pertenecer, sino que nos habilita a reconocernos en el cambio permanente.

Algunas de las primeras propuestas de este año tuvieron como eje central mirarnos.

A través de diferentes actividades y recursos empezamos a ver cómo estábamos. Utilizamos canciones, poemas, videos, para inspirarnos y empezar a poner en palabras quienes vamos siendo.

"Soy muchas cosas, como mi fortaleza, mi voluntad, mi ánimo, mis ganas de vivir, imaginar, soñar, cantar, bailar, Soy mi llanto, mi sonrisa, soy mis ojos."(Estudiante 5° año)



**SOY POLVO DE ESTRELLAS,
SOY AMOR EN ESENCIA,
SOY ARTE,
SOY PASIÓN,
PERO TAMBIÉN SOY HUMANO,
SOY IRA,
SOY EQUIVOCACIÓN.
SOY VALIENTE,
SOY LO QUE OTROS TEMEN SER,
SOY EXTRAÑO Y EXTRAÑADO.
SOY CANCIÓN,
QUE SOLO LA PUEDEN CANTAR LOS QUE
SIGAN EL RITMO,
AUNQUE ANTES DE HACER ESTA
DESCRIPCIÓN,
PREFIERO DECIR
SOY YO.**

(ESTUDIANTE 4º AÑO).

"Me sorprendí al ver cómo siempre a las mujeres se las ha tratado de menos y oprimido en todo tipo de derechos, laborales, de expresión y se han considerado inferiores a la hora de opinar o dar su propio punto de vista. También me sorprendió el origen de la palabra feminismo."

(D.M. 5º3ª).

"Me sigo sorprendiendo que hoy en día, estando en el Siglo XXI, la gente se siga asombrando o no entendiendo que todos tenemos los mismos derechos de hacer lo que nos gusta y hace feliz. Que un hombre se pinte las uñas no significa que sea afeminado, lo hace porque le gusta...Que una chica juegue rugby, no quiere decir que sea macho. sino que está haciendo lo que le gusta".

(Estudiante 5º año).





Collage, Candela Mendez, 2do año.

"SOY EL SURTIDO DE GALLETITAS QUE MÁS ME GUSTAN, UN PAR HEREDADAS Y OTRAS POCAS SE HAN METIDO SIN QUERER...DE IGUAL MANERA, RECONOZCO QUE LOS NUEVOS GÉNEROS SON LO MÁS CERCANO AL RESPETO Y LIBERTAD DE EXPRESIÓN QUE TIENEN LAS PERSONAS QUE SALEN DE SUS EQUIPOS, ASÍ QUE DOY MI APOYO."

(A.S. 5^o1^a)

"Soy esa ropa linda que no parece cómoda, que la juzgan por lo exterior, pero cuando la conocen es lo mejor. Aquella serie que cada vez va sacando cosas nuevas y se pone mas interesante, como también soy ese bizcochuelo que sale mal, se pega y se quema, pero que se puede sacar lo mejor de él como su sabor. Soy mi propio interrogatorio mental, soy mi mal y mi propio sostén. Mi camino hacia la perfección que a veces se vuelve frustrante. Yo y mis propios ataques de ansiedad. Yo 15 años y mi cuerpo una obra de arte junto a mi mente un universo más."

(Estudiante de 4° Año)

Soy la caja del fondo que nadie abre.El libro que juzga por su portada,que cuando abres no era lo que te imaginabas.Esa noticia que tiene mucho por decir,pero que no lo hace por miedo a lo que diga la gente.Soy un pájaro que quiere aprender a volar.

Soy eso que nadie imagina que soy...

(Berenice Re, estudiante 3° Año)



USAR LO QUE ME GUSTA

"En mi punto de vista cualquier persona puede usar lo que quiere sin importar cómo se siente identificado. Actualmente se les implanta mucho a los chicos que el color rosa es de chicas, los autos o los videojuegos son de chicos, etc. Creo que esto está muy mal y hay que enseñarles que esto no es así y cualquiera puede usar lo que le guste."
(Damián Moreno Veik 5°1ª).

¿QUIEN SOS?

Es una gran pregunta.....Yo soy una feminista, una hija, una novia, una prima, una hermana, una amiga, una alumna, una ciudadana, soy muchísimas cosas; pero también soy Luciana Frey una simple muchacha que vive en una casa, se levanta, estudia, almuerza, mira el celular, entre otras cosas. Soy una chica de 16 años, que le encanta cantar, que lucha por las mujeres; también soy novia de un chico de mi escuela, pero también soy la chica que tuvo dudas con su sexualidad hace casi 3 años como también soy la china nueva que se cambió en 4to año. La pregunta "¿Quién sos?" es una de las más grandes e interesantes preguntas que pueden responderse de mil y un maneras. Conclusión: "Soy la oveja arco iris de mi familia".
(Luciana Frey 5° 1ª).

¿Qué significa cuidarme?

Así sienten, piensan y dicen en primer año

Hago deporte. Como bien. Me higienizo.
Ando en bicicleta es la mejor forma de cuidar mi cuerpo y mi interior. Me da paz.
Disfruto de la comida, de la música.
Me alejo de lo que me quita la libertad de decidir por mí misma.
Me alejo de las malas energías y de las palabras que buscan lastimarme.
Ordeno mi cuarto porque la vista es agradable.
Me baño y me siento bien.
Me invitan a hacer algo y primero pienso si eso me hace sentir bien.
Me dicen que no puedo, pero igual lo intento.
Cuido mis palabras, cuido no herir con ellas.
Cuando me priorizo, me respeto, me amo, estudio, leo, me hago respetar, me alimento bien hago ejercicios, me abrigo.
Me cuidan -y me cuido- en el derecho a ser tenido en cuenta.
Cuando me escuchan. Cuando me ven. Cuando consideran mis necesidades y me acompañan en mi crecimiento. Cuando aprendo a cuidar mi cuerpo, a defenderme de situaciones de abuso sexual, a vivir libremente mi orientación sexual sin ser discriminado. Me cuido habitando una escuela donde se respetan por igual los derechos de todas las personas.
Adaptándome a lo nuevo en este año por ejemplo a la secundaria, evitando tener accidentes, prestando atención, me cuido principalmente de situaciones que me hacen mal, la falta de respeto, la discriminación, el bullying es algo que me angustia. Digo lo que pienso y siento. Digo no.
Me dedico tiempo. Rompo el silencio.
Disfruto de una rica comida, de una canción.

ME CUIDO CUANDO...

Hablo con mis amigos. Intento verme bien en el espejo.
Busco el camino hacia donde yo me priorizo.
Digo lo que pienso y siento.
Hago ejercicio o aquello que me da placer, como bailar.
Pido ayuda si la necesito.
Dedico tiempo a estar conmigo.
Alimento relaciones que me hacen bien.
Destino tiempo a estar en comunicación con la naturaleza.
Me conmuevo con una historia.
Disfruto de una rica comida o de una canción.
Hablo de mis emociones con alguien confiable.
Me respeto, me amo, estudio, leo.

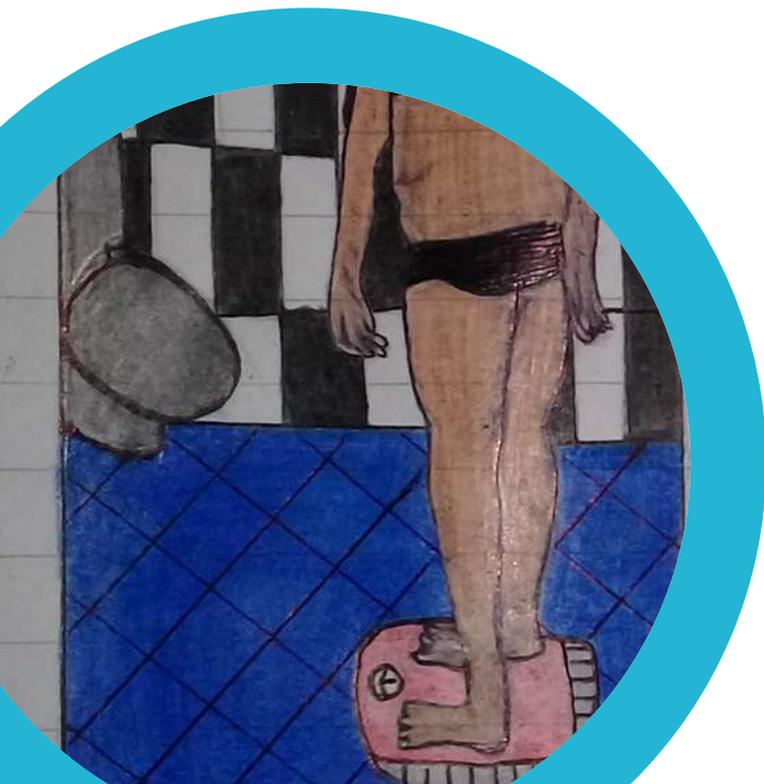


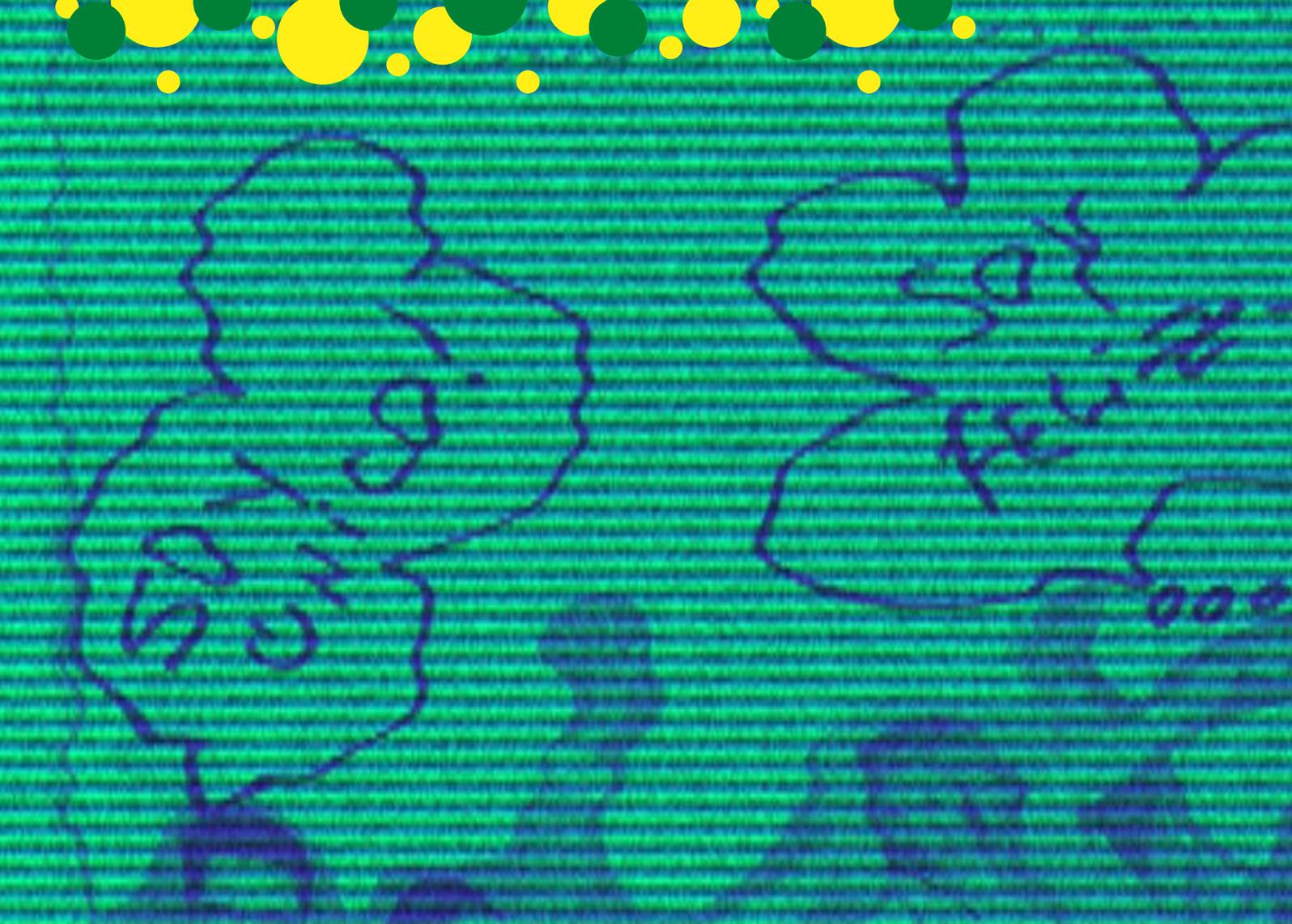
NO ME CUIDO CUANDO...

Duermo poco. Me enojo. Rompo algo.
Me peleo con mi hermana.
Lastimo a quienes quiero.
No me conozco, cuando no me quiero.
Dejo que el comentario de alguien me afecte.
Paso tanto tiempo encerrado jugando a la play.
No me cuestiono lo que me dicen aunque tenga dudas de que sea así.
Dejo que me falten el respeto, me desabrido, me dejo estar en mi salud física y mental.
Escondo mis sentimientos, finjo ser algo que no soy o no me alimento bien. Tomo mucha Coca Cola.
Al no conocer tus derechos no te estás cuidando.
Cuando tengo muchos problemas y no le pido ayuda a ningún amigo o alguien cercano.
Cuando veo en la televisión cosas que te dejan intranquila, nerviosa.
No hago nada por mi autoestima.
Acepto a cualquiera en las redes sociales.

MIS RECURSOS PARA CUIDARME

Comida, casa, agua, hogar y padres que me enseñan.
Varios... el que ya no me funciona es "hacer berrinches" me dicen que estoy grande para eso.... Pero mis padres siempre están para brindarme recursos ante algún sentimiento o situación que tenga... Mi principal recurso es el dialogo, el poder expresar lo que siento con total libertad. Si estoy enojado, y el horario lo permite, salgo a andar en bici hasta que se me pasa y puedo hablar con tranquilidad.
Terapia.
Mi sentido común para pensar bien lo que voy a hacer, las consecuencias de mis actos.
Hablar abiertamente con mis padres acerca de los temas que me producen angustia o que desconozco.
Hablar de mis emociones con alguien de confianza, como mi papá o mi mamá.
El espacio de ESI es un recurso que me brinda herramientas para poder conocer mi cuerpo y otorgarle el valor tan importante que tiene y poder exigir respeto.
Una de las herramientas más importantes que construí a partir de este espacio es el uso de la voz que me permite poder manifestar al otro/a cuando algo me lastima o me duele.
Abrigos que te quitan el frío y ropa cómoda que te quita el calor. Comida saludable, balanceada. Sirven también los cuadernos de bitácora, la naturaleza, amigos y personas con confianza.
Hacer actividad física, ir al psicólogo, meditar. Doctores, de ex niñeras.
El mayor recurso es mi propia voz, mi carácter, mi educación, mi mamá. Una familia para no estar solo y para alegrarme el día.
Mi familia, mis profesores, lo que leo.





salud sexual

mitos rotos

En este año tan particular compartimos experiencias especiales. Comunicarnos de forma virtual ha sido un desafío. No puede reemplazar a la presencia, sin embargo, lo tomamos como otra forma de encontrarnos en la contingencia.

Compartimos mucha información básica y esencial para el ejercicio de los Derechos Sexuales y Reproductivos, en tanto Derechos Humanos, y algunas herramientas para poder ejercerlos, como por ejemplo los diferentes métodos anticonceptivos y sus aplicaciones. Esto dicen y sienten los jóvenes de 5° año:



“Es importante educar, no vivir a costa de las opiniones de los demás y vivir una vida libre. Tomar nuestras propias decisiones. Los hombres también son parte de esta responsabilidad. Cuidarse es crucial. Gracias a la ESI sé que en sexualidad hay muchos mitos”. (V.R.T. 5º5ª)

“Un mito que puedo romper es el que dice que tener sexo con preservativo le quita el placer; el otro es el que la primera relación sexual no se puede quedar embarazada.

(Damián Moreno Veik, 5º1ª)

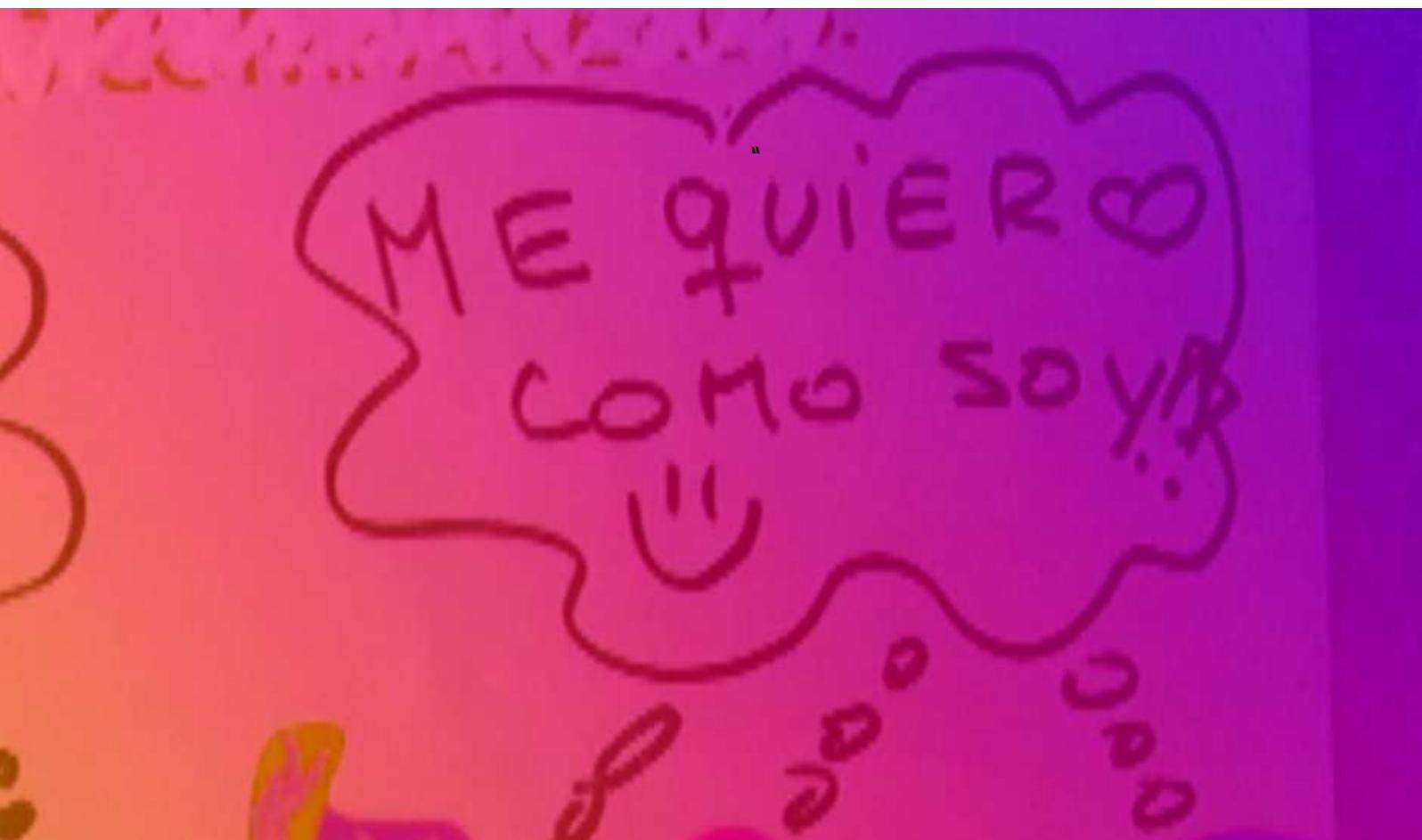
“No sabía que había métodos naturales de prevenir el embarazo. Hay muchas más ITS de las que conocía. Me di cuenta de qué haría si un amigo/a tiene un hijo/a; que hay muchas personas que no le dan importancia a la protección; cómo sería mi vida con un embarazo no planificado”.

“Hay cosas que ya las sabíamos, pero nos aclararon algunas cosas, por ejemplo, que el preservativo no disminuye el placer, que no es sólo para el sexo casual.”

“En mi opinión la virginidad es una construcción social y católica. A cada persona le llega su momento de tener relaciones sexuales. No todos están preparados a la misma edad. Aunque muchos creen que el preservativo disminuye el placer, yo lo utilizo porque prefiero no ser papá a tan temprana edad. El preservativo cumple su función, pero hay personas que no saben usarlo y al momento de tener relaciones se les rompe.”

“Si todavía no querés iniciarte sexualmente sos "raro" o "rara". La relación sexual no es sólo la penetración. Para tener intimidad no es necesario tener sexo con penetración.”

“Me invita a reflexionar sobre la cantidad de embarazos no deseados que hay día a día y lo duro que debe ser poder afrontarlos y para el niño también. Aclaré algunos puntos sobre métodos anticonceptivos que no tenía tan claro. Me coloqué por un momento en el lugar de estar y de tener a un amigo en esa situación, lo cual no fue muy agradable, pero me lleva a empatizar y acompañar a los cercanos.”





"Pude romper los mitos: que se puede ser virgen hasta cualquier edad incluso toda la vida; los adolescentes pueden usar el DIU." (D.M. Estudiante 5° 3ª)

"Rompí el mito de que el hombre es el que tiene que llevar el preservativo siempre; la masturbación hace mal; la píldora anticonceptiva engorda; siempre debo estar dispuesta/o a tener relaciones sexuales con mi pareja; si uno no tiene sexo con genitales, no tiene sexo; el preservativo disminuye el placer...". (Luciana Frey 5ª)

"Aprendí que las adolescentes pueden usar el método anticonceptivo DIU (Dispositivo Intrauterino). Y que la píldora anticonceptiva no engorda. (María Florencia Nassau 5° 4ª)

salud sexual

"El único método que nos protege de las ITS es el uso correcto del preservativo en todas las relaciones y en cualquiera de sus formas. Es el único método que además previene el embarazo."

"Se necesita gran responsabilidad a la hora de tener relaciones sexuales. Existen amplios métodos anticonceptivos para cuidarnos. Soy más consciente de las consecuencias que podría traer no cuidarme."

"Esta actividad me hizo recordar lo importante que es saber cuidarse y cuidar."

"La educación sexual es muy importante en la vida cotidiana, debería darse a muy temprana edad, yo tuve desde 6to grado. Es necesario el acceso a métodos anticonceptivos de forma gratuita. La decisión siempre es personal. Hablar de sexualidad no tiene que ser tabú e incómodo. La ESI ayuda a aclarar dudas. (P.M. 5° 4ª)



SEMANA ESI



**“Cuando sentimos que nuestro cuerpo no encaja y decidimos corregirlo, eso nos hace sentir inseguros y angustiados.”
(Estudiante de 1er Año).**

En el mes de Junio, junto con Área Artística y Ed. Física nos propusimos poner en tensión los discursos hegemónicos en torno a los cuerpos. Para esto y con el apoyo del equipo directivo, los estudiantes tuvieron una semana para dedicarse exclusivamente a la propuesta.

La invitación fue mirar con otros ojos las publicidades y reflexionar, volverlas a hacer, con un mensaje que salga de los estereotipos, que incluya la maravillosa diversidad de cuerpos.



“Sentimos que nuestro cuerpo cambia y sentimos vergüenza. Desde lo emocional, es difícil lidiar con nuestro cuerpo. Parece que al otro le queda todo mejor. El cuerpo del otro nos gusta, el nuestro no. Queremos corregirlo con dietas, actividad física o nos ponemos tristes. Cuando tenemos sobrepeso, se burlan, nos dejan afuera de todas las decisiones a veces somos las primeras en la línea de burlas. Nos sentimos atados a un cuerpo que no nos gusta y queremos cambiarlo. Aprende a aceptarnos y apreciarnos es la forma de construir flexibilidad y fortaleza. Recuperarnos de las decepciones. Las personas flexibles casi siempre toman buenas decisiones y elecciones. No hace falta tener un cuerpo de modelo para amar y ser amado.” (Estudiante de 1er Año)



El cuerpo perfecto

"EL CUERPO PERFECTO ES EL QUE FLORECE, EL QUE APRENDE A SER MEJOR Y EL QUE ACEPTA CADA RAMA, PÉTALO, MARIPOSA Y AROMA DE SÍ MISMO. ES AQUEL QUE ADORA SUS COLORES Y SUS TEXTURAS, Y NO JUZGA NI SE COMPARA CON LAS FLORES DE OTROS. EL CUERPO PERFECTO EVOLUCIONA, Y NO PIENSA EN NINGUNA OTRA FIGURA MÁS QUE EN LA SUYA." (JUIETA RUIZ, ESTUDIANTE DE 4TO AÑO).

"Una de las cosas que están muy ligadas a la autoestima de las mujeres es precisamente nuestra apariencia física. El cuerpo de las mujeres está siempre expuesto a ser mirado, escrutado, examinado, eternamente juzgado por la mirada ajena. (...) Nuestros cuerpos no están solo expuestos a la mirada del hombre, que aprueba y decide, que juzga inquisitorialmente quién "está buena" o quién no. Las mujeres también somos objeto de análisis de las otras mujeres, que evalúa si estás o no dentro de los límites de la belleza impuesta. Las miradas a nuestros cuerpos determinan si cumples con lo esperado de ti para ser aceptada, para conseguir una pareja, para ser sexualmente atractiva, incluso para conseguir el éxito total. (...)

(Maria Eva Doce, 4to Año)

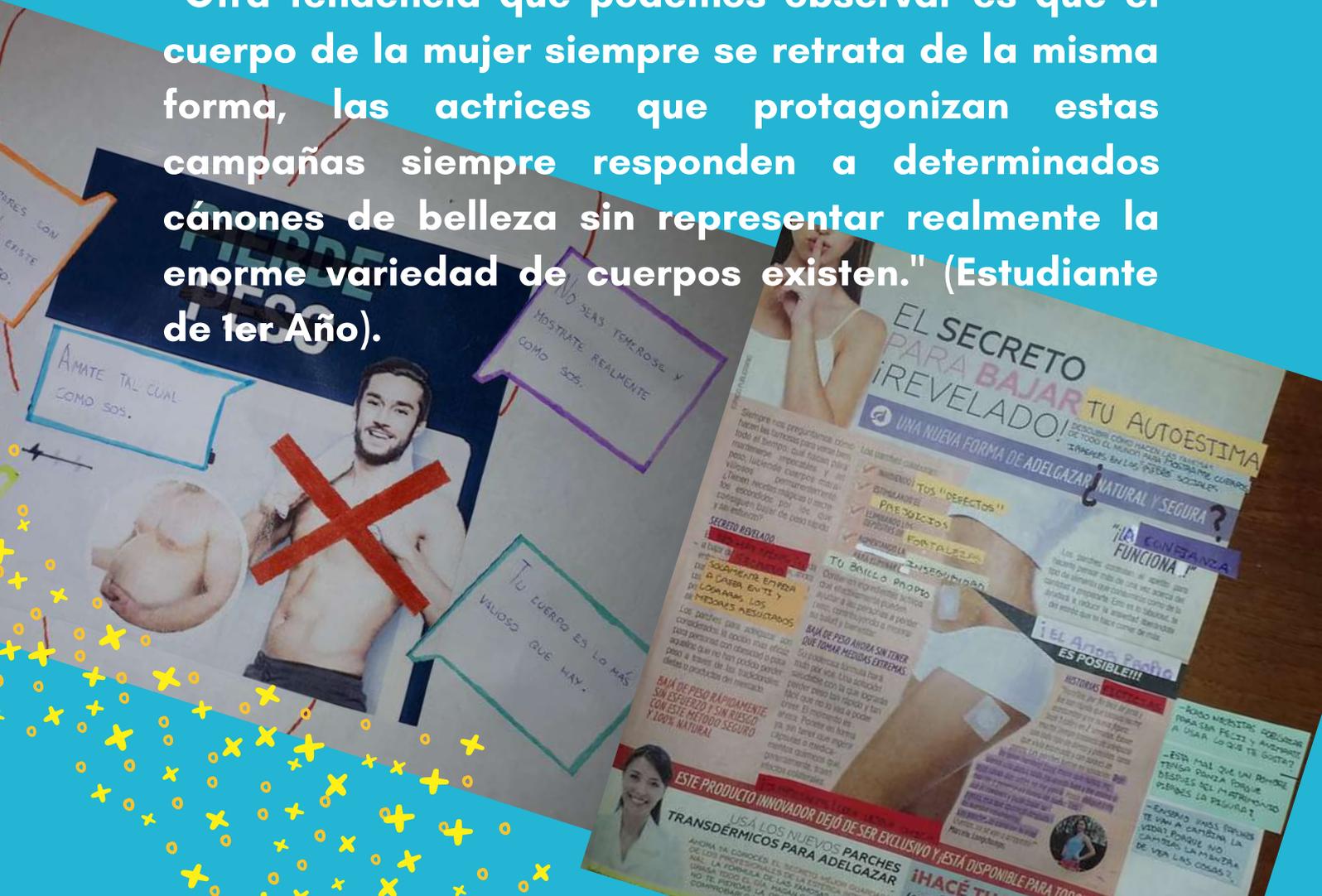
(...) Todas las mujeres aprendemos a valorar nuestro bienestar en función de que nuestro cuerpo se acerque más o menos al modelo o canon impuesto. Es decir, nuestra autoestima está muy ligada a lo que opinamos de nuestro cuerpo y a cómo de a gusto nos sentimos con él. Si la autoevaluación es negativa, atentamos directamente contra nosotras mismas y nuestro bienestar personal. Pero no solo es una cuestión de autoevaluación, también es una cuestión de lo que las personas de nuestro entorno piensan de nosotras, de cómo somos, de cómo es nuestra apariencia física."



"...Hay millones de cuerpos diferentes, pieles diferentes, pelos, huesos, músculos. Hay gente: "flaca, con pancita, sobrepeso, físico-culturistas, entrenados, no entrenados, altos, bajos, con piel seca, piel grasa, formas distintas", eso no determina ni tu belleza externa y mucho menos interna, hay de todo y está fantástico, sino todos seríamos iguales y eso sería muy aburrido, ordinario, común. Todos los cuerpos y personas son extraordinarios y lo importante es que nos sintamos así, extraordinarios."
(VRT 5to Año).

"Para mí la relación es que los publicistas hacen publicidad a un estereotipo de cuerpo "Perfecto", que sería una persona flaca, bonita, Etc. Esto permite que las grandes empresas puedan vender en masa ropa, perfumes, Etc. Y esto provoca que la gente se sienta mal por no ser tan bonita, por ser "Diferente" y esto no contribuye a una sociedad unida en cambio genera inseguridad, discriminación en la sociedad."
(Agustín Abraham, 4to Año).

"Otra tendencia que podemos observar es que el cuerpo de la mujer siempre se retrata de la misma forma, las actrices que protagonizan estas campañas siempre responden a determinados cánones de belleza sin representar realmente la enorme variedad de cuerpos existen." (Estudiante de 1er Año).





TRANS VERSALES

La afectividad, el quién soy, el quién me gustaría ser. Mis luces y sombras. El amor. Mi cuerpo. Son algunos de los grandes temas de la ESI que, felizmente, son abordados por diferentes materias de manera transversal. Aquí, algunos recortes de esas producciones.

¿CÓMO TE SENTÍS EN CUARENTENA?

Estudiantes
de Medios de
Comunicación
y Sociedad

5° 1°

Prof. Trinidad Balbuena

“La pandemia significa un freno en lo cotidiano, se modifica el tiempo dedicado a cada cosa, se centra en un espacio único. Se recupera el valor de la lectura, de la música, de programar salidas espaciadas estrictamente necesarias como es la provisión de alimentos. Se pasa mayor tiempo en las redes, intercambiando con pares y otras personas vivencias, sentimientos... implementando formas de comunicación con la familia, las videos llamadas como único modo de estar vinculados con ellos. Se fortalece el sentido de cuidado propio y con los demás.”

“Mi vida ha cambiado bastante y, a mi parecer, para mal. Soy menos productivo. Estoy aburrido y no puedo ver a las personas que más amo. Muchas veces pienso que las personas estamos entre esa fina línea que separa la sensibilidad del dramatismo, pero algunos lo ocultan para no caer en ello.”

“Este año escuché reiteradas veces la canción “Casa da floresta”, de Nanan. Me transmite mucho, por un lado, la letra, que me proyecta en un nivel de tranquilidad y paz (en el lugar que imagina), Por otro lado, la melodía, me trae esa tranquilidad en la que quiero vivir y en cierto punto estoy viviendo. Sé que no es la experiencia de todos, pero a mí me tocó vivirlo de esta manera. A su vez, esta paz y tranquilidad me llevaron a plantearme muchas cosas en mí y en la sociedad, a poder comenzar a ver las cosas de otra manera verdaderamente. El hecho de que andábamos todo el día “al palo” y no frenamos siquiera a veces para agradecer, agradecer a los que siguen para que todo se sostenga, a reflexionar, a ocuparse un poquito más de uno mismo, a pensar sobre cómo estamos y qué le transmitimos al otro.”



“Covid-19, el virus que nos hizo pausar experiencias sociales, nos aisló, nos encerró, nos dejó dentro de nuestro hogar. Ahora bien, tu interior determinará el cómo leas esas palabras:

Distancia ¿o acercamiento?

Separación ¿o unión?

Soledad ¿o más acompañados que nunca?”



“Estando en cuarentena encontré muchas cosas tanto buenas como malas. Empezando por las malas, diría que las peores fueron darme cuenta de la poca paciencia que manejo en ciertos temas, (como cuando la ayudo a mi mamá a usar la tecnología), pero gracias a esto sé que tengo que trabajar en esta conducta para que en un futuro no afecte mi forma de relacionarme.

Por otro lado, estar en tu casa es estar más tiempo con uno mismo, y eso no siempre es tan bueno como suena. Me di cuenta que tengo más complejos y debilidades que antes, en el día a día, no los veía. Y por complejos no solo me refiero físicos, sino que emocionales, de carácter, personalidad.

Uno de los días de cuarentena me peleé muy mal con mi mejor amiga, y son esos los momentos que la cabeza comienza a dar mil millones de vueltas haciéndose preguntas autodestructivas sin ningún fin positivo. Esa situación que ni siquiera quieres estar con vos misma, parece que por momentos querés configurar un piloto automático en tu cabeza y así no pensar nunca más, total, cuando uno no piensa, no habla. Y cuando uno no habla, no lastima.

Retomando al tema y para resumir un poco, estando tanto tiempo encerrada, te das cuenta de ciertas actitudes que tal vez siempre tuve, pero nunca las pude reflexionar.

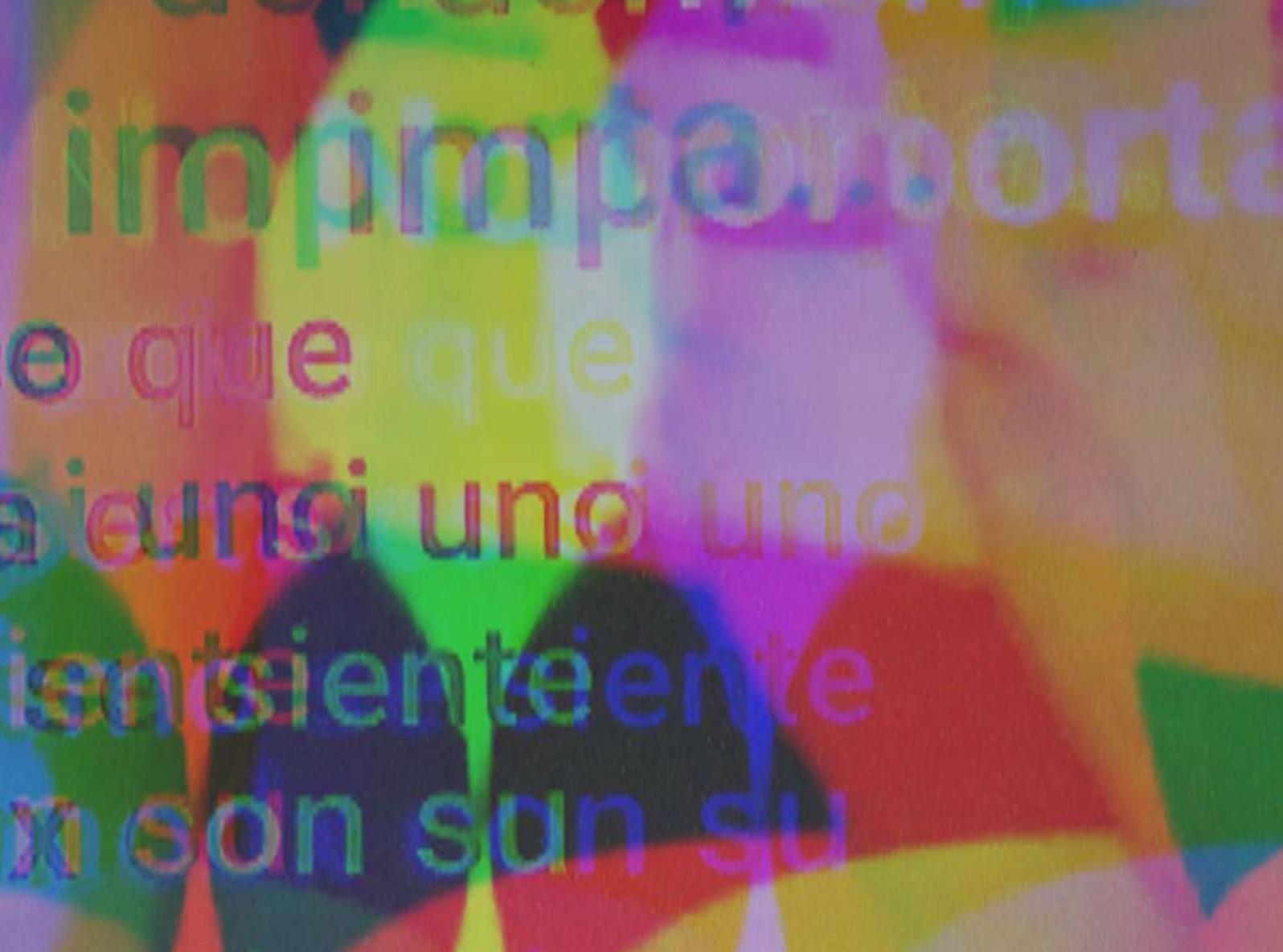
Como casi todos los adolescentes, el tiempo que paso en mi casa solía ser muy escaso. Un día normal para mí era ir a la escuela, sin pasar a comer por mi casa, me iba directo a hockey. Después de la práctica me iba a mi casa, me bañaba rápido y comenzaba a caminar para ir a inglés. Después de dos horas de clase, caminaba para mi casa (actividad que me tomaba 30 minutos de ida y 30 de vuelta). Hoy en día, aprendí lo que es convivir, y tener que dedicar todas las horas del día en hacer que la convivencia en familia sea lo más agradable.

En fin, siempre hay que tener en cuenta que quedándonos en casa ayudamos a los que no pueden. Y si hay problemas, siempre son en familia, la cual siempre te va a comprender y escuchar.”

OBESIDAD PERSPECTIVA HOLÍSTICA

“Se nos enseña que ser gordo es sinónimo de ser feo y rechazado, sino que también, es sinónimo de no merecer lo mismo que las personas delgadas. La sociedad no es inclusiva cuando de condiciones edilicias, ambientales o legales se trata. Más allá de que la obesidad genere ciertas complicaciones biológicas a la hora de encontrarse con otro a nivel sexual (como lo son problemas cardiovasculares, hormonales, reproductores, sanguíneos, etc.), también la persona obesa suele verse afectada por cuestiones aún más profundas: autoestima, miedos, juicios ajenos, inhibición, mitos, y muchas tantas otras. Una persona entrevistada para realizar este informe (la cual pidió que su identidad no sea revelada), compartió un testimonio que tiene que ver con cómo la veía su pareja sexual cuando tenía obesidad; “hacia poco había adelgazado mucho, ya estaba en un peso saludable. Una tarde, hablando con mi pareja, me contó que antes de que bajara de peso, le pasó de verme acostada en la cama, desnuda, y sentir rechazo, algo así como asco.” Y como ya estamos en el siglo XXI, me gustaría pensar que la mayoría tenemos en claro, que todos los cuerpos son válidos, dignos de respeto y amor, y que el deseo no tiene que ver con los estereotipos de belleza impuestos, sino con el valorar y observar la sensualidad del otro (la forma de caminar, vestir, seducir, hablar, expresarse, etc.).





Y también me dejaría tranquila (aunque quizás pido demasiado), que sepamos que de ninguna manera tenemos derecho de lastimar a nadie, mucho menos cuando de aspecto físico se trata; la infidelidad, la falta de respeto, la desvalorización, exclusión, los comentarios hirientes, etc., nunca deben ser justificados, bajo ninguna circunstancia.

Y, en el caso de que suceda lo que mencionaba anteriormente el experto, las dos partes tienen que hacerse responsables de lo que les toca, asumiendo el compromiso del vínculo construido entre los dos: haciendo terapia, dialogando, probando cosas nuevas, o simplemente separándose. Pero siempre desde la claridad, la comunicación, y el respeto que cada sujeto merece.

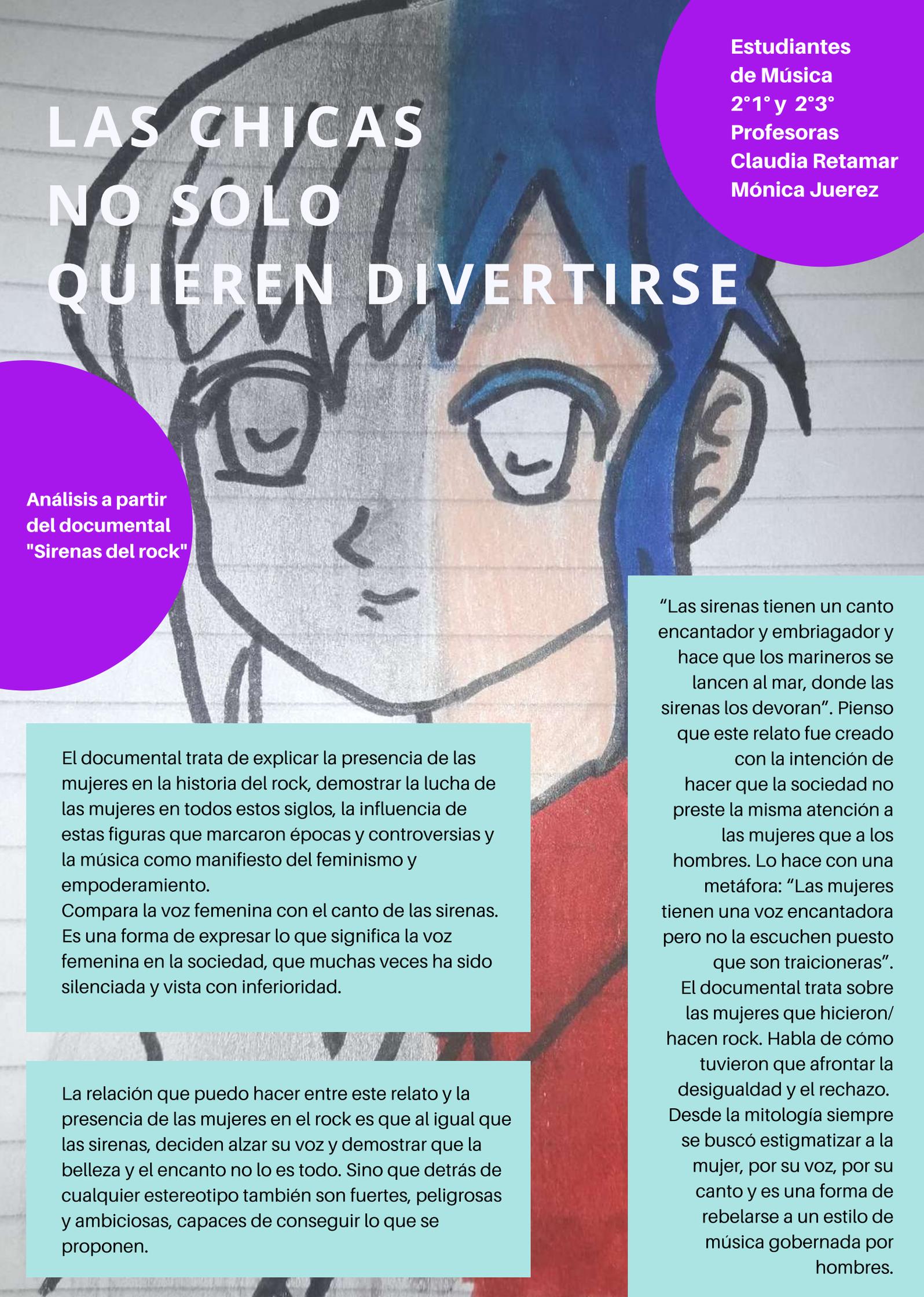
Percibimos sensaciones, olemos fragancias, miramos, tocamos, experimentamos el placer y lo damos, hablamos, nos expresamos, cantamos, bailamos, pintamos, tenemos contacto con un(os) otro(s), reímos, lloramos, abrazamos a los demás, e inclusive y en el mejor de los casos, también a nosotros mismos. Caminamos, evolucionamos, pensamos. Vivimos. ¿Cuántas de estas cosas serían posibles sin nuestro cuerpo?

Disponemos de todo el tiempo del mundo para criticarlo, y las horas corren demasiado rápido cuando de valorarlo y amarlo se trata. Y eso que es el que más merece nuestro reconocimiento, nuestras caricias y atención.

Porque es el que nos permite sentir la vida, y transitarla con la intensidad que lo hacemos.

Porque es inmenso, más allá de nuestra altura. Y es hermoso, más allá de nuestras "imperfecciones".

Porque es una obra arte, gracias a nuestras curvas, nuestras cicatrices, nuestros colores e incluso en su funcionalidad perfecta.



LAS CHICAS NO SOLO QUIEREN DIVERTIRSE

Estudiantes
de Música
2º1º y 2º3º
Profesoras
Claudia Retamar
Mónica Juárez

Análisis a partir
del documental
"Sirenas del rock"

El documental trata de explicar la presencia de las mujeres en la historia del rock, demostrar la lucha de las mujeres en todos estos siglos, la influencia de estas figuras que marcaron épocas y controversias y la música como manifiesto del feminismo y empoderamiento.

Compara la voz femenina con el canto de las sirenas. Es una forma de expresar lo que significa la voz femenina en la sociedad, que muchas veces ha sido silenciada y vista con inferioridad.

La relación que puedo hacer entre este relato y la presencia de las mujeres en el rock es que al igual que las sirenas, deciden alzar su voz y demostrar que la belleza y el encanto no lo es todo. Sino que detrás de cualquier estereotipo también son fuertes, peligrosas y ambiciosas, capaces de conseguir lo que se proponen.

"Las sirenas tienen un canto encantador y embriagador y hace que los marineros se lancen al mar, donde las sirenas los devoran". Pienso que este relato fue creado con la intención de hacer que la sociedad no preste la misma atención a las mujeres que a los hombres. Lo hace con una metáfora: "Las mujeres tienen una voz encantadora pero no la escuchan puesto que son traicioneras".

El documental trata sobre las mujeres que hicieron/hacen rock. Habla de cómo tuvieron que afrontar la desigualdad y el rechazo. Desde la mitología siempre se buscó estigmatizar a la mujer, por su voz, por su canto y es una forma de rebelarse a un estilo de música gobernada por hombres.

CUANDO ME MIRO

"Muchas personas (como yo antes de leer el libro y el ensayo "Dónde están las monedas") quieren tomar solo lo positivo y expulsar lo negativo. El rechazo nos ata con más fuerza a lo que rechazamos. Lo que parece negativo está al servicio de la vida y podemos aprovecharlo a nuestro favor. El dolor nos hace más plenamente humanos."

"¿Cómo se hace un proyecto a futuro cuando no se tiene claro el presente?"

"Me gustaría que me vean fuerte, valiente, capaz de superarme día a día para ir creciendo con mucha fuerza."

"Cuando uno se conoce, puede ser más feliz".

¿Vivimos o sólo existimos? ¿Cuál es la necesidad de tener esa desesperación por lo que se aproxima? Creo que si hiciéramos lo que nos gusta sin dejarnos llevar por los prejuicios, todos seríamos un poco más felices."

"La ESI es una entrada a expresar un montón de sentimientos, dudas, preguntas. De ahí que tu mentalidad se amplía, ves mejor las cosas, las personas y también la sociedad. A las dudas hay que sacarlas de adentro, que dejen de habitarnos como una carga".

"Los seres humanos nos relacionamos a través de la sexualidad. La sexualidad está en la historia, en la cultura. Es lo que nos lleva a pensar, decidir, desear y soñar."

"¿Quién dice quién soy?
Tantas personas que se van a dormir con angustia, lágrimas, sueños frustrados, palabras y sentimientos no dichos, incertidumbre, pensando qué decir mañana que sea correcto, a gusto de la sociedad para evitar el rechazo, burlas, sobrenombres, violencia. Quiero que nos señalen por ser la generación que autocultivo el respeto, el amor, la diversidad. Creo en mi generación, porque creo que cuando uno ES, el motor de la vida funciona más aliviado".

"Cuando se desea un auto no solo se desea el auto, se desean los lugares a donde se va a ir, las personas a las que se va a llevar, la música que se va a escuchar y esto hace que los deseos sean siempre algo más que un deseo, que sean siempre un gran viaje".

(Estudiante de 6° año explicando a Deleuze)

ENAMORARSE

"No podemos conocer al otro sin conversar, tampoco podemos conocernos a nosotros si no conversamos. En una conversación desde el corazón, nuestro carácter, actitud y forma de ser quedan al desnudo. Hasta podemos enamorarnos de alguien por solo verlo conversar".

"Conversar es cruzar un puente. Cruzarlo para dejarse afectar implica estar afectado antes de llegar al otro lado. A medida que vamos caminando ya estamos afectados. Porque si decidimos cruzar es porque nos interesa lo que hay del otro lado. Nos interesa escuchar esa historia".

"Conversamos para mostrarnos al mundo. Hay veces que ni siquiera es necesario hablar, las miradas, los besos, logran revelarlo todo. Conversamos para no sentirnos solos, para poder ser parte de algo, para disfrutar momentos o generar caos. Las conversaciones son el puro reflejo de nuestro interior.

Conversamos para afectar y afectarnos".

"Quizá escribimos para sentir que alguien nos escucha... o porque finalmente nos estamos escuchando a nosotras mismas. La conversación es el lazo que da forma a cualquier amistad o noviazgo. Compartir un momento de charla con la persona que necesitamos, puede sanarnos. Al conversar, las almas se exponen. Se conectan".

CONVERSAR

"Cuando le ponemos una etiqueta a alguien es muy difícil romperla, entablar una relación, conocer a esa persona. Las etiquetas nos alejan, nos impiden ver".

“¿Por qué nos da miedo enamorarnos? Nos asusta que jueguen con nosotros, que nos lastimen o que no lleguen a sentir lo mismo. Pero, ¿Por qué? ¿Será que soy insegura? ¿Será que no puedo entender por qué esa persona siente eso por mí? ¿Será que no tengo autoestima? ¿Será que todavía no me puedo amar tal cual soy? ¿Será...? Descubrí esas preguntas que nunca estuvieron en mi cabeza. Ahora puedo darme cuenta de que primero me tengo que amar a mi misma, aceptarme, cuidarme, después le puedo dar espacio a alguien más para que entre en mi corazón y poder amarlo y cuidarlo como hago conmigo misma".



Las talleristas que conformamos el equipo ESI de la escuela Normal J. M. Torres de Paraná (Carmen Alday, Victoria Basso, Mariana Páez, Silvia Primo) queremos agradecer al PESIE (Programa de Educación Sexual Integral Escolar) de la Sec. de Escuelas de la FHaYCS, por ser el impulsor de estos hermosos espacios que son los talleres ESI, a los equipos Directivo, de Asesoría y Orientación; y en especial a los estudiantes por compartir con nosotras sus pensamientos, sentimientos, reflexiones, por enseñarnos tanto durante estos 8 años. GRACIAS!!!