

PRESENTACIÓN

La forma como vivimos la sexualidad es un factor determinante en nuestro nivel de salud y de bienestar. Así, una **SEXUALIDAD POSITIVA**, una sexualidad sana hace que las personas potencien su bienestar y felicidad, mientras que vivir la sexualidad con miedo, con ansiedad, con rechazo..., en definitiva de una forma negativa, es siempre causa de malestar, genera problemas de salud e influye negativamente en la forma como nos relacionamos con los demás.

OBJETIVOS

Este curso sigue el modelo de acción sugerido por sexólogos e instituciones, como la Asociación Mundial de Sexología o la Organización Mundial de la Salud, al incluir entre sus objetivos a cubrir la información y los conocimientos, el trabajo actitudinal y la presentación de técnicas y ejercicios específicamente sexuales.

Así el curso persigue un doble objetivo: a) ofrecer una **formación seria y rigurosa** sobre sexualidad humana y b) ser un **marco de crecimiento personal** en relación a la propia sexualidad. Nuestro curso ofrece por tanto un contexto formativo y un contexto de promoción, fomento de la salud sexual a los participantes.

En el curso **SEXUALIDAD POSITIVA** se ofrecen **conocimientos**, se trabajan las **actitudes** y se proponen **ejercicios y actividades** para la mejora de la salud sexual. Diferentes autores han señalado que las dificultades, las disfunciones y los problemas sexuales deben abordarse de una forma progresiva. En un primer momento el tipo de acciones a llevar a cabo son eminentemente informativas/educativas; alrededor el 80% de las dificultades sexuales se solventan con este tipo de **intervención educativa**. En segundo lugar son las actitudes negativas las que causan insatisfacción o problemas sexuales; la **adecuación de las actitudes sexuales** resulta así determinante para resolver estos problemas. Finalmente, algunas disfunciones sexuales requieren la aplicación de **técnicas sexológicas específicas** para eliminar los "malos hábitos sexuales"; estas técnicas, que vienen desarrollándose desde hace más de 50 años por diferentes sexólogos (e.g. Masters y Johnson, Kaplan, LoPiccolo...), deben ser aplicadas por expertos sexólogos, sin embargo el conocimiento de algunas de ellas por parte de los "no profesionales", con conocimientos de sexualidad humana, resulta beneficioso para la mejora de la propia sexualidad de esas personas.

METODOLOGÍA

Este curso está pensado para adaptarse a la disponibilidad temporal de sus alumnos; cada participante puede estructurarlo de acuerdo a sus necesidades y a sus preferencias.

Se imparte a *distancia*, pero ofrece a sus alumnos la posibilidad de asistir a las "sesiones complementarias" que se celebrarán en Madrid los días 8 de marzo y 10 de mayo de 2008. En estas sesiones se impartirán conferencias y talleres.

MATERIALES DIDÁCTICOS

Tres volúmenes de **apuntes exclusivos** donde se encuentran los contenidos teórico-prácticos del curso. Además, a través de Internet se ofrecerán otros documentos complementarios, como artículos y materiales gráficos o videograbados.

DESTINATARIOS

El curso se dirige a todo tipo de agentes de salud, tanto profesionales sanitarios como otro tipo de profesionales; **psicólogos, médicos, enfermeras, trabajadores sociales, terapeutas ocupacionales, maestros, educadores sociales** y otras personas interesadas en el tema encontrarán en este curso un marco actual para enfocar su trabajo (educativo, preventivo o terapéutico) en sexualidad humana.

Considerando que para acceder a este curso no se exige ningún tipo de titulación previa, **cualquier persona interesada** podrá encontrar provechosos los conocimientos que se ofrecen en él.

TUTORÍA

Los alumnos podrán consultar dudas, respecto al seguimiento de los contenidos, a los profesores por correo, por teléfono, o por email.

PROFESORADO

Director: Dr. Andrés López de la Llave
Profesores: Dra. M^a Carmen Pérez-Llantada; Pilar Carrillo; Ana Sierra; Elena Valdés
Profesores invitados: Dr. José M^a Buceta; Dr. Enrique García Fdez-Abascal; Dr. Emilio Ambrosio.

EVALUACIÓN

La evaluación se llevará a cabo mediante la asignación a los alumnos de diferentes tareas (cuestionarios, trabajos prácticos, comentarios de artículos...) que deberán remitir a los profesores en las fechas previstas. Las fechas para la entrega de los trabajos serán lo suficientemente flexibles como para que no se planteen problemas a ningún alumno.

PRECIO

El precio de la matrícula es de 350 euros. En esta cantidad se incluyen los materiales, el acceso a la zona exclusiva de nuestra web, la asistencia a una sesión presencial y el diploma del curso emitido por la Fundación General de la UNED.

CONTENIDOS

BLOQUE I: Conocimientos

- Marco conceptual
- La función de la sexualidad
- El proceso de sexuación
- La anatomía sexual
- La respuesta sexual humana
- Comportamientos sexuales
- Problemas y disfunciones sexuales
- Perspectiva antropológica

BLOQUE I: Actitudes

- Qué son las actitudes
- Cómo modulan las conductas
- Actitudes y sexualidad
- Ejercicios para el cambio de actitudes

BLOQUE I: Ejercicios y actividades

- Los determinantes de la conducta
- Análisis funcional de la conducta
- Ejercicios para el aumento del deseo
- Juegos y fantasías
- Ejercicios sensoriales
- La mejora del desempeño sexual
- Tratamiento de disfunciones sexuales.

INFORMACIÓN Y MATRÍCULA

Más información a través de algunos de los siguientes medios:

E-mail: sexualidadpositiva@gmail.com

WEB: www.sexualidadpositiva.org/asmos

La matrícula se realiza en la



Fundación UNED

C/ Francisco de Rojas 2 2º dcha.

28010 Madrid

Tel: 91 386 72 75 Fax : 91 386 72 79

WEB: www.fundacion.uned.es

NOTA: Hemos diseñado este folleto informativo, buscando el menor impacto posible sobre el medio ambiente. Por eso hemos utilizado papel ecológico, el tamaño es reducido y está realizado a una sola tinta.

Plazo de matrícula hasta
20 de marzo



www.sexualidadpositiva.org/asmo

El curso se impartirá durante los meses de Marzo, abril, mayo y junio de 2010

ATENCIÓN

En los cursos: "La Risa y el Humor para prevenir y afrontar el estrés", "Sexualidad Positiva" y "Relajación y control emocional: biofeedback", la **Fundación UNED** ofrece becas a las personas que realizan más de un curso: - Dos cursos: beca de 100 euros
 -Tres cursos: beca de 250 euros