



Acompañamiento Vocacional Escolapio (A.V.E.)

FICHA N° 07: Afectividad y Sexualidad

Nombre: _____ Fecha: _____

/___/_____

TU AFECTIVIDAD Y TU SEXUALIDAD

Responde las preguntas en una o varias páginas aparte.

1. **Escribe tu historia afectiva y sexual: ¿Cómo descubriste tu mundo afectivo y sexual? ¿Cuáles son los episodios que más te marcaron?**
2. **¿Existe en ti algún bloqueo o algún complejo derivado de las experiencias sexuales o afectivas de tu infancia?**
3. **¿En tu vida afectiva y sexual vives sentimientos de culpabilidad por algo? ¿Descubriste la vivencia de tu sexualidad de una forma natural y espontánea, o existieron situaciones que te forzaron a vivirla de una forma desordenada o desequilibrada?**
4. **¿Eres espontáneo, o te cuesta mucho expresar tus vivencias, tendiendo a esconder las cosas? ¿En qué se nota?**
5. **¿Expresas fácilmente tus sentimientos y afectos o los ocultas y reprimas? ¿A qué crees que se debe tal comportamiento?**
6. **¿Estás hoy viviendo la sexualidad de una forma normal, natural, equilibrada? ¿En qué se nota? ¿Hay algo que te preocupa de tu sexualidad? ¿Qué? ¿Por qué?**
7. **¿Estás contento con tu identidad sexual? ¿En qué lo notas?**
8. **¿Has tenido, alguna vez tendencias homosexuales o atracción física o sentimental hacia personas de tu propio sexo?**
9. **¿Has tenido, alguna vez, relaciones homosexuales?**
10. **¿Te has enamorado? ¿De cuántas muchachas? ¿Durante mucho tiempo? Si has tenido noviazgos, cuenta tu historia: ¿con quién fue, cómo comenzó, qué tenía de hermoso, qué sentimientos dejó en tu corazón, por qué se terminó (si es que se terminó)?**
11. **¿Tienes actualmente una relación de noviazgo o enamoramiento?**

12. ¿Has tenido relaciones sexuales con mujeres? ¿Cuándo, con quiénes, qué pasó? ¿Qué sentimientos dejaron dentro de ti esas experiencias?
13. ¿Cómo canalizas hoy tu sexualidad? ¿A través de pensamientos, conversaciones, masturbación, relaciones sexuales, revistas, películas, videos, etc.?
14. ¿Te gusta tu cuerpo? En concreto, ¿crees que eres atractivo, que una chica se podría fijar en ti?
15. ¿Te gustan tus órganos genitales? En concreto: ¿crees que estás bien desarrollado y tus genitales no son motivo de angustia o complejos?
16. ¿Sabes cuidar tus amistades? ¿Tienes amigos? ¿Cómo es tu relación con ellos?
17. ¿Eres capaz de dar y recibir cariño? ¿De qué forma lo expresas?
18. ¿Existe algún elemento compulsivo en tu vida sexual? (esto se refiere al hecho de que te sientas necesitado, forzado o llevado a realizar siempre algún tipo de acto sexual: masturbación, relación sexual, necesidad de exhibirte sexualmente, necesidad de mirar cuerpos desnudos, etc.).
19. Durante tu infancia o adolescencia, ¿fuiste víctima de abuso sexual por parte de alguien mayor que tú o más grande o más fuerte que tú?
20. ¿Has abusado sexualmente de alguien menor o más frágil que tú? ¿Cuándo, cómo y por qué?
21. ¿Qué entiendes por sexualidad?
22. ¿Qué entiendes por afectividad?