



**Mi Universidad**

**Ensayo**

*Nombre del Alumno: Dulce Del Carmen Reyes Aguilar*

*Nombre del tema: unidad 3 y 4*

*Parcial: I*

*Nombre de la Materia: Sexualidad y genero*

*Nombre del profesor: Mónica Lisseth Quevedo Pérez*

*Nombre de la Licenciatura: Psicología*

*Cuatrimestre: octavo*

*Pichucalco, Chiapas*

*7 De abril De 2024*

## Género y Exclusión Social

La exclusión social es un fenómeno complejo que afecta a diversas comunidades en todo el mundo, y el género y la discapacidad son factores que a menudo profundizan esta marginalización. En este ensayo, exploraremos cómo la construcción cultural de la discapacidad, los estereotipos de género y la discriminación por razón de sexo contribuyen a la exclusión social, así como las formas en que la igualdad de género, el respeto y la prevención de la violencia pueden abordar estos desafíos.

La construcción cultural de la discapacidad es un proceso complejo que influye en cómo percibimos y tratamos a las personas con discapacidad. A menudo, las personas con discapacidad enfrentan barreras físicas, sociales y emocionales debido a estereotipos arraigados que las consideran como menos capaces o dignas de respeto. Esto puede llevar a su exclusión de la educación, el empleo y otros aspectos de la vida comunitaria.

Género y salud están intrínsecamente relacionados, ya que las normas de género pueden influir en el acceso a la atención médica, la prevención de enfermedades y el bienestar emocional. Las mujeres, en particular, pueden enfrentar desafíos adicionales debido a la falta de acceso a servicios de salud reproductiva, así como a la estigmatización de problemas de salud mental y emocional.

Las emociones y el género también están estrechamente vinculados, ya que las expectativas culturales sobre cómo deben expresarse las emociones varían según el género. A menudo, se espera que los hombres repriman sus emociones para cumplir con normas de masculinidad, mientras que a las mujeres se les permite expresar una gama más amplia de sentimientos. Esta dicotomía puede limitar la libertad emocional y contribuir a la exclusión social.

Los estereotipos de género en niños y niñas comienzan desde una edad temprana y pueden perpetuar desigualdades a lo largo de la vida. Los juguetes, los roles en el hogar y las expectativas académicas pueden influir en la forma en que los niños y niñas perciben sus propias capacidades y oportunidades, lo que puede llevar a la exclusión social y la discriminación en la edad adulta.

El lenguaje también desempeña un papel crucial en la perpetuación de estereotipos de género y la discriminación por razón de sexo. El uso de términos sexistas o excluyentes puede reforzar desigualdades y contribuir al ver de ciertas identidades de género.

La igualdad de derechos entre hombres y mujeres es fundamental para abordar la exclusión social y promover una sociedad justa y equitativa. Esto implica no solo garantizar la igualdad de oportunidades en el acceso a la educación, el empleo y la participación política, sino también desafiar las normas de género que perpetúan la discriminación y la exclusión.

Los medios de comunicación tienen un papel significativo en la construcción de nuestras percepciones sobre el género y pueden influir en la prevención de la violencia de género. Al promover representaciones positivas y equitativas de hombres y mujeres, los medios pueden desafiar los estereotipos dañinos y fomentar una cultura de respeto y igualdad.

En conclusión, abordar la exclusión social requiere un enfoque integral que reconozca y desafíe las intersecciones de género, discapacidad y discriminación. Al fomentar la igualdad de derechos, el respeto mutuo y la eliminación de estereotipos de género, podemos construir comunidades más inclusivas y justas para todos/as

## **La Sexualidad y las Relaciones Humanas**

La sexualidad y las relaciones humanas son temas vastos y complejos que influyen profundamente en nuestras vidas. Desde la amistad hasta la violencia de género, pasando por el enamoramiento y los valores de responsabilidad, cada aspecto refleja la intersección entre nuestras emociones, pensamientos y acciones. En este ensayo, exploraremos brevemente algunos de estos temas y cómo impactan nuestra percepción y experiencia del mundo que nos rodea.

La amistad es un vínculo invaluable que nutre nuestra existencia. Surge de la afinidad, la confianza y el apoyo mutuo. En la amistad, encontramos un espacio seguro para compartir nuestras alegrías y penas, nuestras esperanzas y temores. Es un lazo que trasciende el tiempo y la distancia, enriqueciendo nuestras vidas con conexiones genuinas.

El enamoramiento, por otro lado, es un torrente de emociones intensas que nos arrastra hacia otro ser humano de una manera única y poderosa. Es un estado de euforia y vulnerabilidad, donde nos sentimos impulsados a buscar la cercanía y la conexión con nuestra pareja. Sin embargo, el enamoramiento también puede ser complicado y confuso, llevándonos a cuestionar nuestras propias emociones y deseos.

Las conductas sexuales son una expresión fundamental de nuestra identidad y afectividad. Desde la intimidad hasta la exploración, nuestras elecciones sexuales reflejan nuestra diversidad y complejidad como individuos. Sin embargo, es crucial abordarlas con responsabilidad y respeto hacia nosotros mismos y hacia los demás, reconociendo la importancia del consentimiento y la comunicación clara.

Los mitos sobre la sexualidad a menudo perpetúan estereotipos y prejuicios que pueden tener consecuencias dañinas. Desde la virilidad tóxica hasta la cosificación de los cuerpos, estos mitos distorsionan nuestra comprensión de la sexualidad y limitan nuestra capacidad para vivirla plenamente.

Los valores de responsabilidad son fundamentales para promover relaciones saludables y seguras. Implican tomar decisiones informadas y respetuosas sobre nuestra sexualidad, cuidando de nuestra salud física y emocional, así como de la de nuestros/as parejas.

La salud sexual y reproductiva es un derecho humano fundamental que merece ser protegido y promovido. Incluye el acceso a la educación sexual integral, los servicios de salud reproductiva y la autonomía para tomar decisiones informadas sobre nuestra fertilidad y bienestar.

Nuestros objetivos personales y profesionales también influyen en nuestra sexualidad, ya que moldean nuestras prioridades y aspiraciones. Es importante reconocer cómo nuestras metas y ambiciones pueden afectar nuestras relaciones y cómo podemos integrar nuestra sexualidad de manera saludable en nuestra vida cotidiana.

El cambio de actitudes sobre el sexo y la sexualidad es un proceso continuo que refleja la evolución de nuestras sociedades y culturas. A medida que desafiamos las normas y tabúes obsoletos, creamos espacios más inclusivos y respetuosos donde todos/as puedan expresar libremente su sexualidad sin temor al juicio o la discriminación.

La violencia de género es una manifestación extrema de desigualdad y poder que afecta desproporcionadamente a las mujeres y a las personas de géneros marginados. Requiere un enfoque multifacético que aborde tanto sus causas estructurales como sus consecuencias individuales, promoviendo la igualdad de género y el respeto mutuo como pilares fundamentales de nuestras relaciones.

Finalmente, los medios de comunicación desempeñan un papel significativo en la construcción de nuestras percepciones sobre el sexo y la sexualidad. A través de imágenes, historias y mensajes implícitos, pueden perpetuar estereotipos dañinos o promover una representación más inclusiva y respetuosa de la diversidad humana.

En conclusión, la sexualidad y las relaciones humanas son temas complejos y multifacéticos que requieren un enfoque integral y compasivo. Al desafiar los mitos, promover los valores de responsabilidad y respeto, y fomentar una cultura de igualdad y consentimiento, podemos construir un mundo donde todos/as puedan vivir su sexualidad de manera libre, segura y satisfactoria.

REFERENCIA:

<https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/biblioteca/a58f94444c454b8731c0bdaeb245ea0e.pdf>

<https://www.corteidh.or.cr/tablas/a22083.pdf>

<https://www.saludcastillayleon.es/ventanafamilias/es/adolescencia/sexualidad/mitos-torno-sexualidad>

[https://www.inmujeres.gob.es/servRecursos/formacion/Pymes/docs/Introduccion/02\\_Definicion\\_de\\_violencia\\_de\\_genero.pdf](https://www.inmujeres.gob.es/servRecursos/formacion/Pymes/docs/Introduccion/02_Definicion_de_violencia_de_genero.pdf)

