CONSEXUARTE
El arte de apreciar tu sexualidad

Plantilla Módulo Uno

Historia y Autoconocimiento

Nombre Completo	
Nombre Padres	
¿Cómo se compone mi familia?	
Descripción corta de cómo me encuentro ahora (estado civil, emocionalmente, socialmente, familiarmente y económicamente)	

Todos los Derechos Reservados Consexuarte con Mónica 2020 /
Prohibida su reproducción o distribución sin autorización expresa

CONSEXUARTE
El arte de apreciar tu sexualidad

Descripción corta de cómo me siento ahora (cuerpo, emoción, relaciones, vida y salud)	
Mi cuerpo, ¿qué pienso de él?	
¿Qué he acostumbrado para relacionarme con otros?	
¿Qué he acostumbrado para relacionarme con mi cuerpo?	

Todos los Derechos Reservados Consexuarte con Mónica 2020 /
Prohibida su reproducción o distribución sin autorización expresa

CONSEXUARTE
El arte de apreciar tu sexualidad

Cambios que me gustaría hacer en:	
Cuerpo	
Relaciones	
Ideas	
Comunicación	

Todos los Derechos Reservados Consexuarte con Mónica 2020 /
Prohibida su reproducción o distribución sin autorización expresa

CONSEXUARTE
El arte de apreciar tu sexualidad

¿Cómo me Relaciono Conmigo y mi Entorno?

De acuerdo al cuadro anterior, voy a detallar mis relaciones.

Teniendo en cuenta que como seres nos relacionamos de varias maneras, en diferentes espacios, con todo lo que tenemos y somos y con todo lo que nos hayan transmitido de generación en generación, a nivel genético, ideológico, cultural, emocional y educacional:

Características físicas en mi cuerpo que he heredado.	

Todos los Derechos Reservados Consexuarte con Mónica 2020 /
Prohibida su reproducción o distribución sin autorización expresa

CONSEXUARTE
El arte de apreciar tu sexualidad

¿Cuáles me gustan?	
¿Cuáles no me gustan?	
¿Cuáles podría o querría cambiar?	

Todos los Derechos Reservados Consexuarte con Mónica 2020 /
Prohibida su reproducción o distribución sin autorización expresa

CONSEXUARTE
El arte de apreciar tu sexualidad

Ideologías que he heredado	
Ideologías que he aprendido	
Ideologías que he cambiado	

Todos los Derechos Reservados Consexuarte con Mónica 2020 /
Prohibida su reproducción o distribución sin autorización expresa

CONSEXUARTE
El arte de apreciar tu sexualidad

Ideologías que permanecen en mí	

Costumbres que he heredado	
Costumbres que he aprendido	

Todos los Derechos Reservados Consexuarte con Mónica 2020 /
Prohibida su reproducción o distribución sin autorización expresa

CONSEXUARTE
El arte de apreciar tu sexualidad

Costumbres que he cambiado	
Costumbres que permanecen en mí	

Emociones que aprendí sintiéndolas y viéndolas en otros	

Todos los Derechos Reservados Consexuarte con Mónica 2020 /
Prohibida su reproducción o distribución sin autorización expresa

CONSEXUARTE
El arte de apreciar tu sexualidad

Emociones que aprendí por repetición verbal	
Emociones en las que me he acostumbrado a vivir	

Normas de comportamiento y educación que me han enseñado	

Todos los Derechos Reservados Consexuarte con Mónica 2020 /
Prohibida su reproducción o distribución sin autorización expresa

CONSEXUARTE
El arte de apreciar tu sexualidad

Normas de comportamiento y educación que he aprendido	
Normas de comportamiento y educación que practico	
Normas de comportamiento y educación con las que no estoy de acuerdo.	

Todos los Derechos Reservados Consexuarte con Mónica 2020 /
Prohibida su reproducción o distribución sin autorización expresa