

Tallers d'afectivitat i sexualitat Ajuntament de Cornellà

Tallers a 3r i 4t d'ESO

IDEES CLAU

- ✓ Encara que hi ha una gama amplia de mètodes anticonceptius, només el preservatiu masculí i el femení protegeixen, a més, de les malalties de transmissió sexual.
- ✓ Posar-se i treure's el preservatiu pot semblar fàcil fins que s'ha de fer... a les fosques, amb nervis o presses, pot ser més difícil. Practicar el seu ús és fonamental per tenir seguretat en un/a mateix/a. I també és imprescindible el negociar aquest ús, o tenir arguments per rebutjar els plantejaments de no utilització del mateix.
- ✓ És important prendre consciència de com la construcció social del gènere influeix en situacions concretes del nostre dia a dia. Sovint, les expectatives en relació a allò que s'espera d'una noia o noi, no van en concordança amb la voluntat, les creences i els desitjos personals, quedant aquests en segon terme. Tenint en compte la perspectiva de gènere en els nostres conflictes i presa de decisions quotidianes, podrem gestionar-los millor.
- ✓ La primera trobada sexual desperta expectatives, pors, dubtes... que és important abordar (la por a no fer-ho bé, la inseguretat, la poca traça, la por al dolor, a quedar-se embarassada ...)
- ✓ Per a facilitar una vivència més satisfactòria d'aquests encontres caldrà un procés de parella per anar construint confiança, comunicació i coneixement mutu.
- ✓ Trobar a la dona o a l'home que satisfarà els nostres desitjos i que donarà sentit a la nostra existència és un mite present en moltes de les adolescents. Els models de relacions afectiu-sexuals en la parella basats en el mite de l'amor romàntic i la construcció dels models de complementarietat, limiten un desenvolupament saludable en les nostres vides.
- ✓ Es tracta de desterrar els valors perniciosos (dependència, gelosia, patiment, etc.) que encara s'associen a l'amor, per començar a imaginar, crear i viure amors plaents i alegres, amors saludables basats en la comunicació, el respecte, l'autonomia o la empatia, i que incorporin, a l'amor per l'altra persona l'amor propi.

OBJECTIUS

- Reflexionar sobre què s'entén per risc
- Conèixer els mètodes de prevenció masculins i femenins, i fomentar la responsabilitat compartida respecte al seu ús

- Aprendre a utilitzar i col·locar adequadament el preservatiu masculí
- Treballar els condicionants que poden limitar els seu ús.
- Valorar la importància de la comunicació i la responsabilitat compartida en les relacions sexuals
- Discernir entre aquelles característiques innates al fet d'haver nascut dona o home (sexe) d'aquells comportaments que s'aprenen i, socialment, defineixen com ha de ser una persona en funció del seu sexe (gènere).
- Reconèixer els estereotips i rols de gènere existents i la seva influència en la configuració de les expectatives, comportaments i actituds de dones i homes.
- Prendre consciència de la influència que té el gènere com a construcció social a les nostres vides i de les desigualtats que provoca.
- Apropar-nos a la vivència de les primeres relacions sexuals per entendre quines són les principals dificultats i limitacions que es poden trobar
- Desmitificar el concepte de 1^a relació coital com la “primera vegada”
- Reforçar la importància de la empatia, la comunicació, l'assertivitat i la autoestima a l'inici de les relacions sexuals
- Analitzar mites i creences entorn al tema.
- Qüestionar els rols de gènere establerts pels quals s'adjudica passivitat a la noia i iniciativa als nois en les relacions sexuals
- Conèixer les diferents fases del cicle de resposta sexual
- Qüestionar els mites i creences entorn les relacions afectiu-sexuals que generen situacions de dependència i opressió, i que limiten el desenvolupament autònom de la persona.
- Desenvolupar el sentit crític respecte dels models afectius predominants a la nostra societat
- Assumir el paper que juga la comunicació, la cooperació, la independència y la autoestima en les relacions interpersonals.

ACTIVITATS

Posar en comú els possibles riscos de tenir relacions sexuals i mostrar alguns dels mètodes de prevenció que es poden utilitzar, diferenciant els que prevenen dels embarassos no desitjats i les MTS, dels que només ho fan dels primers: preservatiu masculí i femení, píndola anticonceptiva, i píndola del dia després.

Comentar que la marxa enrere no és un mètode anticonceptiu, i raonar perquè.

Dinàmica - Posar-se el condó: Perquè si i Perquè no

Visionem un vídeo on apareixen diverses situacions en les que es proposa o no l'ús del preservatiu. Comentem les dificultats i els avantatges que té utilitzar-lo.

Dinàmica - Baròmetre de valors. Mites sobre Gènere

Es llegeixen diverses afirmacions relacionades amb mites de gènere i els participants s'han de posicionar en l'espai segons si estan a favor o en contra. Cadascú a d'exposar el perquè de la seva posició i a través dels diferents posicionaments s'enceta el diàleg i la confrontació del diferents mites.

Dinàmica - Iguals però diferents

A partir de la resposta que nois i noies donen a les preguntes següents :

Què és el millor de ser noia? I el pitjor? Què és el millor de ser noi? I el pitjor? es proposa un treball individual que es convertirà en la base del treball en grup i que permetrà identificar molts dels estereotips i rols de gènere.

Dinàmica - 5 Casos

A partir de 5 relats curts sobre situacions en les que es planteja algun dilema en relació a les primeres vegades, es treballa en 5 grups per comentar i donar resposta a una sèrie de preguntes sobre cada situació.

Després es posen en comú cadascun del casos amb la resta del grup per compartir aprenentatges.

També es pot demanar que busquin i representin diferents finals per a cada situació.

Dinàmica - Mitges taronges

A partir d'algunes frases que expressen mites referents a l'amor i les relacions afectiu-sexuals, les persones del grup s'han de posicionar a favor o en contra ocupant diferents espais de la sala (hi ha un espai diferent reservat per a cada posicionament).

Després han d'argumentar el perquè del seu posicionament.

Anem confrontant els diferents mites.

Dinàmica - El Cercles Concèntrics de l'Amor de Fina Sanz

Expliquem els diferents tipus de relació segons el model de Fina Sanz i cadascú/una es situa en el model que creu que s'ajusta a la seva relació actual.

El model de relació saludable de Fina Sanz es basa en un model d'interdependència, en què ambdues persones comparteixen un espai, l'espai relacional, i on es manté un espai no compartit, un espai personal.