ESTO LO QUIERO, ESTO NO LO QUIERO

¿Cómo quiero vivir mi sexualidad?

OBJETIVOS

- Identificar aquellos aspectos que valoramos de la sexualidad
- Identificar las emociones y los sentimientos relacionados con la sexualidad
- Reconocer el derecho de todas las personas a vivir su sexualidad como desean

MATERIAL

- Papeles en blanco y bolígrafo

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

1. Escribe en un papel tres aspectos que son importantes para ti y que tienen que ver con cómo **SI** quieres vivir tu sexualidad.

2. Escribe en un papel tres aspectos que son importantes para ti y que tienen que ver con cómo **NO** quieres vivir tu sexualidad.

3. Escribe en un papel tres aspectos que crees que son importantes para mucha gente y que tienen que ver con cómo **SI** quieren vivir su sexualidad.

4. Escribe en un papel tres aspectos que crees que son importantes para mucha gente y que tienen que ver con cómo **NO** quieren vivir su sexualidad.

5. Explica a la persona referente de esta actividad los aspectos que has escogido respecto a lo que **SI** quieren o **NO** quieren las demás personas y argumenta porque has escogido estos aspectos sobre tantos otros posibles.

6. Los aspectos escogidos puedes ubicarlos en alguna de las tres columnas que se trabajaron en la dinámica *¿Qué entendemos por sexualidad?*

7. (Opcional) ¿Son muy diferentes los aspectos que has escogido como "**SI** o **NO**" de las demás personas y los escogidos para ti?

ROL DE LA PERSONA REFERENTE DE LA ACTIVIDAD

1. Si bien la/el joven ha hecho un ejercicio de reflexión personal, es importante que no se sienta con la obligación de hablar sobre ello. Aquello que compartirá con la persona referente de la actividad será lo que piensa respecto a qué quieren o no quieren otras personas. Siempre es más fácil hablar de los y las demás que de nosotras/nosotros.

2. Es importante que la persona referente de la actividad escuche atentamente lo que explica el/ la joven sobre las demás personas. A menudo cuando hablamos de los y las demás, estamos también hablando de nosotras/nosotros.

3. No deben hacerse preguntas directas respecto a la sexualidad del o la joven. Sólo haremos preguntas personales si el/la joven se muestra receptivo/a para hablar sobre ella con la persona referente.

4. En esta sesión conviene reforzar la definición de la sexualidad desde la perspectiva del placer, las emociones, la salud y los derechos. Así mismo, es importante que la/el joven aterrice en su propia vida los conceptos trabajados en la dinámica *¿Qué entendemos por sexualidad?*

5. Por último, es importante incidir en la consciencia de una sexualidad propia y también de una sexualidad que, si lo deseamos, podemos compartir con otras personas. En este sentido, se deben trabajar aspectos como el respeto y la empatía con el placer, emociones, salud y derechos de las personas con las que nos relacionamos.

NOTA

Esta actividad está planteada como una dinámica individual. Se recomienda trabajar la dinámica *¿Qué entendemos per sexualidad?* de forma grupal antes de realizar esta actividad.