

COM SÓN LES MEVES RELACIONS?¹

De l'amor romàntic a l'amor lliure (III)

OBJECTIUS

- Analitzar com són les nostres relacions amoroses.
- Identificar quins són els nostres sentiments i emocions en aquestes relacions.

MATERIAL

- Qüestionari individual
- Bolígraf
- Curtmetratge: "Doble Check"

DESENVOLUPAMENT DE L'ACTIVITAT

1. S'ofereix al/la jove el qüestionari i se li explica que ha de marcar amb una "X" la casella si ha viscut l'experiència que s'esmenta a l'enunciat. Cal especificar que es tracta d'un qüestionari personal i que no té per què mostrar-lo si no vol.
2. El/la deixem sol/a perquè pugui respondre el qüestionari allà on li sembli.
3. Un cop respost el qüestionari, li preguntarem si ha tingut dubtes amb algun dels enunciats i/o si hi ha algun tema que li vingui de gust compartir.
4. Vegeu el vídeo "Doble Check" i comenteu-lo amb la/el jove.

ROL DE LA PERSONA REFERENT DE L'ACTIVITAT

1. Assegureu-vos que la/el jove ha entès que l'activitat és individual. No es tracta d'un interrogatori personal. La seva resposta només li importa a ell/a i a ningú més.
2. Es tracta que la/el jove comparteixi allò que desitgi amb la persona referent de l'activitat. Si no vol compartir res, cal respectar-ho.
3. En el cas que la/el jove vulgui compartir opinions o experiències amb la persona referent, se l'ha d'escoltar sense jutjar.
4. És important que el/la jove se senti còmode/a en aquesta activitat i, per tant, que la persona referent de l'activitat tingui un bon vincle amb la/el jove.

¹ Adaptació de: *Projecte de formació per a la prevenció dels abusos sexuals entre iguals adolescents. Material didàctic. APFCiB 2014.* (Material en revisió).

5. En aquesta sessió convé reforçar el concepte de les relacions afectives i sexuals des de la perspectiva del plaer, les emocions, la salut i els drets. De la mateixa manera, és important que la/el jove dugui a la seva pròpia vida els continguts treballats a les sessions grupals.
6. Finalment, és convenient assenyalar l'existència d'una sexualitat pròpia i també d'una sexualitat que, si ho desitgem, podem compartir amb altres persones. En aquest sentit, en aquesta sessió cal abordar aspectes com el respecte, l'empatia, el plaer, les emocions, la salut i els drets de les persones amb les quals ens relacionem.