

“NO” ÉS LA MEVA DECISIÓ: DECISIONS SOBRE LES MEVES RELACIONS SEXUALS

OBJECTIUS

- Identificar emocions i sentiments, i la seva relació amb allò que fem o no fem
- Identificar emocions i sentiments que experimentem al dir NO (límits)
- Identificar emocions i sentiments que experimentem quan algú ens diu NO
- Entrenar la capacitat empàtica
- Conèixer els diferents estils de comunicació
- Reconèixer frases i situacions de pressió en les relacions sexe-afectives
- Entrenar tècniques i habilitats comunicatives per respondre a la pressió
- Explicar el consentiment com alguna cosa que passa per un Sí explícit

DURACIÓ

1 hora

PERSONES DESTINATÀRIES

Centres de justícia juvenil

ESPAI

Una sala prou àmplia perquè les persones assistents puguin treballar en grup

MATERIAL

- ANNEX 01. Frases de pressió
- ANNEX 02. Frases de pressió. Anàlisi
- Papers en blanc
- Bolígrafs
- Ordinador, projector, àudio, connexió a internet [opcional]
- Curt: Los Gritones. [opcional]

CONCEPTES CLAU

- | | |
|-------------------------|--|
| ■ Llibertat | ■ Violència |
| ■ Igualtat | ■ Límits |
| ■ Escolta | ■ Capacitat empàtica |
| ■ Respecte | ■ Comunicació passiva, agressiva i assertiva |
| ■ Estereotips de gènere | ■ Autoconcepte |
| ■ Abús | |

DESENVOLUPAMENT DE L'ACTIVITAT

1. Es reparteix a cada persona 12 trossos de paper en blanc numerats i un bolígraf
2. La persona referent de l'activitat llegeix una frase i cada persona deu escriure en el paper una possible resposta a aquesta frase. En total es llegiran 12 frases (*ANNEX 01*), totes elles frases de pressió per a coaccionar a algú a tenir relacions sexuals. [*Possible variació 1*]
3. Després de llegir totes les frases es recullen els papers ajuntant cada frase amb les seves possibles respostes.
4. Dividim el grup gran en grups petits i repartim les frases amb les seves respostes.. (Ex.: Grup 1: frases i respostes 1-2-3; Grup 2: frases i respostes 4-5-6; etc.)
5. Cada grup deurà discutir què implica cada frase de pressió, què ens pot fer sentir, per què ens pot resultar difícil donar una resposta... i elegir el que consideren que és la millor resposta i per què. [*Possible variació 2*]
6. Es posarà en comú el treball realitzat pels grups. A continuació s'obrirà un debat que pot dinamitzar-se amb les següents preguntes:
 - a. Què es una frase de pressió?
 - b. Quins sentiments i emoció ens genera una frase de pressió? (persona receptora)
 - c. Per què s'utilitzen aquest tipus de frases? (persona emissora)
 - d. Què podem fer si, malgrat les nostres negatives, la nostra parella o la persona amb la que estem ens segueix pressionant?
 - e. Què factors ens poden fer acceptar una situació que no volem?
 - f. Podríem classificar aquestes frases entre pròpies de nois i pròpies de noies?
 - g. En quines situacions apareixen aquest tipus de frases? Aquí poden explicar situacions que hagin viscut o els hi hagin explicat.

Per dinamitzar el debat pot ser d'ajuda l'ANNEX 02. Anàlisi de les frases de pressió.

7. Veure el curt *Los Gritones*. Recollir les impressions del grup sobre el curtmetratge i relacionar-les amb el que s'ha treballat. [opcional]

CRONOGRAMA

ACTIVITAT	TEMPS
Respostes a las frases	10 min
Treball en grups	15 min
Posada en comú del treball en grups	20 min
Veure curtmetratge i comentar-lo	10 min
Avaluació	5min

+ INFORMACIÓ

- Elvira, N. i Varela, B. Projecte de formació per a la prevenció dels abusos sexuals entre iguals adolescents. Material didàctic. APFCiB, ICD, 2015. EIX 3: Posicionament personal (pàg.74-83)
- Fundación Mujeres. Coeducación y mitos del amor romántico.
- Blog Rosa Sanchís. Karícies. (mal) amor.
- Blog. Mi novio me controla lo normal.

POSSIBLES VARIACIONS DE LA PROPOSTA

1. Si el grup és poc nombrós, no fa falta llegir les 12 frases. Es poden escollir les més rellevants per al grup segons el criteri de la persona referent.
2. El grup se senti en cercle i es reparteixen targetes verdes i vermelles a cada persona. La persona referent de l'activitat llegirà les frases de pressió i les i els joves aixequessin la targeta vermella o verd en funció de si han escoltat o dit aquesta frase alguna vegada o no (Verda: SI/ Vermella: No). A continuació es dividirà el grup gran en grups més petits. La persona referent de l'activitat recollirà aquelles frases més "populars" i les repartirà entre els grups. Cada grup haurà de pensar en una situació on es pugui dir aquesta frase i quin podria ser la reposada. Finalment, es posarà en comú el treball dels grups i la persona referent de l'activitat anirà introduint els continguts sobre les frases de pressió i les diferents vivències segons el gènere.

NOTA

Adaptació de Drets Sexuals i Reproductius : material didàctic adreçat a professionals que treballen amb JOVES majors de 16 anys, APFCiB, 2009 : Activitat 8. No és No (pág.79)