

## DIMENSIÓN 01

### SEXUALIDAD

## NUESTROS DERECHOS EN NUESTRA COTIDIANEIDAD

### OBJETIVOS

---

- Conocer los Derechos Sexuales. Identificar situaciones en las que se vulneran los Derechos Sexuales.
- Favorecer estrategias que faciliten la autonomía y el empoderamiento en el ejercicio de los Derechos Sexuales.
- Reflexionar sobre cómo el machismo, la LGTBIfobia, el capacitismo y el racismo nos afecta en la vivencia de nuestras sexualidades.

### PERSONES DESTINATARIAS

---

La dinámica es adaptable a distintos espacios de realización y a grupos heterogéneos. Se puede llevar a cabo con jóvenes a partir de 15 - 16 años.

### ESPACIO

---

Una sala lo suficientemente amplia para que las personas puedan distribuirse en pequeños grupos (4) y posteriormente en semicírculo.

### MATERIAL

---

- Tarjetas de los Derechos (anexo 1)
- Tarjetas de las situaciones (anexo 2)
- Papel continuo, pegatinas pequeñas y rotuladores de colores

## CONCEPTES CLAU

<ul style="list-style-type: none"><li>■ Sexualidades</li><li>■ Autonomía</li><li>■ Placer</li><li>■ Consentimiento</li><li>■ Violencias</li><li>■ Vulneración</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>■ Derechos Sexuales</li><li>■ Empoderamiento</li><li>■ Equidad</li><li>■ Machismo</li><li>■ LGTBIfobia</li><li>■ Capacitismo</li></ul>
---	--

## DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

1. Explicamos y pactamos las normas del espacio: respeto, escucha, confidencialidad, no juicio. Es importante tener en cuenta que el pacto funciona en todas direcciones: entre el propio grupo y hacia la persona referente; así como de esta persona hacia el grupo.
2. **Hacemos una pequeña introducción** sobre los Derechos Sexuales (DS)

Los Derechos Humanos son inalienables, universales y configuran un marco generador de bienestar, calidad de vida y convivencia para las personas. Los Derechos Sexuales, en cuanto que Derechos Humanos, son imprescindibles para el desarrollo y, las sociedades no pueden ser justas y equitativas sin el reconocimiento y ejercicio pleno de los Derechos Sexuales de toda la población. La vulneración de los Derechos Sexuales supone una vulneración de los Derechos Humanos. Los Derechos Sexuales emanan de los derechos a la libertad, igualdad, privacidad, autonomía, integridad y dignidad de todas las personas. Se basan en los siguientes principios éticos:

- La sexualidad es una parte integral de la personalidad de cada persona. Por esta razón, se tienen que dar las posibilidades para crear entornos favorables y seguros, en los cuales cada persona pueda disfrutar de sus DS como parte de su proceso de desarrollo.
- La sexualidad y el placer derivado de ella es un aspecto central del ser humano; todo el mundo tiene derecho a disfrutar. La garantía de los DS para todas las personas incluye un compromiso con la libertad y la protección de daño.

- La no discriminación es subyacente a la defensa y protección los DS, que por tanto se opone a todas las formas de discriminación independientemente del sexo, el género, la preferencia sexual, a la edad, la raza, la clase social, la religión y/o la diversidad funcional de las personas.
  - Cuando hablamos del ejercicio de los DS no sólo estamos hablando del acceso a la atención en salud sexual y reproductiva, o de recibir información veraz y oportuna, sino que apuntamos más lejos: que todas las personas, sin ningún tipo de discriminación, podamos tomar nuestras propias decisiones en todo aquello relacionado con nuestra sexualidad; estamos hablando de Autonomía: de aprender a decidir de forma libre e informadas, aprender a detectar nuestras necesidades, nuestros deseos y a comunicarlos. El Derecho de Autonomía es la piedra angular de los DS.
3. **DESARROLLO:** Distribuimos a las personas participantes en pequeños grupos de 5 o 6 personas. Antes de repartir los materiales les explicamos la dinámica.

A cada grupo se les entregará un juego de tarjetas con los DS (Anexo 1) y un juego de situaciones (Anexo 2 cada color corresponde a un subgrupo). Los grupos debatirán sobre cada tarjeta y tratarán de clasificar las situaciones en cada una de las tarjetas que hacen referencia a los DS (anexo I).

Podemos poner ejemplos para que se entiendan mejor:

- **QUE NO SE TRATE A UNA PERSONA TRANS\* CON SU GÉNERO SENTIDO**  
Podríamos colocarla Derecho a la Libertad Sexual y Derecho a la Equidad Sexual.
  - **EL ACOSO CALLEJERO**  
Podríamos colocarla en Derecho a la Autonomía Sexual, a la Seguridad del Cuerpo y a vivir relaciones libres de violencias.
4. A continuación, les entregamos un juego de tarjetas con los DS (anexo I) un juego de situaciones de vulneración de DS (en total hay 120 tarjetas con situaciones diferentes: podemos dividir las personas participantes en cuatro

subgrupos y distribuirles 30 situaciones) i un juego pegatinas pequeñas (5-6 por subgrupo). Es importante que cada grupo disponga de una mesa amplia per distribuir las situaciones de forma visible.

5. Los grupos debatirán sobre cada situación y tratarán de ubicarlas en el DS (anexo I) con el que mejor se relacione la situación descrita. Si no hay consenso en el grupo sobre donde se tiene que colocar una situación se puede colocar en un espacio intermedio entre un par de DS si el grupo lo estima conveniente o hacer flechas con el rotulador para indicar la relación de la situación con la vulneración de uno o más DS.

Es importante tener claro tanto para el grupo como para la persona que dinamiza la actividad, que **lo importante es la reflexión que se da en el grupo, más que el lugar donde se coloca la situación**. Que una situación pueda identificarse con la vulneración de más de un Derecho es debido a que los DDSS son interdependientes; de hecho, una de las grandes conclusiones a las que seguramente llegarán los grupos por si mismos es la interconexión de los DDSS. Todos los puntos de vista son válidos y no hay una única respuesta correcta.

Ejemplo:

- La situación Una agresión homófoba puede colocarse sobre el Derecho a la libertad sexual pero también puede colocarse sobre el Derecho a la Autonomía Sexual, la Seguridad del Cuerpo i a vivir relaciones libres de violencias.
  - La situación Violencias machistas puede colocarse sobre el Derecho a la Autonomía Sexual, la Seguridad del Cuerpo i a vivir relaciones libres de violencias y también en la Equidad Sexual.
6. Es conveniente no adelantar está conclusión y dejar que los grupos organicen las tarjetas como les parezca más conveniente. Se recomienda distribuir las tarjetas y las situaciones en papel continuo y ofrecer a los grupos rotuladores con la finalidad de que plasmen gráficamente la conexión entre las situaciones y los DS.
  7. Si el grupo tiene dudas sobre el significado de algún término o desconoce la información a la que se refiere la situación le colocará una pegatina a dicha situación con el fin de aclararla posteriormente en gran grupo.

8. La persona dinamizadora pasará por cada grupo para asegurarse que hayan entendido el desarrollo de la dinámica y por si surgen dudas sobre el contenido de las situaciones descritas. Si los grupos son muy participativos se los repetirá la idea de colocar flechas para agilizar el debate. Si es poco participativo, los podemos hacer preguntas sobre las situaciones descritas.
9. Una vez los grupos han distribuido sus tarjetas pueden moverse por el espacio y ver el trabajo de los otros grupos. Si surgen dudas sobre las tarjetas de otros grupos también pueden colocarles una pegatina.
10. A continuación, pasaremos a gran grupo para hacer la **PUESTA EN COMÚN**. La dinamizadora preguntará a cada grupo qué tal les ha ido el debate, qué dificultades han encontrado para colocar las situaciones y qué conclusiones extraen de la dinámica.

Los comentarios del grupo suelen ser:

- Muchas tarjetas podrían colocarse en varios puntos.
- Hay personas más vulnerabilizadas que otras en cuanto al ejercicio de sus DS.

#### **Reflexiones para guiar el debate:**

Respecto a la primera idea “Muchas tarjetas podrían colocarse en varios puntos” algunas reflexiones para la orientación:

**El principio de interdependencia:** el pleno ejercicio de cada uno de los Derechos no es posible sin el desarrollo del resto; se complementan en todo su conjunto. Por ejemplo, el Derecho a la igualdad se ve directamente afectado por el Derecho a recibir una Educación sexual libre de estereotipos machistas y prejuicios morales. Otro ejemplo: si no se garantiza el derecho al acceso a todas las opciones reproductivas (incluida la interrupción voluntaria del embarazo), se vulnera también el derecho a la autonomía sexual. En definitiva, si se vulnera un Derecho, el conjunto de los DS resulta vulnerado. Para fomentar la reflexión y potenciar la capacidad crítica de las personas podemos lanzar la pregunta: ¿todos los

DS son igual de importantes?

El principio de indivisibilidad: nadie nos puede tomar un DS porque sea “menos importante” que el resto o “no esencial”. Ningún Derecho puede disfrutarse a costa de otro Derecho, no se puede prescindir de jefe de ellos. Todos tienen la misma importancia y son igualmente esenciales para el respecto de la dignidad y la valía de las personas.

Es importante, también, tener presente que todas y cada una de las situaciones que se plantean constituyen una vulneración de DS. De hecho, este es otro de los grandes objetivos de la dinámica: visibilizar situaciones de violencias cotidianas como una vulneración de nuestros Derechos. El primer paso para poder ejercer nuestros DS es conocerlos e identificar situaciones en las cuales se nos vulneran.

**Respecto a la segunda:** Algunas personas están más vulnerabilizadas

Hemos hablado de la universalidad de los Derechos Sexuales, pero si miramos de cerca la realidad, veremos que una buena parte de la sociedad no podemos ejercer los Derechos Sexuales como resultado de las **desigualdades estructurales**. Las desigualdades estructurales son el resultado de una situación de exclusión social o de la “vulnerabilización” de ciertos colectivos de personas a causa de la reproducción sistemática de relaciones asimétricas de poder. Estamos hablando del machismo, del racismo, del capacitismo, del clasismo, de la heteronormatividad.

Estas desigualdades se pueden dar de manera interseccional, conectada afectando al ejercicio de los DS. Por ejemplo, la situación:

- QUE ALGUIEN TE DIGA QUE SIEMPRE LE HA DADO MORBO FOLLAR CON UNA MORENITA

Hace referencia a la intersección entre el racismo o el machismo y nos lleva a preguntar cómo amplifica el machismo al racismo o viceversa.

Otra buena pregunta para el debate: ¿la mayoría de las personas disfrutan del ejercicio de sus DS? Si miramos de cerca la realidad, veremos que una buena parte de la

sociedad no podemos ejercer los DS como resultado de las desigualdades culturales, económicas y sociales.

Así, por ejemplo:

- Las desigualdades entre mujeres y hombres condicionan la información e influyen en la toma de decisiones que tienen que ver con la sexualidad generando un marco de negociación desigual, por ejemplo, para el uso del preservativo.
- La heteronormatividad provoca, por ejemplo, que existan muchas menos iniciativas de promoción de la salud sexual para personas LGTBI, especialmente para lesbianas, trans\* e intersex.
- El capacitismo y las falsas creencias excluyen las personas con diversidad funcional del terreno de la sexualidad y los niegan sus DS.

11. A continuación, se preguntará por las tarjetas con pegatinas con la intención de resolver dudas en gran grupo, con un doble objetivo: conocer todos los conceptos de las tarjetas (sexpreanding<sup>1</sup>, baboseo, acoso callejero, consentimiento) y profundizar en algunos temas.
12. Se puede guiar la dinamización para incidir en las tarjetas que más nos interese trabajar. En general podríamos agrupar las situaciones en cuatro grandes esos temáticos: violencias sexuales, mitos relacionados con la sexualidad, estereotipos racistas y prejuicios sobre la sexualidad de las personas con diversidad funcional. Según las necesidades del grupo podemos profundizar más en unas temáticas que en otros.
13. Es importante relacionar la vulneración de DDSS con las Violencias machistas:

Podemos lanzar preguntas como: ¿Quién sufre sexpreanding, acoso callejero, presión para hacerlo sin condón? ¿Qué podemos hacer para cambiar estas situaciones?, etc. Es importante hacer énfasis en como la sociedad machista naturaliza estas situaciones de violencia y como todas y cada una de nosotras,

---

<sup>1</sup> Sexpreanding <https://www.youtube.com/watch?v=boEGN39vSC4>

como parte de la sociedad, tenemos que tratar de transformarlas para posibilitar un mundo más justo donde todas podamos vivir nuestras sexualidades en libertad.

14. Es conveniente dirigir las reflexiones del debate de forma positiva; como estamos tratando con situaciones de violencias, es importante generar un espacio de apoderamiento colectivo, de reivindicación de Derechos. Nos ayudará señalar que cuando se vulneran los Derechos Sexuales la responsabilidad es siempre de quien traspasa los límites, de quienes ejerce la violencia, de quien no nos proporciona un marco educativo para poder vivir nuestras sexualidades de forma que nos reporten bienestar.
15. También podemos profundizar en algunas situaciones que hacen referencia a la LGTBIfobia y al capacitismo para generar reflexiones que faciliten aprendizajes significativos que contribuyan a una sociedad más igualitaria y más justa.
16. En definitiva, todas las personas tenemos el Derecho a vivir nuestras sexualidades en un marco de relaciones igualitarias, placentes y más seguras. Es esencial generar procesos de empoderamiento para que las personas seamos protagonistas activas en la reivindicación de nuestros Derechos Sexuales.

## **CRONOGRAMA**

<b>ACTIVIDAD</b>	<b>TIEMPO</b>
Introducción, explicación de la dinámica	10 min.
Trabajo en grupos pequeños	20 min.
Reflexionando en grupo grande	25 min.
Evaluación	5 min.