

DIMENSIÓN 01

SEXUALIDAD

sexualidades diversas

Desmontando mitos sobre sexualidad y diversidad funcional

OBJETIVOS

- Favorecer estrategias que faciliten la autonomía, el empoderamiento y el ejercicio de los derechos sexuales.
- Desmontar mitos y prejuicios en torno a la sexualidad de las personas con diversidad funcional.
- Ofrecer referentes positivos de diversidad funcional en el ámbito de la sexualidad.

PERSONAS DESTINATARIAS

La dinámica es adaptable a distintos espacios de realización y a grupos heterogéneos. Se puede llevar a cabo con jóvenes a partir de 14 años. La persona dinamizadora adaptará los objetivos, la dinamización, los contenidos y la metodología al grupo con el que trabaje. La idea de la dinámica es generar un espacio donde las personas con diversidad funcional puedan ser las protagonistas de sus derechos sexuales. Para ello pondremos el énfasis en remarcar el derecho a la expresión de la sexualidad, a la privacidad, a la intimidad y al derecho a libertad sexual. Si fomentamos reflexiones que faciliten procesos de empoderamiento colectivo evitaremos caer en el paternalismo y la infantilización. Debemos tener cuidado de no reproducir la narrativa social que asocia la diversidad funcional al drama personal. Es importante plantear el cuerpo como la solución y no como problema, el cuerpo como mapa de sensaciones y posibilidades de placer y no como limitación. De esta manera facilitaremos procesos de reconciliación con el propio cuerpo y estrategias de resiliencia.

Si en el grupo no hubiera personas con diversidad funcional, pondremos el énfasis en desmontar mitos y prejuicios en torno a la sexualidad de las personas con diversidad funcional y reflexionaremos sobre como el capacitismo está presente en el ámbito de la sexualidad (normatividad corporal, canon de belleza, homogeneización del deseo, etc.).

ESPACIO

Una sala lo suficientemente amplia para que las personas puedan distribuirse por el espacio cómodamente.

MATERIAL

Listado de cuestiones (anexo1)

Listado de orientaciones educativas (anexo2)

CONCEPTOS CLAVE

Sexualidades	Empoderamiento
Placer	Mito
Derechos sexuales	Capacitismo/discriminación

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. Si previamente no hemos realizado ninguna actividad de educación sexual con el grupo se recomienda hacer una pequeña introducción a la temática donde podemos destacar algunas ideas dirigiendo preguntas al grupo:
 - ¿Qué es la sexualidad?

La sexualidad es un aspecto central del ser humano que engloba diferentes dimensiones: el placer, la afectividad y las decisiones de autocuidado (escucha, comunicación, toma de decisiones y negociación de métodos de protección, etc.)

- ¿Se experimenta solo con los genitales?

Hay infinitas formas de experimentar la sexualidad: a solas o en compañía; se puede hacer a través de besos, caricias, miradas, a través de la lectura, de la música, a través del propio cuerpo, mediante los sentidos (tacto, oído, gusto, olfato y vista) o con la imaginación. ([Moreno Beltràn Anna; Varela Fernàndez, Noemí](#) 2009: 14).

- ¿Todas las personas tienen sexualidad?

La sexualidad afecta a todo el cuerpo y a todos los cuerpos, incluso, para muchas personas va más allá del cuerpo implicando la silla de ruedas, la prótesis, el juguete, etc. Debemos tener presentes las distintas movibilidades y maneras de sentir el cuerpo y de expresar la sexualidad y la afectividad. Podemos proponer a las participantes un recorrido por las distintas zonas de sus cuerpos que les producen placer al ser acariciadas: el pelo, el cuello, la boca, los pechos, la barriga, la espalda, etc. con la intención de desgenitalizar la sexualidad).

- ¿Todas las personas viven su sexualidad de la misma manera?

Cada persona vive su sexualidad de una manera diferente, de ahí la "S" de sexualidadeS. Cada persona tenemos el derecho de descubrirla, vivirla y expresarla como queramos respetando siempre los deseos y límites de las otras personas.

- ¿Qué buscamos las personas al vivir nuestra sexualidad?

Placer. El placer nos sienta bien, nos pone alegres, felices. Es importante asociar la sexualidad al bienestar para generar una visión positiva sobre la misma.

3. Explicación de la dinámica: se pedirá a las personas participantes que se sitúen en el centro de la sala. Previamente se puede dibujar con tiza, una línea que divida el espacio en dos zonas:
 - Una zona representará estar de acuerdo con la frase que leerá la dinamizadora (Sí estoy de acuerdo)
 - La otra zona representará estar en desacuerdo con la frase que se leerán. (NO estoy de acuerdo)

4. La persona referente de la actividad lee las afirmaciones del barómetro y las participantes deberán situarse en una zona o en la otra en función de sus opiniones. La propuesta es que nadie se puede quedar en medio, pero existe la posibilidad de colocarse más o menos cerca del extremo del SÍ o del NO para visibilizar matices.

5. Una vez todo el grupo se ha desplazado, quién quiera puede explicar su posicionamiento. Si durante las argumentaciones alguien quiere cambiar de lugar puede hacerlo y, si quiere, puede explicar el porqué de este cambio.