

DIMENSIÓ 01

SEXUALITAT

sexualitatS diverses

Desmuntant mites sobre la sexualitat i la diversitat funcional

OBJECTIUS

- Afavorir estratègies que facilitin l'autonomia, l'empoderament i l'exercici dels drets sexuals.
- Desmuntar mites i prejudicis entorn a la sexualitat de les persones amb diversitat funcional.
- Oferir referents positius de diversitat funcional a l'àmbit de la sexualitat.

PERSONES DESTINATÀRIES

La dinàmica és adaptable a diferents espais de realització i a grups heterogenis. Es pot dur a terme amb joves a partir dels 14 anys. La persona dinamitzadora adaptarà els objectius, la dinamització, els continguts i la metodologia al grup amb el qual treballi.

La idea de la dinàmica és generar un espai on les persones amb diversitat funcional puguin ser les protagonistes dels seus drets sexuals. Posarem l'èmfasi a remarcar el dret a l'expressió de la sexualitat, a la privacitat, a la intimitat i al dret a la llibertat sexual. Si fomentem reflexions que facilitin processos d'empoderament col·lectiu, evitarem caure en el paternalisme i la infantilització.

Haurem de tenir cura de no reproduir la narrativa social que associa la diversitat funcional al drama personal. És important plantejar el cos com la solució i no com a problema, el cos com a mapa de sensacions i possibilitats de plaer i no com a limitació. D'aquesta manera facilitarem processos de reconciliació amb el propi cos i estratègies de resiliència.

Si al grup no hi haguessin persones amb diversitat funcional, posarem l'èmfasi a desmuntar mites i prejudicis entorn a la sexualitat de les persones amb diversitat funcional i reflexionarem sobre com el capacitisme està present en l'àmbit de la sexualitat (normativitat corporal, cànon de bellesa, homogeneïtzació del desig, etc.).

ESPAI

Una sala prou àmplia perquè les persones puguin distribuir-se per l'espai còmodament.

MATERIAL

Llistat de preguntes (annex 1)

Llistat d'orientacions educatives (annex 2)

CONCEPTES CLAU

Sexualitats	Empoderament
Plaer	Mite
Drets sexuals	Capacitisme/discriminació

DESENVOLUPAMENT DE L'ACTIVITAT

1. Expliquem i pactem les normes de l'espai: respecte, escolta, confidencialitat, no judici. És important tenir en compte que el pacte funciona en totes les direccions: entre el mateix grup i cap a la persona referent; així com d'aquesta persona cap al grup.
2. Si prèviament no hem fet cap activitat d'educació sexual amb el grup es recomana fer una petita introducció a la temàtica d'on podem destacar algunes idees que les podem utilitzar per dirigir preguntes al grup:

- Què és la sexualitat?

La sexualitat és un aspecte central de l'ésser humà que engloba diferents dimensions: el plaer, l'afectivitat i les decisions d'auto-cura (escolta, comunicació, presa de decisions i negociació de mètodes de protecció, etc.)

- S'experimenta només amb els genitals?

Hi ha infinites formes d'experimentar la sexualitat: a soles o amb companyia; es pot fer a través de petons, carícies, mirades, a través de la lectura, de la música,

a través del propi cos, per mitjà dels sentits (tacte, oïda, gust, olfacte i vista) o amb la imaginació. ([Moreno Beltràn Anna; Varela Fernández, Noemí](#) 2009: 14).

- Totes les persones tenen sexualitat?

La sexualitat afecta tot el cos i tots els cossos, inclús, per moltes persones va més enllà del com pot ser ara implicant-hi la cadira de rodes, la pròtesi, el joguet, etc. Hem de tenir presents les diferents mobilitats i maneres de sentir el cos i d'expressar la sexualitat i l'afectivitat. Podem proposar a les participants un recorregut per les diferents zones dels seus cossos que els hi produeixen plaer quan s'acaricien: el cabell, el coll, la boca, els pits, la panxa, l'esquena, etc. amb la intenció de desgenitalitzar la sexualitat.

- Totes les persones viuen la seva sexualitat de la mateixa manera?

Cada persona viu la seva sexualitat d'una manera diferent, d'aquí ve la "S" de sexualitatS. Cada persona tenim el dret de descobrir-la, viure-la i expressar-la com vulguem respectant sempre els desitjos i límits de les altres persones.

- Què busquem les persones al viure la nostra sexualitat?

Plaer. El plaer ens fa sentir bé, ens posa alegres, ens produeix felicitat. És important associar la sexualitat al benestar per generar-ne una visió positiva.

3. Explicació de la dinàmica: es demanarà a les persones participants que es situïn al centre de la sala. Prèviament es pot dibuixar amb un guix, una línia que divideixi l'espai en dues zones:

- Una zona representarà estar d'acord amb la frase que llegirà la dinamitzadora (Sí que hi estic d'acord).
- L'altra zona representarà estar en desacord amb la frase que es llegirà (No hi estic d'acord).

4. La persona referent de l'activitat llegeix les afirmacions del baròmetre i les participants hauran de situar-se en una zona o en una altra en funció de les seves

opinions. La proposta és que ningú es pot quedar en mig, però existeix la possibilitat de col·locar-se més o menys a prop de l'extrem del SÍ o del NO per visibilitzar matisos.

5. Un cop s'hagi desplaçat tot el grup, qui vulgui pot explicar el seu posicionament. Si durant les argumentacions, algú vol canviar de lloc, pot fer-ho i, si vol, pot explicar el perquè d'aquest canvi.