

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.

PERSONAS DESTINATARIAS

- Jóvenes a partir de 15 años.
- Grupos heterogéneos.

MATERIAL

- Tarjetas de los Derechos (anexo I)
- Tarjetas de las situaciones (anexo II)
- Papel continuo, pegatinas pequeñas y rotuladores de colores.

CONCEPTOS CLAVE

- Sexualidades
- Autonomía
- Placer
- Consentimiento
- Violencias
- Vulneración
- Derechos sexuales
- Empoderamiento
- Equidad
- Machismo
- LGTBIfobia
- Capacitismo

NUESTROS DERECHOS EN NUESTRA COTIDIANIDAD

Cuestionando el sexismo, el racismo, el capacitismo y la cis-heteronorma

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

- 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 I) y un juego de situaciones (Anexo II 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).

• 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 y 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 esta 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 el grupo grande.

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, les 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 al grupo grande 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 situaciones podrían ubicarse en varios puntos al mismo tiempo” 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 ninguno de ellos. Todos tienen la misma importancia y son igualmente esenciales para el respeto 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, y afectan 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 a las personas con diversidad funcional del terreno de la sexualidad y les 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 ([sexpreading](#) “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.

12. En general podríamos agrupar las situaciones en cuatro grandes ejes 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, 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 empoderamiento 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 quien 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, placenteras y más seguras. Es esencial generar procesos de empoderamiento para que las personas seamos protagonistas activas en la reivindicación de nuestros Derechos Sexuales

CRONOGRAMA

ACTIVITAT	TEMPS
Introducció, explicació de la dinàmica	10 min.
Treball en petits grups	20 min.
Reflexionant en grup gran	25 min.
Avaluació	5 min.

ANNEX1

Derecho a la Libertad Sexual y Derecho a la Equidad Sexual:

Abre la posibilidad a todas las personas para expresar sus sexualidades. No obstante, esto excluye todas las formas de coerción sexual, de explotación y de abuso en cualquier momento y situación de la vida. El Derecho a la Equidad hace referencia a vivir relaciones igualitarias, por tanto, implica la oposición a toda forma de discriminación independientemente del sexo, el género, la preferencia-opción sexual, la edad, la raza, la clase social, la religión y/o la diversidad funcional de las personas.

Derecho a la Autonomía Sexual, a la Seguridad del Cuerpo y a Vivir Relaciones Libres de Violencias:

Comprende la habilidad de las personas para tomar decisiones autónomas sobre la vida sexual de uno/a mismo/a. También incluye el control y el placer de nuestros cuerpos, libres de violencia de cualquier tipo

Derecho a realizar Opciones Reproductivas Libres:

El Derecho a realizar Opciones Reproductivas recoge el Derecho al aborto, a decidir sobre tener hijas o hijos o no, el número y el tiempo entre cada uno y el derecho al acceso a los métodos anticonceptivos (preservativos, píldoras hormonales, píldora del día después, DIU, diafragma, etc.).

Derecho al Cuidado de la Salud sexual y a la Información basada en el Conocimiento Científico:

El cuidado de la salud sexual debe estar disponible para todas las personas La información sexual debe ser generada a través de un proceso científico y ético, y debe ser difundida de forma apropiada en todos los ámbitos sociales.



ANNEX1

Derecho al Placer y a la Expresión Sexual-Emocional:

El placer sexual incluye el autoerotismo, es una fuente de bienestar físico, psicológico, intelectual y espiritual. La expresión sexual es más que el placer erótico: cada persona tiene el Derecho a expresar su sexualidad a través de la comunicación, el contacto, la expresión emocional, sexual y el amor.

Derecho a la Educación Sexual comprensiva:

Recibir Educación Sexual es un proceso que debería durar toda la vida de las personas, des del nacimiento hasta que somos mayores, ya que la sexualidad es un proceso de aprendizaje durante todo el ciclo vital. La Educación sexual debería involucrar a todas las instituciones sociales, familia, escuela, espacios de ocio, universidades, etc.

Derecho a la Libre Asociación Sexual y Derecho a la Privacidad Sexual:

Significa la posibilidad de contraer matrimonio o no, de divorciarse y de establecer diferentes tipos de vínculos afectivos y sexuales. Involucra el Derecho a tomar decisiones individuales y conductas sobre la intimidad siempre que éstas no interfieran en los Derechos Sexuales de otros.



NO RECIBIR INFORMACIÓN
SOBRE MÉTODOS
ANTICONCEPTIVOS

QUE HAYA MENOS
RECURSOS EDUCATIVOS
SOBRE SALUD SEXUAL PARA
PERSONAS CIEGAS

QUE TU PAREJA TE
CONTROLE EL MÓVIL

VIOLENCIA SEXUAL

QUE NADIE NOS HABLE
SOBRE SEXUALIDADES

QUE TE DIGAN "GUARRA"
POR MASTURBARTE

NO RECIBIR UNA ATENCIÓN
GINECOLÓGICA ADECUADA
POR SER UNA MUJER CON
DIVERSIDAD FUNCIONAL

COMENTARIOS RACISTAS
SOBRE LA SEXUALIDAD

QUE TE LÍES CON ALGUIEN
Y TRASPASE TUS LÍMITES

QUE TE INSISTAN PARA NO
UTILIZAS PRESERVATIVO

QUE ALGUIEN NO RESPETE
TU INTIMIDAD

TRATAR A UNA MUJER
TRANS* EN MASCULINO

QUE TE REGAÑEN POR
MASTURBARTE

COMENTARIOS
IRRESPECTUOSOS SOBRE
NUESTRO CUERPO

QUE TE OBLIGUEN A
VESTIR DE UNA MANERA
DETERMINADA

QUE NO NOS DEJEN SER
LESBIANAS, GAIS, BISEXUAL,
ETC.

QUE NO NOS ENSEÑEN
A CUIDAR DE NUESTRA
SALUD SEXUAL

QUE LA ÚNICA
INFORMACIÓN SOBRE
SEXUALIDAD SEA EL PORNO

QUE TE PROHÍBAN
TENER PAREJA

BULLYING LGTBIFÓBICO

QUE REGAÑEN A UNA
PAREJA DE DOS CHICOS
POR DARSE BESOS

QUE SE IMPIDA A UNA
PAREJA CON DIVERSIDAD
FUNCIONAL TENER
HIJOS/AS

QUE NADIE NOS HABLE DE
LAS INFINITAS MANERAS DE
VIVIR LA SEXUALIDAD

NO RECIBIR INFORMACIÓN
SOBRE EL ABORTO

NO RECIBIR INFORMACIÓN
SOBRE INFECCIONES DE
TRANSMISIÓN SEXUAL

FALTA DE RECURSOS SOBRE
EDUCACIÓN SEXUAL PARA
PERSONAS SORDAS

QUE TU PAREJA TE DIGA
COMO TE TIENES QUE
VESTIR Y CON QUIEN
PUEDES HABLAR

QUE NO NOS ATIENDAN
ADECUADAMENTE EN
UROLOGÍA

TRATAR EL CUERPO
DE LAS MUJERES
COMO UN OBJETO

QUE ALGUIEN TE HAGA
UNA FOTO O VIDEO SIN TU
CONSENTIMIENTO

QUE ALGUIEN TE TOQUE
SIN TU CONSENTIMIENTO

QUE NADIE NOS HABLE
SOBRE EL PLACER

PENSAR QUE LA MARCHA
ATRÁS ES UN MÉTODO
EFECTIVO PARA
EVITAR EMBARAZOS

QUE TE INSISTAN
PARA LIGAR

PRESUPONER QUE PORQUE
UNA PERSONA VAYA
EN SILLA DE RUEDAS
NO TIENE SEXUALIDAD

QUE NO TE DEN LA
PASTILLA DEL DÍA DESPUÉS

QUE NO TE DEJEN FORMAR
PARTE DE UN COLECTIVO
EN DEFENSA DE LOS
DERECHOS SEXUALES

ECHAR DE UN BAR A UNA
PAREJA DE LESBIANAS

NO RECIBIR INFORMACIÓN
SOBRE ASISTENCIA SEXUAL

PROHIBIR A UNA PAREJA
CON SÍNDROME DE DOWN
BESARSE

PRESUPONER QUE
LAS PERSONAS CON
DIVERSIDAD MOTORA
NO TIENEN SEXUALIDAD

NO RECIBIR
INFORMACIÓN SOBRE ITS

QUE TE RECOMIENDEN
NO SER MADRE POR SER
UNA MUJER CON
DIVERSIDAD FUNCIONAL

QUE TE LÍES CON ALGUIEN,
SE TE CORTE EL ROLLO
Y TE INSISTA PARA
QUE CONTINÚES

FALTA DE
ACOMPAÑAMIENTO
EN SALUD SEXUAL
PARA PERSONAS CON
DIVERSIDAD FUNCIONAL

COMENTARIOS Y BROMAS
LGTBIFÓBICAS

QUE ALGUIEN DIFUNDA
TUS FOTOS SEXIS SIN
TU CONSENTIMIENTO
(SEXPREADING)

DISCRIMINACIÓN A UN
PROFESOR GAY