

**NO+VIOLENCIA
MASCLISTA**
DESEMMASCAREM-LA!

Guia docent

MÒDULS DE FORMACIÓ PER A FAMÍLIES
Cicle superior d'educació primària

3.

Relacions afectives i sexuals saludables

MAPA DEL MATERIAL DEL PROGRAMA DE FORMACIÓ

	PRIMÀRIA	SECUNDÀRIA
1 Aproximació a la coeducació i l'equitat de gènere	ACTIVITATS DIDÀCTIQUES PER A L'ALUMNAT	ACTIVITATS DIDÀCTIQUES PER A L'ALUMNAT
	MÒDULS DE FORMACIÓ PER A FAMÍLIES	MÒDULS DE FORMACIÓ PER A FAMÍLIES
2 Construcció de models alternatius de masculinitat i feminitat	ACTIVITATS DIDÀCTIQUES PER A L'ALUMNAT	ACTIVITATS DIDÀCTIQUES PER A L'ALUMNAT
	MÒDULS DE FORMACIÓ PER A FAMÍLIES	MÒDULS DE FORMACIÓ PER A FAMÍLIES
3 Relacions afectives i sexuals saludables	ACTIVITATS DIDÀCTIQUES PER A L'ALUMNAT	ACTIVITATS DIDÀCTIQUES PER A L'ALUMNAT
	MÒDULS DE FORMACIÓ PER A FAMÍLIES	MÒDULS DE FORMACIÓ PER A FAMÍLIES
4 Tolerància zero a la violència masclista i relacions abusives	ACTIVITATS DIDÀCTIQUES PER A L'ALUMNAT	ACTIVITATS DIDÀCTIQUES PER A L'ALUMNAT
	MÒDULS DE FORMACIÓ PER A FAMÍLIES	MÒDULS DE FORMACIÓ PER A FAMÍLIES

SUMARI



Introducció	3
Índex d'activitats	3
Recursos	3
Objectius	3
Paraules clau i definició	3
Activitat 1: QUÈ ENTENEM PER SEXUALITAT?	4
Activitat 2: LA PRIMERA VEGADA	7
Activitat 3: EL PLAER I EL CONSENTIMENT	10
Idees clau	13

Relacions afectives i sexuals saludables

60 minuts

Aquestes activitats didàctiques estan vinculades al *Protocol de prevenció, detecció i intervenció davant la violència masclista entre l'alumnat* del Departament d'Educació.

Introducció

L'afectivitat i la sexualitat estan presents a la vida des que naixem ja que formen part del nostre cos i defineixen la manera de transmetre els sentiments entre persones. Per tant, és important viure aquest aspecte de la vida amb naturalitat des de nadons.

D'altra banda, també és fonamental conèixer les sensacions del propi cos, agradables i desagradables, i saber-les comunicar. D'aquesta manera, treballem el plaer, el rebuig, el consentiment, aprenem a posar uns límits i a respectar-los.

- Afavorir que les famílies reflexionin críticament a l'entorn dels estereotips i patrons masclistes que faciliten les relacions abusives.
- Aportar eines a les famílies per promoure en la canalla les relacions saludables i identificar i prevenir les relacions abusives.
- Enfortir el paper de les famílies com a transmissors dels valors d'igualtat, respecte i autoestima, a través del modelatge.

Paraules clau i definició

- **Relacions afectives i sexuals saludables:** totes les relacions en què dos individus comparteixen una experiència afectivosexual conjunta i satisfactòria que els fa sentir realitzats com a persones.
- **Plaer:** sensacions agradables que podem sentir i fer sentir a altres persones i que donen benestar. Hi ha molts tipus de plaer: menjar, dormir, prendre el sol, etc. Per a cada persona són diferents i això passa amb la sexualitat: els nostres plaers poden arribar a ser molt diferents.
- **Consentiment:** es produeix quan la persona està d'acord amb el comentari o proposició que rep. Significa donar permís per a alguna cosa.

ÍNDEX D'ACTIVITATS

Activitat 1:

Què entenem per sexualitat?

Activitat 2:

La primera vegada

Activitat 3:

Sentir que sí, sentir que no

Recursos

Enquesta: [El sexe ignorat](#)

Vídeo: [La primera vegada](#)

Vídeo: [Sentir que sí, sentir que no](#)

Objectius

- Sensibilitzar les famílies sobre la importància d'acompanyar el desenvolupament afectivosexual dels fills i filles, el coneixement del propi cos, les idees del plaer i consentiment...
- Evitar les resistències i els tabús de les famílies a l'hora de parlar de sexualitat.

Activitat 1

Què entenem per sexualitat?

20 minuts

Finalitat

Amb aquesta activitat els i les participants han de poder:

- Adquirir eines per acompanyar els fills i filles en el procés de descoberta de la sexualitat.
- Identificar les diferències entre sexe, identitat de gènere i opció sexual.

Descripció i desenvolupament

A partir de la visualització d'una part del reportatge [El sexe ignorat](#) i de la definició de l'OMS sobre sexualitat encetem un debat sobre la importància d'acompanyar els infants en aquesta descoberta.

Rol com a docent

- Facilitar continguts i incentivar la dinàmica de grup.
- Procurar un diàleg fluid i respectuós.

Activitat 1

Què entenem per sexualitat?

20 minuts

1.1 Mireu el vídeo [El sexe ignorat](#) (minut 37:40 fins al 38:59) i llegiu la definició de sexualitat.

L'**Organització Mundial de la Salut** (OMS) defineix la **sexualitat** com "un aspecte central de l'ésser humà al llarg de la seva vida i engloba el sexe, la identitat de gènere i els rols, l'orientació sexual, l'erotisme, el plaer, la intimitat i la reproducció.

La **sexualitat** es viu i s'expressa en pensaments, fantasies, desitjos, creences, actituds, valors, conductes, pràctiques, rols i relacions. Tot i que la sexualitat pot incloure totes aquestes dimensions, no totes les dimensions s'experimenten o s'expressen sempre. La sexualitat està influenciada per la interacció de factors biològics, psicològics, socials, econòmics, polítics, ètics, legals, històrics, religiosos i espirituals".

1.2 Responen les preguntes següents:

• Per què creieu que és important parlar de sexualitat dins l'àmbit familiar? Quins beneficis us aporta a vosaltres i als vostres fills i filles?

La comunicació és clau per gaudir d'una sexualitat sana i plena. Els infants viuen una etapa d'aprenentatge sobre molts processos, i un d'aquests és la sexualitat. Com a aprenents demanen informació als adults, perquè els acompanyin en aquest despertar. Però si la informació no la troben a la família i l'escola, la buscaran per altres vies, i això possibilita que aprenguin discursos que nosaltres, com a formadors, no desitgem. Alhora, si no els orientem en aquesta descoberta poden entendre la sexualitat no com un procés natural i plaent, sinó com un tabú. Per a les famílies, aquest camí també és un aprenentatge, ja que l'educació sempre és multidireccional.

• Creieu que és important conèixer el nostre cos per tenir relacions saludables?

Conèixer el nostre cos és bàsic per estimar-lo i entendre'l. Una relació d'estima amb el nostre cos i un coneixement profund de les seves necessitats ens ajuda a procurar-nos benestar i a posar límits quan una experiència no ens està agradant. Alhora, si en algun moment volem tenir relacions basades en la sexualitat amb alguna altra persona o persones, conèixer el que desitgem i el que no, ens empodera.

• Podríeu definir quina és la diferència entre sexe, identitat de gènere i orientació sexual? Quins tipus en coneixeu?

Podríem definir el sexe com els trets biològics que defineixen si una persona és mascle o femella. La identitat de gènere ens parla de com ens sentim (com ens identifiquem) com a homes, com a dones, com a transexuals... Tendim a pensar que si una persona neix amb un cos mascle el nen esdevindrà un home i que si una persona neix amb un cos femella la nena serà una dona, però aquest pas no és automàtic sinó social, i existeixen diverses maneres de sentir-nos respecte a aquesta identitat, fins i tot podem sentir que aquests trets no ens identifiquen.

És important no confondre la identitat de gènere ni amb el sexe ni amb l'expressió de gènere, que és la manera com ens comportem o ens mostrem cap a l'exterior. A últim, l'orientació sexual o l'opció sexual ens parla de cap a qui dirigeixen les persones la seva atracció sexual o desig. Les opcions sexuals són diverses i cada cop surten més definicions per descriure-les totes. Algunes són: heterosexualitat, gais, lesbianes, bisexualitat, pansexualitat, asexualitat, transexuals...

Activitat 2

La primera vegada

20 minuts

Finalitat

Amb aquesta activitat els i les participants han de poder:

- Identificar els estereotips i els mandats de gènere relacionats amb la sexualitat i el cos.
- Reflexionar sobre els propis discursos sobre la sexualitat des d'una perspectiva de gènere.

Descripció i desenvolupament

A partir de la visualització del vídeo [La primera vegada](#) descobrim els mandats i estereotips de gènere que funcionen a la nostra societat al voltant de la sexualitat. Mitjançant les preguntes es genera un debat per analitzar com els progenitors perceben la sexualitat dels seus descendents, incidint en les diferències de patrons que s'observen respecte als fills o a les filles.

Rol com a docent

- Facilitar el debat i introduir la crítica des d'una perspectiva feminista.
- Procurar un diàleg fluid i respectuós.

Activitat 2

La primera vegada

20 minuts

Mireu el vídeo [La primera vegada \(2'17"'\)](#), on es pregunta a alguns pares com creuen que serà la primera relació sexual dels seus fills i filles.

2.1 Per què reaccionen diferent quan es tracta de la noia?

Les parelles que apareixen al vídeo responen diferent quan se'ls pregunta per la noia perquè tenen interioritzats els estereotips de gènere presents a la societat sobre la sexualitat tant de nois com de noies. La sexualitat masculina és concebuda com una necessitat biològica, un fet natural, i acceptada culturalment. La sexualitat femenina és vista com un tabú, supeditada al desig de l'home i apleix una funció bàsicament reproductora. D'aquesta manera, es transmet a nois i noies una gran diferència: llibertat sexual per als nois i repressió sexual per a les noies.

En tots els missatges la sexualitat és concebuda sense tenir en compte aspectes com els sentiments. Alhora es reproduïx la idea de la sexualitat basada en el coït, ja que al parlar de "la primera vegada" sembla que es pot posar un punt d'inici a la sexualitat de les persones. Aquesta idea és errònia ja que la sexualitat ens acompanya des que naixem.

2.2. Creieu que les noies tenen el mateix dret a la sexualitat que els nois?

Un dels mandats de la feminitat hegemònica està relacionat amb la manca de llibertat de les noies respecte al seu cos i la seva sexualitat. D'aquesta manera, els estereotips configuren la sexualitat femenina com a quelcom supeditat al desig masculí, silenciant i reprimint el desig de les nenes i de les noies i sancionant-les si tenen una vida sexual activa.

Podem trobar nombrosos exemples que mostren el funcionament d'aquests estereotips i mandats, des del desconeixement del clítoris per part de moltes nenes i noies fins al qüestionament de la seva moral quan tenen relacions sexuals.

2.3 Aquesta tendència a protegir les filles, a què respon?

Com ja hem dit, respon al fet que la sexualitat de les noies està mal vista i és un tema tan tabú que els progenitors tenen la necessitat de protegir-les i vigilar-les perquè tinguin relacions sexuals com més tard millor. Aquests estereotips han enfortit l'home com una persona que té dret a la sexualitat i inclús, de vegades, es pensa que quantes més experiències sexuals visqui més acceptació social rebrà. Això pot portar els nois a creure's que tenen certa impunitat davant algunes conductes inapropiades envers les noies o inclús en dur a terme el que anomenem agressions sexuals. En conseqüència, regna en les famílies la por que les seves filles puguin ser víctimes d'alguna situació d'abús o agressió. Per evitar-ho es transmet a les noies missatges com ara: "no vagis sola pel carrer", "vigila amb l'alcohol", "vesteix més tapada", "cuideu-vos entre les amigues"...

Aquest fet desencadena unes conseqüències:

1. Es continuen reproduint els estereotips de gènere.
2. Infon seguretat als nois i inseguretat a les noies, llibertat als nois i coacció a les noies.
3. En cas que la noia pateixi alguna situació d'abús pot sentir-se culpable per no haver estat més prudent, cosa que fomenta la revictimització.

2.4 Poseu en comú les vostres opinions i argumentacions.

Cal tenir en compte que aquests estereotips de gènere es poden transmetre de manera inconscient. Per tant, prendre'n consciència i detectar-los és el primer pas per canviar-los.

Activitat 3

El plaer i el consentiment

20 minuts

Finalitat

Amb aquesta activitat els i les participants han de poder:

- Detectar les dificultats i els beneficis d'expressar els sentiments i posar límits.
- Reflexionar sobre la importància de connectar amb el desig propi.

Descripció i desenvolupament

A partir de la visualització del vídeo [Sentir que sí, sentir que no](#) reflexionem sobre la necessitat d'acompanyar els infants a connectar amb el seu desig i plaer per saber posar límits quan una situació no els agrada.

Rol com a docent

- Facilitar el debat i aportar la mirada feminista.
- Procurar un diàleg fluid i respectuós.

Activitat 3

El plaer i el consentiment

20 minuts

Mireu el vídeo [Sentir que sí, sentir que no](#) (15'), centrat en una experiència que es va dur a terme en algunes escoles de Barcelona amb l'objectiu de treballar la prevenció d'abusos i violències masclistes a través del teatre.

3.1 És important que els infants identifiquin les sensacions agradables i les sensacions desagradables i, sobretot, les sàpiguen expressar. Com els podeu ajudar a fer-ho?

Les famílies podeu potenciar l'assertivitat des de la cura i el respecte. Acompanyeu l'infant a entrar en connexió amb el seu cos i els seus sentiments i intuïcions. Remarqueu que sempre ha de dir NO quan no vol o no li agrada qualsevol contacte amb altres persones.

3.2 Si deixem que el nen o nena decideixi si vol o no vol fer petons i/o abraçades a familiars, amistats, persones properes... Quin missatge li estem transmetent?

Li diem que el cos és seu i li donem l'opció de decidir sobre el seu propi cos. L'acompanyem a saber amb qui i com vol relacionar-se. Alhora, fomentem la seva autonomia, el dret i la capacitat de decidir i l'ajudem a construir la seva autoestima.

3.3 De totes les idees que surten al vídeo, quina us sembla la més important? Poseu-la en comú amb la resta de participants.

De vegades ens costa molt dir que no per moltes raons i alhora és important aprendre a fer-ho sense por i amb convicció per poder posar el límit quan alguna cosa no ens agrada. Per això, és important ser conscient de les coses que ens despertem atracció i les que ens susciten rebuig. Acompanyar els infants a connectar amb el seu desig és una porta per connectar amb allò que els agrada i defensar-se d'allò que no. Els adults de vegades també tenim problemes a l'hora de posar el límit, però, sovint, tenim més estratègies per fer-ho i, des de la nostra experiència, podem orientar els infants.

3.4 Què m'emporto de la sessió

Com a cloenda de la sessió, us demanem que ompliu el paperet en forma de "nota adhesiva" que teniu a continuació. Escriviu una frase que sintetitzi les idees que heu extret i tres propòsits en relació amb els vostres fills i filles. Finalment, si voleu, compartiu amb la resta de participants.

ELS MEUS APUNTS



Frase:

Propòsits:

1.
2.
3.

Idees clau

És imprescindible introduir la sexualitat en l'educació dels fills i filles per prevenir relacions abusives i promoure relacions plaents i saludables.

La família és el primer referent de models de relació i ha d'oferir eines perquè els fills i filles puguin construir relacions saludables i igualitàries.

És important introduir en les converses a casa temàtiques relacionades amb les relacions afectivosexuals, la identitat sexual i l'orientació sexual. Parlar-ne de manera oberta i natural fomentarà el desenvolupament integral i saludable de l'infant i contribuirà a la seva autoestima i seguretat, a més d'enfortir els vincles familiars.

La informació entorn de la sexualitat ha estat tradicionalment incompleta i en molts casos errònia, condicionada per les creences i els estereotips masculistes, sobretot respecte a les noies. Cal oferir una visió més àmplia i superar els tabús per tal que els nens i nenes siguin educats sense prejudicis.

La concepció social de la sexualitat masculina i femenina és molt diferent. La sexualitat de les dones ha estat reprimida, sancionada i supeditada al desig de l'home.

Educar les filles en la cultura de la por (evitant la provocació, posant horaris, aixecant barreres autoprotectors...) pot fomentar la seva inseguretat i coartar la seva llibertat. A més, en cas d'agressió sexual pot ser que llavors se senti culpable i, si és així, serà revictimitzada socialment.

Educar els nois com si tinguessin més llibertat i privilegis que les noies pot fer que ells arribin a pensar que gaudeixen de certa impunitat davant conductes inapropiades.

Per això cal educar les filles en la llibertat i el dret a la sexualitat i el seu plaer. I cal educar els fills en el respecte cap a la dona i sota el lema: «només Sí és Sí».

Les famílies podem acompanyar els infants a identificar i expressar les sensacions agradables i desagradables. D'aquesta manera, els empoderem i els facilitem les eines que necessiten per fer front a qualsevol situació d'abús