

Dinàmiques complementàries a les Accions Educatives de SIDA STUDI

Material elaborat pel Departament de Formació i Prevenció de
SIDA STUDI



Dinàmiques que complementen les Accions Educatives de SIDA STUDI

Som davant d'un recull d'activitats per a treballar a l'aula diversos aspectes de l'educació afectiva i sexual.

L'equip de Formació i Prevenció de SIDA STUDI ha fet una selecció d'activitats dinàmiques amb la voluntat d'oferir recursos àgils al professorat, per treballar amb els/les joves que participaran o ja han participat en els nostres tallers.

N'hem triat 10 que veiem com un bon complement a les nostres Accions Educatives "Prevenir x Gaudir" i "Com prevenim, com gaudim?". Volem així facilitar als centres educatius la manera de poder donar continuïtat a la tasca de promoció d'una sexualitat saludable.

Partint de la idea de fer unes Intervencions Educatives més Integrals, proposem aquests nous recursos educatius que complementin el treball puntual dels tallers amb un treball de fons que es pugui fer des de l'aula.

Com són les activitats seleccionades?

Us proposem que escolliu les activitats que creieu més adients entre:

- 5 **dinàmiques PRE** ideals per a treballar amb els joves abans dels tallers de **SIDA STUDI**.
- 5 **dinàmiques POST** pensades per a ser treballades amb els joves després que hagin participat en els nostres tallers.

La seva durada -entre 30 o 45 minuts- i la seva metodologia -dinàmiques participatives de grup que promouen la reflexió i el debat- fan d'aquestes activitats unes eines ideades per encaixar en l'hora de tutoria.

L'origen de les dinàmiques

Les dinàmiques que us proposem s'han extret de la guia educativa d'activitats per treballar a l'aula *Treu-li suc a la sexualitat: una visió positiva i saludable de la sexualitat*. El 2007 **SIDA STUDI** va elaborar-ne els continguts, de la mateixa manera que va fer el 2006 amb l'exposició que porta el mateix nom. Ambdós són recursos que ens van ser encarregats per l'Àrea de Salut Pública i Consum de la Diputació de Barcelona.

Enllaç al format digital de la guia educativa:

<http://www.sidastudi.org/resources/inmagic-img/dd5057.pdf>

Enllaç per a veure els plafons de l'exposició:

<http://www.diba.es/salutpconsum/salutpublica/descarrega/exposiciosexualitat.pdf>

L'objectiu d'aquests materials és facilitar eines que aportin al professorat de secundària elements per treballar a les aules i altres espais de formació el desenvolupament afectiu i sexual dels i de les adolescents partint de la promoció d'una sexualitat saludable i la prevenció del VIH.

Dinàmiques que complementen les Accions Educatives de SIDA STUDI

Aquí trobeu la relació de les dinàmiques que hem triat amb els continguts tractats en cada unitat temàtica d'aquesta guia.

Diferenciem les activitats dinàmiques pel color:

- les **activitats PRE** (prèvies als tallers)
- les **activitats POST** (posteriors als tallers)

	continguts	activitats
UNITAT 1 Què entenem per sexualitat?	<ul style="list-style-type: none"> • Conceptualització del terme sexualitat • Dimensions de la sexualitat • Fonts d'informació sobre la sexualitat • Impacte dels missatges que rebem • Creació de mites entorn la sexualitat • Anàlisi crític i deconstrucció dels mites 	<ul style="list-style-type: none"> • Què és la sexualitat i diferents formes de viure-la
UNITAT 2 Parlem de sexualitats?	<ul style="list-style-type: none"> • Pluralitat de les sexualitats • Factors condicionants de la vivència de la sexualitat • Diferències entre sexe i gènere • Construccions de gènere i relacions de poder • Diversitat en la orientació del desig • Efectes de la pressió social en la identitat sexual 	<ul style="list-style-type: none"> • Carta a un amic o amiga • Això és una passada / això és un pal
UNITAT 3 Com vivim la nostra sexualitat?	<ul style="list-style-type: none"> • Factors condicionants de l'autoestima • L'autoestima com a factor protector de la salut • Canvis evolutius en la sexualitat a nivell físic, psicològic i social • El cos com a mapa de sensacions • Desgenitalització de les relacions sexuals 	<ul style="list-style-type: none"> • Què ha canviat en el meu cos en els darrers 5 anys • Tot el que havies volgut saber i mai havies gosat preguntar
UNITAT 4 Què pinten l'embaràs, les ITS i el VIH en la meva sexualitat?	<ul style="list-style-type: none"> • Tipologia de mètodes anticonceptius • Característiques de les ITS • Conceptes VIH i sida • Mètode de detecció del VIH • La infecció per VIH • Prevenció del VIH 	<ul style="list-style-type: none"> • La festa • Escollir el mètode anticonceptiu • Què passaria si...?
UNITAT 5 Com viure una sexualitat més saludable?	<ul style="list-style-type: none"> • Relació entre prevenció i salut sexual • Característiques dels preservatius • Col·locació del preservatiu masculí i del femení • El moment de proposar el preservatiu: "el quan" • La manera de proposar el preservatiu: "el com" 	<ul style="list-style-type: none"> • Gegants encantats • El moment / la manera

Dinàmiques que complementen les Accions Educatives de SIDA STUDI

Activitats PRE

Què és la sexualitat i diferents formes de viure-la

Objectius: Relativitzar el concepte de sexualitat, adonar-nos de com varia la concepció segons la visió de cada persona.

Temps aproximat: 30 minuts

Materials: Imatges de diaris, revistes, anuncis...

Descripció: Buscar informació en forma d'imatge que reflecteixi diferents models de sexualitat. Es posen en comú totes les imatges aportades. Cadascú explica els motius pels quals ha escollit la imatge que ha aportat i no una altra.

Rol de l'educador/a: Pot aportar altres imatges, per a contrastar els models aportats pels joves que aparentment no tinguin res a veure amb connotacions sexuals. Per exemple, d'un paisatge agradable que evoca plaer.

Alternativa: Implicar la família en la recerca (prèvia a l'activitat) d'imatges que evoquin models de sexualitat.

Dinàmiques que complementen les Accions Educatives de SIDA STUDI

Carta a un amic o amiga

Objectius: Facilitar posar-se al lloc de l'altre. Fomentar la reflexió i actituds d'empatia vers les diferents orientacions sexuals.

Temps aproximat: 45 minuts

Materials: Informació de la carta (veure a continuació)

Descripció: Es distribueix la 1ª part del text, on explica que s'ha enamorat i demana consell. Cada participant escriu una carta de resposta, oferint-li consell per a la seva situació, des de l'acceptació. Es distribueix la 2ª part de la carta, on s'exposa que la persona de qui s'ha enamorat és del seu mateix sexe. Els passos a seguir són els mateixos que en la primera part.

Rol de l'educador/a: Animar als participants a contestar com si de veritat es tractés del millor amic/ga. Promoure que s'analitzin les actituds mostrades i facilitar la reflexió.

Informació de la carta

Primera part

Durant les vacances has rebut una carta d'un/a dels teus/ves millors amics/gues. T'escriu que s'ha enamorat d'una persona fantàstica, divertida i amb qui comparteix moltes visions de la vida. Et confessa que el que està sentint és bestial i no s'assembla a res del que ha viscut abans. Tot i així, el to de la carta no sembla gaire entusiasta, et demana consell perquè se sent confús/a i no sap què fer.

Ha de confessar/fer públic el què sent per aquesta persona?

Segona part

Gires el full de la carta i t'adones que la carta continua. En un to molt confidencial, et comunica que últimament s'ha adonat d'alguna cosa que ja s'anava suposant des de feia un temps: és homosexual. I que la persona fantàstica que ha conegut és del seu mateix sexe. Explica que ja sap que això li comportarà alguns conflictes en les seves relacions personals, potser amb la seva família, al centre d'estudis o al seu treball i l'angoixa una mica perquè no sap què fer. Et comenta que de moment prefereix mantenir-ho ocult fins que no sàpiga com afrontar aquesta situació. Malgrat saber que ha de decidir per si mateix/a, li agradaria conèixer la teva opinió, donada l'amistat entre vosaltres.

Què li contestaries?

Què ha canviat en el meu cos en els darrers 5 anys

Objectius: Compartir experiències per a la construcció col·lectiva del coneixement

Temps aproximat: 30 minuts

Materials: Paper i bolígraf

Descripció: Els participants expressen les idees en relació a la pregunta "què ha canviat en el meu cos?" Es recull per escrit allò que se'ls ocorre, mitjançant una pluja d'idees en petit grup. Es seleccionen consensuant les més rellevants i un portaveu de cada grup les llegeix, posant-ho en comú amb el gran grup. Depenent dels continguts que surtin en l'activitat, pot derivar en un posterior debat on es faci una anàlisi crítica dels cànons de bellesa i estètica dominants, i del culte pel cos.

Rol de l'educador/a: Guiar i moderar l'activitat en gran grup

Alternativa: Escriure individualment una carta al cos: dir-li què sents, què t'agrada i què no. Posteriorment, analitzar com li has parlat. En to amistós o enfadat... Guiar-ho vers la conclusió que la relació que tenim amb el nostre cos és canviant (es proposa guardar-la i llegir-la passat un temps per a comprovar-ho).

Dinàmiques que complementen les Accions Educatives de SIDA STUDI

Això és una passada/això és un pal...

Objectius: Reflexionar sobre les construccions de gènere i d'identitat sexual.

Temps aproximat: 45 minuts (30 min. en petit grup; 15 min. en plenari)

Materials: pissarra o paper continu

Descripció: Divisió en 2 subgrups: nois i noies. Cada grup ha d'elaborar un llistat d'aspectes positius i de negatius del fet de ser noi o noia mitjançant una pluja d'idees. Posterior posada en comú.

Rol de l'educador/a: Dinamitzar les discussions dels grups i moderar el debat final.

"La festa": la cadena de transmissió

Objectius: Afavorir la reflexió sobre la percepció del risc de contraure el VIH i identificar les emocions que se'n deriven. Reforçar els coneixements sobre la transmissió i la prevenció de la infecció del VIH i d'altres ITS.

Temps aproximat: 40 minuts

Materials: Una targeta de paper i un bolígraf per alumne. El 70% de les targetes estan senyalades amb un quadradet al marge (vol dir que no utilitzen el preservatiu). Un 20% tenen una rodona (vol dir que aquella persona fa servir el preservatiu). Un 10% té un triangle (vol dir que aquella persona té el VIH i no utilitza preservatiu). Els percentatges són orientatius.

Descripció: Es distribueixen aleatòriament les targetes entre els participants sense dir-los què volen dir els senyals. Primer de tot, en una cara de la targeta han d'escriure 3 coses que els importen a la vida. Tot seguit, se'ls explica que comença una festa durant la qual s'han d'aixecar de la seva cadira, compartir allò que han escrit amb les altres persones i, si hi estan d'acord, posar el seu nom a l'altra cara de la targeta. Al cap de 10 minuts es dona per acabada la festa i s'asseuen de nou.

Se'ls descobreix que els noms que hi ha a la seva targeta són els de les persones amb qui representa que han mantingut relacions sexuals. I també se'ls descobreix el significat dels símbols.

Es fa aixecar a una persona que ens ha de dir si ho ha fet amb condó o sense, si té el VIH i amb quines persones ha estat. Aquestes persones també s'aixequen i fan el mateix. De manera que al final gairebé tota l'aula està dempeus i, de manera directa o indirecta, representa que quasi tothom ha estat en contacte amb el VIH.

Se'ls fa asseure i s'obre el debat: Com ens sentim? Quines són les úniques persones que no s'han de preocupar de res? (els que han fet servir el preservatiu). Els que feien servir condó tenen el VIH? (no ho sabem, però és intranscendent, perquè han pres mesures de prevenció). Com he decidit durant la festa amb qui tenir relacions sexuals? A la vida real com ho decidiré? I com decidiré amb qui faig servir el preservatiu i amb qui no?

Rol de l'educador/a: Preparar les targetes, assegurar-se que tothom tingui bolígraf, repartir les targetes, explicar l'activitat, fer les preguntes per generar debat i reflexió.

Dinàmiques que complementen les Accions Educatives de SIDA STUDI

Activitats POST

Escollir el mètode anticonceptiu

Objectius: Debatre els avantatges i inconvenients dels diferents mètodes. Afavorir l'empatia entre nois i noies. Fomentar el canvi d'actituds.

Temps aproximat: 30 minuts

Materials: Pissarra

Descripció: Es planteja un cas: Els components d'una parella heterosexual divergeixen sobre el mètode anticonceptiu a utilitzar; ell prefereix la pastilla anticonceptiva i ella el preservatiu (és un exemple orientatiu; es poden escollir altres mètodes anticonceptius).

Es divideix el grup entre nois i noies. Cada grup ha de defensar amb arguments per què el seu personatge prefereix un mètode. Elles representaran el posicionament del noi i ells representaran el de la noia. Primer treballen per separat i després es posen en comú els arguments d'uns i altres.

Rol de l'educador/a: Explicar l'activitat, atendre els grups quan treballen per separat i promoure el debat amb el gran grup.

Què passaria si...?

Objectius: Afavorir l'empatia i reflexionar sobre l'opinió de les persones del nostre entorn

Temps aproximat: 30 minuts

Materials: Targetes amb les situacions plantejades.

Descripció: Individualment o en petit grup, es busquen respostes davant cada situació. Finalment, s'obre un debat: primer per subgrups que han treballat la mateixa situació i després es posen en comú totes les situacions.

- Situació 1: Estic embarassada (o la meva parella ho està).

- Situació 2: Sóc seropositiu/va.

Preguntes orientatives:

Què passaria? Què em dirien? Com reaccionarien: els pares, la parella, els amics i amigues, el professor/a, el metge/ssa? Quin tracte t'agradaria rebre? Què t'agradaria que et diguessin?

- Situació 3: T'arriba un sms d'un amic o amiga que diu "Ho he fet sense condó amb algú que no coneixia. Què faig?".

Preguntes orientatives:

Què li diries? El/la miraries diferent? Quins riscos et preocuparien més, l'embaràs, el VIH o altres ITS?

Rol de l'educador/a: Exposar les situacions triades i conduir el debat.

Dinàmiques que complementen les Accions Educatives de SIDA STUDI

Gegants encantats

Objectius: Posar en pràctica les habilitats tècniques de prevenció, mitjançant la col·locació adequada del preservatiu.

Temps aproximat: 30 minuts

Materials: Maqueta pedagògica "Gegants encantats" amb cinc figures de penis. Existeix una versió amb una única figura individual (veure materials complementaris). Preservatius masculins diversos.

Descripció: D'un en un, es practica pas a pas la correcta col·locació d'un preservatiu masculí, sota supervisió de l'educador/a.

Passos: penis en erecció - obrir embolcall preservatiu - subjectar la punta per evitar l'entrada d'aire - desenrotllar-lo sobre el penis fins la seva base - subjectar el preservatiu per la base del penis en enretirar-lo - pèrdua de l'erecció - treure el preservatiu - nus - comprovar que no s'hagi trencat.

Rol de l'educador/a: Guiar l'activitat i donar la veu als joves per a què puguin ser ells els que enunciiïn els passos a seguir i les atencions a fer en cada pas, tot corregint aspectes incorrectes, si és necessari.

El moment / la manera

Objectius: Relacionar les dificultats que podem trobar a l'hora de proposar l'ús del preservatiu amb la manca de referents que en puguem tenir.

Temps aproximat: 30 minuts

Materials: Pissarra o paper continu

Descripció: Recollir les aportacions de la pluja d'idees, a la pissarra o paper continu, mitjançant dues columnes:

- maneres de lligar
- maneres de proposar l'ús del preservatiu a la parella

Comparar-les per fer evident quantes maneres de lligar coneixem i en canvi, la manca de models que tenim per a la darrera.

Rol de l'educador/a: Dinamitzar la pluja d'idees i conduir el grup a treure'n una conclusió.

Dinàmiques que complementen les Accions Educatives de SIDA STUDI

Tot el que havies volgut saber i mai havies gosat preguntar

Objectius: Facilitar un espai de debat. Fomentar el diàleg i l'entesa entre sexes

Temps aproximat: 45 minuts

Materials: Targetes de paper i sobre

Descripció: Individualment, i de manera anònima, es formulen preguntes al sexe contrari, escrivint en una targeta els dubtes sobre "tot el que volem saber de l'altre sexe i mai hem gosat preguntar" i es recullen en un sobre. A mesura que s'enuncien d'una en una, un voluntari respon la pregunta. Posteriorment es pot obrir un debat sobre les preguntes més freqüents o les més repetides.

Rol de l'educador/a: Informar que les preguntes no han d'anar adreçades a una persona sinó al grup de nois o de noies, en general. Enunciar cada pregunta i moderar el diàleg.

Alternativa: Cadascú fa un llistat amb tres columnes.

1. El que es diu dels nois: idees que, en general, es tenen de la sexualitat dels nois.
2. El que es diu de les noies: idees que, en general, es tenen de la sexualitat de les noies.
3. El que jo visc i sento: idees que jo tinc de la sexualitat com a noi o noia que sóc.

Finalment, es posa en comú, es fa un llistat conjunt i s'obre un debat.



SIDA STUDI

Associació declarada d'utilitat pública
Bisbe Laguarda, 4 – 08001 Barcelona
Tel: +34 93 268 14 84 - Fax: +34 93 268 14 84
www.sidastudi.org



[Llicència Creative Commons. Reconeixement-No comercial-Compartir amb la mateixa llicència 2.5 Espanya](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/2.5/es/)