

**PARLEM DE SEXUALITAT I VIH/SIDA
a l'USEE:
Promoció d'una sexualitat saludable**

Material elaborat pel Departament de Formació i Prevenció de
SIDA STUDI



PARLEM DE **SEXUALITAT** I **VIH/SIDA** a l'**USEE**: Promoció d'una sexualitat saludable

La missió del Departament de Formació i Prevenció de **SIDA STUDI** és la promoció d'una sexualitat saludable a partir de la responsabilitat individual que capaciti les persones per gestionar riscos relacionats amb la infecció per VIH, altres ITS i embarassos no planificats.

Marc teòric

Les Accions Educatives de **SIDA STUDI** prenen el Model ASE (Action Self-Efficacy) proposat per De Vries¹ com a marc conceptual, perquè es tracta d'un model teòric integrador, que ens permet una avaluació de resultats i ens serveix de guia per al treball dels determinants de la intenció de conducta (actitud, norma social i autoeficàcia). Els altres paradigmes que guien les nostres intervencions són la perspectiva de gènere, la promoció de la salut sexual i el paradigma de reducció de riscos, els Drets Sexuals i Reproductius i els Drets Humans.

QÜESTIONS GENERALS

Públic destinatari: joves d'educació secundària de l'aula USEE.

Durada: 6 sessions de 2 hores.

Aquesta proposta és adaptable tant en la durada com en els continguts, segons la demanda.

Nombre màxim de participants: 12-15 persones amb capacitats cognitives i comunicatives semblants.

Ponents: parella pedagògica (una educadora i un educador)

Reunió de preparació: abans de la realització de la intervenció, els/les responsables del grup i de SIDA STUDI es reuneixen per conèixer la realitat específica dels/les participants i per adaptar els continguts i la metodologia a seguir.

Reunió d'avaluació: un cop finalitzada la intervenció, els professionals de SIDA STUDI presenten un informe als/les responsables del grup.

Les explicacions van acompanyades d'imatges o material audiovisual per complementar els diversos temes tractats i el llenguatge utilitzat és simple i sense tecnicismes.

Espai: aula que permeti treballar en cercle de cadires.

Material necessari: pissarra i ordinador amb projector.

En finalitzar la intervenció entreguem als participants el nostre contacte i un preservatiu.

Cost de l'Acció Educativa: 915 €+ IVA. Aquest cost no preveu dietes ni desplaçaments.

Algunes de les Accions Educatives del Departament de Formació i Prevenció de **SIDA STUDI** reben finançament públic i són gratuïtes o cofinançades per l'Administració.

Per saber-ne més, contacta amb nosaltres:

<http://www.sidastudi.org/ca/talleres-cursos>

93 268 14 84

¹ Vries H de, Dijkstra M, Kuhlman P. *Self-efficacy: the third factor besides attitude and subjective norm as a predictor of behavioural intentions*. Health Ed Res. 1988; (3): 273-82

PARLEM DE SEXUALITAT I VIH/SIDA a l'USEE: Promoció d'una sexualitat saludable

Objectius generals a nivell de contingut

- Presentar la sexualitat des d'una visió àmplia que tingui en compte els aspectes culturals, socials i biològics que hi poden influir.
- Treballar la prevenció del VIH i altres ITS de forma positiva des del marc de la promoció de la salut, tant des de la seva vessant emocional com física, prenent la responsabilitat individual com a punt de partida.
- Construir un concepte de sexualitat des del respecte per les pròpies decisions, sensacions i desitjos.
- Destacar la importància de la capacitat d'escolta, la comunicació i del respecte en les relacions interpersonals.
- Donar una informació bàsica i útil sobre el funcionament dels òrgans sexuals, l'embaràs i els mètodes anticonceptius.

Objectius generals a nivell metodològic

- Oferir un espai on els/les participants se sentin còmodes per parlar i poder resoldre dubtes i visibilitzar falses creences entorn de la sexualitat i la prevenció del VIH.
- Treballar amb elements pedagògics dinàmics que facilitin la participació, promovent que la demanda surti del grup.
- Treballar transversalment les diferències de gènere i d'identitat sexual.
- Presentar situacions amb què els/les participants es puguin identificar.
- Potenciar els recursos personals per dur a la pràctica les pròpies decisions.
- Obtenir el grau de satisfacció de les persones assistents a l'Acció Educativa.

PARLEM DE SEXUALITAT I VIH/SIDA a l'USEE: Promoció d'una sexualitat saludable
Objectius específics i continguts que es tracten durant els 6 tallers

	Objectius	Continguts
1r Taller	<ul style="list-style-type: none"> • Establir el funcionament de la dinàmica de les properes sessions. • Facilitar que els/les assistents es desinhibeixin i guanyin confiança. • Consensuar una definició del concepte sexualitat, a partir de la qual treballarem. • Reconèixer els sentiments que ens desperta la sexualitat. • Reconèixer els canvis experimentats en el propi cos i sobre la visió de la sexualitat. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ La sexualitat, un concepte pluridimensional: el plaer, els sentiments i les emocions, els possibles riscos a gestionar i les seves solucions. ▪ La sexualitat, concepte en constant evolució, necessitat a tenir en compte les vivències i aprenentatges diferents. ▪ La sexualitat com una forma de comunicació i d'intercanvi de plaer entre persones. ▪ Els canvis en el desenvolupament del cos: diferències entre persones, edats i sexes.
2n Taller	<ul style="list-style-type: none"> • Recordar els aspectes més importants de la sessió anterior. • Promoure que es verbalitzin aspectes facilitadors i no facilitadors a l'hora de prendre decisions. • Facilitar l'expressió de sensacions, desitjos i dubtes sobre la sexualitat, les relacions d'amistat i de parella. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Identificació de sentiments positius i negatius. ▪ La capacitat d'expressar allò que sentim i les dificultats a l'hora de dir "no". ▪ El suport i ajuda de les persones properes. ▪ El gènere en la relació de parella: la importància dels rols sexuals. ▪ La importància del respecte en les relacions interpersonals. ▪ La comunicació com a eina indispensable i possible solució en la majoria de conflictes. ▪ Identificació de les pors reals que es poden viure en les relacions de parella.

PARLEM DE SEXUALITAT I VIH/SIDA a l'USEE: Promoció d'una sexualitat saludable

	Objectius	Continguts
3r Taller	<ul style="list-style-type: none"> • Recordar els aspectes més importants de la sessió anterior. • Situar i conèixer les parts dels òrgans reproductors de l'home i la dona. • Aclarir dubtes sobre la sensibilitat i el funcionament sexual del noi. • Donar informació útil per aconseguir major coneixement del propi cos i unes relacions sexuals més satisfactòries. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ La importància del coneixement del propi cos: reconeixement de sensacions i respecte pel propi cos. ▪ Els canvis en el desenvolupament del cos: diferències entre persones, edats i sexes. ▪ La cura i la imatge dels nostres cossos: la higiene. ▪ Conceptes fisiològics bàsics de la sexualitat masculina: zones erògenes, la masturbació i l'orgasme.
4t Taller	<ul style="list-style-type: none"> • Recordar els aspectes més importants de les sessions anteriors. • Aclarir dubtes sobre la sensibilitat i el funcionament sexual de la noia. • Donar informació útil per aconseguir major coneixement del propi cos i unes relacions sexuals més satisfactòries. • Consensuar quin és el ritme habitual en que es donen els diferents contactes sexuals i quin és l'espai més idoni. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ La cura i la imatge dels nostres cossos: la higiene. ▪ Conceptes fisiològics bàsics de la sexualitat femenina: zones erògenes, la masturbació i l'orgasme. ▪ Característiques del cicle menstrual i l'embaràs. ▪ Les pràctiques sexuals: diversitat de pràctiques per a l'intercanvi de plaer. ▪ Relacions sexuals alternatives a la penetració vaginal. ▪ El consentiment, respecte per les pròpies decisions i les de l'altre. ▪ El marc en que es donen les relacions sexuals entre una parella: intimitat i espai íntim.

PARLEM DE SEXUALITAT I VIH/SIDA a l'USEE: Promoció d'una sexualitat saludable

	Objectius	Continguts
5è Taller	<ul style="list-style-type: none"> • Recordar els aspectes més importants de les sessions anteriors. • Aclarir dubtes i oferir informació contrastada i necessària per a la prevenció del VIH altres ITS i embarassos no planificats. • Aportar conceptes clau sobre el VIH/sida • Distingir entre pràctiques de risc de transmissió del VIH i altres pràctiques sense risc. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Conceptes bàsics relacionats amb la prevenció d'embarassos no planificats. ▪ Conceptes bàsics relacionats amb les ITS i de manera específica sobre el VIH/sida: detecció, i mecanismes de transmissió. ▪ La prevenció del VIH/sida tenint en compte la reducció dels seus riscos.
6è Taller	<ul style="list-style-type: none"> • Recordar els aspectes més importants de les sessions anteriors. • Fomentar l'aprenentatge d'habilitats personals i tècniques en l'ús dels preservatius per penis i vagina. • Evidenciar dificultats o facilitats per adoptar hàbits sexuals més saludables. • Incloure el preservatiu com a mitjà per fer salut compatible amb les relacions plaents. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Habilitats tècniques en la col·locació dels preservatius. ▪ Pràctiques de la correcta col·locació del preservatiu. ▪ Habilitats personals i socials: els aspectes vinculats als processos de la negociació del condó. ▪ La varietat de recursos preventius disponibles.

PARLEM DE SEXUALITAT I VIH/SIDA a l'USEE: Promoció d'una sexualitat saludable
Metodologia

Aquesta intervenció es basa, fonamentalment, en la utilització de dinàmiques participatives de grup, donada la seva eficàcia a l'hora d'incidir en els coneixements, creences, actituds i conductes del grup a qui van adreçades.

Relació de tècniques emprades en les dinàmiques de cadascun dels 6 tallers
1r TALLER - LA SEXUALITAT

	Dinàmica	Tècnica
d1	Què entenem per sexualitat? Definició de sexualitat	Pluja d'idees i construcció col·lectiva de conceptes
d2	Els canvis del cos El pas d'infants a adults	Treball en grups i posada en comú amb suport d'imatges

2n TALLER - ELS SENTIMENTS I LES EMOCIONS

	Dinàmica	Tècnica
d3	Sentir que sí, sentir que no Identificar situacions que ens fan sentir Sí o No	Visionat d'audiovisual i roda d'aportacions
d4	El cas de la Núria i en Manel Els sentiments i emocions en relacions de parella	<i>Role-playing</i> i debat dirigit

3r TALLER - CONÈIXER EL PROPI COS I EL DE L'ALTRE - I

	Dinàmica	Tècnica
d5	El joc de les paraules Identificar i situar els òrgans reproductors	Targetes i treball en grups
d6	El funcionament sexual del noi Higiene, zones erògenes i orgasme	Suport d'imatge i explicació

4t TALLER - CONÈIXER EL PROPI COS I EL DE L'ALTRE - II

	Dinàmica	Tècnica
d7	El funcionament sexual de la noia Higiene, zones erògenes i orgasme	Suport d'imatge i explicació
d8	Les pràctiques sexuals El marc de relació en què es donen i l'espai idoni	Construcció col·lectiva de conceptes

5è TALLER - EL VIH/SIDA i ALTRES ITS

	Dinàmica	Tècnica
d9	Què són les ITS? i la sida? Introducció sobre el VIH	Visionat de DVD i construcció col·lectiva de conceptes
d10	Prevenió d'embarassos no planificats, el VIH/sida i altres ITS Els mètodes preventius	Construcció col·lectiva de conceptes
d11	Joc del counselling Com es passa i com puc prevenir	Construcció col·lectiva de conceptes

6è TALLER - L'ÚS DEL PRESERVATIU

	Dinàmica	Tècnica
d13	El preservatiu per penis i per vagina Habilitats tècniques per a l'ús dels preservatius	Els gegants encantats: pràctica de col·locació i modelatge
d14	Kit sensorial Recursos materials per a fer sexe segur i personal	Aproximació lúdica als materials preventius

Avaluació

Els instruments d'avaluació utilitzats són:

- Anàlisi del context, mitjançant la reunió de preparació amb els responsables prèvia a la intervenció, per obtenir informació sobre el grup participant.
- Avaluació del procés (o satisfacció) mitjançant un breu qüestionari compilat pels participants en finalitzar l'Acció Educativa.
- Revisió i avaluació interna, durant la realització de les activitats, per part de l'equip de Formació i Prevenció de **SIDA STUDI** mitjançant un diari de camp.
- Coordinació amb l'equip educatiu del centre durant la realització de les sessions.
- Retorn d'un informe que recull informació qualitativa de la resposta del grup davant les activitats i aquells aspectes a destacar de l'avaluació del procés. Aquest document es dona a conèixer en finalitzar l'Acció Educativa, en una reunió amb els responsables del grup perquè puguin donar continuïtat al treball encetat.



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/)