

# **PREVENIR PER GAUDIR: promoció d'una sexualitat saludable**

Material elaborat pel Departament de Formació i Prevenció de  
**SIDA STUDI**



## **PREVENIR PER GAUDIR: 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 els 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 Vries<sup>1</sup> com a marc conceptual, per ser un model teòric integrador que ens permet dur a terme una avaluació de resultats i és, alhora, una 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 dins i fora de l'àmbit educatiu reglat a partir dels 13-14 anys.

**Durada:** 3 sessions de 2 hores

**Nombre màxim de participants:** 30

**Ponents:** parella pedagògica (una educadora i un educador)

**Espai:** aula que permeti treballar en cercle de cadires

**Material necessari:** pissarra (totes les sessions) i pc amb projector (la 2<sup>a</sup> i 3a sessió)

**En finalitzar la intervenció** lliurem als participants el nostre contacte i un preservatiu

**Cost de l'Acció Educativa** : 740 €+ IVA Aquest cost no inclou 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

---

<sup>1</sup> 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

**PREVENIR PER GAUDIR: 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 sexual, 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 el respecte en les relacions interpersonals.
- Debatre sobre la influència del gènere en la presa de decisions relacionades amb la sexualitat.

**Objectius generals a nivell metodològic**

---

- Oferir un espai on poder resoldre dubtes i visibilitzar falses creences entorn 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 joves es puguin identificar.
- Potenciar els recursos personals per dur a la pràctica les pròpies decisions.
- Avaluar el procés i el resultat de l'acció educativa.

**PREVENIR PER GAUDIR: promoció d'una sexualitat saludable**

**Objectius específics i continguts que es tracten en cadascun dels 3 tallers**

	<b>Objectius</b>	<b>Continguts</b>
<b>1er Taller</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Establir el funcionament de la dinàmica de les properes sessions.</li> <li>• Qüestionar el concepte de sexualitat fins a consensuar-ne una definició, a partir de la qual treballarem.</li> <li>• Aclarir dubtes i oferir informació sobre la sensibilitat i el funcionament sexual del noi i la noia.</li> <li>• Donar informació útil per aconseguir major coneixement del propi cos i unes relacions sexuals més satisfactòries.</li> <li>• Facilitar la participació treballant en grups diferenciats segons sexe.</li> <li>• Recollir dades en qüestionaris per a l'avaluació de resultats.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ La sexualitat, un concepte pluridimensional: el plaer, els sentiments i les emocions, els possibles riscos a gestionar i les seves solucions.</li> <li>▪ Els aspectes culturals de la sexualitat: com l'aprenem, la vivim i la reproduïm?</li> <li>▪ La sexualitat, concepte en constant evolució, necessitat a tenir en compte les vivències i aprenentatges diferents.</li> <li>▪ La importància del coneixement del propi cos: reconeixement de sensacions i respecte pel propi cos.</li> <li>▪ Les pràctiques sexuals: diversitat de pràctiques per a l'intercanvi de plaer.</li> <li>▪ Identificació dels estereotips de gènere.</li> </ul>
<b>2on Taller</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aprofundir en aspectes relacionats amb la vivència dels sentiments i les emocions.</li> <li>• Evidenciar el valor d'allò que sentim.</li> <li>• Facilitar eines per al reconeixement de les emocions.</li> <li>• Relacionar l'autoconeixement amb la capacitat de prendre decisions que ens ajudin a viure la sexualitat de manera més saludable i positiva.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Identificació d'emocions i sentiments: la seva funció i com els reconeixem.</li> <li>▪ L'autoconeixement i l'autoestima: relació entre el que sentim i la nostra capacitat de decisió.</li> <li>▪ El gènere en la relació de parella: els rols sexuals i les relacions de poder.</li> <li>▪ La comunicació com a eina indispensable i possible solució a la majoria de conflictes en les relacions interpersonals.</li> </ul>
<b>3er Taller</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aclarir dubtes i oferir informació clara per a la prevenció del VIH/sida i altres ITS.</li> <li>• Posicionar als/les participants davant de situacions de risc hipotètiques que els capaciti per gestionar els riscos relacionats amb els embarassos no planificats, el VIH/sida i altres ITS.</li> <li>• Evidenciar dificultats per adoptar hàbits sexuals més saludables.</li> <li>• Incloure el condó com a mitjà per fer salut i compatible amb les relacions plaents.</li> <li>• Recollir dades en qüestionaris per a l'avaluació del procés.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Conceptes bàsics relacionats amb les ITS i de manera específica sobre el VIH/sida: detecció, i mecanismes de transmissió.</li> <li>▪ La prevenció del VIH/sida tenint en compte la reducció dels seus riscos.</li> <li>▪ Habilitats tècniques en la col·locació dels preservatius.</li> <li>▪ Habilitats personals i socials: els processos de la negociació del condó.</li> <li>▪ La predisposició i intencionalitat en l'ús del condó.</li> <li>▪ Els mites i creences entorn el condó.</li> </ul>

**PREVENIR PER GAUDIR: 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 sobre els coneixements, creences, actituds i conductes del grup a qui van adreçades.

**Relació de tècniques emprades en les dinàmiques de cadascun dels 3 tallers**
**1r TALLER - JO I LA MEVA SEXUALITAT**

	<b>Dinàmica</b>	<b>Tècnica</b>
<b>d1</b>	<b>Què entenem per sexualitat?</b> Definició conjunta de sexualitat	Pluja d'idees i construcció col·lectiva de conceptes
<b>d2</b>	<b>Experiències</b> Resolució de dubtes sobre sensibilitat i pràctiques sexuals	Discussió en grups i posada en comú

**2n TALLER - MIRANT DE CARA QUÈ EM DIUEN LES EMOCIONS**

	<b>Dinàmica</b>	<b>Tècnica</b>
<b>d3</b>	<b>Què entenem per sexualitat? (2ª part)</b> Definició de sexualitat	Lectura de pluja d'idees i construcció col·lectiva de conceptes
<b>d4</b>	<b>La meua vida al voltant del gènere</b> Observant l'abast social del gènere	Cerca d'exemples i explicació en grup
<b>d5</b>	<b>Les emocions i la seva importància</b> Delimitant les emocions i les seves funcions	Explicació teòrica, generació de casos i debat
<b>d6</b>	<b>Aprenent a partir dels conflictes</b> Anàlisi d'estratègies	Generació de casos, anàlisi i debat en grup

**3r TALLER - COM VULL RELACIONAR-ME AMB ELS/LES ALTRES**

	<b>Dinàmica</b>	<b>Tècnica</b>
<b>d7</b>	<b>Informació bàsica sobre el VIH/sida i altres ITS</b> Mecanismes de transmissió i la seva prevenció	Suport escrit i explicació
<b>d8</b>	<b>Kit de la salut</b> Habilitats tècniques en l'ús dels preservatius	Modelatge en la col·locació dels materials preventius
<b>d9</b>	<b>1 historia 4 finals</b> Intenció i decisió vers l'ús del condó	Visionat DVD i debat dirigit

## PREVENIR PER GAUDIR: promoció d'una sexualitat saludable

### Avaluació

---

Els instruments d'avaluació utilitzats són avalats i contrastats empíricament:

- Anàlisi del context, mitjançant un qüestionari adreçat als responsables previ a la intervenció, comptem amb informació sobre el grup participant.
- Revisió i avaluació interna durant i posteriorment a la realització de les activitats, per part del ponents i de l'equip de Formació i Prevenció de **SIDA STUDI** mitjançant un diari de camp.
- Avaluació del procés (o satisfacció) mitjançant un qüestionari complimentat pels participants en finalitzar l'Acció Educativa.
- Avaluació de resultats (o impacte) mitjançant un qüestionari abans i un altre després del taller adreçats als participants, amb 6 escales a avaluar que serveixen d'indicadors. Cadascuna de les dinàmiques incideix en les següents escales:

Escala a avaluar	Dinàmiques								
	d1	d2	d3	d4	d5	d6	d7	d8	d9
Autoeficàcia i percepció de control	•				•	•			•
Costos i beneficis		•				•	•		•
Coneixements	•	•			•		•	•	
Actituds cap a les mesures preventives								•	•
Norma subjectiva	•	•	•	•					
Percepció de risc i gravetat							•		•

El primer dia del taller SIDA STUDI passa un qüestionari i aproximadament un mes després de la intervenció el centre s'encarrega de tornar a passar-los el qüestionari per mesurar-ne el impacte.



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](http://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/)