

**Título del cortometraje:** **La primera vez.**

**Recurso educativo al cual pertenece:** Sexorama

**Idioma:** castellano

**Año:** 2008

**Duración:** 6' 11"

**Contenidos que trabaja:**

- Expectativas, mitos, creencias y actitudes sobre la Sexualidad
- Creencias y actitudes hacia el preservativo
- Los ideales románticos
- La importancia de la comunicación en la pareja

**Dirigido a los cursos:** 3º y 4º de ESO

**Resumen:**

Rosa y Juan lo han hecho una vez y no fue muy allá. Aunque no han querido darle importancia, él lo lleva como una carga y ella no sabe cómo tomar la iniciativa.

Marta y Pedro tienen algo más de experiencia. Se van enfrentando poco a poco con su vergüenza, se preocupan por los sentimientos del otro, sienten que están "practicando".

Luis y María llevan juntos poco tiempo pero tienen mucha confianza. Hacen *petting* y se sienten muy bien. Temen que si se plantean ir más allá todo pueda irse al traste.

El próximo fin de semana van de excursión con el instituto... quién sabe lo que pasará. Los chicos juegan al baloncesto y se tranquilizan entre ellos. Las chicas se cuentan sus experiencias y se dan confianza. Las expectativas, la virginidad, el preservativo, los lugares donde intimar, el placer, los temores, los juegos, las dudas... Y entre todos, algunas barreras se van rompiendo.

**SIDA STUDI propone**

**Actividad:** Visionado del cortometraje *La primera vez* y debate dirigido.

**Duración:** 45 minutos.

**Objetivos:**

- Reflexionar sobre cuáles son las opiniones de los/las jóvenes respecto a la primera vez.
- Evidenciar algunos miedos y dudas sobre la primera vez.
- Desmitificar los roles de género respecto a la primera vez (rol del hombre como poseedor de los conocimientos necesarios (rol de experto) y rol de la mujer como sujeto pasivo en el ámbito de las relaciones sexuales).
- Cuestionar el ideal romántico sobre la primera vez, los mitos sobre la virginidad y sobre el uso del condón.
- Dar relevancia al aprendizaje y autoconocimiento como factores estrechamente ligados a la sensación de satisfacción y disfrute de las relaciones sexuales.
- Favorecer la comunicación en la pareja como herramienta para establecer acuerdos consensuados y equilibrados.

**Desarrollo de la actividad:** Iniciamos la dinámica explicándole al grupo de participantes el argumento del DVD que vamos a visionar. A continuación proyectaremos el cortometraje *La primera vez* desde el inicio hasta el final. Una vez visionado el/la profesor/a iniciará un debate dirigido a partir de las preguntas sugeridas y de los contenidos que se deseen trabajar.



Preguntas sugeridas para el debate:

- ¿La primera relación sexual la viven igual chicos y chicas? ¿Cuáles son las similitudes en la manera de vivirla? ¿Y las diferencias? ¿A qué se deben estas diferencias?
- En el momento de proponer una relación sexual a la pareja ¿Qué miedos o dificultades pueden surgir en los chicos y en las chicas? ¿Quién suele tomar la iniciativa? ¿A qué crees que es debido?
- “Todos los tíos son iguales, siempre van a lo mismo” ¿Qué opinas de esta afirmación? ¿Qué piensas que esperan los chicos/las chicas de una relación sexual? ¿A qué crees que es debido?
- ¿Qué significa “hacerlo la primera vez”? ¿Cómo os la imagináis o imaginabais? ¿Cómo se espera que se comporte el chico? ¿Y la chica? ¿A qué se deben estas diferencias? ¿Qué dificultades pueden surgir durante la primera vez? ¿Cómo las gestionaríais?
- ¿Qué significa “hacerlo”? ¿Qué otras prácticas conocéis?
- En una primera relación sexual, ¿Cómo se suele plantear el tema del condón? ¿Qué dificultades pueden surgir para usar el condón? ¿Cómo se podrían resolver?
- La primera vez de una relación sexual con penetración vaginal, ¿puede producirse un embarazo? ¿Y coger una infección de transmisión sexual? ¿Cómo puede evitarse?

Ideas clave y conclusiones de la actividad:

- El género es la manera en que nos han enseñado culturalmente cómo debe comportarse, pensar o hablar una persona según sus genitales (sexo). Es género el hecho de que se fomente que los chicos practiquen determinados deportes y las chicas otros, que les interesen unos temas y a las chicas otros, que los hombres hablen más de placer y las chicas de sentimientos (aunque a los chicos les pueda interesar también los sentimientos y a las chicas los temas relacionados con el placer), que se vistan de determinada manera, que jueguen a cosas distintas, etc.
- Gran parte de los miedos o dudas que nos asaltan sobre la primera relación sexual son compartidos por chicos y chicas (“no saber hacerlo”, “vergüenza a quedarse desnudo/a”, “vergüenza a que se entere la familia”, “que duela”, “el embarazo cuando no se desea”, “si me gustará”, etc.)
- Las relaciones sexuales, al igual que muchos otros ámbitos de nuestra vida, requieren de un aprendizaje y autoconocimiento (por ejemplo, la primera vez que hacemos una tortilla de patatas). A la primera vez que se realiza una penetración vaginal se le da un gran significado social que favorece que se generen mitos y altas expectativas sobre este hecho. Sin embargo, y precisamente por ser la primera vez que se realiza, es difícil alcanzar dichas expectativas (es como pretender que la primera vez que hacemos la tortilla sepamos darle la vuelta perfectamente, que nos salga el huevo en su punto, que la cantidad de sal sea la correcta, que la patata no quede cruda, etc). La clave, como en cualquier otro ámbito, reside en la capacidad de ir aprendiendo.
- Socialmente se considera a la penetración vaginal como objetivo de las relaciones sexuales (¿Por qué llamamos a las demás prácticas preliminares? ¿Preliminares de qué, para llegar a dónde?)
- Existe un amplio abanico de prácticas sexuales que pueden hacernos disfrutar *per se* (sexo oral, masturbación mutua, caricias, besos, frotamiento, masturbación con otras partes del cuerpo, etc)

- Colocar un preservativo correctamente requiere práctica. En las primeras relaciones sexuales, si no se ha practicado antes, puede entorpecer el ritmo que se desea mantener. A través de la práctica la colocación cada vez será más fácil y rápida.
- A través de los amigos, las películas, los libros, etc. aprendemos maneras de ligar, sin embargo es complicado encontrar información sobre maneras de proponer el uso del condón (¿Cómo lo saco? ¿Hace falta decirlo? ¿En qué momento? ¿Lo pregunto? ¿Lo enseño antes de hacerlo y doy por sentado que quiero usarlo?...)
- La posibilidad de padecer una infección de transmisión sexual dependerá de si se ha realizado anteriormente alguna vez una práctica sexual sin protección.
- La posibilidad de que exista un embarazo dependerá de si la chica ha tenido o no su primera menstruación.

Para ampliar esta información o bien para aclarar dudas que surjan:

<http://www.sidastudi.org/es/preguntas>

