

¿CÓMO QUIERO VIVIR MI SEXUALIDAD?

Esto lo quiero, esto no lo quiero

OBJETIVOS

- Identificar aquellos aspectos que valoramos de la sexualidad.
- Reconocer nuestro derecho a vivir nuestra sexualidad como deseamos.
- Reconocer los derechos de las otras personas a vivir su sexualidad como desean.

MATERIAL

- Papeles en blanco y bolígrafo.

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

1. Escribe en un papel tres aspectos que son importantes para ti y que tienen que ver con cómo **SI** quieres vivir tu sexualidad.
2. Escribe en un papel tres aspectos que son importantes para ti y que tienen que ver con cómo **NO** quieres vivir tu sexualidad.
3. Escribe en un papel tres aspectos que crees que son importantes para mucha gente y que tienen que ver con cómo **SI** quieren vivir su sexualidad.
4. Escribe en un papel tres aspectos que crees que son importantes para mucha gente y que tienen que ver con cómo **NO** quieren vivir su sexualidad.
5. Explica a la persona referente de esta actividad los aspectos que has escogido respecto a lo que **SI** quieren o **NO** quieren las demás personas y argumenta porque has escogido estos aspectos sobre tantos otros posibles.
6. Los aspectos escogidos puedes ubicarlos en alguna de las tres columnas que se trabajaron en la sesión grupal *¿Qué entendemos por sexualidad?*
7. (Opcional) ¿Son muy diferentes los aspectos que has escogido como “**SI** o **NO**” de las demás personas y los escogidos para ti?

ROL DE LA PERSONA REFERENTE DE LA ACTIVIDAD

1. Si bien la/el joven ha hecho un ejercicio de reflexión personal, es importante que no se sienta con la obligación de hablar sobre ello. Aquello que compartirá con la persona acompañante de la sesión será lo que piensa que otras personas quieren o no quieren. Siempre es más fácil hablar de los y las demás que de nosotras/nosotros.
2. Es importante que la persona acompañante escuche atentamente lo que explica el/ la joven sobre las demás personas. A menudo, cuando hablamos de los y las demás, estamos también hablando de nosotras/nosotros.
3. No deben hacerse preguntas directas respecto a la sexualidad del o la joven. Sólo haremos preguntas personales si el/la joven se muestra receptivo/a para hablar sobre ella con la persona referente de la sesión.
4. En esta sesión conviene reforzar la definición de la sexualidad desde la perspectiva del placer, las emociones, la salud y los derechos. Así mismo, es importante que la/el joven aterrice en su propia vida los conceptos trabajados en la sesión grupal.
5. Por último, es importante trabajar la consciencia de una sexualidad propia y también de una sexualidad que, si lo deseamos, podemos compartir con otras personas. En este sentido, se deben trabajar aspectos como el respeto y la empatía con el placer, emociones, salud y derechos de las personas con las que nos relacionamos.