

## CONSTRUYENDO UNA DEFINICIÓN DE SEXUALIDAD(ES):

*¿Qué entendemos por sexualidad?<sup>1</sup>*

### OBJETIVOS

---

- Consensuar una definición de sexualidad que contemple las dimensiones de *Placer, Sentimientos/Emociones, Vivencias/Riesgos*.
- Identificar el género como una construcción social y por tanto, susceptible a cambios
- Reflexionar sobre cómo el género determina nuestra forma de pensar, expresar y sentir nuestra sexualidad.
- Conocer los conceptos de identidad sexual, orientación (preferencia) sexual y diversidad sexual.
- Identificar y deconstruir algunos mitos relacionados con la sexualidad.

### DURACIÓN

---

1 hora.

### PERSONAS DESTINATARIAS

---

Jóvenes entre 14-16 (3º y 4º ESO).

### ESPACIO

---

Una sala lo suficientemente amplia para que las personas asistentes puedan sentarse en semicírculo.

### MATERIAL

---

Pizarra y tizas/rotuladores de colores (como alternativa se puede utilizar papelógrafo).

### CONCEPTOS CLAVE

---

- |                            |                      |
|----------------------------|----------------------|
| ■ Sexualidad               | ■ Consentimiento     |
| ■ Placer                   | ■ Prácticas sexuales |
| ■ Sentimientos y emociones | ■ Experiencia        |
| ■ Riesgos                  | ■ Género             |
| ■ Diversidad sexual        | ■ Derechos           |

---

<sup>1</sup> Adaptación de: Drets Sexuals i Reproductius . Material didàctic adreçat a professionals que treballen amb JOVES majors de 16 anys, Activitat 14. Coneixem les ITS (pàg.113).

## DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

---

1. Separamos a las personas participantes por sexo en espacios diferentes. Escribimos en la pizarra/papelógrafo la palabra *sexualidad* y pedimos a las y los participantes que digan todas aquellas palabras que les vengan a la cabeza relacionadas con la *sexualidad*. Se clasificaran las palabras en tres columnas que, una vez terminen todas las aportaciones, les pondremos los siguientes nombres: *Placer*, *Sentimientos/Emociones*, *Vivencias/Riesgos*. A medida que vayan diciendo palabras, las iremos definiendo con un doble objetivo: conocer todos los conceptos anotados en la pizarra/papelógrafo y romper con algunos mitos relacionados con la sexualidad.
2. Después de esta actividad, preguntaremos al grupo si somos libres para pensar, expresar y vivir nuestra sexualidad como deseamos. En este punto, introduciremos la dimensión del género para mostrar cómo la educación diferenciada según sexo determina nuestra forma de vivir la sexualidad, otorgando libertades diferentes a las personas. Para facilitar la reflexión realizaremos las siguientes preguntas:
  - ¿Pensáis que habrá alguna columna con un mayor número de palabras en el grupo de las chicas? ¿Y en el grupo de los chicos? ¿Cuál? ¿Por qué?
  - ¿Una chica y un chico tienen la misma libertad para hablar de cuestiones relacionadas con el placer? ¿Por qué?
3. Una vez finalizada esta actividad, preguntaremos al grupo si las personas con preferencia sexual homosexual tienen la misma libertad que las personas con preferencia heterosexual para vivir y expresar su sexualidad.  
En este punto, reflexionaremos sobre qué significa ser *hombre* y qué significa ser *mujer* y sobre cómo socialmente nos clasificamos en un sitio u en otro adoptando todas las características que acabamos de decir. Cuando alguna característica de este ser *hombre* o ser *mujer* está ausente, o si un *hombre* adopta una característica de *mujer* o una *mujer* la de *hombre*, igual que si fuéramos un ordenador parece como si se produjera un error en el sistema de clasificación. Relacionaremos todo esto con los conceptos de identidad sexual, orientación (preferencia) sexual i diversidad sexual.
4. Por último, recogiendo todas las palabras escritas en el papelógrafo/pizarra y las reflexiones en torno al género, realizaremos una definición de la sexualidad en la que deberíamos recoger los siguientes aspectos:
  - Sexo es diferente a sexualidad.
  - Nuestra sexualidad nos acompaña desde que nacemos hasta que morimos y la desarrollamos a lo largo de toda nuestra vida.
  - Se relaciona con nuestro cuerpo, con lo que sentimos y, más adelante, con el hecho de compartirla con otras personas decidiendo quién, cuándo y el cómo.

- Tiene que ver con la forma con la que aprendo a relacionarme con las otras personas. Del trato que me doy, del trato que doy a las demás personas, del trato que recibo de las demás personas.
- Tiene que ver con la experiencia, con el aprendizaje y con el cambio.
- Se relaciona con los derechos que nuestra sociedad reconoce respecto a ella.
- Se relaciona con tomar decisiones, y para ello es interesante que nos preguntemos ¿cómo quiero vivir mi sexualidad? ¿por qué quiero tener relaciones sexuales?
- En definitiva, la sexualidad la vivo a través de mi CUERPO, de lo que yo SIENTO y de las DECISIONES que tomo respecto a ella.
- Cada persona vive su sexualidad de manera única y por eso, en lugar de hablar de SEXUALIDAD hablaremos de SEXUALIDADES.

## CRONOGRAMA

---

ACTIVIDAD	TIEMPO
Lluvia de ideas	15 min.
Reflexionando sobre el género	10 min.
Reflexionando sobre las preferencias sexuales	10 min.
Definición de sexualidad	5 min.
Evaluación	5 min.

## + INFORMACIÓN

---

- Centre Jove d'Anticoncepció i Sexualitat. CJAS. [Què és la sexualitat?](#)
- Agència de Salut Pública de Barcelona. PARLEM-NE, NO ET TALLIS. Programa de prevenció de les relacions sexuals no protegides. [Afectivitat i Sexualitat.](#)
- [El clítoris y sus secretos.](#) Universidad de Vigo.
- Canal Salut. Sexe Joves. Generalitat de Catalunya. [Afectivitat i Sexualitat.](#)
- [Libro blanco sobre educación sexual Guia para educadorxs.](#) Instituto de sexología de Málaga.
- [Sexualidad Humana. Guía para profesionales de educación y salud.](#) Junta de Andalucía.

## POSIBLES VARIACIONES DE LA PROPUESTA

---

1. Si el grupo es muy poco participativo y aportan pocas palabras, propondremos que se pongan en parejas y busquen una palabra que luego aportaran al grupo grande.
2. Es posible trabajar con los dos sexos conjuntamente desde el inicio de la dinámica.