



INFANCIA Y JÓVENES

PLACERES QUE ABREN MUNDOS

Taller de educación sexual para ciclo superior de primaria

La sexualidad está presente en nuestras vidas y en nuestras escuelas desde los primeros años. Situaciones como querer saber quién tiene pene o quién tiene vulva en la etapa infantil; los juegos de levantar faldas o tocar culos en los patios en ciclo inicial o medio; las primeras reglas y eyaculaciones en ciclo superior o que haya niñas que tiren el bocado a la basura en esta misma etapa porque les llaman "gordas", son algunos ejemplos. Proponemos hacer un taller que parte de la idea de que **"nuestros cuerpos, sean como sean, son tesoros de placer, y por eso es muy importante cuidarlos"**. Y cuidarlos quiere decir tratarlos bien (nuestros propios cuerpos y los de los y las demás); quiere decir conocerlos, saber cómo se llaman sus partes, saber cómo funcionan y como cambiarán; y quiere decir también darnos espacios para disfrutarlos, como cuando comemos chocolate o cuando nos hacemos cosquillas.

Objetivos

- Introducir la sexualidad como un tema del que se puede hablar con naturalidad y respeto a la vez.
- Relacionar la sexualidad con el placer y el juego.
- Promover el conocimiento del propio cuerpo como una forma de autocuidado.
- Celebrar la diversidad corporal.
- Trabajar cómo romper con los estereotipos de género para hacernos más libres.
- Dar herramientas de autoescucha y autocuidado, y de escucha y cuidado de los y las demás.
- Abrir un espacio donde explicitar las emociones y los afectos sin juzgarnos.
- Aprovechar la creatividad y la magia de la infancia para ampliar imaginarios en nuestras maneras de ser y de relacionarnos.

Contenidos

- El tabú de la sexualidad.
- Diversidad corporal como riqueza.
- Sensibilidad y placer.
- Pubertad y cambios del cuerpo.
- Autocuidado, cuidado de los y las demás, y respeto.
- Sexualidad y género: los diferentes mensajes que recibimos chicos y chicas.

- Autoconocimiento.
- El porno como ficción.

Metodología

- Trabajaremos partiendo de una metodología participativa, que incluye la creatividad y el juego. Partimos de jugar individualmente a hacernos cosquillas con unos pinceles para enlazar, a través de las cosquillas como metáfora del placer, el resto de contenidos del taller, lanzando preguntas al grupo y trabajando con cuentos y audiovisuales. Como haremos servir la pregunta como metodología, trabajaremos con lo que hay en el grupo, con lo que va saliendo.



Personas destinatarias

Grupos-clase de 5° y 6° de primaria.

Duración

Una o dos sesiones de 1,5 horas

SEXUALIDADES

Taller de educación sexual para 2º ciclo de la E.S.O.

A lo largo de tres sesiones facilitaremos un espacio de educación sexual para jóvenes tomando como puntos de partida el placer, la afectividad y los derechos sexuales. Trabajaremos conjuntamente las principales dimensiones de la sexualidad: la vivencia del cuerpo y del placer, los sentimientos y las emociones y la toma de decisiones de cuidado de la salud sexual, poniendo especial énfasis en los aspectos que contemplan las **sexualidades como procesos de aprendizaje** y en la adquisición de habilidades de comunicación, toma de decisiones, empatía, negociación, etc.

Con una buena dosis de perspectiva de género, reflexionaremos alrededor de los estereotipos y falsas creencias en el ámbito sexual y afectivo para fomentar relaciones igualitarias y para prevenir violencias machistas.

Objetivos

- Promover los derechos sexuales y facilitar una educación integral de la sexualidad con perspectiva de género y de diversidad (sexual, de género, corporal y cultural, entre otras).
- Promover un proceso de aprendizaje que contemple la sexualidad de forma holística y los diferentes aspectos que interactúan en las relaciones sexuales y afectivas (emociones, inhibiciones, el autoconocimiento, la relación con los y las otras, etc.).
- Fomentar una visión positiva de la sexualidad y actitudes de autoconocimiento, autoescucha y cuidado.
- Deconstruir mitos y falsas creencias relacionadas con la sexualidad.
- Facilitar estrategias para la toma de decisiones de autocuidado y herramientas para la comunicación, la escucha y la negociación en los vínculos íntimos.
- Promocionar la salud sexual entre los y las jóvenes y facilitar estrategias de cuidado para prevenir ITS, embarazos no planificados y violencias machistas.

Contenidos

- Definiendo la sexualidad como proceso de aprendizaje y desarrollo personal.
- Autoconocimiento del cuerpo y del placer.
- Autoescucha. Límites y consentimiento.
- Derechos sexuales.

- Identificación de estereotipos de género: reduciendo las desigualdades.
- Aprendizaje para la toma de decisiones de autocuidado en salud sexual y afectiva:
 - Informaciones básicas sobre métodos contraceptivos y las ITS.
 - Negociación en el ámbito de la sexualidad.

Metodología

- En un marco de objetivos comunes para todo el alumnado utilizaremos estrategias diferenciadas para atender a las desigualdades de género presentes en el ámbito de la sexualidad. Por eso en la primera sesión dividiremos el grupo entre chicos y chicas para poder atender sus especificidades en un espacio de confianza¹. La segunda y tercera sesión trabajaremos conjuntamente con el grupo aspectos afectivos, informaciones básicas para el cuidado de la salud sexual, herramientas para desmontar los estereotipos de género en el ámbito de la sexualidad y construir vínculos más libres e igualitarios. Entrenaremos habilidades como la comunicación asertiva, la toma de decisiones, la escucha y la negociación entre otras estrategias indispensables para el bienestar personal en relación con la sexualidad.

Usaremos dinámicas participativas, recursos audiovisuales, herramientas del teatro social y trabajaremos en grupos pequeños para fomentar un espacio donde los y las jóvenes puedan reflexionar sobre cómo quieren vivir su sexualidad, resolver dudas y expresar sus miedos. Aplicaremos la perspectiva feminista de forma transversal en los contenidos y en las metodologías del taller. Trataremos de adecuarnos lo más posible a las necesidades específicas del grupo.

¹ En el caso de que esta separación resultara incómoda para alguna persona, dejamos en su elección el grupo donde participar. Esta puede ser una buena manera de detectar si entre el grupo hay alguna persona que desea identificarse con un género diferente del que le ha sido socialmente asignado o si un chico, por el motivo que sea, no se siente cómodo con el resto de compañeros.

Personas destinatarias

Grupo natural, máximo 30 jóvenes.

Duración

6 horas repartidas en 3 talleres de 2 horas cada uno

SEXUALIDADES A LA CARTA

Taller de promoción de la salud sexual

Sesión que se adapta a los intereses del grupo, a las necesidades concretas detectadas para el equipo referente, a la disponibilidad de tiempo, al espacio o ámbito de intervención. La finalidad de esta acción es facilitar un espacio para trabajar la salud sexual tomando como punto de partida los derechos sexuales, **la sexualidad como proceso de aprendizaje y la importancia del placer y del bienestar**. El taller se adaptará a las necesidades vinculadas y a las estrategias de cuidado de la salud sexual más adecuadas para las personas participantes.

Objetivos

- Promover un proceso de aprendizaje que contemple la sexualidad de forma holística y los diferentes aspectos que interactúan en las relaciones sexuales y afectivas.
- Fomentar una educación integral de la sexualidad que atienda a las necesidades específicas del grupo.

Contenidos

- Determinados por la demanda. Algunos ejemplos:
 - Expresión de límites personales en las relaciones y vínculos íntimos.
 - Métodos barrera para sexualidades no heterosexuales.
 - Embarazos no planificados; métodos de prevención y negociación.
 - Serofobia y el estigma asociado al VIH.

Metodología

- Usaremos dinámicas participativas, recursos audiovisuales y trabajo en grupos pequeños para fomentar un espacio donde los y las jóvenes puedan reflexionar sobre su vivencia de la sexualidad y los vínculos afectivos, resolver dudas y expresar sus miedos.

Personas destinatarias

Personas jóvenes entre 13 y 25 años.

Duración

Entre 2 horas y 4 horas
(adaptable según disponibilidad)

¡JUNTAS SOMOS MÁS FUERTES!

Taller de autodefensa feminista para chicas

Poniendo el cuerpo en el centro, generaremos un proceso colectivo para cuestionar, desnaturalizar y desestabilizar los mandatos de género y las violencias machistas, para producir reflexiones y aprendizajes que atraviesen nuestra forma de habitar el cuerpo, las relaciones y el espacio público. Entendemos la **autodefensa feminista como una fórmula colectiva para generar empoderamiento para las chicas**, aprender a identificar violencias, conocer los derechos y dar herramientas para poder ejercerlos. Otra manera de trabajar el empoderamiento de las mujeres y la igualdad de género, desde la experiencia corporal y vivencial.

Objetivos

- Definir colectivamente el concepto de agresión en relación con el sistema sexo-género.
- Aprender a identificar y a defenderse de las agresiones machistas.
- Conectar las vivencias personales con la autodefensa feminista.
- Generar un proceso de empoderamiento colectivo.

Contenidos

- El sistema sexo-género y los mandatos de género.
- Identificación de actitudes machistas: desigualdades en el trato, discriminación en el reparto de tareas, deslegitimación social, agresiones sexistas y violencias sexuales.
- Nuestro cuerpo como herramienta de autodefensa: voz, intuición, ocupación del espacio, seguridad, fortaleza, etc.
- Estrategias individuales y colectivas para la autodefensa: escucha propia, autonomía y sororidad.

Metodología

- Se trabajará a partir de ejercicios de conciencia corporal, juegos de rol *play*, dinámicas de teatro imagen con la intención de crear un espacio de empoderamiento y de reflexión colectiva sobre las estrategias de autodefensa para combatir las violencias machistas.

Personas destinatarias

Adaptaremos los contenidos del taller a las edades de las chicas. A partir de los 11 años.

Duración

Entre 2 horas y 4 horas
(adaptable según disponibilidad)