

ACTIVIDAD 1

Construyendo una definición de sexualidad

Modalidad: grupal

Indicador de evaluación:

- › Describen la importancia de la sexualidad en el desarrollo humano, considerando sus dimensiones afectiva, social y biológica.

El objetivo de este momento inicial de la clase es ofrecer a los y las jóvenes una visión amplia y holística de la sexualidad que vaya más allá de las prácticas sexuales. Una visión que contemple la sexualidad como un ámbito de la vida humana que nos acompaña desde que nacemos hasta que morimos y que se relaciona con el cuerpo, las emociones, los sentimientos, y los vínculos que establecemos con nosotros mismos/as y con las demás personas.

Se explican y pactan las normas del espacio: respeto, escucha, confidencialidad, no juicio. Es importante tener en cuenta que el pacto funciona en todas direcciones: entre las y los jóvenes y hacia el o la docente; pero también de ellas y ellos. Por ejemplo, sería especialmente contraproducente que los y las jóvenes se sintieran juzgadas por la o el docente.

(Adaptación Biología <http://salutsexual.sidastudi.org/es/dinamica/170126-qu-entendemos->)

En un trabajo conjunto con la o el orientador del liceo y/u otro docente. Profesor o profesora jefe por ejemplo:

Escribimos en la pizarra/papelógrafo la palabra **sexualidad** y pedimos a las y los participantes que mencionen todas aquellas palabras que relacionen con ella, a modo de lluvia de ideas.

El objetivo es terminar construyendo colectivamente una definición de sexualidad desde sus experiencias respecto a la palabra. Se clasificarán las palabras en tres columnas, una vez que terminen con sus aportes, las columnas tendrán los siguientes nombres: **Placer; Sentimientos/Emociones; Vivencias/Riesgos**. A medida que vayan diciendo las palabras, se irán definiendo con un doble objetivo: conocer todos los conceptos anotados en la pizarra/papelógrafo y romper con algunos mitos relacionados con la sexualidad.

ACTIVIDAD 1

La idea es que emerjan conceptos como bienestar, autoestima, alegría, u otros parecidos. El objetivo de esta columna es poder ampliar el concepto de sexualidad más allá del sexo y el placer, y entender que hay una dimensión emocional que es inseparable de la física y corporal.

Seguidamente, podemos lanzar la pregunta ¿Y estos sentimientos relacionados con la sexualidad, son siempre positivos? ¿cómo nos sentimos cuando nos gusta alguien que no te corresponde? ¿cuándo nos dejan? Aquí probablemente aparezca tristeza, rabia. Podemos preguntar también ¿qué se siente cuando tenemos sexo por primera vez? En general aquí podría salir miedo, inseguridad... La idea es poder explicar que todo esto a lo que llamamos sentimientos/emociones forma parte de la sexualidad siempre, que es inseparable. Además, podemos lanzar la pregunta ¿qué ocurre cuando tenemos una relación sexual sin sentimientos? ¿por qué ocurre? ¿podríamos evitarlo?

A partir de esas preguntas iniciar el tema de la sexualidad sana y responsable, ampliando el concepto de riesgo, y por lo tanto el de protección. Riesgo también puede ser que nos traten o nos hagan sentir mal (a los jóvenes, en general, les cuesta más imaginar una situación tal para sí mismos. Un ejemplo que funciona es una situación en la que alguien se ría de su cuerpo). Protección, entonces, también es protegerse de situaciones de maltrato. Podemos preguntar ¿cómo nos protegemos en general? No es fácil, pero pasa por escucharnos a nosotras/os mismas/os y tomar decisiones sobre qué queremos y qué no. La idea es poner énfasis en las decisiones, que tomará cada uno y cada una, y que tienen todo el peso de cómo vivirá cada quién su sexualidad. Y entender que esta dimensión es inseparable de las dos anteriores (la vivencia del cuerpo/placer y los sentimientos/emociones), y que las tres forman parte de la sexualidad, que como vemos es algo mucho más amplio que el sexo..

Para cerrar el tema de protección y riesgo se les invita a analizar el siguiente video

<https://www.youtube.com/watch?v=c1dEKmA8vVw>

Luego responden de manera individual las siguientes preguntas:

- › ¿Has sido víctima de alguna situación similar?
- › ¿Cuáles son los riesgos a los que estás expuesto por compartir información en las redes sociales con desconocidos?
- › ¿De qué manera me puedo proteger de ser víctima del mal uso de la información que comparto en las redes sociales?

Una vez terminada la reflexión, converse con sus estudiantes y comparta información sobre los distintos métodos de regulación de la fertilidad, enfermedades de transmisión sexual, trabajado en años anteriores. Del mismo modo se espera levantar todos aquellos conocimientos sobre el tema, que se hayan adquirido en otros espacios educativos no formales, como la familia, amigos, medios de comunicación social, entre otros.

A continuación, recogiendo todas las palabras escritas en el papelógrafo/pizarra, realizaremos una definición de 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.

ACTIVIDAD 1

- › Una vez finalizada esta actividad, se sugiere preguntar 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 o 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 de género: cómo me siento y cómo me gusta que me reconozcan en relación con el género (hombre, mujer, ninguna de estas dos categorías...).
 - preferencia sexual: hacia donde se orienta mi deseo (homosexual, heterosexual, bisexual, asexual, ...).
 - diversidad sexual: realidad que permite que cada persona pueda expresar y vivir su sexualidad como quiera (dentro de los límites del respeto y el consentimiento de las demás), cosa que da lugar a un amplio abanico de posibilidades.

Para cerrar esta parte de la dinámica, podemos explicar que la sexualidad de las personas es como la personalidad, cada una tiene la suya, y esta es única, irrepetible, y es lo que nos hace especiales. Por eso es importante que todo el mundo pueda vivir su sexualidad como desee. Cada persona vive su sexualidad de manera única y por eso, en lugar de hablar de SEXUALIDAD hablaremos de SEXUALIDADES.

Finalmente, para volver al esquema de la pizarra, explicaremos que sea cual sea la identidad de género o la preferencia sexual de cada persona hay algo en común en todas las sexualidades, y es que todas compartimos estos tres ámbitos: placer; emociones y gestión de riesgos.

Observaciones a la o el Docente

En la actividad 1 se espera conocer cuánto de la dimensión sexual se conoce y está internalizado en cada una de los y las estudiantes. Se pretende que sus estudiantes reflexionen, analicen y discutan acerca de sus vivencias, saberes y opiniones más utilizados por los adolescentes. El trabajo en grupos es imprescindible que se sientan en confianza para lograr los objetivos propuestos en todas las actividades. Se sugiere ser un guía y no dar juicios de valor ante sus respuestas, pues no debemos olvidar que varias de sus respuestas están ligadas con sus creencias y valores. En esta actividad se analizarán algunos testimonios. Se sugiere dar tiempo suficiente, para que sus estudiantes lean con atención y discutan qué sensaciones le despiertan cada uno de estos testimonios y registren las opiniones individuales que surgen en cada grupo. Si se considera necesario y bueno se pueden juntar ambos grupos en algún momento determinado por el contexto de la actividad y de los grupos, y/o iniciar inmediatamente una conversación con todo el curso sin dividirlos.