

**NO+VIOLENCIA
MASCLISTA**
DESEMASCAREM-LA!

Dossier per a famílies

MÒDULS DE FORMACIÓ PER A FAMÍLIES
Educació secundària obligatòria

3. **Relacions afectives i sexuals saludables**

MAPA DEL MATERIAL DEL PROGRAMA DE FORMACIÓ

	PRIMÀRIA	SECUNDÀRIA
1 Aproximació a la coeducació i l'equitat de gènere	ACTIVITATS DIDÀCTIQUES PER A L'ALUMNAT	ACTIVITATS DIDÀCTIQUES PER A L'ALUMNAT
	MÒDULS DE FORMACIÓ PER A FAMÍLIES	MÒDULS DE FORMACIÓ PER A FAMÍLIES
2 Construcció de models alternatius de masculinitat i feminitat	ACTIVITATS DIDÀCTIQUES PER A L'ALUMNAT	ACTIVITATS DIDÀCTIQUES PER A L'ALUMNAT
	MÒDULS DE FORMACIÓ PER A FAMÍLIES	MÒDULS DE FORMACIÓ PER A FAMÍLIES
3 Relacions afectives i sexuals saludables	ACTIVITATS DIDÀCTIQUES PER A L'ALUMNAT	ACTIVITATS DIDÀCTIQUES PER A L'ALUMNAT
	MÒDULS DE FORMACIÓ PER A FAMÍLIES	MÒDULS DE FORMACIÓ PER A FAMÍLIES
4 Tolerància zero a la violència masclista i relacions abusives	ACTIVITATS DIDÀCTIQUES PER A L'ALUMNAT	ACTIVITATS DIDÀCTIQUES PER A L'ALUMNAT
	MÒDULS DE FORMACIÓ PER A FAMÍLIES	MÒDULS DE FORMACIÓ PER A FAMÍLIES

SUMARI

3 Relacions afectives i sexuals saludables	SECUNDÀRIA
	MÒDULS DE FORMACIÓ PER A FAMÍLIES

Introducció	3
Índex d'activitats	3
Recursos	3
Objectius	3
Paraules clau i definició	3
Activitat 1: SEXUALITATS	4
Activitat 2: TRENCANT MITES	7
Activitat 3: PLAER I CONSENTIMENT	10
Idees clau	12

Relacions afectives i sexuals saludables

60 minuts

Aquestes activitats didàctiques estan vinculades al *Protocol de prevenció, detecció i intervenció davant la violència masclista entre l'alumnat* del Departament d'Educació.

Introducció

L'adolescència és una etapa vital de transició a la fase adulta en què es produeixen molts canvis físics i emocionals. És una etapa intensa en què nois i noies construeixen la seva identitat i estableixen relacions, i també és un moment delicat en què conviuen les experiències de separació i autonomia del nucli familiar amb la necessitat de vinculació afectiva i de cerca de suport en uns referents.

La família també té un paper fonamental en la manera com els fills i filles afronten aquest període d'autoafirmació de la pròpia identitat i d'esclat de la sexualitat, en què inicien les primeres relacions afectives i/o sexuals.

És molt important que nois i noies comptin amb referents accessibles, informats i disposats a recolzar-los en el desenvolupament d'una identitat lliure i conscient, que els ajudin a integrar valors que els facilitin unes relacions afectivosexuals saludables i igualitàries, basades en l'autoestima i el respecte mutu. Un acompanyament positiu per part de la família ajudarà a prevenir que les filles i els fills visquin relacions afectives i sexuals abusives (com a agressors o com víctimes) alhora que promourà experiències plaents i enriquidores que els ajudaran a créixer.

ÍNDEX D'ACTIVITATS

Activitat 1:

Sexualitats

Activitat 2:

Trencant mites

Activitat 3:

Plaer i consentiment

Recursos

[El sexe ignorat](#) Reportatge de Tv3 del programa 30 minuts.

[Adolescents enganxats al porno](#) Tertúlia del programa "Tot es mou" de Tv3.

Vídeo: [El consentiment explicat amb una tassa de té](#)

Objectius

- Sensibilitzar les famílies sobre la importància de l'acompanyament en el desenvolupament afectivosexual dels fills i filles, el coneixement del propi cos, les idees del plaer i el consentiment...
- Evitar les resistències i els tabús entorn la sexualitat per facilitar el suport positiu als fills i filles.
- Afavorir que pares i mares reflexionin críticament en relació als estereotips i patrons masclistes que faciliten les relacions abusives.
- Aportar eines a les famílies per promoure en els fills i filles les relacions saludables i identificar i prevenir les relacions abusives.
- Enfortir el paper de les famílies com a transmissores dels valors d'igualtat, respecte i autoestima, a través del modelatge.

Paraules clau i definició

• **Relacions afectives i sexuals saludables:**

Totes aquelles relacions en què una persona comparteix amb una altra experiències afectivosexuals a la vegada que es realitza com a persona i construeix una experiència conjunta satisfactòria.

- **Plaer:** Sensacions agradables que podem sentir i fer sentir a altres persones o que donen benestar. Hi ha molts tipus de plaer: menjar, dormir, prendre el sol, etc. Per a cada persona són diferents i això passa amb la sexualitat: els nostres plaers poden arribar a ser molt diferents.
- **Consentiment:** Es produeix quan la persona està d'acord amb un comentari o accepta una proposta. Significa donar permís a alguna cosa.

Activitat 1

Sexualitats

20 minuts

1.1 Mireu el vídeo [El sexe ignorat](#) (minut 37:40 fins al 38:59) i llegiu la definició de sexualitat.

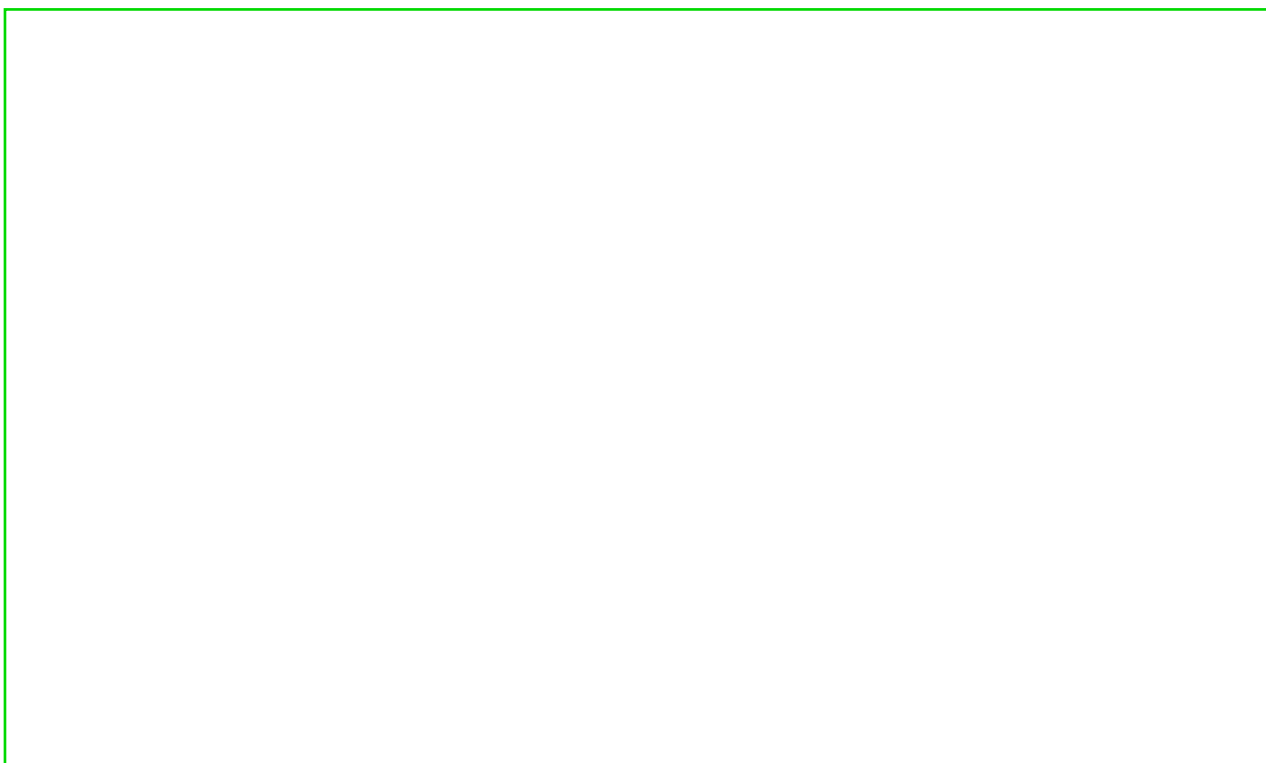
L'Organització Mundial de la Salut (OMS) defineix la **sexualitat** com "un aspecte central de l'ésser humà al llarg de la seva vida i engloba el sexe, la identitat de gènere i els rols, l'orientació sexual, l'erotisme, el plaer, la intimitat i la reproducció.

La **sexualitat** es viu i s'expressa en pensaments, fantasies, desitjos, creences, actituds, valors, conductes, pràctiques, rols i relacions. Tot i que la sexualitat pot incloure totes aquestes dimensions, no totes elles s'experimenten o s'expressen sempre. La sexualitat està influenciada per la interacció de factors biològics, psicològics, socials, econòmics, polítics, ètics, legals, històrics, religiosos i espirituals."

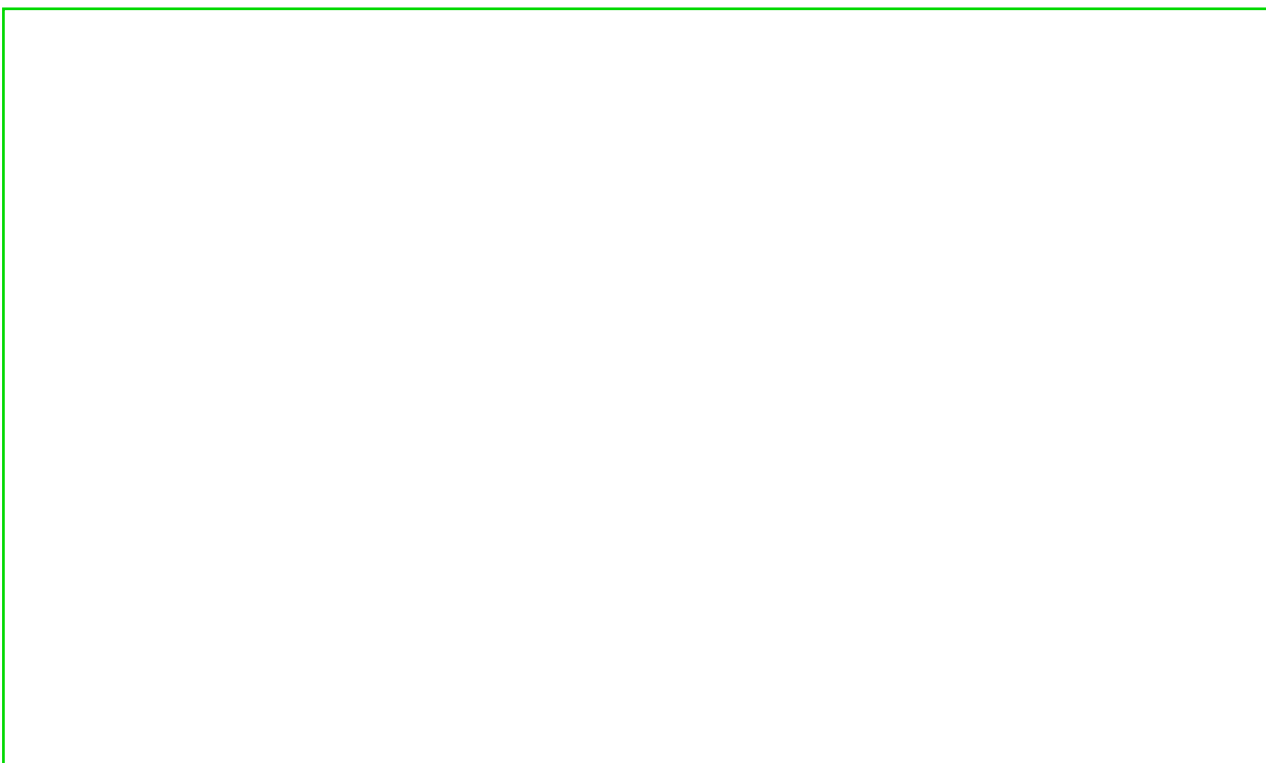
1.2 Responen les preguntes següents:

- Perquè creieu que és important parlar de sexualitat dins l'àmbit familiar? Quins beneficis us aporta a vosaltres i als vostres fills i filles?

· Socialment, s'ha divulgat i es tracta de la mateixa manera el coneixement de la sexualitat femenina i masculina?

A large, empty rectangular box with a thin green border, intended for a written response to the question above.

· Creieu que és important conèixer el nostre cos per tenir relacions saludables?

A large, empty rectangular box with a thin green border, intended for a written response to the question above.

• Podríeu definir quina és la diferència entre sexe, identitat de gènere i orientació sexual? Quins tipus en coneixeu?

Activitat 2

trencant mites

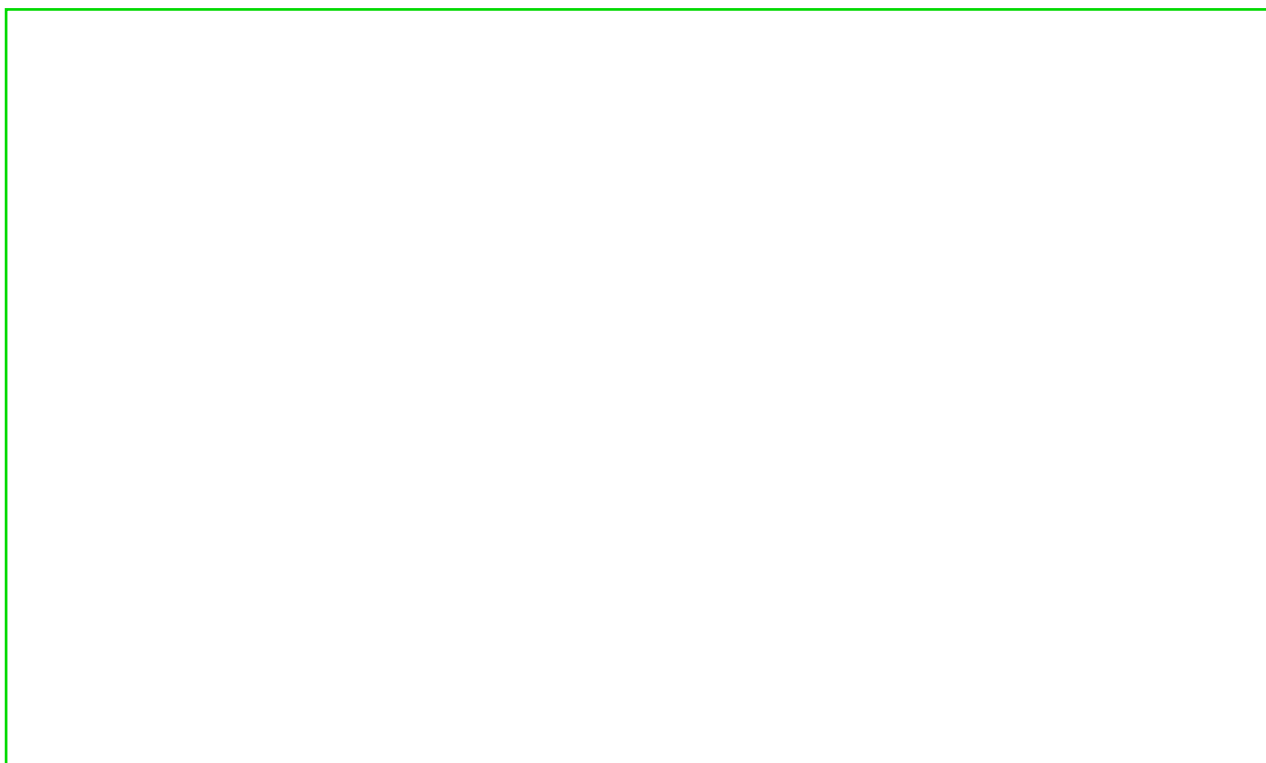
20 minuts

2. Coneixeu alguns mites o creences sobre les relacions afectives i sexuals a l'adolescència? Llegiu les frases i marqueu si creieu que són vertaderes o falses.

1. Si no sento gelosia en la meva relació de parella, és que no l'estimo de veritat.	V <input type="checkbox"/>	F <input type="checkbox"/>
2. Si m'estima sabrà per què estic enfadat/da sense necessitat de preguntar-m'ho.	V <input type="checkbox"/>	F <input type="checkbox"/>
3. L'amor no és igual a patiment, hi ha altres maneres d'estimar.	V <input type="checkbox"/>	F <input type="checkbox"/>
4. L'amor tot ho pot, si ens estimem de veritat res no pot sortir malament.	V <input type="checkbox"/>	F <input type="checkbox"/>
5. No tot és perdonable i justificable en nom de l'amor.	V <input type="checkbox"/>	F <input type="checkbox"/>
6. Si el nostre amor és vertader, el sexe entre nosaltres serà sempre meravellós. Jo seré l'amant millor que hagi tingut mai.	V <input type="checkbox"/>	F <input type="checkbox"/>
7. Sentir enamorament no implica que la teva parella tingui dret a controlar amb qui parles, què fas i on ets en tot moment, ni a revisar-te els missatges del mòbil.	V <input type="checkbox"/>	F <input type="checkbox"/>
8. Si ens estimem, hem de fer-ho tot conjuntament, pensar i gaudir de les mateixes coses, compartir-ho tot.	V <input type="checkbox"/>	F <input type="checkbox"/>

2.1 Com podem ajudar els nostres fills i filles a no caure en aquests falsos mites?

2.2 Quins aspectes considereu importants de transmetre als vostres fills i filles respecte a les relacions afectives i sexuals? Què és el que més us preocupa?



Activitat 3

Plaer i consentiment

20 minuts

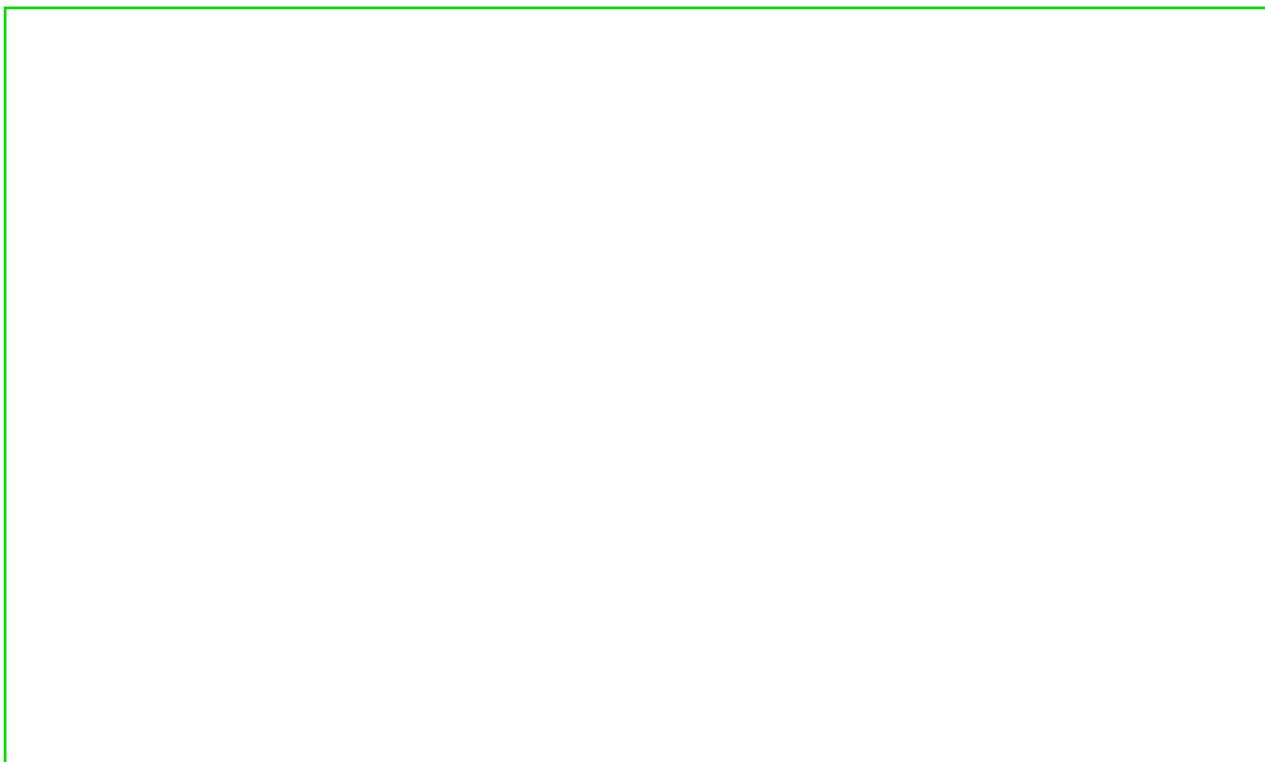
3. A continuació veureu una part del programa "Tot es mou" de TV3, una tertúlia sota el títol [Adolescents enganxats al porno](#) (fins 10:25'). Poseu-vos en grups de quatre o cinc persones i comenteu el que heu vist, quines coses us han cridat l'atenció, què en penseu, etc. Després, anoteu quatre idees que considereu importants.

3.1 Ara mireu aquest vídeo: [El consentiment explicat amb una tassa de té](#) (2'53").

Escriviu tots els missatges que transmet i que considereu important que els vostres fills i filles sàpiguen, i compartiu amb la resta les vostres anotacions.

-
-
-
-
-
-
-
-

3.2 Quines coses considereu importants sobre el plaer i el consentiment, que no sabíeu quan éreu adolescents i penseu que poden ser útils als vostres fills i filles?



3.2 Què m'emporto de la sessió

Com a cloenda de la sessió, us demanem que ompliu els paperets en forma de "nota adhesiva" que teniu a continuació. Escriviu una frase que sintetitzi les idees que heu extret i tres propòsits en relació amb els vostres fills i filles. Finalment, si voleu, compartiu amb la resta de participants.

QUÈ M'EMPORTO DE LA SESSIÓ



QUÈ VOLDRIA TREBALLAR SOBRE AQUEST TEMA AMB ELS MEUS FILLS I FILLES



Idees clau

És imprescindible introduir la sexualitat en l'educació de les filles i fills per prevenir relacions abusives i promoure relacions, compartides o individuals, plaents i saludables.

A l'adolescència comencen les relacions afectives i sexuals i la informació que reben els fills i filles prové, sobretot, del grup d'amistats i l'entorn, Internet i les xarxes socials. És important la comunicació i la confiança en el nucli familiar perquè puguin compartir els seus neguits i inquietuds.

Cal reconèixer la diversitat d'identitats i orientacions sexuals i acompanyar els fills i filles en els seus processos de definició personal, tot i que no siguin majoritaris o "normatius".

La família és el primer referent de models de relació. És important observar els nostres propis models de relació, ajudar i oferir eines perquè els fills i filles puguin construir relacions saludables i igualitàries.

Tot i que pugui resultar difícil inicialment, cal parlar amb els fills i filles sobre la identitat sexual, l'orientació sexual, i la diversitat afectivosexual. Fer-ho obertament i amb naturalitat millora la seva autoestima i seguretat, a més d'enfortir el vincle familiar.

La informació entorn la sexualitat ha estat tradicionalment incompleta i en molts casos errònia. Cal oferir una visió més ampla i vèncer els tabús en la nostra tasca educativa.

Transmetre als fills i filles els conceptes de plaer i consentiment, juntament amb altres valors, és molt important. Formen part dels seus drets i contribuiran al seu benestar, basat en el respecte mutu i l'autoconsciència i la cura personal.

Cal identificar els prejudicis propis que sovint tenim i ens passen desapercibuts, així ajudarem que els fills i filles no reproduïxin actituds fonamentades en aquestes estructures discriminatòries.