

Atenció a la Salut Sexual i Reproductiva

Tallers d'educació afectiva i sexual a l'ESO

Maig 2021



Generalitat
de Catalunya

Generalitat de Catalunya
Departament de Salut
© Institut Català de la Salut, 2021

Edició: Institut Català de la Salut
1a edició: maig 2021

Coordinació editorial:
Gabinet de Comunicació
Direcció de Comunicació i Responsabilitat Social Corporativa



Avís legal

Els continguts d'aquesta obra estan subjectes a una llicència de Reconeixement-NoComercial-SenseObresDerivades 4.0 Internacional. La llicència es pot consultar a la pàgina web de [Creative Commons](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/).

Participen en l'elaboració del document:

Coordinació del document

Cristina Martínez Bueno	Responsable corporativa ASSIR Catalunya, Direcció d'Atenció Primària i comunitària ICS
Laura Moreno Buendia	ASSIR Dreta de Barcelona
Elena Pérez Martínez	ASSIR Baix Llobregat Centre
Cristina Rebollo Marín	ASSIR Tarragona-Valls
Jessica Amy Scalone	ASSIR Delta

Autores

Eva Adarve Hidalgo	ASSIR Mollet del Vallès
Deborah Aguilera Gironès	ASSIR Gironès-Pla de l'Estany
Anna Garcia Cuscó	ASSIR Anoia
Maria Jounou Llobera	ASSIR Lleida
Alba Llobera Sanz	ASSIR Mataró
Laura Moreno Buendia	ASSIR Dreta
Sandra Olivera Lindez	ASSIR Esquerra
Alba Pallisé Cardellach	ASSIR Tarragona-Valls
Elena Pérez Martínez	ASSIR Baix Llobregat Centre
Ariadna Polo Zamorano	ASSIR Delta
Cristina Rebollo Marín	ASSIR Tarragona-Valls
Melania Salas Martín	ASSIR Martorell
Pilar Sancho Pérez	ASSIR Santa Coloma
Jessica Amy Scalone	ASSIR Delta

Continguts

1/ Introducció, justificació	6
2/ Objectius	7
3/ Metodologia	8
4/ Temporalització	9
5/ Recursos	10
6/ Intervencions	11
2n d'ESO - EDUCACIÓ AFECTIVA I SEXUAL (13-14 anys)	11
1/Continguts, objectius	11
2/Proposta de taller (120 min)	12
3/Activitats.....	13
Activitat 1: «Definició de la sexualitat mitjançant una silueta».....	13
Activitat 2: «Mites sobre la sexualitat»	15
Activitat 3: «Yo tb tq».....	21
Activitat 4: «Com et sona?».....	23
3r d'ESO - EDUCACIÓ AFECTIVA I SEXUAL (14-15 anys)	24
1/Continguts, objectius	24
2/Proposta de taller (120 min)	25
3/Activitats.....	26
Activitat 1: «El mural de la sexualitat»	26
Activitat 2: «La festa del pèting».....	28
Activitat 3: «Les xarxes et controlen?»	31
Activitat 4: «Què ens aporta la pornografia?»	32
Activitat 5: «I jo, com em puc protegir?».....	33
4t d'ESO - EDUCACIÓ AFECTIVA I SEXUAL (15-16 anys)	37
1/Continguts, objectius	37
2/Proposta de taller (120 min)	38
3/Activitats.....	40
Activitat 1: «Quins drets sexuals i reproductius tinc?».....	40
Activitat 2: «L'Aina es queda embarassada».....	42
Activitat 2.0: «Prendre la decisió de seguir amb l'embaràs»	43
Activitat 3: «Dir no a la pressió de grup»	44
Activitat 3.0: «Parlant de l'excitació: estratègies de negociació per a sexualitats més plaents»	45
Activitat 4: «Imatges que parlen per si mateixes»	49
Activitat 5: «El sexisme també surt de festa».....	51

7/ Avaluació	54
Annexos	55
Annex 1/ Recursos digitals	56
1.1 Creació de recursos amb l'eina Mentimeter	56
1.1.1 Word Cloud.....	58
1.1.2 Open Ended	60
1.2 Creació de qüestionaris amb l'eina Kahoot	62
1.3 Creació de recursos amb l'eina EducaPlay	65
1.3.1 Pasapalabra	65
1.4 Ús d'eines Microsoft Teams	70
1.4.1 Pissarra digital	70
1.4.2 Creació de grups de treball	73
Annex 2/ Activitat «Definició de la sexualitat mitjançant una silueta»	76
Annex 3/ Activitat «Mites sobre la sexualitat»	77
Annex 4/ Activitat «El mural de la sexualitat»	82
Annex 5/ Activitat «Què ens aporta la pornografia?»	83
Annex 6/ Activitat «Quins drets sexuals i reproductius tinc?»	85
Annex 7/ Activitat «L'Aina es queda embarassada»	86
Annex 8/ Activitat «Dir <i>no</i> a la pressió de grup»	87
Annex 9/ Activitat «Imatges que parlen per si soles»	88
Annex 10/ Activitat «El sexisme també surt de festa»	90
Annex 11/ Avaluació	91

1/ Introducció, justificació

La sexualitat és una de les formes d'expressió de les persones i, per tant, s'ha de poder exercir de la manera més gratificant i saludable possible, per tal de prevenir comportaments de risc i potenciar tot allò que té de bo.

Quan parlem de sexualitat hem d'anar més enllà dels conceptes lligats a l'anatomia i fisiologia sexual i entrar en la dimensió afectiva, emocional, relacional i de plaer. Des d'aquesta mirada àmplia del concepte, entendrem que l'educació afectiva i sexual ha de facilitar en infants i adolescents, d'acord amb la seva edat, treballar aspectes lligats al coneixement del cos des del punt de vista físic i psicològic, la gestió d'emocions i sentiments, les relacions interpersonals i de gènere, els riscos associats, etc., que els permetrà assumir de manera responsable la seva sexualitat, ser respectuosos amb ells mateixos i amb els altres, i prendre decisions informades, autònomes i conseqüents.

El nostre repte, doncs, és educar en les relacions d'igualtat i en la vivència de la sexualitat de manera saludable i responsable.

2/ Objectius

Objectiu general

Fomentar en els joves de Catalunya i les seves famílies i entorn la vivència de la sexualitat d'una manera saludable, respectuosa i plaent.

Objectius específics

- Treballar el concepte ampli de sexualitat reconeixent-ne la dimensió afectiva i les diferents maneres de viure-la en cada etapa de la vida.
- Tenir coneixements del propi cos i del seu funcionament des del punt de vista físic i emocional per tal d'acceptar-se a si mateix i als altres tal com són.
- Analitzar i reflexionar al voltant de la influència dels rols sexuals i de gènere en la nostra societat i en la nostra vida i promoure el desenvolupament de relacions d'igualtat (analitzar i reflexionar al voltant de estereotips, prejudicis i situacions d'injustícia per raons de gènere, orientació afectiva i/o identitat sexual per promoure el desenvolupament de relacions d'igualtat).
- Potenciar una vivència sana de la sexualitat (que permeti el gaudi de viure el cos, les relacions i els afectes amb plaer i sense discriminació o violència).
- Millorar les relacions interpersonals per evitar conductes de risc.
- Trencar mites que envolten la sexualitat i les relacions de parella.
- Donar a conèixer els recursos existents en el seu entorn.

3/ Metodologia

Presentem aquest document amb la finalitat de poder dur a terme intervencions des de l'ASSIR en els centres educatius, de manera tant presencial com telemàtica, ateses les mesures excepcionals que hem hagut d'adoptar a causa de l'estat actual de pandèmia per la COVID-19.

- En primer lloc, cal fer un contacte previ amb el centre educatiu per saber el nivell de coneixements previs dels joves, dubtes i inquietuds. Cal contactar també amb la infermera de Salut i Escola si el centre té desplegat aquest programa.
- A continuació, es proposa treballar en grups reduïts d'aproximadament 15 alumnes o l'equivalent a mig grup de classe en el format següent:
 - Una única sessió de 2 hores de durada (recomanable)
 - Dues sessions d'1 hora de durada (alternativament)
- Les sessions es proposen en la modalitat presencial preferiblement. Quan les circumstàncies no ho permetin, hi ha la modalitat de taller en línia.
 - Pel que fa als tallers en línia, cal que cada alumne tingui accés a un ordinador amb càmera, micròfon i auriculars. Tot i que no és obligatori, es recomana mantenir la càmera encesa per afavorir la comunicació amb la professional dinamitzadora, així com el micròfon tancat si no tenim el torn de paraula.
 - El programari autoritzat que cal utilitzar és Microsoft Teams i s'han de fer servir diferents recursos digitals per tal de dinamitzar les activitats.
 - L'elaboració dels recursos digitals es pot consultar a l'[Annex 1](#).
- Els professionals a càrrec de les sessions pertanyen a l'equip de llevadores de l'ASSIR (Assistència a la Salut Sexual i Reproductiva) de la zona de referència o a l'equip d'infermeria de salut i escola de l'EAP (Equip d'Atenció Primària) de referència.
- Paral·lelament hi ha la possibilitat d'oferir a cada centre educatiu un taller adreçat a pares i mares amb la finalitat d'abordar el paper de les famílies en l'educació afectiva i sexual dels joves i donar pautes per a la reflexió.

4/ Temporalització

Les activitats de l'itinerari es programen durant el curs escolar amb una coordinació prèvia amb l'ASSIR corresponent.

5/ Recursos

- Pel que fa a recursos humans:
Les professionals de referència són les llevadores assignades al programa d'educació afectiva i sexual dels diversos ASSIR de Catalunya, en coordinació amb la infermera de Salut i Escola.
- Pel que fa a recursos materials:
Cal comptar amb els espais físics (tipus aula o sala d'informàtica) de les escoles i instituts d'educació secundària del territori, dotats amb l'equipament necessari (pis-sarra, retoladors, ordinadors, projecció, connexió a Internet, etc.).

6/ Intervencions

2n d'ESO - EDUCACIÓ AFECTIVA I SEXUAL (13-14 anys)

La intervenció en aquest grup de joves té en compte diferents aspectes relacionats amb: el coneixement del cos, l'afectivitat i la sexualitat, i amb objectius i continguts adaptats a la seva edat. Tot i que els coneixements d'anatomia i fisiologia sexual es preveuen en els currículums escolars, pensem que és del tot convenient un reforçament i aclariment de dubtes sobre aquesta temàtica i en aquesta franja d'edat, així com també la introducció d'alguns elements de reflexió sobre els aspectes afectius i de gènere que en formen part.

Es treballa amb material didàctic audiovisual i es compta amb la intervenció de les professionals de l'ASSIR mitjançant l'aplicació Microsoft Teams en la modalitat en línia i també directament en la modalitat presencial. S'ofereixen dos tallers d'una hora de durada o un taller de dues hores segons la demanda.

1/ Continguts, objectius

Eix: Cos i canvis

- Reforçar els coneixements sobre el propi cos, tant des del punt de vista dels canvis físics com dels emocionals; conèixer els òrgans genitals i mostrar-ne la diversitat, així com quines parts del cos són més sensibles a l'estimulació i poden produir més plaer; identificar les emocions i els sentiments relacionats amb la sexualitat.

Eix: Sexualitat i relacions afectives

- Treballar el concepte i l'abast de la sexualitat.
- Reflexionar sobre la importància d'estimar-se un/a mateix/a.
- Enfortir la capacitat de dir «no» i de fer front a la pressió per tenir relacions coitals si no se'n volen tenir. Fomentar relacions afectives i sexuals des del respecte i el consentiment de totes les parts.
- Desmitificar l'amor romàntic i de dependència. Millorar les relacions interpersonals per evitar comportaments tòxics. Potenciar valors en els quals la relació entre les persones estigui basada en la igualtat, el respecte i la responsabilitat.
- Trencar mites al voltant de la sexualitat, contrastant-los amb la realitat.
- Pornografia.
- Conèixer la importància d'utilitzar les xarxes socials de manera segura i respectuosa. Relacions socials en els joves i les TIC: com s'han de gestionar els riscos i potencialitats?

2/Proposta de taller (120 min)

5 minuts	Presentació de «Tallers i joves».	
20 minuts	«Definició de sexualitat mitjançant una silueta».	Treballar el concepte i les dimensions de la sexualitat.
60 minuts	«Mites»: 4 temes (15 minuts per tema).	<p>Reforçar els coneixements sobre el propi cos, tant des del punt de vista dels canvis físics com dels emocionals. Descobrir els òrgans genitals i mostrar-ne la diversitat, així com identificar quines parts del cos són més sensibles a l'estimulació i poden produir més plaer.</p> <p>Reflexionar sobre la importància d'estimar-se un/a mateix/a. Identificar les emocions i els sentiments relacionats amb la sexualitat.</p> <p>Trencar mites al voltant de la sexualitat, contrastant-los amb la realitat.</p> <p>Enfortir la capacitat de dir «no» i de fer front a la pressió per tenir relacions coitals si no se'n volen tenir. Fomentar relacions afectives i sexuals des del respecte i el consentiment de totes les parts.</p> <p>Pornografia.</p>
20 minuts	«Yo tb tq»	<p>Descobrir la importància d'utilitzar les xarxes socials de manera segura i respectuosa.</p> <p>Relacions socials en els joves i les TIC: com s'han de gestionar els riscos i potencialitats?</p>
15 minuts	«Com et sona?»	<p>Desmitificar l'amor romàntic i de dependència.</p> <p>Millorar les relacions interpersonals per evitar els comportaments tòxics. Potenciar valors en els quals la relació entre les persones estigui basada en la igualtat, el respecte i la responsabilitat.</p>
5 minuts	Presentació de «La Tarda Jove», avaluació i tancament.	

En cas de fer dos tallers d'una hora, es pot fer un primer taller amb l'activitat «Mites» i un segon fent un recull del que s'ha treballat al taller anterior amb l'activitat de la definició de sexualitat mitjançant una silueta i continuar amb els tallers «Yo tb tq» i «Com et sona?».

3/ Activitats

Activitat 1: «Definició de la sexualitat mitjançant una silueta»

- **Temps:** 20 min
- **Objectius específics:**
Treballar per mitjà de paraules/conceptes diferents aspectes/eixos de la sexualitat: sexe, plaer, pràctiques sexuals, prevenció, riscos, gènere, relacions, autoestima, comunicació, etc.
- **Material i recursos:**

Modalitat presencial	Modalitat en línia
→ Pissarra.	→ Ordinador.
→ Retoladors o guix.	→ Projector (en aquelles aules que decideixin fer-ho grupal).
→ Paper.	→ Dispositiu mòbil (també es podria fer amb ordinador).
→ Bolígraf.	→ Creació del Mentimeter: opció Word Cloud (professionals) (vegeu-ne l' Annex 1.1.1), pissarra digital de Microsoft Teams (vegeu-ne l' Annex 1.4.1).
→ Post-its.	
→ Silueta impresa (vegeu-ne l' Annex 2).	→ Aplicació Microsoft Teams (professionals) (vegeu-ne l' Annex 1.4).

- **Metodologia:** Aquesta activitat es durà a terme de manera individual i després es posarà en comú al grup.

- **Desenvolupament de l'activitat:**

Desenvolupament en la modalitat presencial:

Es presenta la silueta d'un cos pintada a terra amb un full blanc (vegeu-ne l'[Annex 2](#)). Els alumnes han de descriure i dibuixar paraules relacionades amb la sexualitat i després els plantejarem que dibuixin en la silueta les parts del cos internes i externes que creuen que estan relacionades amb la sexualitat. Tot seguit, els proposem pintar sobre la silueta de colors diferents les zones més o menys erògenes.

Desenvolupament en la modalitat telemàtica:

Amb l'opció de la pissarra digital de l'aplicació Microsoft Teams (vegeu-ne l'[Annex 1.4.1](#)), dibuixem una silueta d'un cos sense gènere (vegeu-ne l'[Annex 2](#)). Els alumnes han de descriure i dibuixar paraules relacionades amb la sexualitat. Mitjançant el xat o per veu amb el micròfon, els plantejarem als alumnes que dibuixin a la silueta les parts del cos internes i externes que creuen que estan relacionades amb la sexualitat. Tot seguit, els proposem pintar amb la pissarra digital i amb colors diferents les zones més o menys erògenes.

Poden ser parts del cos, pràctiques, sentiments, etc. Les han de posar dins o fora de la silueta segons el que creguin.

A continuació, recollint totes les paraules escrites o dibuixades a la pissarra, farem una definició de la sexualitat diferenciant sexualitat de sexe, sexe de relació sexual i relació sexual de coit.

Definició de sexualitat

«Un aspecte central en l'ésser humà al llarg de la seva vida que 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 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.»

Reflexionar sobre la complexitat de la sexualitat fent èmfasi en els punts següents:

- Sexe és diferent de sexualitat.
- La nostra sexualitat ens acompanya des que naixem fins que morim i la desenvolupem al llarg de tota la nostra vida.
- Es relaciona amb el nostre cos, amb el que sentim i, més endavant, amb el fet de compartir-la amb altres persones decidint els qui, els quan i els com.
- Té a veure amb la manera com aprenem a relacionar-nos amb les altres persones. *Del tracte que em dono, del tracte que dono a les altres persones, del tracte que rebo de les altres persones.*
- Té a veure amb l'experiència, amb l'aprenentatge i amb el canvi.
- Es relaciona amb els drets que la nostra societat li reconeix.
- Es relaciona amb prendre decisions, i per això és interessant que ens preguntem com volem viure la sexualitat, per què volem tenir relacions sexuals.
- En definitiva, la sexualitat la visc a través del meu COS, del que jo SENTO i de les DECISIONS que en prenc.

Qualsevol zona del cos pot ser una zona sensible que ens pot donar plaer. La sexualitat té a veure amb la pell, la vista, l'olfacte. La sexualitat no és només una pràctica sexual en concret, sinó que són diverses pràctiques com: mirades, carícies, petons, masturbació, sexe oral, penetració, tot allò que vulguem fer amb el nostre cos i compartir amb el cos d'altres persones, sempre que tothom hi estigui d'acord.

És important conèixer-nos, explorar-nos i tocar-nos per esbrinar en quines zones tenim més o menys plaer.

El cervell participa en la sexualitat a través de les fantasies, els desitjos i la comunicació.

Activitat 2: «Mites sobre la sexualitat»

- **Temps:** 60 minuts = (4 temes per 15 minuts)
 - Per cada pregunta de Kahoot! (1 minut): 5 minuts per tema.
 - Per posar les respostes en comú, l'explicació ha de durar 10 minuts per a cada tema.
- **Objectius específics:**
 - Trencar mites al voltant de la sexualitat, contrastant-los amb la realitat.
 - Desmitificar aspectes o situacions relacionats amb les relacions sexuals.
 - Desmitificar el coit interromput i la contracepció d'emergència com a mètode anti-conceptiu.
 - Desmitificar l'amor romàntic i de dependència. Millorar les relacions interpersonals per evitar comportaments tòxics. Potenciar valors en els quals la relació entre les persones estigui basada en la igualtat, el respecte i la responsabilitat.
 - Afavorir les relacions igualitàries entre els joves.
 - Reflexionar en relació amb els mites culturals sobre la relació entre amor i gelosia.
 - Reflexionar sobre els estereotips de gènere.
- **Material i recursos:**

Modalitat presencial	Modalitat en línia
→ Ordinador.	→ Ordinador.
→ Projector.	→ Projector (<i>en aquelles aules que decideixin fer-ho grupal</i>).
→ Dispositiu mòbil.	→ Dispositiu mòbil (<i>també es podria fer amb ordinador</i>).
→ Kahoot! de «Mites» (vegeu-ne l' Annex 1.2).	→ Kahoot! de «Mites» (vegeu-ne l' Annex 1.2).
→ Presentació amb PowerPoint .	→ Presentació amb PowerPoint amb dibuixos d'anatomia.

- **Metodologia:** Aquesta activitat es durà a terme de manera individual i després es posarà en comú al grup.
- **Desenvolupament de l'activitat:** es posarà en pràctica el joc Kahoot! amb els alumnes on es proposen diferents respostes sobre mites relacionats amb l'autoconeixement, l'autoestima i la sexualitat.
 - Desenvolupament en modalitat presencial: es compartirà el codi del joc Kahoot! i el projectarem a l'aula. Els alumnes hi podran jugar mitjançant el seu telèfon mòbil o l'ordinador.
 - Desenvolupament en modalitat en línia: es compartirà el codi del joc Kahoot! als alumnes i nosaltres compartirem la nostra pantalla de l'ordinador a través de l'aplicació Microsoft Teams perquè el grup en pugui veure els mites (vegeu-ne l'[Annex 3](#)).

En acabar el joc, es posaran en comú les diferents respostes i s'oferirà una explicació sobre els mites proposats.

Es presentaran els mites segons quatre temes (proposem 5 mites per tema):

1. Anatomia/coneixement del cos
2. Pràctiques sexuals/mètodes
3. Amor romàntic, autoestima, gelosia
4. Diversitat sexual, estereotips de gènere

1. ANATOMIA/CONEIXEMENT DEL COS

- L'absència d'himen prova que una dona ja no és verge.
- Com més gran sigui la mida del penis, més plaer s'obté i més plaer es proporciona als altres.
- Durant la menstruació no hi ha risc d'embaràs.
- Els nens i la gent gran (els avis) no tenen sexualitat.
- Els tamps no afecten la virginitat.

Tot seguit, la llevadora mostrarà unes imatges dels genitals externs/interns masculins i femenins explicant les diferents parts i la diversitat dels cossos. Per resoldre els dubtes, es presentarà un PowerPoint amb diversos dibuixos d'anatomia, com, per exemple, genitals externs/interns masculins i femenins, cicle menstrual, etc.

Ensenyarem l'anatomia del clítoris, llavis majors, llavis menors, uretra, vagina, anus i vulva, escrot, testicles, penis, uretra, gland i prepuci. A continuació, teniu una explicació breu dels temes que es poden tractar:

Noies	Nois
→ Clítoris d'especial sensibilitat, diferenciar la uretra de l'introït vaginal, himen: què és, desmitificar la virginitat.	→ Fimosis; higiene del prepuci.
→ Ovaris: òvul, cèl·lules sexuals femenines, explicar el cicle genital femení, l'ovulació.	→ Espermatozoides: cèl·lules sexuals masculines.
→ Menstruació.	→ Hi pot haver espermatozoides abans de l'ejaculació.
→ Adaptació: irregularitats, dismenorrea.	→ Pol·lucions nocturnes: sortida involuntària de semen durant la nit que pot anar acompanyada o no de sensacions i sentiments eròtics.
→ Higiene: falsos mites.	→ Ereccions.
→ Ús de compreses i tamps.	

2. PRÀCTIQUES SEXUALS/ MÈTODES

- Masturbar-se molt sovint és dolent i pot produir esterilitat.
- La primera vegada que hi ha una penetració vaginal, fa mal i se sagna.
- Els preservatius es trenquen amb facilitat.
- La marxa enrere és un bon mètode anticonceptiu.
- La pastilla postcoital només es pot prendre tres cops a la vida.

Parlarem de les relacions sexuals, definint el que són i diferenciant la relació sexual del coit. Abordarem la masturbació, l'orgasme, el pèting, les relacions homosexuals i heterosexuales i de les diferents proteccions segons la pràctica sexual.

En acabar, podem ensenyar el preservatiu masculí, femení i la banda de làtex: explicar com es col·loca correctament i què s'ha de tenir en compte (mostrar-ne l'elasticitat, on es desa, la caducitat, etc.).

3. AMOR ROMÀNTIC, AUTOESTIMA, GELOSIA

- Si la meua parella és gelosa, això vol dir que m'estima més.
- Quan ella diu *no*, en el fons sí que vol.
- A les relacions sexuals entre noi i noia, el noi sempre ha de portar la iniciativa i la noia sempre l'ha de complaure.
- Donar les meves contrasenyes és un acte de confiança en la parella.
- Qui es baralla es desitja, per amor es perdona tot.

Per l'explicació d'aquests mites, recomanem la projecció del vídeo següent o explicar la història de Pepe i Pepa: <https://youtu.be/26txqL99eFM> (12 minuts).

4. DIVERSITAT SEXUAL, ESTEREOTIPS DE GÈNERE

- Una dona que es comporta de manera masculina és lesbiana.
- Es pot saber l'orientació sexual d'una persona per l'aspecte físic o per l'expressió corporal.
- Un home de veritat no plora ni expressa els seus sentiments.
- Si un nen juga amb nines, serà gai.
- Un home que diu no a una relació coital és homosexual.

Aclarirem i resoldrem als alumnes els dubtes sobre els conceptes i definicions:

El sistema sexe-gènere

- *Sexe biològic*: El que ens distingeix com a mascles i femelles d'acord amb les característiques biològiques dels nostres cossos, com els òrgans genitals externs i interns,

les característiques sexuals secundàries, els cromosomes o la càrrega hormonal. És, doncs, un terme molt complex que engloba diferents components, com ara: el sexe cromosòmic, l'hormonal, el gonadal i l'anatomicogenital.

- *Intersexual*: Persona que neix amb uns genitals externs que presenten una forma ambigua, per la qual cosa no encaixa en la classificació de dona o home.
- *Població intersexual/amb diferències del desenvolupament sexual (DSD)*: Terme paraigua que es fa servir per descriure un ampli ventall de variacions corporals naturals. Fa referència a persones que neixen amb característiques sexuals (incloent genitals, anatomia reproductiva, gònades i/o cromosomes) que no encaixen en la noció típica binària de cossos masculins i femenins.
- *Gènere*: Constructe cultural, social i psicològic del que una determinada societat considera adequat per a dones, homes i altres. Es refereix, doncs, al conjunt d'idees, creences, representacions i atribucions socials construïdes en cada cultura que pren com a base la diferència sexual. Conjunt de normes i models assignats a cada sexe. La construcció social d'allò que es considera masculinitat o feminitat.

La identitat de gènere, l'expressió de gènere i l'orientació sexual

- *La identitat de gènere*: És la percepció que una persona té sobre el seu propi gènere, l'autoconcepte o sentit profund de la persona de sentir-se home, dona, o ni una cosa ni l'altra, les dues coses o una identitat que es troba entremig o fora d'aquestes categories. És la manera com una persona se sent o percep. **No es pot diagnosticar** i només la persona pot definir quina és la seva identitat.
- *Expressió de gènere*: Terme que fa referència als trets individuals que la persona utilitza per presentar el seu gènere al món exterior (gestos, forma de vestir, de comportar-se, d'interactuar...). **No es relaciona necessàriament amb el sexe assignat en néixer o amb la identitat de gènere. Independentment de l'orientació sexual i de la identitat sexual, cada persona té la seva pròpia expressió de gènere.**
- *Gènere no binari o Genderqueer*: És un terme general per a les identitats de gènere que no són exclusivament masculines o femenines, és a dir, identitats que són fora del binarisme de gènere i la cisnormativitat.

Les persones de gèneres no binaris són les persones que es poden experimentar:

- Entre masculinitat i feminitat o incorporant elements de les dues
 - Sense gènere o amb un altre gènere fora dels gèneres binaris
 - Tenir un gènere que varia al llarg del temps (gènere fluid, etc.)
 - Tenir un gènere plural (bigènere, pangènere, etc.)
- *Cisgènere o cissexual*: Terme que designa totes les persones en què la identitat de gènere assumida coincideix amb aquella que se'ls ha assignat en néixer, en funció de criteris normatius de correspondència entre l'anomenat *sexe biològic* i la *identitat de gènere*.

- Les *persones transgènere* són persones que tenen una identitat de gènere diferent del seu gènere assignat en néixer. Les persones transgènere a vegades es poden anomenar *transsexuals* si desitgen assistència mèdica per a la seva transició. Ser trans és independent de l'orientació sexual: les persones transgènere poden ser heterosexuales, homosexuals, bisexuals, asexuals, etc.

Diferents termes «paraigua»:

- *Transsexual*: Persona que necessita modificacions corporals per ajustar el seu cos a la seva identitat de gènere. No agrada perquè ve de la medicina i és patologitzador.
- *Transgènere*: Persona que no necessitarà modificacions corporals. Terme més anglosaxó.
- *Asterisc*: Va ser concebut com una possible eina conceptual inclusiva, a manera paraigua, com abans ho van ser els termes *transgènere* o *trans* sense asterisc. Són termes que visibilitzen els intents per evidenciar al llenguatge que hi ha una gran heterogeneïtat d'experiències, lluites i activismes, i mostren que les persones que s'hi identifiquen poden no perseguir sempre els mateixos objectius, que fan reflexions diverses sobre la seva subjectivitat, corporalitat i manera de fer política.
- *Trans*: Terme que intenta reflectir la realitat diversa de les persones que no se senten identificades amb el sexe assignat al naixement.
- *Queer*: Terme anglès que engloba persones que no s'identifiquen amb els models de gènere binari home-dona (no són heterosexuales o cisgènere).
- *Estereotips de gènere*: Idees preconcebudes, simples, que estan molt arrelades i que determinen les conductes, comportaments i actituds que es pressuposa que han de tenir les persones en funció del seu gènere.

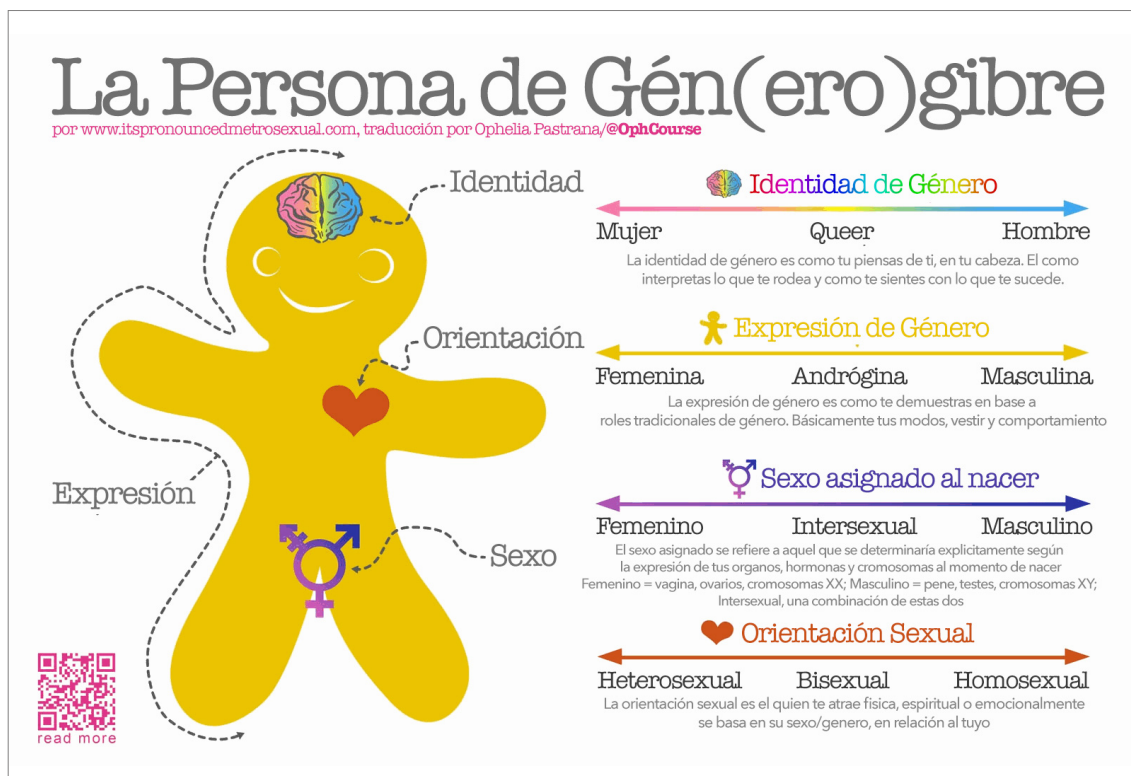
Un home ha de ser:... I no ha de ser:...

Una dona ha de ser:... I no ha de ser:...

- Model tradicional masculí (fort, actiu, ràpid, competitiu, agressiu, independent, valent, gran impuls sexual...).
- Model tradicional femení (tendra, submissa, dependent, poca necessitat sexual, delicada, ha de ser complaent...)
- Rols de gènere: Són el conjunt de tasques i funcions que tradicionalment s'assignen a dones i a homes en una determinada societat i en un moment històric concret.
- *Orientació sexoafectiva*: Terme relacionat amb el desig, fa referència a la persona per qui sent atracció romàntica, emocional, sexual, o totes.
- *Heterosexuales*: Persones que senten atracció cap a persones del sexe/gènere contrari al seu.
- *Homosexuals*: Persones que senten atracció cap a persones del mateix sexe.
- *Bisexuals*: Persones que senten atracció cap a dones i a cap a homes.
- *Pansexuals*: Persones que senten atracció cap a altres persones més enllà del sexe o gènere.

- *Asexuals*: Persones que no senten atracció sexual cap a altres persones, encara que sí que poden sentir-hi una vinculació afectiva.

Hi ha moltes maneres d'identificar-se que van més enllà de les dues identitats rígides dona-home lligades a dos sexes biològicament diferenciats.



Font: Adaptació de *The Genderbread Person*, de Sam Killerman. Recurs disponible a: <https://www.genderbread.org/>

	Sistema binari (normatiu)	En queden exclosos del sistema inclusiu
Sexe	Masclé - Femella	Intersexual
Identitat de gènere	Home - Dona	Gènere no binari Gènere fluid Trans Queer
Expressió de gènere	Masculí - Femení	Androgin/ògina Dona masculina Home femení Expressions no normatives
Orientació sexual	t'agraden les dones - t'agraden els homes	Bisexual Asexual Pansexual

Activitat 3: «Yo tb tq»

- **Temps:** 20 minuts
- **Objectius específics:**
 - Reflexionar sobre com les TIC afecten les nostres relacions.
- **Material i recursos:**

Modalitat presencial	Modalitat en línia
→ Ordinador.	→ Ordinador.
→ Projector.	→ Projector (en aquelles aules que decideixin fer-ho grupal).
	→ Aplicació Teams (vegeu-ne l' Annex 1.4).

- **Metodologia:** Aquesta activitat es durà a terme de manera individual i després es posarà en comú al grup.
- **Desenvolupament de l'activitat:** <https://youtu.be/Zf-YtUuYCDE>
 - *Desenvolupament en la modalitat presencial:*
El curtmetratge es projectarà presencialment a l'aula.
 - *Desenvolupament en la modalitat en línia:*
Compartirem la nostra pantalla de l'ordinador mitjançant l'aplicació Microsoft Teams perquè puguin visualitzar el curtmetratge. L'altra opció és compartir pel xat l'enllaç del curtmetratge.

Després de la visualització, farem un debat sobre com afecten les TIC a les relacions entre les persones i buscarem solucions per resoldre el conflicte generat.

Podem utilitzar la informació següent per a l'explicació:

Què són les TIC (extret de «TIC i JOVES. Reflexions i reptes per al treball educatiu»)

La irrupció de les noves tecnologies de la informació i la comunicació (TIC) és un dels fenòmens que en les darreres dècades ha tingut més impacte en les nostres societats i en la nostra vida. Més enllà de la seva afectació evident al món productiu i laboral, les TIC també s'han convertit en un element cabdal del nostre oci i tenen un rol creixent en l'articulació de les nostres relacions i identitats. Les persones adolescents i joves són les que estan liderant aquest darrer procés.

Les TIC en conjunt formen part del procés identitari de la joventut.

Així, les noves tecnologies presenten riscos i potencialitats en la construcció de la identitat de les persones joves, la seva socialització i el seu desenvolupament en l'entorn de l'educació formal.

Les TIC poden portar grans avantatges a les persones joves i la ciutadania en general, però també se'n deriven aspectes negatius.

Aspectes positius:

- Millora les relacions socials de les persones joves.
- Aporta noves habilitats que poden adquirir de manera activa i que són i seran necessàries en el seu dia a dia personal i laboral: treball en equip, comunicació en xarxa, consecució d'objectius, creativitat, emprenedoria o empoderament.
- L'actitud activa que requereixen les noves eines TIC contribueix a potenciar les capacitats creatives i de resolució de conflictes de les persones joves.
- Augmenta la implicació de les persones joves en la millora de la societat. Augmenta el coneixement col·lectiu i la participació dels joves en processos de millora social.
- Permeten a la joventut adquirir un esperit crític a través de l'accés a la informació, la potenciació del debat i la creació de continguts.

Aspectes negatius:

- Aïllament físic.
- Risc de contacte amb persones desconegudes vinculats al risc del ciberassetjament amb missatges ofensius o espais de grups d'odi (ciberseducció de menors, *grooming*).
- Petjada digital i pèrdua de privacitat de la informació personal publicada en línia (*sèxting*, *sexpreading*).
- Potenciació de la violència de gènere entre les parelles joves (control al mòbil, a les xarxes, la suplantació d'identitat o *phishing*).
- Bretxa digital.
- Sobredosi d'informació.
- Malalties derivades de l'ús addictiu de les TIC (ludopatia, conductes obsessives).

Per tant, hi ha la necessitat de renovar la concepció de l'educació mediàtica. Cal destacar una renovació que porti l'educació mediàtica a centrar-se en l'experiència i l'actitud i no sols en el saber.

Aquests són alguns conceptes que poden ser útils per resoldre dubtes:

- **Sèxting:** És la producció de textos, imatges o vídeos digitals en els quals apareixen persones menors d'edat o persones adultes despullades o semidespullades, amb continguts sexuals i captats per elles mateixes, així com la seva transmissió a altres menors o persones adultes, a través dels mitjans tecnològics com la telefonia mòbil, el correu electrònic o fins i tot les xarxes socials.
- La **voluntarietat** en la implicació de l'enviament d'aquest tipus de continguts s'assumeix que és en les mateixes persones, ja siguin menors o adultes, les que produeixen aquest contingut eroticosexual en les seves diverses manifestacions de forma.
- Parlem de **sexpreading** (pornodifusió no consentida) quan es difon a través d'Internet una fotografia o un vídeo *sense el consentiment de la persona que hi apareix*. Aques-

tes imatges es caracteritzen per ser de caràcter sexual o interpretades com a tal. **NO CONFONGUEM SÈXTING AMB SEXPREADING!**

Amb el sèxting, l'enviament de les imatges es fa de manera consensuada i respectuosa. Nosaltres decidim quan, com i amb qui volem gaudir d'aquesta pràctica.

- **Grooming:** també anomenat *ciberseducció de menors*, és el *ciberassetjament exercit per un adult cap a un menor* amb l'objectiu d'obtenir finalitats sexuals. L'adult cerca establir una relació i control emocional sobre el menor o l'infant i es guanya la seva confiança amb l'objectiu de preparar el terreny per a un possible abús sexual. Per això, aquest tipus de ciberassetjament tendeix a relacionar-se amb la pederàstia, ja que davant la negació del menor d'acceptar el que l'adult li demana, s'utilitzen les imatges per difondre-les.

Els resultats dels estudis de l'Observatorio Vasco de la Juventud (Estébanez y Vázquez, 2013) ressenyen com les xarxes socials faciliten l'atreviment a fer o tenir conductes que no tindrien fora de línia.

Els usos preferents de les xarxes són comunicar-se, fer safareig, quedar amb les amistats, penjar fotos o entretenir-se. Les xarxes són espai prioritari de relació i comunicació amb els iguals.

Activitat 4: «Com et sona?»

- **Temps:** 15 minuts
- **Objectius específics:**
 - Reflexionar sobre el llenguatge utilitzat en les cançons i sobre què transmeten.
 - Prendre consciència del sexisme en les lletres de les cançons.
 - Trencar amb els estereotips de gènere i els continguts sexistes i violents de les lletres.
- Material i recursos:

Modalitat presencial	Modalitat en línia
→ Ordinador.	→ Ordinador.
→ Projector.	→ Projector (en aquelles aules que decideixin fer-ho grupal).
	→ Aplicació Microsoft Teams (vegeu-ne l' Annex 1.4).

- **Metodologia:** Aquesta activitat es durà a terme de manera individual i després es posarà en comú al grup.
- **Desenvolupament de l'activitat:**
 - Visualitzarem el vídeo ¿Cómo te suena? <https://youtu.be/SAwToc1Q0B4>. En la modalitat en línia, podem compartir la nostra pantalla a través de Microsoft Teams o compartir l'enllaç pel xat perquè ho puguin visualitzar. Després de la visualització, farem les preguntes següents: *Què us sembla? Som usuaris d'aquest tipus de música? Només és música o creieu que transmet més coses?*

3r d'ESO - EDUCACIÓ AFECTIVA I SEXUAL (14-15 anys)

Quan parlem d'educació afectiva i sexual, hem d'anar més enllà dels conceptes lligats a l'anatomia i fisiologia sexual i entrar en la dimensió afectiva, emocional i relacional. Amb aquesta mirada àmplia del concepte, entendrem que l'educació afectiva i sexual preveu el treball d'aspectes lligats al coneixement del cos des del punt de vista físic i psicològic, la gestió d'emocions i sentiments i les relacions interpersonals i de gènere.

Es treballa amb material didàctic audiovisual i comptant amb la intervenció de les professionals de l'ASSIR mitjançant l'aplicació Microsoft Teams en la modalitat en línia i amb la intervenció directa de les professionals de l'ASSIR en la modalitat presencial. S'ofereixen dos tallers d'una hora de durada o un taller de dues hores segons la demanda.

1/ Continguts, objectius

Eix: Sexualitat i relacions afectives

Objectius específics:

- Treballar el concepte i les dimensions de la sexualitat.
- Enfortir la capacitat de dir *no* i de fer front a la pressió per tenir relacions coitals si no es volen tenir. Fomentar relacions afectives i sexuals des del respecte i el consentiment de totes les parts.
- Reflexionar sobre la responsabilitat que cadascun de nosaltres té en la seva sexualitat.
- Parlar dels diferents prejudicis i estereotips que marquen la nostra sexualitat.
- Reflexionar sobre el que ens aporta la pornografia.
- Desmitificar l'amor romàntic i de dependència. Millorar les relacions interpersonals per evitar comportaments tòxics.
- Potenciar valors en els quals la relació entre les persones estigui basada en la igualtat, el respecte i la responsabilitat.
- Conèixer la importància d'utilitzar les xarxes socials, de manera segura i respectuosa.
- Relacions i les TIC.

Eix: Gènere i diversitat

- Reflexionar sobre com el gènere determina la nostra forma de pensar, expressar i sentir la sexualitat. Reconèixer el dret de totes les persones a viure la sexualitat com desitgen. Afavorir la no discriminació i el reconeixement de totes les estructures familiars. Promoure el reconeixement i la sensibilització de la pluralitat sexual.
- Analitzar i reflexionar al voltant de la influència dels rols sexuals i de gènere, així com del sistema de gènere heteropatriarcal en la nostra societat. Prendre consciència del sexisme al nostre entorn. Trencar amb els estereotips de gènere i els continguts sexistes i violents que consumim diàriament.

Eix: Prevenció i riscos

Conèixer els diferents mètodes anticonceptius, donant més rellevància als més útils en l'etapa adolescent/jove. Afavorir un ús responsable de l'anticoncepció.

2/ Proposta de taller (120 min)

5 minuts	Presentació de «Tallers i joves».	
25 minuts	«El mural de la sexualitat».	Treballar els conceptes i les dimensions de la sexualitat.
25 minuts	«La festa del pèting».	Enfortir la capacitat de dir <i>no</i> i de fer front a la pressió per tenir relacions coitals si no es volen tenir. Fomentar relacions afectives i sexuals des del respecte i el consentiment de totes les parts. Reflexionar sobre la responsabilitat que cadascun de nosaltres té en la seva sexualitat. Parlar dels diferents prejudicis i estereotips que marquen la nostra sexualitat. Desmitificar l'amor romàntic i de dependència. Millorar les relacions interpersonals per evitar comportaments tòxics. Potenciar valors en els quals la relació entre les persones estigui basada en la igualtat, el respecte i la responsabilitat.
15 minuts	«Les xarxes et controlen?».	Descobrir la importància d'utilitzar les xarxes socials, de manera segura i respectuosa. Relacions i les TIC.
20 minuts	«Què ens aporta la pornografia?».	Reflexionar sobre la pornografia en la nostra societat i la influència que té en la sexualitat.
25 minuts	«I jo com em puc protegir?».	Descobrir els diferents mètodes anticonceptius donant més rellevància als més útils en l'etapa adolescent/jove. Afavorir un ús responsable de l'anticoncepció.
5 minuts	Informació sobre «La Tarda Jove». Avaluació i tancament.	

En cas de fer dos tallers d'una hora cadascun, es proposa dividir la proposta en el taller «Reflexionem sobre la sexualitat» (amb les activitats «El mural de la sexualitat» i «La festa del pèting») i el segon taller «L'entorn i la prevenció» (amb les activitats «Les xarxes et controlen», «Què ens aporta la pornografia?» i «I jo com em puc protegir?»)

3/ Activitats

Activitat 1: «El mural de la sexualitat»

- **Temps:** 25 minuts
- **Objectius específics:**
 - Treballar els conceptes i les dimensions de la sexualitat.
- **Contingut:**

Mitjançant la reflexió de diferents paraules proposades, es desenvoluparan conceptes bàsics i essencials sobre la sexualitat i les seves esferes.
- **Material i recursos:**

Modalitat presencial	Modalitat en línia
→ Pissarra.	→ Ordinador.
→ Retoladors o guix.	→ Projector (en aquelles aules que decideixin fer-ho grupal).
→ Paper.	→ Dispositiu mòbil (també es podria fer amb ordinador).
→ Bolígraf.	→ Creació amb l'eina Mentimeter: opció Word Cloud (professionals) (vegeu-ne l' Annex 1.1.1).
	→ Aplicació Teams (professionals) (vegeu-ne l' Annex 1.4).

- **Metodologia (individual, grups):** La metodologia que cal seguir serà individual a la primera part i grupal per al debat posterior.
- **Desenvolupament de l'activitat:**
 1. Es proposa iniciar una pluja d'idees al voltant de la paraula *sexualitat*.

Per tal de facilitar l'inici de l'activitat es poden suggerir paraules per iniciar la reflexió sobre les diferents esferes de la sexualitat:

Què pensem quan parlem de..?

- Sexe
- Gènere
- Reproducció
- Erotisme
- Orientació sexual
- Autoerotisme
- Afecte
- Orgasme
- Identitat de gènere

a. *Desenvolupament en la modalitat presencial:*

La llevadora crearà tres columnes a la pissarra: **biològic, psicològic i social** a partir de les quals es classificaran aquelles paraules que diguin els joves. **En funció de la situació actual es podrà decidir si l'anotació la fa la professional que condueixi la sessió o si bé poden aixecar-se i fer-ho els mateixos alumnes.**

b. *Desenvolupament en la modalitat en línia:*

A través de l'aplicació Microsoft Teams (vegeu-ne l'[Annex 1.4](#)) s'exposa l'inici de l'activitat i, a continuació, la llevadora activa l'opció Word Cloud de l'eina Menti-meter (vegeu-ne l'[Annex 1.1.1](#)) a través de la qual els joves podran escriure aquelles paraules que pensin i que es veuran projectades en un mural digital que es compartirà (vegeu-ne l'[Annex 4](#)). Posteriorment, la llevadora pot projectar una taula en què anirà classificant aquelles paraules en aspectes biològics, psicològics i socials per tal de guiar el debat.

2. Inici del debat i reflexió entorn la sexualitat

És important treballar els diferents aspectes de la sexualitat que sorgeixin i donar cabuda als diferents punts de vista, fent els aclariments necessaris i resolent els dubtes de manera dinàmica, incidint en la interrelació de les tres esferes que es proposen (biologia, psicologia i aspectes socials) i desmitificant el concepte físic que sovint acompanya la sexualitat.

3. Conclusió de l'activitat

A manera de tancament, es proposa projectar la definició de sexualitat que fa l'OMS per tal de reflexionar tot allò que s'haurà debatut sobre aquest concepte i, següentment, projectar el vídeo educatiu [«¿Qué es la diversidad sexual? Explicación fácil»](#) a fi de concloure amb la reflexió sobre la diversitat de gènere.

Concepte de *SEXUALITAT* (OMS, 2006)

«La sexualitat és un aspecte central de l'ésser humà, present durant tota la seva vida. Abraça el sexe, les identitats i els papers de gènere, l'erotisme, el plaer, la intimitat, la reproducció i l'orientació sexual. Es vivencia i s'expressa a través de pensaments, fantasies, desitjos, creences, actituds, valors, conductes, pràctiques, papers i relacions interpersonals. La sexualitat pot incloure totes aquestes dimensions, no obstant això, no totes es vivencien o s'expressen sempre. La sexualitat està influïda per la interacció de factors biològics, psicològics, socials, econòmics, polítics, culturals, ètics, legals, històrics, religiosos i espirituals».

Activitat 2: «La festa del pèting»

- **Temps:** 30 minuts
- **Objectius específics:**
 - Enfortir la capacitat de dir *no* i de fer front a la pressió per tenir relacions coitals si no es volen tenir. Fomentar relacions afectives i sexuals des del respecte i el consentiment de totes les parts.
 - Reflexionar sobre la responsabilitat que cadascun de nosaltres té en la seva sexualitat.
 - Parlar dels diferents prejudicis i estereotips que marquen la nostra sexualitat.
 - Desmitificar l'amor romàntic i de dependència. Millorar les relacions interpersonals per evitar comportaments tòxics. Potenciar valors en els quals la relació entre les persones estigui basada en la igualtat, el respecte i la responsabilitat.
- **Contingut:**
Mitjançant una seqüència de la sèrie *Física o Química* es treballaran diferents aspectes sobre la sexualitat, les relacions afectives i el consentiment.
- **Material i recursos:**

Modalitat presencial	Modalitat en línia
→ Pissarra.	→ Ordinador.
→ Retoladors o guix.	→ Projector (en aquelles aules que decideixin fer-ho grupal).
→ Paper.	→ Dispositiu mòbil (també es podria fer amb ordinador).
→ Bolígraf.	→ Aplicació Microsoft Teams (professionals) (vegeu-ne l' Annex 1.4).
→ Ordinador.	→ Joc Kahoot! (vegeu-ne l' Annex 1.2).
→ Projector.	
→ Dispositiu mòbil .	
→ Joc Kahoot! (vegeu-ne l' Annex 1.2).	

- **Metodologia:** Aquesta activitat es farà en grup. La primera part es durà a terme amb tot el grup i la segona, en grups més reduïts.
- **Desenvolupament de l'activitat:**
 1. En primer lloc, s'exposen 4 frases extretes del vídeo «La fiesta del pèting» de la sèrie *Física o Química* abans de reproduir-ho. Es demana als alumnes que identifiquin si el personatge que diu aquestes frases és noi o noia:
 - «Como te vea así de paradita se va a fijar en otro»
 - «Donde caben dos, caben cuatro»
 - «Ya te decía que hoy mojabas»
 - «Te estás portando de puta madre»
 - «¿Yo te gusto?»

És fàcil identificar qui ha dit què, ja que a la majoria ens han educat en uns rols concrets segons el nostre gènere. D'aquesta manera, podem aprofitar aquest primer espai de debat per parlar dels rols de sexe i gènere i, fins i tot, ensenyar o dibuixar «Les caixes del gènere»:

LES CAIXES DEL GÈNERE

Socialització masculina	Socialització femenina
<ul style="list-style-type: none"> - Forta pressió de grup. - L'expressió de les emocions està penalitzada. - Homofòbia omnipresent. - Obligació de parlar de sexe de manera constant. - Model de masculinitat rígid, autoritari i agressiu. 	<ul style="list-style-type: none"> - L'amor com a eix central. - Tendència a patir complexes per comparació amb el model de bellesa. - Objectes desitjats que no subjectes desitjants. - Indefensió apresada. - Model feminista rígid, dependent i devaluat.

Font: *Les caixes del gènere. Eines per a professionals que treballen amb joves*. Candela. Cooperativa d'acció comunitària i feminista. 2018

També és important conscienciar l'alumnat sobre la quantitat de paraules que hi ha per discriminar o injuriar les persones a causa de la seva orientació sexual i el mal que de vegades poden causar les paraules. I altres paraules que utilitzem de manera adjectiva relacionades amb la sexualitat, com podem veure en les frases proposades a l'inici de l'activitat.

a. *Desenvolupament en la modalitat presencial:*

- En aquesta modalitat, la llevadora pot mostrar les preguntes inicials oralment o mitjançant una presentació amb l'ordinador i el projector a l'aula.
- Les caixes del gènere es poden dibuixar a la pissarra o mostrar la imatge amb l'ordinador i el projector si s'ha fet servir amb el punt anterior.

b. *Desenvolupament en la modalitat en línia:*

- A través de l'aplicació Microsoft Teams (vegeu-ne l'[Annex 1.4](#)) s'exposa l'inici de l'activitat i a continuació amb una presentació PowerPoint, es poden compartir amb l'aplicació les preguntes inicials que cal treballar. Posteriorment, es fa el debat amb tot el grup i es pot participar tant amb el micròfon com a través del xat.

2. Després, es reproduirà la seqüència de «La fiesta del pèting»:

https://www.youtube.com/watch?v=ACy3jF9D6eQ&t=6s&ab_channel=RosaSanchis. A continuació, es presentaran les preguntes següents per analitzar i reflexionar sobre la seqüència que s'ha visualitzat:

→ **La Paula decideix en tot moment el que vol fer? SÍ/NO**

Punts/idees que cal analitzar i treballar:

- Ella decideix tot el que fa? (Anar a la festa, enrotllar-se amb ell, prendre la pastilla, ballar amb l'amiga per provocar el noi, marxar a l'habitació amb el noi)
- Què passa quan arriben a l'habitació i es tanca la porta? Ella continua decidint? Ella vol fer allò?

→ **Creieu que en Cabano és conscient que ella no li vol fer una fel·lació? SÍ/NO**

Punts/idees que cal analitzar i treballar:

- Ell ho vivia com una agressió sexual? Treballar que no cal explícitament dir *no*.

→ **El noi la pressiona per fer-li una fel·lació? SÍ/NO**

Punts/idees que cal analitzar i treballar:

- Com la pressiona? Quines frases o comentaris fa servir? («Lo has empezado tú», «Qué bien te estás portando»).
- Analitzar també la frase «Has empezado tú». Sembla que hi ha una obligació d'acabar la relació sexual si la noia inicialment ho havia consentit. Ell, en canvi, ha deixat dues noies a la festa per anar amb la Paula i no ha passat res.

→ **Per què pensem que ella accedeix a fer la fel·lació?**

- Perquè pensa que està menys mal fet si hi ha amor.
- Perquè té ganes de fer-ho.
- Perquè ell l'amenaça.

Punts/idees que cal analitzar i treballar:

- Parlar de la pressió social a fer coses que realment no volem pel que diran o per quedar malament amb algú i oblidar el que realment volem fer nosaltres.

→ **El que veiem a la seqüència parla de la sexualitat? SÍ/NO**

Punts/idees que cal analitzar i treballar:

- Parlar de violència sexual, no de sexualitat. Es podria explicar que el 80 % de les violències sexuals passen amb persones conegudes.

a. *Desenvolupament en la modalitat presencial:*

- Es visualitzarà el vídeo mitjançant l'ordinador i el projector a l'aula.
- Posteriorment, les preguntes es poden plantejar en format Kahoot! (vegeu-ne l'[Annex 1.2](#)) (Els alumnes han de disposar d'ordinador o tauleta independent o ús de mòbil per respondre). Les preguntes també es visualitzaran amb el projector.
- En cas de no disposar de dispositius mòbils, es poden mostrar les preguntes amb el projector (presentació amb PowerPoint, PDF, Word...) o exposar-les oralment.

→ Es podrien fer grups reduïts per contestar i analitzar les preguntes, fins i tot separant nois i noies per veure les diferents perspectives de la seqüència.

b. *Desenvolupament en la modalitat en línia:*

→ A través de l'aplicació Microsoft Teams es compartirà el vídeo amb tots els alumnes connectats.

→ Posteriorment, les preguntes es poden plantejar en format Kahoot! (vegeu-ne l'[Annex 1.2](#)).

Activitat 3: «Les xarxes et controlen?»

- **Temps:** 20 minuts
- **Objectius específics:**
 - Conèixer la importància d'utilitzar les xarxes socials, de manera segura i respectuosa.
 - Relacions i les TIC.
- **Contingut:**

Es proposa treballar, mitjançant el visionat de diferents opcions de curtmetratges, les relacions afectives a través de les xarxes socials i l'ús responsable o no que en fem.
- **Material i recursos:**

Modalitat presencial	Modalitat en línia
→ Ordinador a l'aula.	→ Ordinador .
→ Projector.	→ Projector (en aquelles aules que decideixin fer-ho grupal).
→ Curtmetratges.	→ Aplicació Microsoft Teams (professionals) (vegeu-ne l' Annex 1.4).
	→ Curtmetratges.

Proposta de curtmetratges:

→ Doble Check: https://youtu.be/8tmB-wF_l3c

→ Doble Check Azul: <https://youtu.be/OhfvBOjsQgc>

- **Metodologia (individual, grups):** Individual o per grups.
- **Desenvolupament de l'activitat:**

En el desenvolupament d'aquesta activitat no hi ha diferències substancials d'organització en la modalitat presencial o en línia, tot i ser en entorns diferents.

 1. Visionat del curtmetratge escollit. En la modalitat en línia, es pot compartir la nostra pantalla perquè visualitzin els curtmetratges o compartir-ne via xat l'enllaç.
 2. Més tard, debat sobre el control i les xarxes socials en les relacions.

Preguntes guia per al debat:

- Penseu que ha canviat la manera com ens relacionem a les xarxes socials?
- Com classificaríeu el comportament del noi (vídeo 1) o de la noia (vídeo 2)? Heu viscut alguna situació semblant?
- Penseu que les xarxes socials potencien el control de la parella?
- El sentit de propietat i la gelosia són realment un signe d'amor?

També és important fer referència al vocabulari que hi ha relacionat al sexe i les pantalles i introduir els diferents conceptes al debat: *sèxting*, *grooming*.

Activitat 4: «Què ens aporta la pornografia?»

- **Temps:** 20 minuts
- **Objectiu específic:**
 - Reflexionar sobre la pornografia en la nostra societat i la influència que té en la sexualitat.
- **Contingut:**

Es proposa el visionat de diferents imatges d'origen publicitari i pornogràfic per triar a través d'un qüestionari si pertanyen a un àmbit o un altre.

Es tracta de debatre quines diferències s'observen i, a partir d'aquest fet, reflexionar sobre el que ens transmet la pornografia, com condiciona la nostra vivència de la sexualitat i com ens limita en les nostres relacions.
- **Material i recursos:**

Modalitat presencial	Modalitat en línia
→ Ordinador a l'aula.	→ Ordinador .
→ Projector.	→ Projector (en aquelles aules que decideixin fer-ho grupal).
→ Imatges (vegeu-ne l' Annex 5).	→ Aplicació Microsoft Teams (professionals) (vegeu-ne l' Annex 1.4).
→ Kahoot! o PowerPoint si es vol.	→ Imatges (vegeu-ne l' Annex 5).

- **Metodologia:** Grupal.
- **Desenvolupament de l'activitat:**

En el desenvolupament d'aquesta activitat no hi ha diferències substancials d'organització en la modalitat presencial o en línia, tot i ser en entorns diferents.

1. Cal plantejar la pregunta al grup: *Què és la pornografia?*. Recollir les diferents respostes i paraules clau: anotar en pissarra o en format digital projectat per a la reflexió posterior.

2. Posteriorment es visualitzen diferents imatges en què es demana als alumnes que diguin si consideren que són imatges de publicitat o de pornografia. Aquesta activitat es pot fer amb eines tipus *Kahoot!* o en projecció amb *PowerPoint*.
3. Posteriorment a cada imatge, cal donar la resposta correcta i obrir el debat sobre quins aspectes ens han fet decidir i quina implicació tenen.
4. S'ha de cloure amb l'estadística sobre la pornografia i les conseqüències que té: [Informe Save the Children \(09/2020\)](#).

«L'estudi també revela que el 54,1 % dels adolescents, majoritàriament nois, pensa que la pornografia dona idees per a les seves pròpies experiències sexuals i al 54,9% li agradaria posar en pràctica el que ha vist. El 47,4 % dels adolescents que ha vist contingut pornogràfic ha portat alguna escena a la pràctica. En relació amb aquest darrer punt, Save The Children considera especialment preocupant que, quan intenten imitar el que ven, no sempre sol·liciten el consentiment previ a la seva parella. El 12,2% dels nois ho ha fet sense el consentiment explícit de la parella i sense que a aquesta li hagi semblat bé, davant del 6,3 % de les noies.»

Aspectes rellevants per al debat:

- Explicar quin objectiu té la pornografia. L'excitació no és real. Les situacions són exagerades per tal de produir l'excitació.
- Pot generar frustració en la realitat.
- Conseqüències, coses que han canviat arran de la pornografia: l'excés del culte al cos en els homes i les dones, la potenciació d'un model cisheteropatriarcal i l'ús del cos o cosificació de la dona en aquest medi.
- Tipus de relacions que fomenta la pornografia.
- En la pornografia no hi ha intent d'educació, sinó de diners.
- ...

Activitat 5. «I jo, com em puc protegir?»

- **Temps:** 25 minuts
- **Objectiu específic:**
 - Conèixer els diferents mètodes anticonceptius i donar més rellevància als més útils en l'etapa adolescent/jove. Afavorir un ús responsable de l'anticoncepció.
- **Contingut:**

A través d'un qüestionari sobre l'anticoncepció i la prevenció simulant el joc del *Pasa-palabra*, es proposa un joc de coneixements per tal d'introduir els diferents mètodes que hi ha i resoldre els diferents dubtes que en sorgeixin per afavorir un ús responsable de l'anticoncepció.

- **Material i recursos:**

Modalitat presencial	Modalitat en línia
→ Ordinador a l'aula.	→ Ordinador .
→ Projector.	→ Projector (en aquelles aules que decideixin fer-ho grupal).
→ Creació del qüestionari de paraules.	→ Aplicació Microsoft Teams (professionals) (vegeu-ne l' Annex 1.4).
→ Caixa d'anticoncepció i mètodes barrera.	→ Creació del qüestionari de paraules. → Caixa d'anticoncepció i mètodes barrera.

Creació del qüestionari de coneixements amb l'eina *Educaplay* (vegeu-ne l'[Annex 1.3.1](#)): *Pasapalabra*: <https://es.educaplay.com/recursos-educativos/3414701-pasapalabra.html>

- **Metodologia (individual, grups)**

Individual i grupal.

- **Desenvolupament de l'activitat:**

1. Presentació de la dinàmica del joc a través de les lletres que conformen la inicial de la paraula o la contenen.

2. Presentació de cada lletra aleatòria per a diferents alumnes. Després de resoldre la paraula, es dona espai per al debat, l'explicació i la resolució de dubtes de cadascuna:

- És important explicar quines ITS *hi poden haver o per quines vies es poden transmetre*.
- Cal explicar i ensenyar el mètode de la caixa. Els alumnes el poden manipular havent-ne fet prèviament la desinfecció en cas de ser presencial.
- Cal fer èmfasi en els mètodes de barrera per qualsevol tipus de sexe i relació.

a. *Desenvolupament en la modalitat presencial:*

En la modalitat presencial es poden proposar petits grups de treball (3 alumnes) per tal de donar resposta a la paraula. La caixa de mètodes es pot ensenyar als alumnes de manera presencial i mostrar les diferents opcions que hi ha.

Així doncs, la dinamitzadora del grup llegirà la lletra amb la definició de la paraula que cal encertar a un grup. Si l'encerta, es llegirà la definició següent. Si es falla o no se sap, es passarà al grup següent i es continuarà amb la lletra següent. Després de cada paraula encertada, es donaran les explicacions necessàries i es podrà ensenyar la caixa de mètodes als alumnes per tal de mostrar les diferents opcions que hi ha.

b. *Desenvolupament en la modalitat en línia:*

En la modalitat en línia, en cas de fer-se des del domicili la resposta ha de ser individual a través del xat de l'aplicació MicrosoftTeams o a través del micròfon.

Si l'alumnat es troba a l'aula es pot donar resposta a les paraules també de manera individual o formant petits grups entre ells, igual que en la modalitat presencial, i contestant o bé a través del xat de l'aplicació Microsoft Teams o a través del micròfon.

De la mateixa manera que en format presencial, la dinamitzadora del grup llegeix la lletra amb la definició de la paraula que cal encertar a un alumne o grup. Si aquest l'encerta, es llegeix la definició següent. Si es falla o no se sap, es passa el torn a l'alumne o grup següent. Després de cada paraula encertada, es donen les explicacions necessàries i es pot mostrar la caixa de mètodes per mitjà de la pantalla o compartint la imatge a través de l'aplicació Teams.

Proposta de paraules possibles per introduir	
A	<i>Anell vaginal.</i> Mètode anticonceptiu que es col·loca a la vagina i és mensual.
B	<i>Banda per sexe oral.</i> Mètode que s'utilitza per evitar el risc d'Infeccions de Transmissió Sexual (ITS) durant el sexe oral a una noia.
C	<i>Consulta jove.</i> A on cal adreçar-se per parlar sobre mètodes anticonceptius i aspectes relacionats amb la sexualitat.
D	<i>DIU.</i> Mètode anticonceptiu de llarga durada que pot tenir o no hormones i, per tant, modificar o no la menstruació.
E	Conté la <i>E. Pastilla d'emergència.</i> Què cal prendre si durant una relació sexual (RS) amb penetració es trenca el preservatiu, no s'utilitza o es queda a dins la vagina?
F	Conté la <i>F. Diafragma.</i> Mètode anticonceptiu no hormonal que utilitza crema espermicida.
G	Conté la <i>G. Pegats.</i> Mètode anticonceptiu hormonal i setmanal que s'enganxa a la pell.
H	Conté la <i>H. Chlamydia.</i> ITS de les més freqüents en població jove que es pot transmetre per qualsevol via sexual i que sovint és asimptomàtica.
I	<i>Implant.</i> Mètode anticonceptiu que dura 3 anys i que modifica el cicle menstrual.
J	Conté la <i>J. Injectable.</i> Mètode anticonceptiu trimestral que modifica el cicle menstrual. (Es pot aprofitar per explicar com els mètodes hormonal modifiquen els patrons de sagnat i que en molt sovint poden produir amenorrea.)
K	<i>Kg - Quilograms.</i> Hi ha la creença que les píndoles te'n poden fer guanyar algun, però això no és cert. Tot i que sí que poden augmentar una mica la retenció de líquids.
L	<i>Lligadura de trompes.</i> Mètode anticonceptiu irreversible en el cas de les dones.
M	<i>Masturbació.</i> Pràctica sexual que no té risc d'embaràs ni ITS.

N	Conté la <i>N. Gonorrea</i> . Tipus d'ITS freqüent en el nostre medi i que podem prevenir amb l'ús del mètode barrera.
O	Conté la <i>O. Sexe oral</i> . Pràctica sexual que té risc d'ITS.
P	<i>Preservatiu</i> . Únic mètode anticonceptiu que, a més a més, prevé contra les ITS. (explicar que també n'hi ha de femení)
Q	Conté la <i>Q. Mètodes quirúrgics</i> . Lligadura tubàrica o de trompes i vasectomia són mètodes.
R	<i>Rectal</i> . Tipus de via sexual. En el sexe rectal es veu incrementat el risc d'infecció ja que la mucosa rectal és més prima.
S	<i>Simptomèrmic</i> . Mètode que ajuda a conèixer els dies que la dona té més possibilitat d'embaràs mesurant la temperatura basal, el moc cervical i la posició del cèrvix. (Potser és una mica difícil).
T	Conté la <i>T. Coitus interruptus</i> . Pràctica sexual que utilitzen algunes persones pensant que no té risc d'embaràs (cal explicar líquid preseminal, etc).
U	<i>Úter</i> . Òrgan femení on es posa el DIU.
V	<i>Vasectomia</i> . Mètode anticonceptiu irreversible en els homes.
W	Excepció de lletra.
X	Conté la <i>X. Sexe anal</i> . Pràctica sexual amb més risc de transmissió d'infeccions de transmissió sexual.
Y	Excepció de lletra.
Z	<i>Zona erògena</i> . Qualsevol àrea del cos que pot produir plaer.

3. Tancament del qüestionari amb el rànquing de respostes correctes.

4t d'ESO - EDUCACIÓ AFECTIVA I SEXUAL (15-16 anys)

La sexualitat és una de les formes d'expressió de les persones i per tant s'ha de poder exercir de la manera més lliure i saludable possible, i prevenir aspectes negatius, com ara els embarassos no desitjats i la transmissió de malalties, ara les relacions abusives i tòxiques, entre els joves del nostre entorn.

En aquest apartat duem a terme un treball a les aules amb dos tallers sobre educació afectiva i sexual.

Es treballa amb material didàctic audiovisual i la intervenció de les professionals de l'ASSIR mitjançant l'aplicació Microsoft Teams en la modalitat en línia i amb la intervenció directa de les professionals de l'ASSIR en la modalitat presencial. S'ofereixen dos tallers d'una hora de durada o un taller de dues hores segons la demanda.

1/ Continguts, objectius

Eix: Sexualitat i relacions afectives

- Descobrir els 12 drets de la salut sexual i reproductiva.
- Enfortir la capacitat de dir *no* i de fer front a la pressió per tenir relacions coitals si no es volen tenir. Fomentar relacions afectives i sexuals des del respecte i el consentiment de totes les parts.
- Analitzar els valors associats a la masculinitat. Conèixer què són el masclisme i els micromasclismes. Identificar quin impacte tenen a la nostra vida quotidiana. Conèixer els mecanismes d'interiorització i assimilació d'aquestes pautes desiguals. Afavorir les relacions igualitàries entre els joves. Reflexionar sobre l'impacte d'altres masculinitats a la societat.
- Descriure la situació actual de violència de gènere en joves i les dificultats per fer un bon abordatge, tant social, educatiu, polític, sanitari i comunitari.

Eix: Prevenció i riscos

- Proporcionar informació sobre les infeccions de transmissió sexual.
- Augmentar la percepció de vulnerabilitat davant la transmissió de les ITS i millorar els coneixements dels joves en aquest tema.
- Potenciar una actitud reflexiva y responsable enfront d'un possible embaràs no desitjat a l'adolescència.
- Conscienciar sobre la importància de l'ús de les mesures preventives per evitar una ITS o un embaràs no desitjat.
- Identificar i reconèixer les violències sexuals: tipus i intensitats que es donen als espais d'oci nocturn.

2/Proposta de taller (120 min)

A causa de les característiques de les activitats, es proposen dos tallers en funció de si es fan de manera presencial o en línia.

PRESENCIAL

10 minuts	Presentació del «Taller i Joves».	
15 minuts	Activitat 1: «Quins drets sexuals i reproductius tinc?»	Descobrir els 12 drets de la salut sexual i reproductiva. Reflexionar i explicar el dret a la interrupció voluntària de l'embaràs (IVE).
25 minuts	Activitat 2: «L'Aina es queda embarassada»*	Potenciar una actitud reflexiva i responsable enfront d'un possible embaràs no desitjat a l'adolescència.
30 minuts	Activitat 3: «Dir <i>no</i> a la pressió de grup»*	Enfortir la capacitat de dir <i>no</i> i de fer front a la pressió per tenir relacions coitals si no es volen tenir. Fomentar relacions afectives i sexuals des del respecte i el consentiment de totes les parts.
20 minuts	Activitat 4: «Imatges que parlen per si mateixes».	Analitzar els valors associats a la masculinitat. Saber què són el masclisme i els micromasclismes. Identificar quin impacte tenen a la nostra vida quotidiana. Conèixer els mecanismes d'interiorització i assimilació d'aquestes pautes desiguals. Afavorir les relacions igualitàries entre els joves. Reflexionar sobre l'impacte d'altres masculinitats a la societat.
15 minuts	Activitat 5: «El sexisme també surt de festa». Parlar de violències visibles i invisibles (iceberg).	Identificar i reconèixer les violències sexuals: tipus i intensitats que es donen als espais d'oci nocturn.
5 minuts	Informació sobre «La Tarda Jove», avaluació i tancament.	

* Activitat només disponible en la modalitat presencial.

En el cas de fer 2 tallers d'una hora, es proposa fer en un primer taller les activitats «Quins drets sexuals i reproductius tinc?», «L'Aina es queda embarassada» i «El sexisme també surt de festa», i, en un segon taller, les activitats «Dir *no* a la pressió de grup» i «Imatges que parlen per si mateixes».

EN LÍNIA

10 minuts	Presentació del «Taller i joves».	
15 minuts	Activitat 1: «Quins drets sexuals i reproductius tinc?».	<p>Descobrir els 12 drets de la salut sexual i reproductiva.</p> <p>Reflexionar i explicar el dret a la IVE.</p>
20 minuts	Activitat 2.0: «Prendre la decisió de continuar amb l'embaràs».*	Potenciar una actitud reflexiva i responsable enfront d'un possible embaràs no desitjat en l'adolescència.
50 minuts	Activitat 3.0: «Parlant de l'excitació».*	
	<p>Situació 1 (15 min): Tot i que parla del tema de frases de pressió, ho deixem per abordar-ho a la situació 3 i aquí s'introdueix el tema de micromasclismes (manipulació, coacció «es que no confías en mi»).</p>	<p>Descriure la situació actual de violència de gènere en joves i les dificultats per fer-ne un bon abordatge, tant social, educatiu, polític, sanitari i comunitari.</p> <p>Analitzar els valors associats a la masculinitat. Descobrir què són el masclisme i els micromasclismes. Identificar quin impacte tenen a la nostra vida quotidiana. Descobrir els mecanismes d'interiorització i assimilació d'aquestes pautes desiguals. Afavorir les relacions igualitàries entre els joves. Reflexionar sobre l'impacte d'altres masculinitats a la societat.</p>
	<p>Situació 2 (15 min): Després de l'activitat, cal ensenyar el vídeo «L'epidèmia de clamídia» de <i>Sex Education</i>.</p>	<p>Proporcionar informació sobre les infeccions de transmissió sexual. Facilitar informació científica i objectiva sobre l'adquisició d'Infeccions de Transmissió Sexual (ITS). Augmentar la percepció de vulnerabilitat davant la transmissió d'una ITS. Augmentar el coneixement de la gravetat d'algunes ITS. Conscienciar sobre la importància de l'ús de les mesures preventives.</p>

	<p>Situació 3 (10 minuts): Parlar de frases de pressió, la definició. Què podem fer, si malgrat les negatives, et continuen pressionant? Decidir quines són les actuacions més bones davant de les pressions de la parella:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Dir <i>no</i> reiteradament. - Donar les raons per les quals es diu que no. - Explicar com et fa sentir la pressió contínua. - Anar-se'n per evitar discutir sobre l'assumpte. 	<p>Enfortir la capacitat de dir <i>no</i> i de fer front a la pressió per tenir relacions coitals si no es volen tenir. Fomentar relacions afectives i sexuals des del respecte i el consentiment de totes les parts.</p>
	<p>Situació 4 (10 minuts)</p>	<p>Enfortir la capacitat de dir <i>no</i> i de fer front a la pressió per tenir relacions coitals si no es volen tenir. Fomentar relacions afectives i sexuals des del respecte i el consentiment de totes les parts.</p>
15 minuts	<p>Activitat 4: «El sexisme també surt de festa». Parlar de violències visibles i invisibles (iceberg).</p>	<p>Identificar i reconèixer les violències sexuals: tipus i intensitats que es donen als espais d'oci nocturn.</p>
5 minuts	<p>Informar sobre «La Tarda Jove», avaluació i tancament.</p>	

* Activitat només disponible en la modalitat en línia.

En el cas de fer dos tallers d'una hora, es proposa dur a terme en un primer taller les activitats «Quins drets sexuals tinc?», «Prendre la decisió de seguir amb l'embaràs» i «El sexisme també surt de festa», i en un segon taller l'activitat «Parlant de l'excitació».

3/ Activitats

Activitat 1: «Quins drets sexuals i reproductius tinc?»

- **Temps:** 15 minuts
- **Objectius específics:**
 - Descobrir els drets sexuals i reproductius que tenim.
 - Reflexionar sobre la importància de respectar-los.
- **Contingut:**
Mitjançant unes preguntes, es reflexionarà sobre els drets sexuals i reproductius que tenim i si altres països tenen els mateixos.

- **Material i recursos:**

Modalitat presencial	Modalitat en línia
→ Pissarra.	→ Ordinador amb connexió a Internet.
→ Diapositiva amb els 12 drets sexuals i reproductius (vegeu-ne l' Annex 6).	→ Diapositiva amb els 12 drets sexuals i reproductius (vegeu-ne l' Annex 6).
	→ Aplicació Microsoft Teams (vegeu-ne l' Annex 1.4).

- **Metodologia:** La metodologia serà individual.

- **Desenvolupament de l'activitat:**

a. *Desenvolupament en la modalitat presencial:*

Es farà les preguntes següents a tota la classe:

- Quins drets sexuals i reproductius creieu que tenim? Quins drets us agradaria tenir?
S'aniran apuntant a la pissarra les respostes dels alumnes.

Posteriorment, es farà una petita explicació amb la diapositiva «12 drets sexuals i reproductius» dels drets que tenim. Per acabar l'activitat, es farà la pregunta:

- Penseu que es respecten tots al nostre país? Penses que s'han de posar límits?
En altres països penseu que es respecten de la mateixa manera?

Es parlarà sobre els límits i s'hi reflexionarà. Podem fer servir alguns exemples per conduir el debat: Si jo tinc dret al plaer, això no implica que hagi de vulnerar els drets de l'altra persona. Tenir dret a fer ús d'anticonceptius no implica que qui no vulgui fer-los servir ho hagi de fer. De la mateixa manera, tenir dret a l'avortament no implica que qui no vulgui ho hagi de fer.

b. *Desenvolupament en la modalitat en línia:*

Mitjançant el programa Mentimeter amb l'opció «Open Ended» ([Annex 1.1.2](#)) es faran les preguntes següents:

- Quins drets sexuals i reproductius penseu que tenim? Quins drets us agradaria tenir?

Un cop posades en comú les respostes es farà una petita explicació amb la diapositiva «12 drets sexuals i reproductius» dels drets que tenim. Per acabar l'activitat, es farà la pregunta:

- Penseu que es respecten tots al nostre país? Penseu que s'han de posar límits?
En altres països penseu que es respecten de la mateixa manera?

Es parlarà sobre els límits i s'hi reflexionarà. Podem fer servir alguns exemples per conduir el debat: Si jo tinc dret al plaer, això no implica que hagi de vulnerar els drets de l'altra persona. Tenir dret a fer ús d'anticonceptius no implica que qui no vulgui fer-los servir ho hagi de fer. De la mateixa manera, tenir dret a l'avortament no implica que qui no vulgui ho hagi de fer.

Activitat 2: «L'Aina es queda embarassada»

MODALITAT PRESENCIAL

- **Temps:** 25 minuts
- **Objectius específics:**
 - Fer reflexionar els alumnes sobre la situació d'un embaràs no desitjat.
 - Conèixer els recursos i circuits disponibles davant d'un embaràs no desitjat.
- **Contingut:**

A través d'un joc de *rol play* es reflexiona sobre una situació d'embaràs no desitjat.
- **Material i recursos:**
 - Fitxes de l'[Annex 7](#).
- **Metodologia (individual, grups)**

Joc de rol sobre l'embaràs en una noia de setze anys amb un debat posterior i intercanvi d'opinions. S'hauran de dividir en 6 grups homogenis i se'ls assignarà un personatge.

Els personatges són els següents:

 - L'Aina, de 16 anys que està embarassada.
 - En David, de 17 anys, amic i pare del fill.
 - L'Eduard, de 17 anys, millor amic d'en David.
 - La Sònia, de 16 anys, millor amiga de l'Aina.
 - Els pares de l'Aina, de 45 i 47 anys.
 - Els pares d'en David, de 48 i 50 anys.
 - L'Albert, professor i tutor de l'Aina.
- **Desenvolupament de l'activitat:**

Un cop fets els grups de 6, se'ls ha d'assignar un personatge lliurant-los una fitxa amb el perfil del personatge que representaran. No coneixeran quin personatge faran els altres companys del grup.

Han de decidir què poden aconsellar a l'Aina, que està embarassada amb 16 anys. Es va fer un test d'embaràs que va sortir positiu i ara ha de decidir si tenir-lo o no. L'Aina ha d'argumentar la seva decisió i la resta han de pensar quins consells li donaran i quina posició prendran sobre aquesta situació (2-3 consells). Tenen 15 minuts per donar els arguments. Un cop acabat el temps, cada alumne ha de presentar el seu personatge llegint la fitxa, i expressar i reflexionar sobre els 3 arguments.

La llevadora podrà demanar què penses fer i quins arguments tenen per ajudar a la participació dels alumnes. Per exemple, pot començar preguntant a l'Aina per què ha pres aquesta decisió i com se sent. Després pot adreçar-se a en David i preguntar-li què pensa que hauria de fer l'Aina i com se sent ell.

Es poden fer preguntes per dinamitzar i ajudar a expressar els sentiments:

- Aina, com t'has sentit quan has escoltat el que ha dit en David?
- David, com et senties tu?
- Com us sentiu, pares de l'Aina i d'en David?
- Aina, qui sents que t'ha donat suport i qui no?

Després del joc, es plantejaran als alumnes les preguntes següents:

- Com podem saber si estem embarassades?
- Com penseu que canviaria la vostra vida si tinguéssiu un fill?
- Com penseu que reaccionaria la vostra família?
- Penseu que afectaria el vostre futur? Com?
- Sentiu que esteu preparats per tenir un fill?
- En cas d'avortament, creieu que té riscos?
- Penseu que en algun moment us podria passar? Com creieu que es pot evitar?

Es pot acabar fent una petita explicació de 5 minuts sobre l'embaràs no desitjat i l'afectació a la vida, i especialment, sobre com es pot evitar i la responsabilitat de cadascú.

Activitat 2.0: «Prendre la decisió de seguir amb l'embaràs»

MODALIDAT EN LÍNIA

- **Temps:** 20 minuts.
- **Objectius específics:**
 - Fer reflexionar els alumnes sobre la situació d'un embaràs no desitjat.
 - Descobrir els recursos i circuits disponibles davant d'un embaràs no desitjat.
- **Contingut:** A través de la visualització d'un vídeo amb diversos joves que han sigut pares, es reflexionarà sobre les conseqüències d'un embaràs no desitjat.
- **Material i recursos:**
 - Ordinador amb connexió a Internet
- **Metodologia:**
- **Desenvolupament de l'activitat:** S'haurà de visualitzar un vídeo: *Prendre la decisió de continuar amb l'embaràs* (Youtube): <https://youtu.be/IIH2UX20ruE>.

Preguntes posteriors:

- Com podem saber si estem embarassades?
- Com penseu que canviaria la vostra vida si tinguéssiu un fill?
- Com penseu que reaccionaria la vostra família?
- Penseu que afectaria el vostre futur? Com?

- Sentiu que esteu preparats per tenir un fill?
- En cas d'avortament, penseu que té riscos?
- Penseu que en algun moment us podria passar? Com creieu que es pot evitar?

Es pot acabar fent una petita explicació de 5 minuts sobre l'embaràs no desitjat i l'afectació a la vida, i, especialment, sobre com es pot evitar i la responsabilitat de cadascú.

Activitat 3: «Dir no a la pressió de grup»

MODALITAT PRESENCIAL

- **Temps:** 30 minuts
- **Objectius específics:**
 - Ajudar als adolescents a practicar diferents maneres per dir *no* a les pressions per tenir relacions sexuals si no és això el que volen.
 - Oferir estratègies per comunicar els desitjos i els límits.
 - Tractar els riscos de les relacions no consentides.
 - Fomentar relacions afectives i sexuals des del respecte i el consentiment de totes les parts.
 - Proporcionar informació sobre les infeccions de transmissió sexual.
- **Contingut:**

Amb un joc on dues persones faran de jutges, es dividirà el grup i hauran de buscar una resposta en un seguit de frases de pressions. Els jutges valoraran la resposta més original obtenint un punt. El grup que més punts aconsegueixi guanyarà.
- **Material i recursos:**
 - Fitxes amb frases de l'[Annex 8](#) (se'n poden escollir algunes segons la disponibilitat que tinguem de temps).
- **Metodologia:**

Es faran 3 grups a classe, un a cada cantó de l'aula, i formaran els equips. Dues persones voluntàries seran els jutges.
- **Desenvolupament de l'activitat:**

Demanarem dues persones voluntàries per fer de jutges del joc i dividirem la resta de la classe en tres grups que se situaran a cada cantó de l'aula. El joc consisteix en un concurs per veure quin grup dona les respostes més bones a les frases dels nois o les noies per fer pressió a l'hora de tenir relacions sexuals.

La llevadora llegirà la frase en veu alta i els equips s'hauran de reunir i formular una resposta. El primer grup que tingui la resposta aixecarà la mà per demanar paraula i donaran les respostes. Els jutges, juntament amb la llevadora, decidiran quina és la resposta més bona i obtindran un punt. Guanya l'equip que tingui més punts.

Per acabar, es farà un debat per aclarir els punts següents:

- Definició del que és una frase de pressió (quan algú, mitjançant amenaces, mentides o humiliacions, utilitza frases per pressionar a l'hora de tenir relacions sexuals quan no es volen).
- Què podem fer si, malgrat les negatives, et continuen pressionant? Decidir quines són les actuacions més bones davant de les pressions de la parella:
 - Dir *no* reiteradament.
 - Donar les raons per les quals es diu que no.
 - Explicar com et fa sentir la pressió contínua.
 - Anar-se'n per evitar discutir sobre l'assumpte.
- Parlar sobre si aquestes frases de pressió són més comunes en noies o nois.
- Reflexionar i oferir estratègies per comunicar els desitjos i els límits.
- Aprofitar per recordar els mites sobre l'ús del preservatiu, pràctiques de risc i ITS.

Activitat 3.0: «Parlant de l'excitació: estratègies de negociació per a sexualitats més plaents»

MODALITAT EN LÍNIA

- **Temps:** 40 minuts
- **Objectius específics:**
 - Reflexionar sobre la importància de la negociació i la comunicació.
 - Posar el plaer i el benestar com a bases de la cura de la salut sexual.
 - Oferir estratègies per comunicar els desitjos i els límits.
 - Reflexionar sobre com afecten els mandats de gènere a les nostres sexualitats.
 - Fomentar relacions afectives i sexuals des del respecte i el consentiment de totes les parts.
 - Proporcionar informació sobre les infeccions de transmissió sexual.
- **Contingut:**

Mitjançant la visualització d'un vídeo, es veuran una sèrie de situacions i es reflexionarà sobre la importància del consentiment, la comunicació i la negociació durant la relació sexual, la pressió i com posar límits, el respecte i els desitjos, i el risc d'ITS, sense perdre de vista l'objectiu del plaer.
- **Material i recursos:**
 - És necessari que cada alumne disposi d'un ordinador amb webcam, altaveu, micròfon i connexió a internet.
 - A través de l'aplicació Microsoft Teams, es compartirà el vídeo «Play Party! Hablando del calentón»: <https://youtu.be/C5tVQyJQuws>
 - Clip de *Sex Education*: «L'epidèmia de clamídia».

- **Metodologia:** Es visualitzarà cada situació del vídeo en primer lloc i s'obrirà un debat posterior.

- **Desenvolupament de l'activitat:**

Introducció:

Iniciarem el debat preguntant *Què és parlar del sexe?, És fàcil dir el que ens agrada i el que no ens agrada?, Estem acostumats a fer-ho?, Fa vergonya, talla el rotllo? Com sabem el que li agrada a la persona amb la qual compartim la nostra sexualitat?*

Parlarem de la negociació de les relacions sexuals i la importància de la comunicació. Els pactes de negociació poden ser molt variats i amplis, però els imprescindibles són:

- Que les persones estiguin còmodes.
- Que el consentiment sigui explícit.

Per saber si l'altra persona està a gust amb nosaltres o amb el que volem fer, només cal preguntar-li-ho directament. Parar atenció a com se sent l'altra persona mentre estem compartint la intimitat és un ingredient indispensable del plaer. Llegir el llenguatge corporal i entendre la comunicació no verbal és part de l'aprenentatge de la nostra sexualitat, però la comunicació verbal és una fórmula infal·lible!

A diferència del que ens mostra el porno, la realitat té molts guions:

- Podem comentar el que vulguem i parlar del que ens ve de gust i del que no.
- Segons el tipus de pràctiques que vulguem fer, podem decidir juntes com tenir cura de la salut sexual.
- Si una persona ens diu que rebutja el que estem fent, l'hem de respectar sempre.
- Insistir, pressionar o traspasar els límits personals és saltar-se el consentiment.
- La manera més infal·lible de saber si les altres persones estan a gust amb nosaltres i senten plaer és fent-los preguntes com aquestes:
 - Et ve de gust? T'agrada? Hi estàs a gust?
 - Vols que ho provi d'una altra manera?
 - T'agrada més suau/fort/ràpid/lent? Vols que continui/pari?

Després d'aquesta introducció, veurem el vídeo (podem anar parant en cada escena i comentar-la o bé veure el vídeo sencer i després comentar-lo).

Situació 1: Vull sentir-te pell amb pell.

Demanarem al grup que expliquin amb les seves pròpies paraules què passa a l'escena. Preguntarem com se senten les protagonistes (còmodes, amoroses, calentes) i què s'està negociant (en aquest cas l'ús del preservatiu). És interessant explorar com se sent la protagonista quan la seva parella li proposa fer-ho sense protecció amb frases com: «Va, vine, que t'agrada!», «L'altre dia no va passar res», «Jo controlo», Vull sentir-te pell amb pell», «És que no confies en mi?». Debatem col·lectivament a través de preguntes com: *Quina és la intenció d'aquestes frases? Vol fer-li canviar d'opinió? Per què?* Parlarem sobre les frases de pressió, de manipulació dolça, de xantatge amorós i que, moltes vegades, no s'és conscient de la violència i el poder que s'exerceix.

És fonamental generar una reflexió grupal per prendre consciència sobre el poder que exerceix no fer-se responsable de l'ús de protecció, la qual cosa, en les relacions heterosexuales, vol dir, moltes vegades, la imposició de la marxa enrere.

Podem analitzar les estratègies que fa servir la noia davant la pressió: l'escolta interna, la identificació del malestar, la comunicació, l'humor i la ironia per donar-li la volta a les frases de pressió, la proposta d'innovar i fer noves pràctiques.

Haurem de deixar clara la definició de marxa enrere i posar l'accent que no és un mètode contraceptiu eficaç. La incertesa que provoca la marxa enrere és el motiu del malestar que sent la protagonista. Tenint present aquest malestar: la marxa enrere genera més plaer o més aviat el dificulta? Podem complementar el debat amb aquestes orientacions educatives:

- Quan compartim intimitat sexual amb altres persones, busquem plaer. Utilitzar mètodes contraceptius multiplica la nostra capacitat per sentir plaer, ja que disposem de tota la nostra atenció per gaudir!
- És important interpel·lar els nois per generar la presa de consciència, una reflexió profunda, empatia i implicació en l'anticoncepció.
- És interessant iniciar la reflexió a partir de les frases de pressió que utilitza el protagonista del vídeo: «Que no confies en mi?», «Va, vinga, que t'agradarà», «Vull sentir-te pell amb pell». És important considerar aquestes frases com a exemples de xantatge i manipulació.

Situació 2: Agafa la barrereta i menja'm!

Demaneu al grup que expliquin amb les seves pròpies paraules què passa a l'escena. Els preguntem com se senten les protagonistes i què s'està negociant. En aquesta situació: la barrera de làtex (també dita *dental dam*) per fer sexe oral de manera més segura.

Podem preguntar al grup quines estratègies de cura de la salut s'empren en sexualitats no heterosexuales. És interessant reflexionar sobre com l'heteronorma comporta, moltes vegades el desconeixement sobre els mètodes de protecció en sexe entre dones, sexe entre homes i en les diversitats sexuals. Quan parlem de relacions entre persones amb vulva i de les infeccions de transmissió sexual (ITS), hi ha la falsa creença que en aquestes relacions no hi ha cap risc de transmissió. El flux vaginal és un fluid amb una capacitat transmissora menor que uns altres com el semen o la sang, per aquest motiu el sexe oral cap a una vulva és una pràctica de risc baix.

- Cal que les joguines sexuals es netegin adequadament. Per evitar la transmissió d'infeccions, es pot fer servir un preservatiu (que s'ha de canviar en passar d'una persona a una altra i en passar de l'anus a la vagina).
- Respecte a la penetració amb els dits, el risc de transmissió és baix (pot augmentar una mica en cas que hi hagi ferides). Per a més seguretat, es poden utilitzar didals o guants de làtex.
- Per a més seguretat, moltes parelles com la del vídeo opten per fer-se proves mèdiques d'ITS i no haver d'aplicar totes aquestes mesures.

A més d'aspectes com el del sexe més segur entre persones amb vulva, poden sorgir-ne d'altres, com ara els pactes en les relacions obertes.

Podem parlar, també, de protecció en un sentit més ampli: ser honestes per protegir-nos de fer-nos mal.

Pel que fa a la diversitat funcional, pot aparèixer la pregunta de com tenen relacions sexuals les persones que van amb cadira de rodes. Aquesta escena, a més de visibilitzar que les persones amb diversitat funcional tenen sexualitat com la resta, ens permet ampliar els imaginaris sobre la sexualitat i el plaer, atès que posa l'accent en el cos sencer com un mapa infinit de plaer, i en la creativitat i la comunicació com a eines clau per compartir plaer amb altres persones.

En aquest moment, podem proposar visualitzar el clip del capítol 1 de la temporada 2 de [Sex Education, «L'epidèmia de clamídia»](https://www.dailymotion.com/video/x7xe0wo). (<https://www.dailymotion.com/video/x7xe0wo>)

Situació 3: Avui estic més de moixaines...

Demanam al grup que expliqui, amb les seves paraules, què passa a l'escena. A continuació, preguntem com se senten els protagonistes i què s'hi està negociant. L'aspecte clau d'aquesta escena és que ens permet pensar estratègies per dir el que no volem encara que ningú ens ho hagi preguntat.

Tot i que sabem que, per garantir entorns de sexualitat lliures i plaents, tenim la responsabilitat de preguntar-nos què ens ve de gust i amb qui compartim la sexualitat, també tenim clar que moltes vegades això no passa per molts motius: per exemple, en el porno, referent audiovisual del sexe per excel·lència dels joves, no es parla; no sabem com parlar del que ens agrada i del que ens ve de gust; parlar fa vergonya; sembla que si preguntes és perquè no saps res del sexe, etc. Per això, tenir estratègies per dir el que no vols, encara que no ens ho hagin preguntat és una eina per reduir riscos. En aquest cas, cal reduir el risc de tenir sexe sense ganes o sense plaer. Podem començar parlant de com sabem les persones si ens ve de gust tenir sexe, com podem preguntar a algú si en té ganes. Podem parlar de les pors i de les inseguretats que poden sorgir, ja que fer preguntes pot implicar que ens diguin que no. Com ens sentim quan ens diuen que no? Què sentim que es posa en joc? Podem parlar de com associem el *no* a la por de no agradar, al fet que s'apagui l'espurna.

En aquesta escena no es pregunten exactament si en tenen ganes. Un dels nois té ganes de fer un sexe més genital i l'altre no. El primer li fa saber al segon les ganes que en té: «Em poses com una moto», «Vinga, fes-me allò que m'agrada tant». I aquí hi ha la clau de l'escena: què fa el segon noi per dir-li a l'altre que no té ganes de practicar sexe genital? A vegades voldrem dir un no taxatiu. Un *no* de límit, de «ni t'hi acostis». I altres vegades, pensar en el *no* com a tancament, com a clausura, com a impossibilitat, fa que ens sigui més difícil de plantejar. Però podem pensar també en el *no* com a matís, com a contraproposta, com a partícula que obre altres possibilitats. «No vull sexe genital, vull petonets i que em facis la *cullereta*», «No vull que et fiquis a dins, tinc moltes més ganes de petonets al coll», etc.

L'escena també permet comentar què és sexe i què no. On comença i on acaba el sexe? Us sembla que les moixaines i fer la *cullereta* també poden ser sexe? Què busca, la gent, quan decideix compartir la sexualitat amb algú? Us sembla que haurien trobat el que buscaven si el noi que no tenia ganes de «motos» no hagués dit que preferia moixaines?

Situació 4: Creus que a totes ens agrada el mateix?

Demanem al grup que expliquin amb les seves pròpies paraules què passa a l'escena. A continuació, els preguntem com se senten les protagonistes i què s'està negociant. Podem començar contrarestant el mite que parlar «talla el rotllo». Precisament, en aquesta escena, el que talla el rotllo és no haver parlat. No és tant que a la noia li hagi fet mal, sinó que l'ha fet sentir com un objecte.

Podem preguntar si els sembla que l'escena és realista, i si passa més de nois a noies o a l'inrevés i per què. Això ens donarà per parlar del porno i de com ens afecten els mandats de gènere en les nostres sexualitats. *Qui se suposa que ha de saber i «portar la iniciativa»? Qui se suposa que ha de complaure i fer-ho tot per agradar-li a l'altre? Com podem transformar aquestes situacions? Quines estratègies posa en marxa la protagonista?*

Podem aprofitar per parlar de si a tothom li agrada el mateix. Cap pràctica sexual ha de provocar dolor, sinó que el que busquem les persones en viure la sexualitat és plaer.

Pot aparèixer en el debat el mite del dolor de la primera vegada o del sexe anal com a pràctica dolorosa. Pel que fa al primer cas, és important destacar que en les relacions sexuals sempre busquem plaer. El mite del dolor de la primera vegada provoca una normalització del dolor, la qual cosa és inacceptable. Què faria un noi si li fes mal el penis en les relacions? Reflexionar sobre la importància d'aquest fet en les noies. Bandegem els mites i les històries sobre l'himen; si fa mal és perquè es va més de pressa del compte. El fet que no resulti plaent té relació amb la inexperiència, amb les presses, amb la idea que és com una cursa en comptes d'un joc. Com més fluïxi tot i més màgia afegim al tema, més plaent serà. La connexió, l'escolta, el fet de sentir-nos còmodes, que podem prendre la iniciativa i comentar el que vulguem són ingredients indispensables per al plaer. Estar connectades amb el plaer és una gran eina per negociar millor relacions més segures i plaents.

Pel que fa al sexe anal, podem explicar que té un ritme i una tècnica propis i que les persones que el practiquen és perquè hi troben molt plaer. Podem aprofitar el tema per intentar abordar l'homofòbia que es genera en la majoria de les aules en parlar de sexe anal. Per tancar el tema, explicarem que cada persona té dret a decidir com li ve de gust viure la sexualitat i què no vol experimentar, i al mateix temps totes tenim dret que els nostres gustos no siguin estigmatitzats ni ridiculitzats pel patriarcat.

Activitat 4: «Imatges que parlen per si mateixes»

- **Temps:** 20 minuts
- **Objectius específics:**
 - Analitzar els valors associats a la masculinitat i la manca de referents femenins als mitjans.
 - Descobrir els mecanismes d'interiorització i assimilació d'aquestes pautes desiguals.
 - Identificar l'impacte que tenen aquest valors a la nostra societat i incentivar una actitud crítica enfront del sistema binari heteropatriarcal.
 - Reflexionar sobre l'impacte d'altres masculinitats a la societat.

- **Contingut:**

Dividint als alumnes en grups mixtos, es compartiran en format PowerPoint o semblant un seguit d'imatges seleccionades a partir d'anuncis publicitaris, videoclips musicals o pel·lícules que presenten imatges estereotipades de dones i homes. Cada grup ha d'escollir un portaveu i han de donar resposta a un seguit de preguntes pensades per incentivar el debat i la reflexió.

- **Material i recursos:**

Modalitat presencial	Modalitat en línia
<ul style="list-style-type: none"> → Ordinador, projector i presentació amb PowerPoint amb les imatges (es proposen imatges que es poden consultar a l'Annex 9). → Pissarra. 	<ul style="list-style-type: none"> → Cal que cada alumne disposi d'un ordinador amb càmera web, altaveu, micròfon i connexió a Internet. → Aplicació Microsoft Teams amb l'eina «Pissarra» (Annex 1.4.1). → Presentació amb PowerPoint amb les imatges (es proposen imatges que es poden consultar a l'Annex 9).

- **Metodologia:**

Es dividirà als alumnes en grups mixtos de 4-5 alumnes. Un alumne de cada grup (portaveu) prendrà nota del que es vagi comentant.

En la modalitat en línia, amb l'eina de l'aplicació Microsoft Teams, es dividiran els alumnes en grups mixtos de 4-5 alumnes. Farem servir l'eina de la pissarra (vegeu-ne l'[Annex 1.4.1](#)), amb la qual dibuixarem els dos cercles interseccionats (home i dona). Un alumne de cada grup (portaveu) escriurà al lloc corresponent les aportacions del seu grup i es posaran en comú.

- **Desenvolupament de l'activitat:**

Es projectaran les imatges i es demanarà als alumnes que les comentin amb preguntes com:

- Quina aparença física tenen? Com són?
- Quins papers/tasques fan?
- Quins estris utilitzen?
- En quin espai es mouen?

a. Desenvolupament en la modalitat presencial:

Una vegada recollides totes les respostes, es posaran en comú:

- Es dibuixen dos cercles interseccionats, un per als homes i un altre per a les dones. A cada cercle anirem escrivint les idees que sorgeixen de cada grup (valors, connotacions, atribucions i característiques assignats a cada sexe...). La part interseccionada es reservarà per a allò que es considera que és comú a tots dos sexes.
- Reflexionar sobre el significat dels cercles i la possibilitat de modificar-ho. Consensuar models d'imatges alternatives a les que es presenten als anuncis. Sorgirà el tema dels valors associats a la masculinitat.

b. Desenvolupament en la modalitat en línia:

Un cop recollides totes les respostes, es posaran en comú:

- Amb l'eina de la pissarra de Microsoft Teams ([Annex 1.4.1](#)), es compartirà la pantalla i es dibuixaran dos cercles interseccionats, un per als homes i un altre per a les dones. A cada cercle anirem escrivint les idees que sorgeixen de cada grup (valors, connotacions, atribucions i característiques assignats a cada sexe). La part interseccionada es reservarà per a allò que es considera que és comú a tots dos sexes.
- Reflexionar sobre el significat dels cercles i la possibilitat de modificar-ho. Consensuar models d'imatges alternatives a les que es presenten als anuncis. Sorgirà el tema dels valors associats a la masculinitat.

Després, la dinamitzadora recollirà aquest comentaris i es posaran en comú.

Activitat 5: «El sexisme també surt de festa»

- **Temps:** 15 minuts
- **Objectius específics:**
 - Reflexionar sobre la violència sexual i com es manifesta als espais d'oci nocturn.
 - Identificar conductes sexistes als espais d'oci.
 - Reflexionar sobre les causes de les agressions sexuals als espais d'oci.
 - Conscienciar sobre la importància del consentiment en les relacions sexuals.
 - Incorporar la mirada de gènere per entendre les causes de les violències sexuals.
 - Proporcionar recursos i principis bàsics d'actuació.
 - Fomentar l'oci lliure de violències sexuals.
- **Contingut:**

Es fa servir el vídeo «Who are you» per tal d'introduir el tema de les violències sexuals al context de l'oci nocturn. Tot seguit es crearà un espai de debat.
- **Material i recursos:**

Modalitat presencial	Modalitat en línia
→ Ordinador amb connexió a Internet.	→ Cal que cada alumne disposi d'un ordinador amb càmera web, altaveu, micròfon i connexió a Internet.
→ Vídeo « Who are you ».	→ Aplicació Open Ended de Mentimeter (vegeu-ne l' Annex 1.1.2).
→ Imatge «El iceberg de la violència de gènere» (Annex 10).	→ Imatge «El iceberg de la violència de gènere» (Annex 10).

- **Metodologia:** Visualització conjunta del vídeo i debat posterior.
- **Desenvolupament de l'activitat:**

a. Desenvolupament en la modalitat presencial:

En primer lloc, es passarà la primera part del vídeo. Després d'aquesta primera visualització, es farà un petit parèntesi per crear un primer espai de debat i es plantejaran dues preguntes obertes:

- Què ha passat al vídeo? Descriu-ho amb les teves paraules.
- Es podria haver evitat aquesta situació? Com?

La dinamitzadora recollirà a la pissarra les seves propostes.

Un cop fet això, es passa la segona part del vídeo on apareixen totes les persones implicades que podrien haver fet que la història tingués un final diferent i es compara amb les respostes dels alumnes.

Amb aquesta introducció obrirem un nou espai de debat que podem conduir a preguntes com les següents:

- Quines podrien ser les causes de les agressions sexuals als espais d'oci nocturn?
- Quines altres conductes sexistes hi ha en aquest espai?

b. Desenvolupament en la modalitat en línia:

Els alumnes, a través de l'aplicació Open Ended de Mentimeter ([Annex 1.1.2](#)) poden escriure les seves propostes, les quals, de manera anònima, aniran apareixent a la pantalla.

Un cop fet això, es passa la segona part del vídeo on apareixen totes les persones implicades que podrien haver fet que la història tingués un final diferent i es compara amb les respostes dels alumnes.

Amb aquesta introducció obrirem un nou espai de debat que podem conduir a preguntes com les següents:

- Quines podrien ser les causes de les agressions sexuals als espais d'oci nocturn?
- Quines altres conductes sexistes hi ha en aquests espais?

Convidarem els alumnes a reflexionar sobre la importància de la mirada de gènere per entendre les causes de les violències sexuals i com l'acció individual de cadascú importa i pot marcar la diferència.

Els locals d'oci nocturn, discoteques, sales de concert, bars, bars musicals, festivals, etcètera, són espais de trobada i relació que, com molts altres espais d'aquesta mena, de vegades es converteixen en l'escenari de comportaments que impedeixen que tothom pugui gaudir-ne de la mateixa manera. La violència sexual o l'amenaça de patir-la és una de les formes prioritàries de limitació d'accés als espais públics en clau d'igualtat per a les dones.

Els locals d'oci nocturn han estat espais de relació, diversió i expressió lliure dels plaers, els desitjos i les formes de vegades poc heterodoxes d'existir. La nit ha estat, i és encara, un espai de refugi per a la transgressió i la creació de comunitats que sovint a plena llum del dia resulten incomprendibles. Lamentablement, no tothom ha pogut gaudir d'aquests espais en igualtat de condicions. Les dones, però no només elles, han estat subjectes històricament exclosos de la llibertat per gaudir de la vida pública amb legitimitat, fet que les ha deixat en una situació de més vulnerabilitat a patir violències en aquest context. La feminitat, tradicionalment confinada a l'espai privat, s'ha castigat mitjançant les violències masclistes principalment quan s'ha considerat que les dones feien un ús transgressor de la seva llibertat. La presència de les dones en l'espai públic a la nit s'ha interpretat com una transgressió del seu rol de gènere, i per això encara ara s'exposen a ser agredides amb diverses formes de violència sexual. Així mateix, com revelen diversos estudis, les dones no blanques, de classes populars o amb sexualitats no normatives estan més exposades a rebre violències i estigmatitzacions.

7/Avaluació

Es proposa un qüestionari per tal que l'alumnat avaluï diferents aspectes de la sessió, així com els ítems que cal que reculli la professional responsable del taller a fi de conèixer les dades de cada taller.

Dades a recollir per l'ASSIR:

IES:
Nombre d'alumnes:
Temps de taller:
Activitats:
Metodologia (en línia o presencial):

Enquesta de satisfacció per a l'alumnat (Annex 11)

1. T'ha semblat correcte el temps dedicat a l'activitat?
2. Penses que l'assistència al taller t'ha estat útil?
3. Quina informació t'agradaria ampliar més?
4. Penses que l'activitat amb aquest professional ha sigut profitosa?
5. El teu grau de satisfacció global en acabar l'activitat ha estat?
6. Recomanaries a algun company o companya l'activitat?

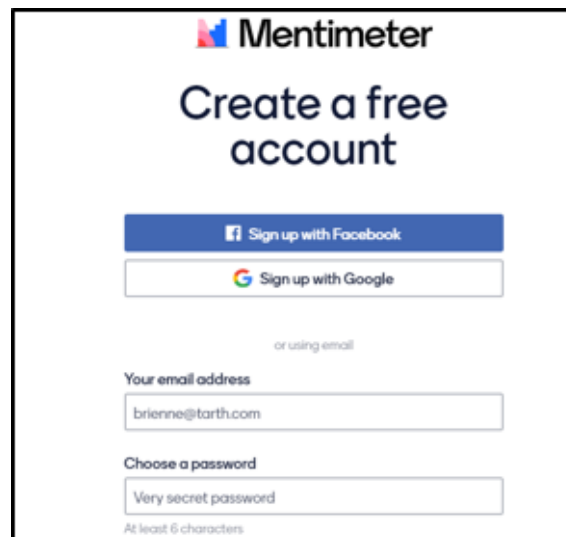
En cas de fer tallers en línia es proposa crear un qüestionari en línia amb els ítems que s'hagin de registrar.

Annexos

Annex 1/ Recursos digitals

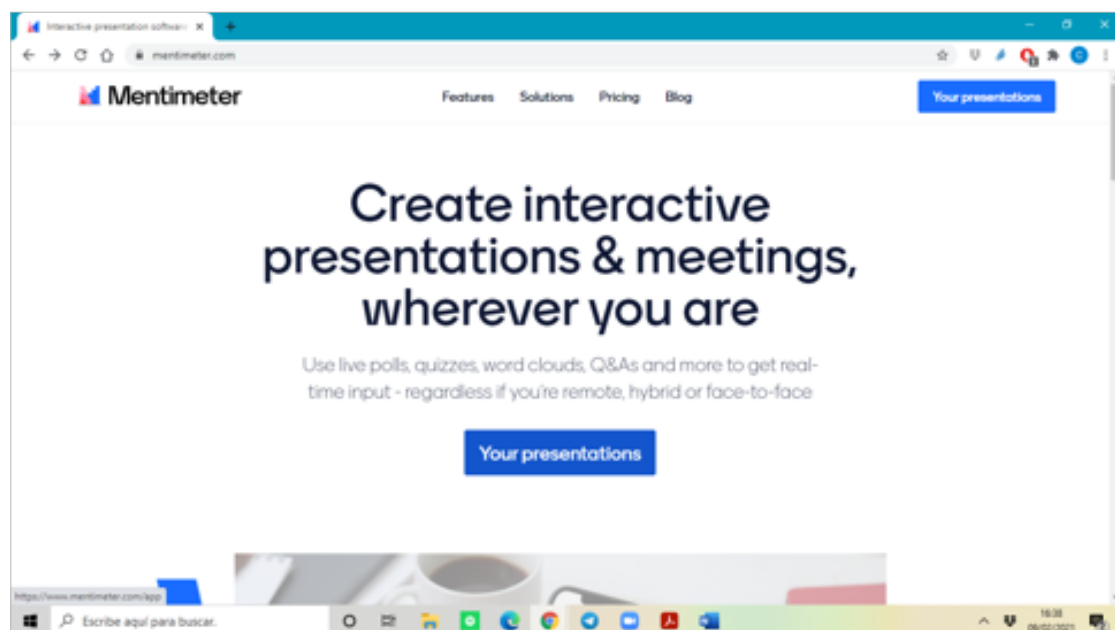
1.1 Creació de recursos amb l'eina Mentimeter

Pas 1/ Accedim a la web www.mentimeter.com i creem un usuari d'accés.

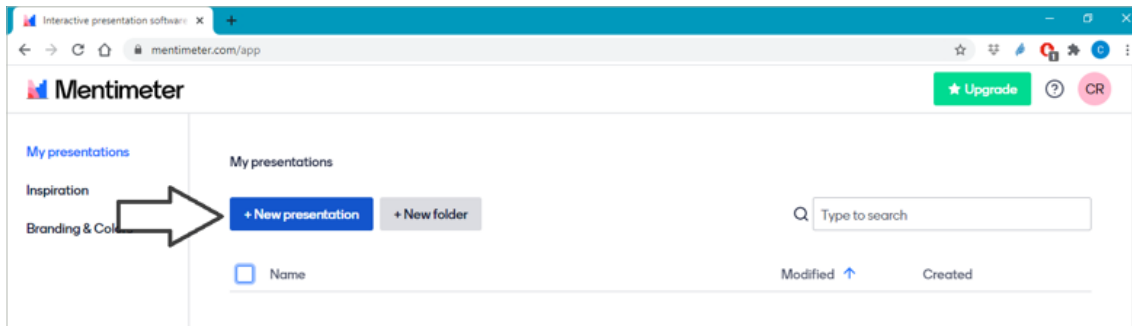


The screenshot shows the Mentimeter registration page. At the top, it says 'Mentimeter Create a free account'. There are two buttons for social login: 'Sign up with Facebook' and 'Sign up with Google'. Below these, it says 'or using email'. There are two input fields: 'Your email address' with the value 'brienne@tarth.com' and 'Choose a password' with the value 'Very secret password'. A note below the password field says 'At least 6 characters'.

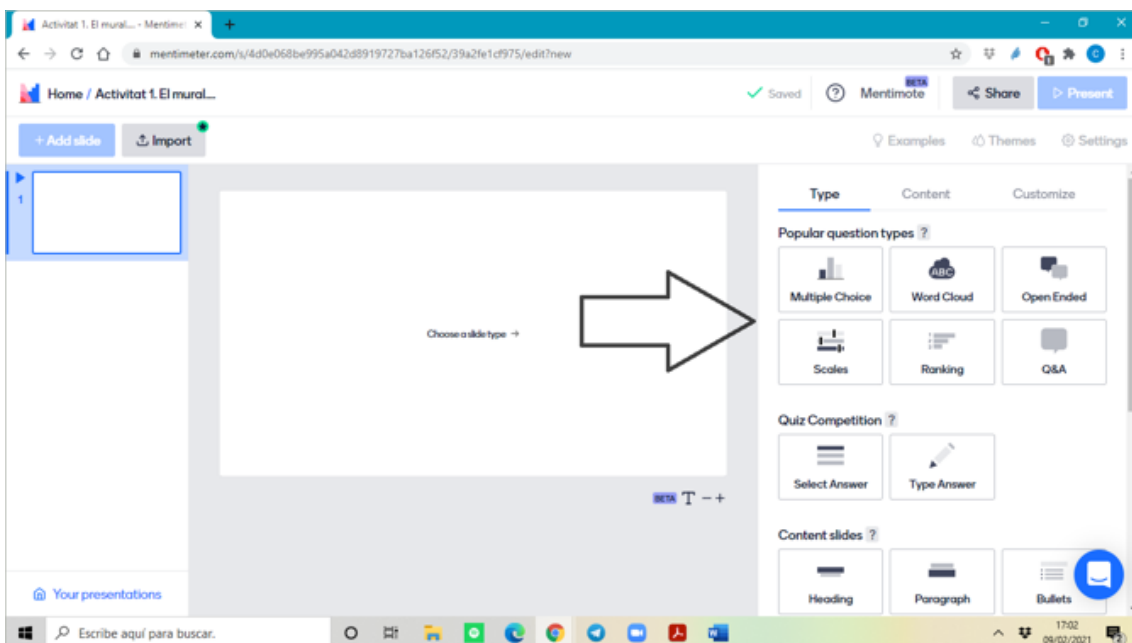
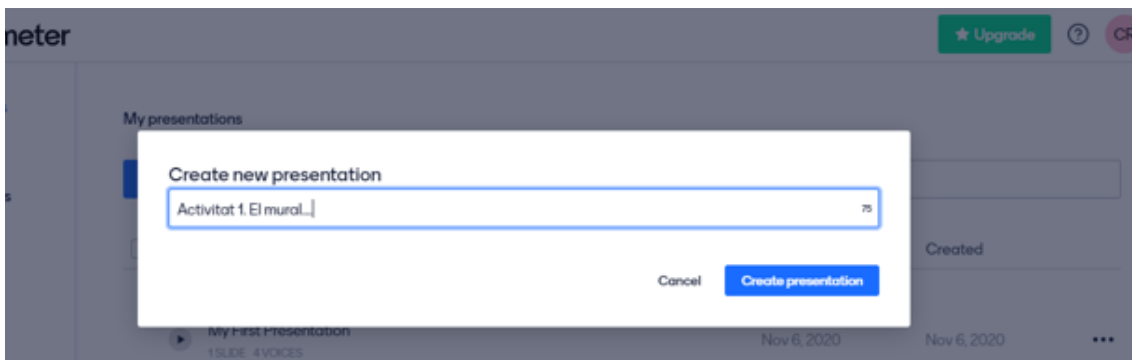
Pas 2/ A través de «Your Presentations» l'eina ens dona accés a visualitzar les nostres creacions.



Pas 3/ Per començar, cliquem sobre «+ New Presentation» i accedim a crear una nova presentació amb el títol que escollim.



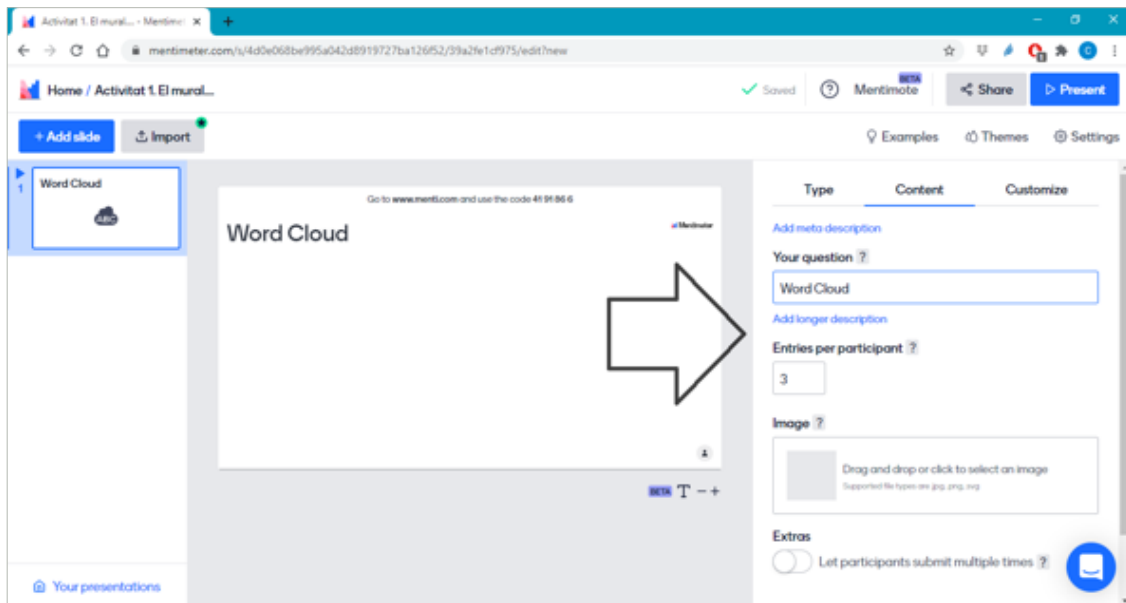
Pas 4/ Escollim el nom de la nostra presentació i accedim a la pàgina de treball, on triem el recurs amb què volem treballar.



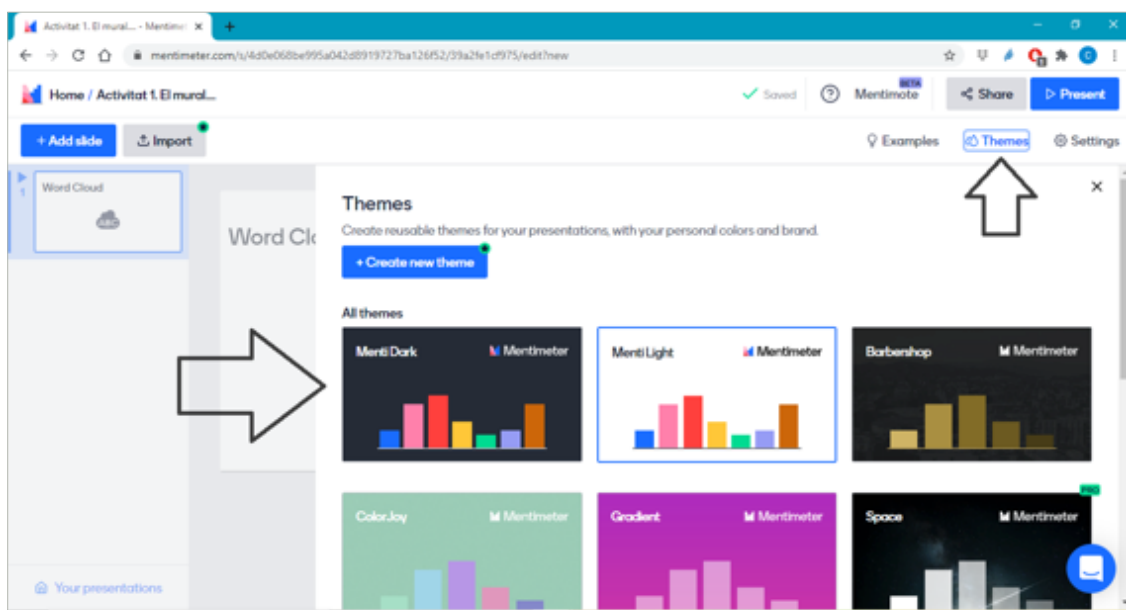
1.1.1 Word Cloud

El recurs Word Cloud permet crear fàcilment un núvol o mural de paraules digital, amb respostes de manera confidencial. Quan triem aquesta opció, accedim a crear el recurs per tal de donar format.

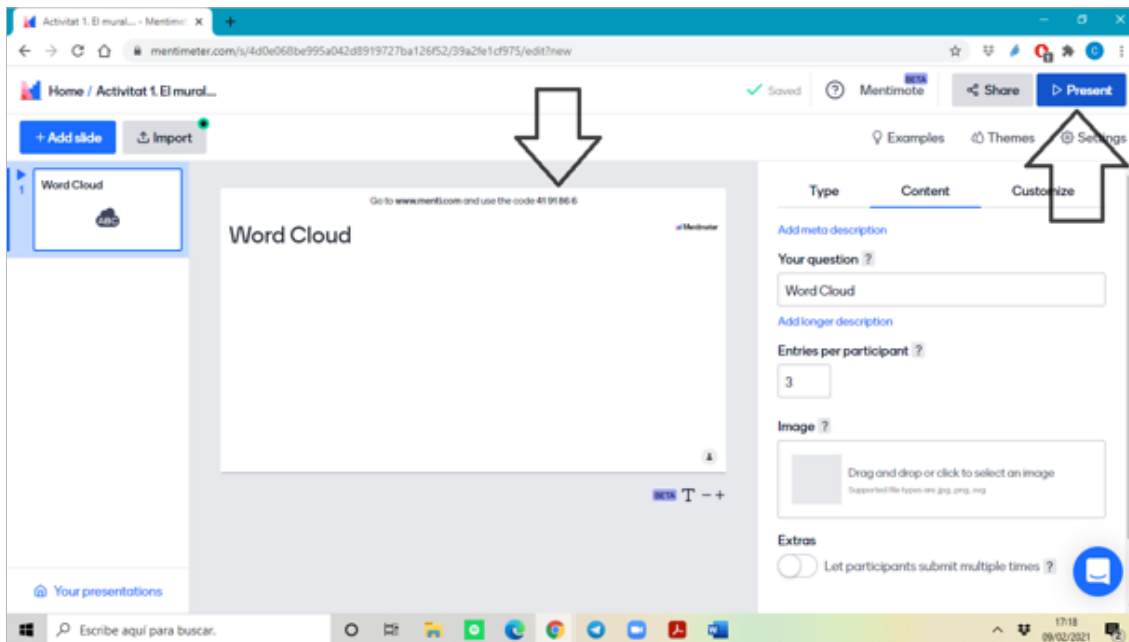
Pas 1/ A «Content» podem escollir el nom del mural (*your question*), nombre d'entrades que podran fer els participants (*entries per participant*), afegir-hi imatges si volem (*image*) i triar si els participants poden respondre diverses vegades o no (*Let participants submit multiple times*).



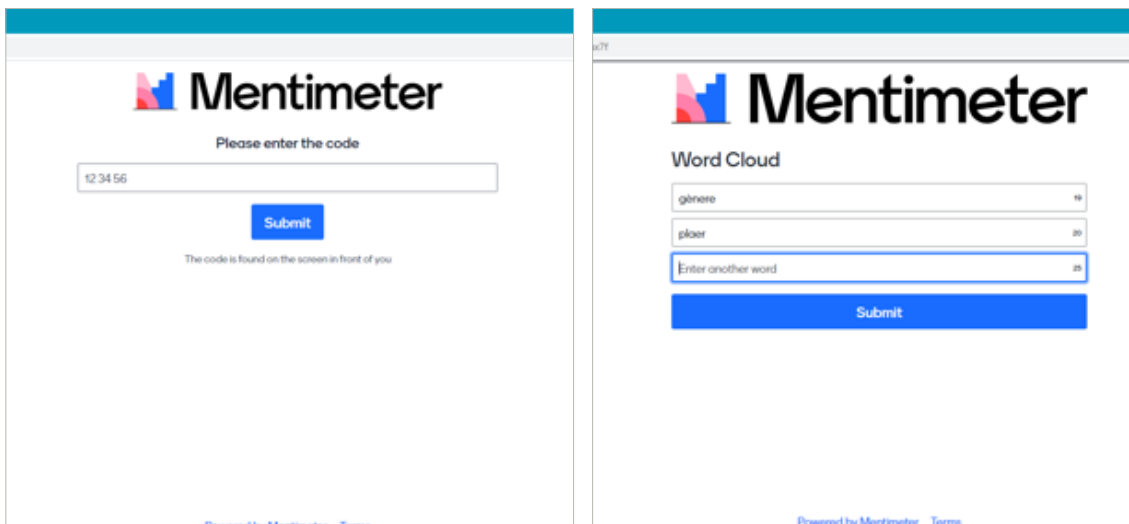
Pas 2/ Podrem modificar l'estil del recurs per mitjà de «Themes».



Pas 3/ Ja hem creat el recurs. Ara podem visualitzar el codi d'accés per als participants sobre la presentació i clicar «Present» per tal de compartir-la en pantalla gran amb els participants.



Pas 4/ Els participants poden accedir a la web www.menti.com i, amb el codi indicat, aportar les diferents respostes a través dels espais indicats.



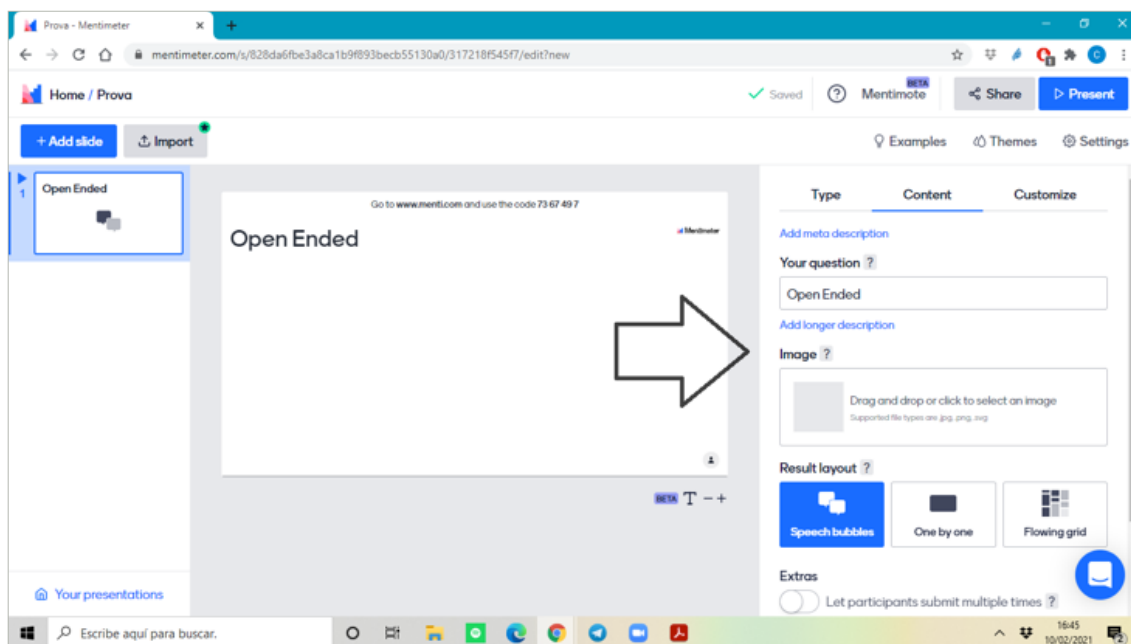
Pas 5/ A mesura que els participants cliquen a «Submit», es va creant un mural digital que poden visualitzar amb la pantalla que hi compartim.



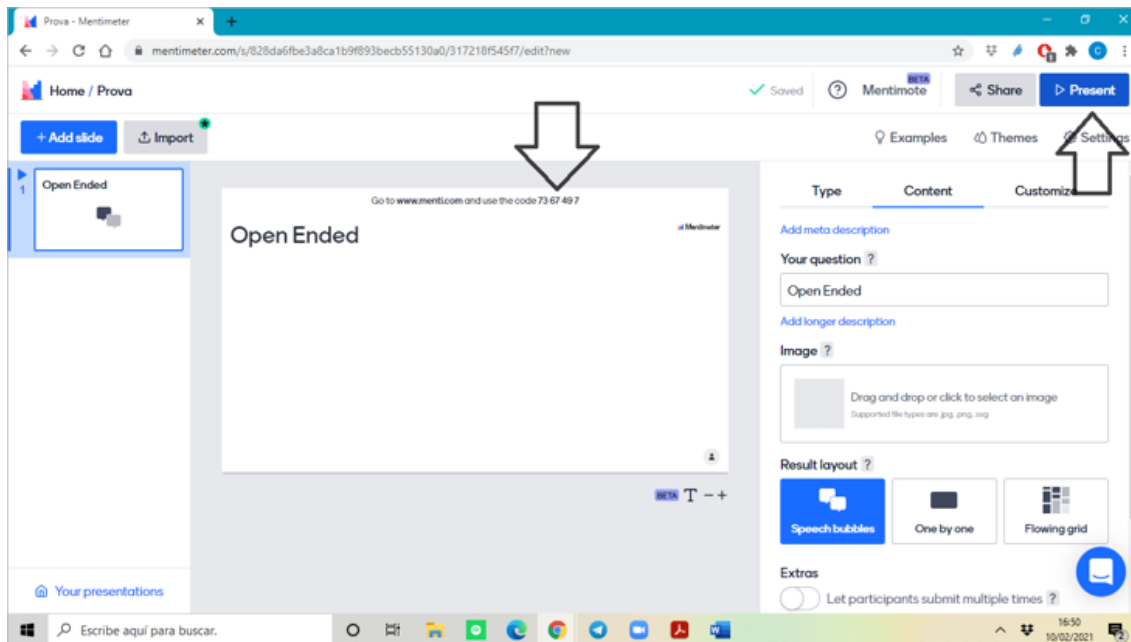
1.1.2 Open Ended

El recurs Open Ended permet interaccionar amb els participants compartint respostes curtes escrites en format digital amb facilitat i de manera confidencial. Quan triem aquesta opció, accedim a crear el recurs per tal de donar format.

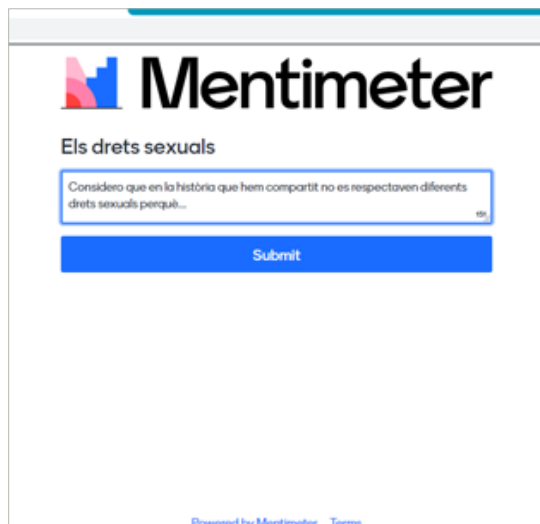
Pas 1/ A «Content» podem triar el nom per a l'activitat (*your question*), afegir-hi imatges si volem (*image*), i triar la forma d'aparició de les respostes (*result layout*) i si els participants poden respondre diverses vegades o no (*Let participants submit multiple times*). De la mateixa manera que en el recurs anterior, a *themes* podem modificar l'estil o aspecte visual del recurs.



Pas 2/ Ja hem creat el recurs. Ara podem visualitzar el codi d'accés per als participants sobre la presentació i podrem clicar «Present» per tal de compartir-la en pantalla gran amb els participants.



Pas 3/ Els participants accedeixen a la web www.menti.com i, amb el codi indicat, poden aportar les respostes a través de l'espai que s'hi ha destinat.



Pas 4/ A mesura que els participants cliquen a «Submit», apareixen les diferents aportacions a la pantalla presentada del recurs.

What would you like to say?

I would like to ask the presenter about the first topic mentioned during the presentation.

I think interaction is really fun

I am really glad that I got to voice my opinion during this interactive presentation.

Thanks for the presentation

I had a great time today!

Could you please repeat that last part? I didn't quite understand exactly what you meant.

This was a really interesting way of conducting a presentation. I appreciate that you asked for our input.

This was a very well prepared presentation, thanks for sharing your knowledge with us! It was great.

Good job!

1.2 Creació de qüestionaris amb l'eina Kahoot

Pas 1/ Crea un compte a [GetKahoot.com](https://www.getkahoot.com). Tot seguit, registra't a Kahoot!

Are you a teacher, business or parent affected by COVID-19? See how Kahoot! can support you. [Learn more](#)

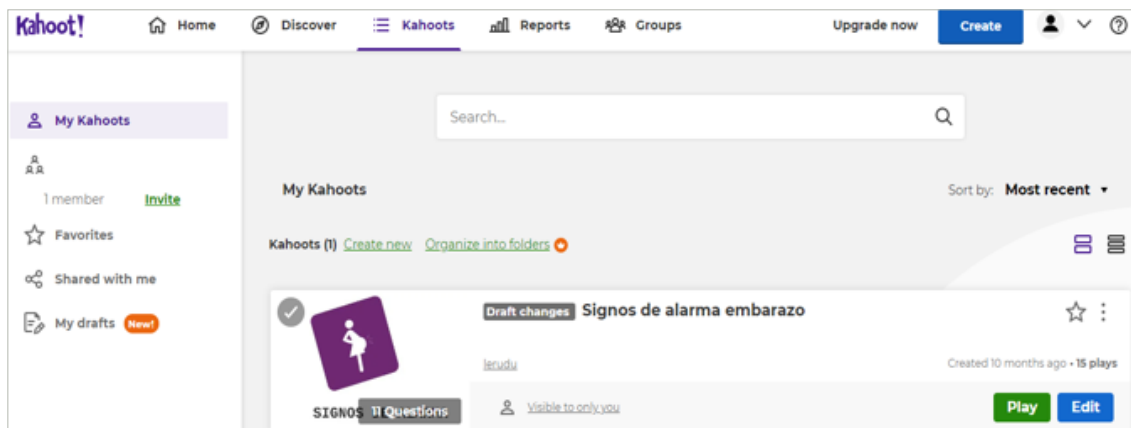
Kahoot! [News](#) [School](#) [Work](#) [Home](#) [Academy](#) [Contact sales](#) [Explore content](#) [Upgrade](#) [Play](#) [Log in](#)

Welcome back!
Log back into your account or explore our latest news and tips.
[Log in](#)

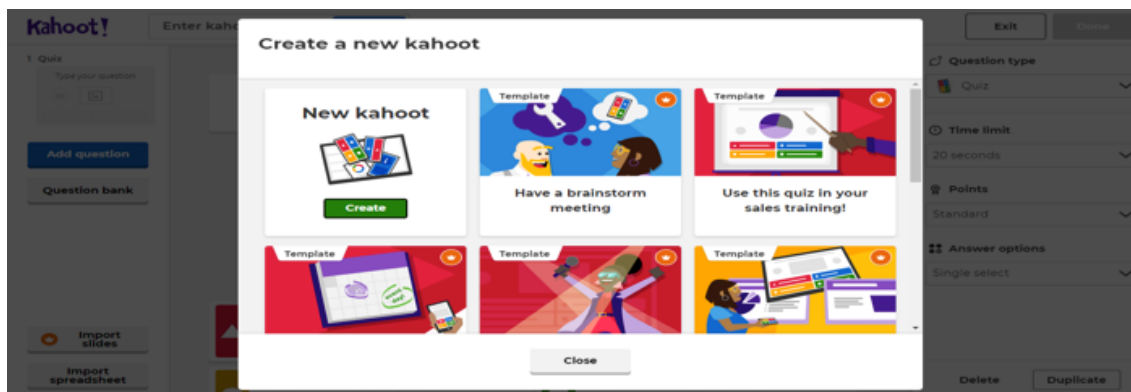
New! Brainstorm for Kahoot! 360
The best way to collect, discuss, and vote on ideas! Included in Kahoot! 360 Pro.
[Read more >](#)
[Buy now](#)

How can we make our website more awesome?

Pas 2/ Un cop registrat, crea un nou **Kahoot!** (*Create*).

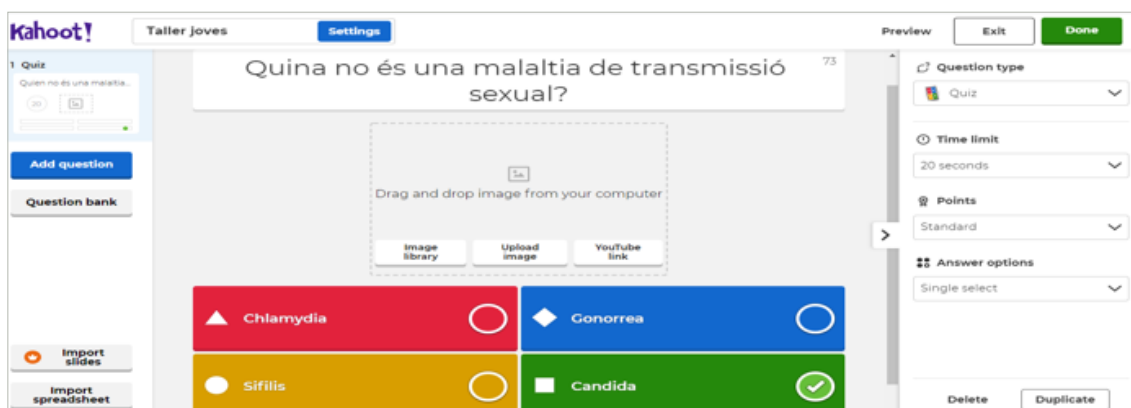


Pas 3/ A continuació, hi apareixen diverses opcions, selecciona **New Kahoot – Create**.



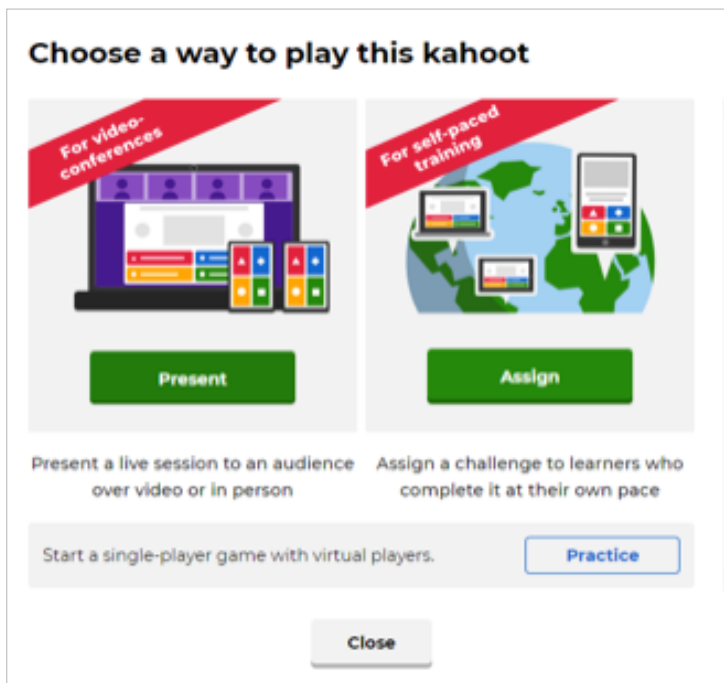
Pas 4/ S'accedeix a una pantalla en què es pot començar a crear el Kahoot. A la columna de la dreta, es pot escollir el tipus d'activitat que es vol crear (Quiz, True or false, puzzle, word cloud, etc.), el temps assignat per contestar les preguntes i si es pot seleccionar una o més respostes.

En l'exemple següent hem creat un Quiz (preguntes i respostes). S'escriu la pregunta i les possibles respostes i se selecciona la resposta o respostes correctes.

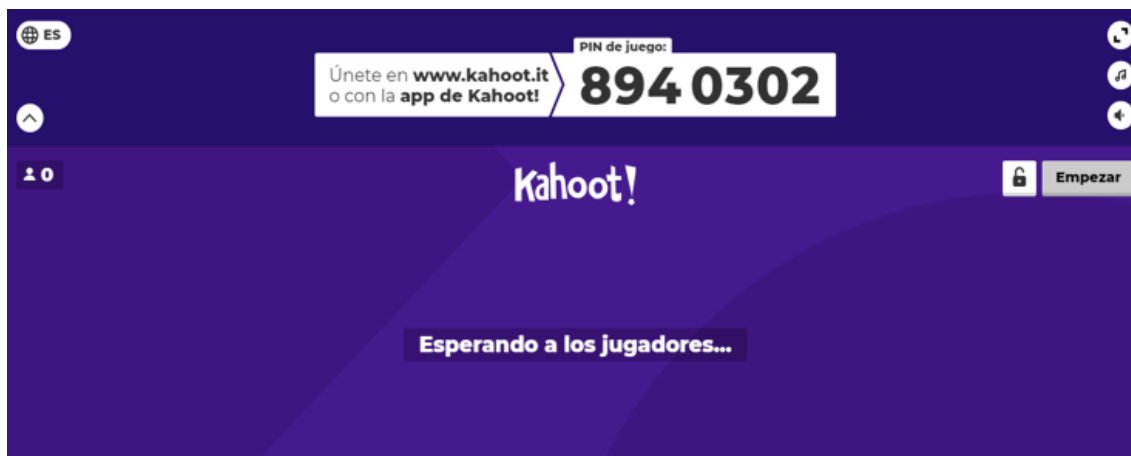


Pas 5/ Un cop creat el Kahoot, s'ha de clicar el botó «Fet» (*Done*).

Pas 6/ Per jugar al Kahoot creat, es clica «Play» amb l'opció *Present*.



Pas 7/ Al mateix temps, els alumnes han de connectar-se a kahoot.com o descarregar-se l'aplicació **Kahoot!** A la nostra pantalla, apareix un codi que els alumnes han d'introduir al seu telèfon o ordinador. A continuació, han d'escriure el seu pseudònim per poder-hi jugar.



Pas 8/ Un cop s'uneixin tots, cliquen a «Començar» i els apareixen les preguntes una per una. Disposen de 20-30 segons per donar la resposta correcta. Després de cada pregunta, apareix la resposta correcta i el nombre de persones que l'han encertada.



1.3 Creació de recursos amb l'eina EducaPlay

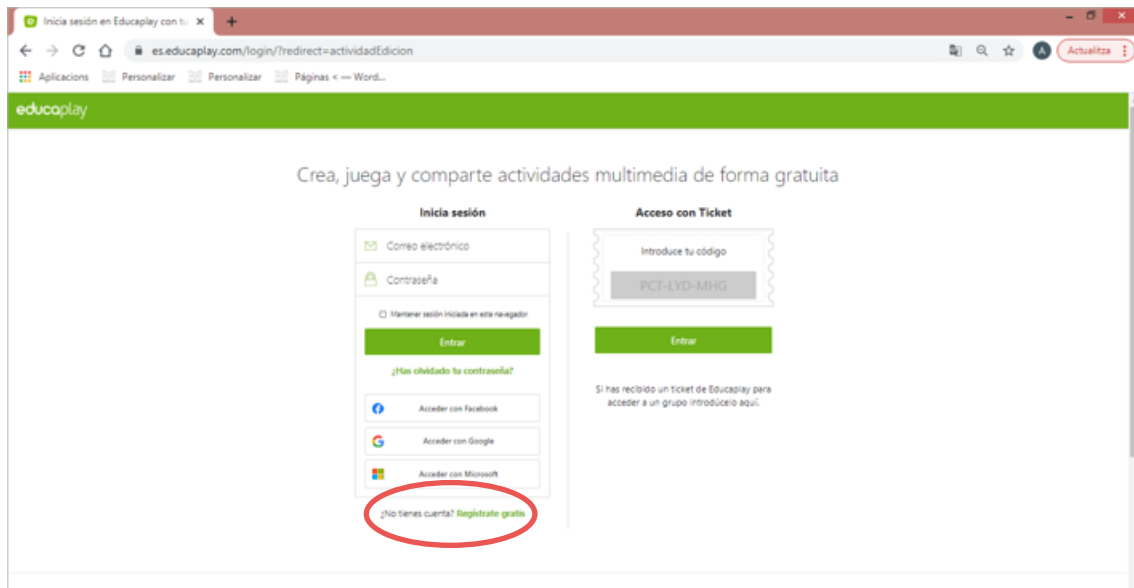
A través de la web www.educaplay.com podem accedir a elaborar diferents recursos.

1.3.1 Pasapalabra

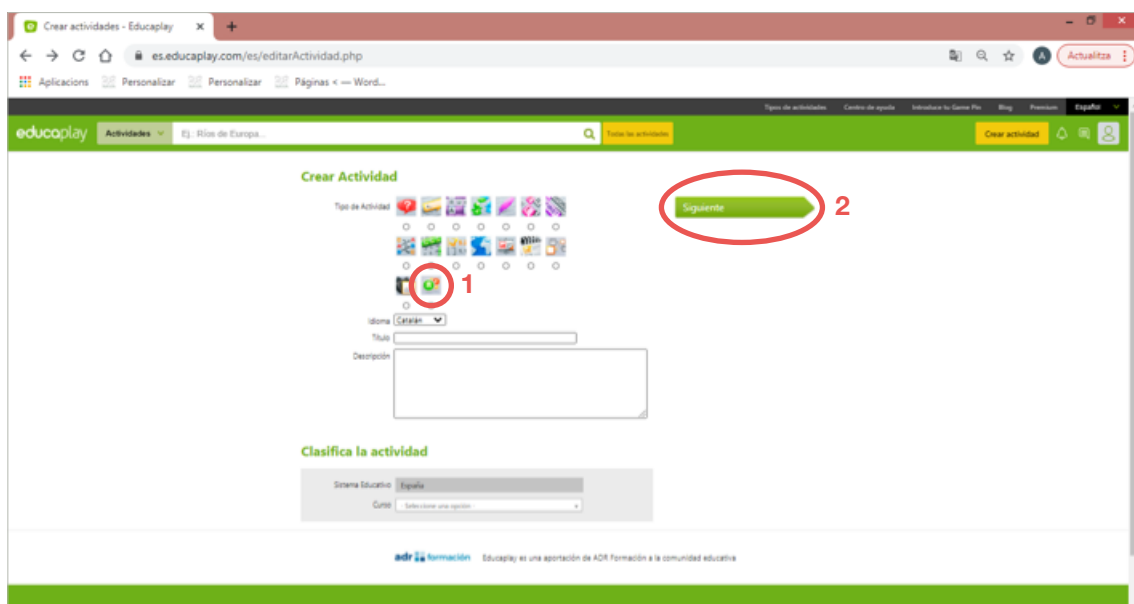
Pas 1/ Creem l'activitat.



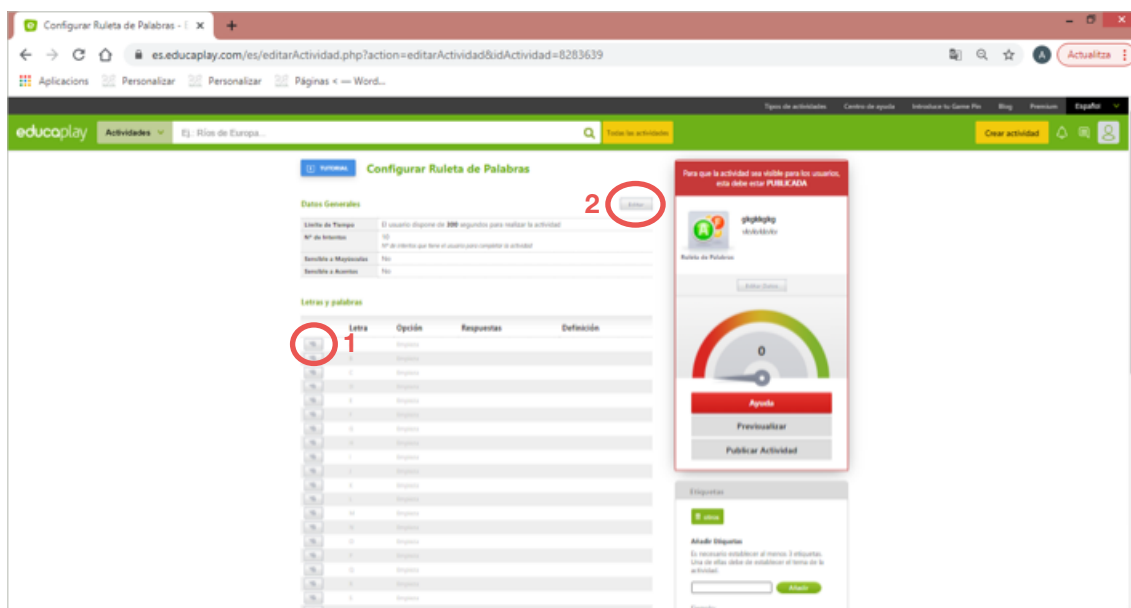
Pas 2/ Creem el compte o iniciem la sessió.



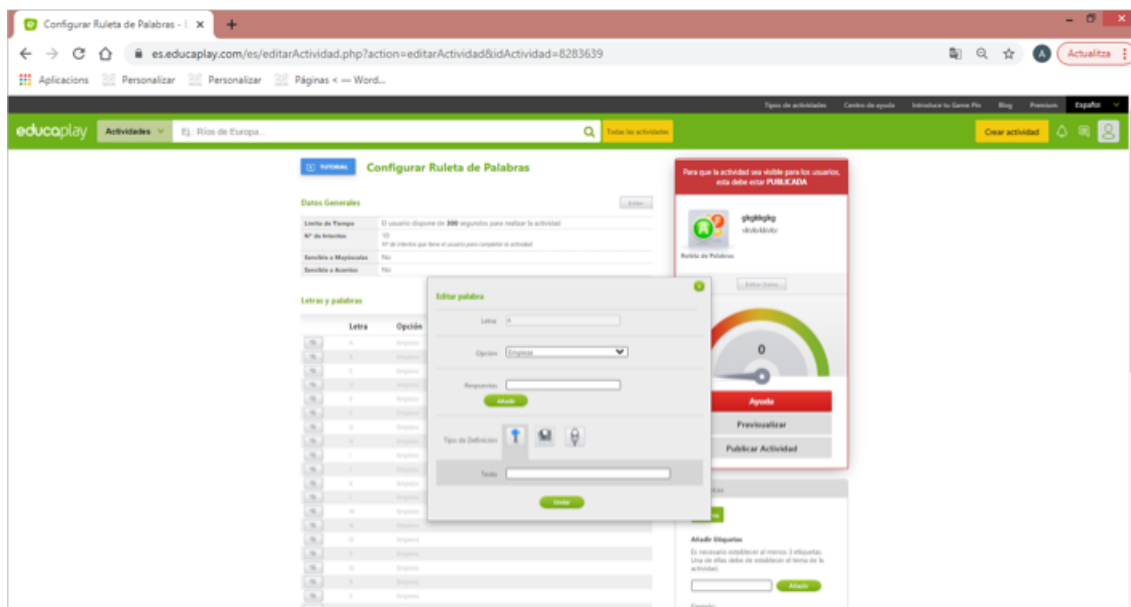
Pas 3/ Seleccionem l'activitat *Pasapalabra*, i l'idioma, títol i descripció de l'activitat si es vol. A continuació cliquem «Siguiete».



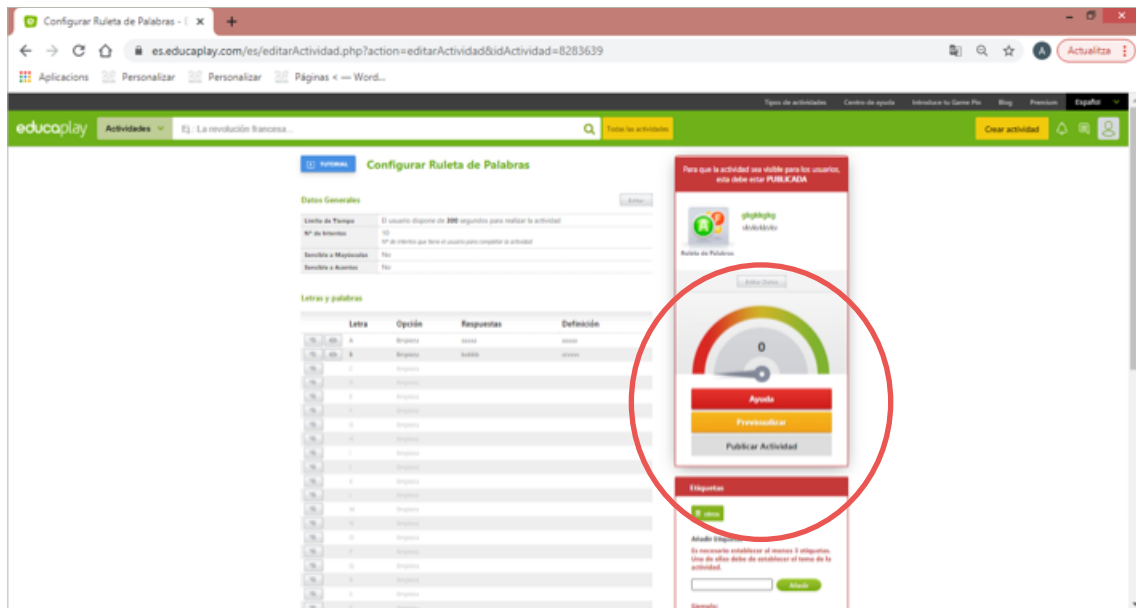
Pas 4/ Editem, si es vol, les dades generals: límit del temps, nombre d'intents, etc., amb el botó «Editar». A continuació, editem cada lletra. No cal emplenar-les totes.



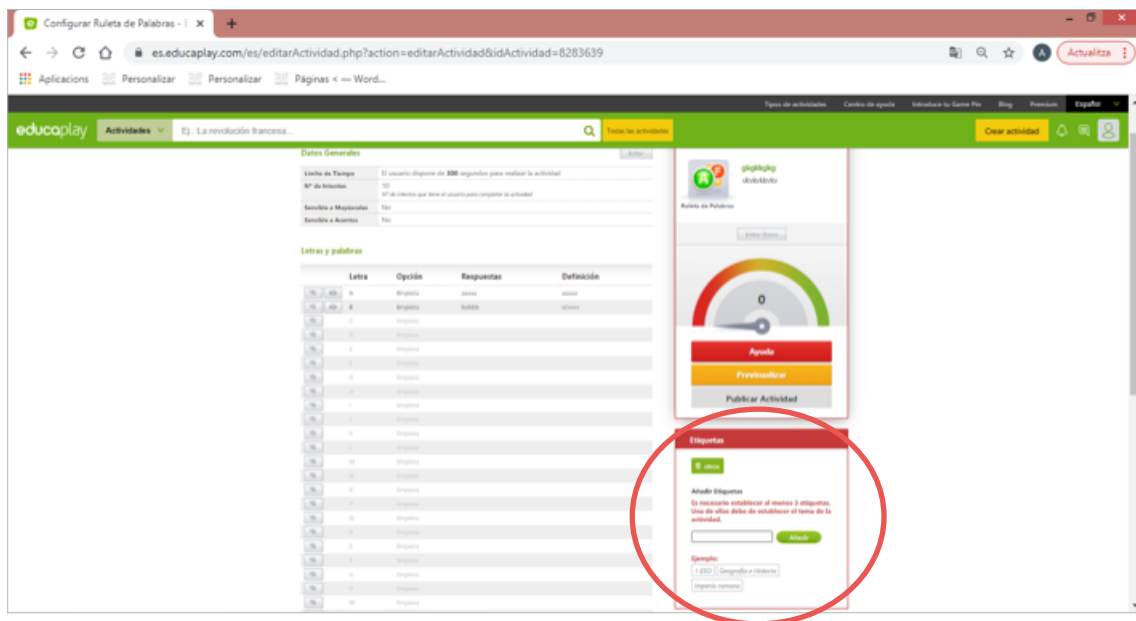
Pas 5/ Editem les lletres. Emplenem si comença o conté la lletra en qüestió, la paraula i el text que fa de definició o bé hi adjuntem una imatge.



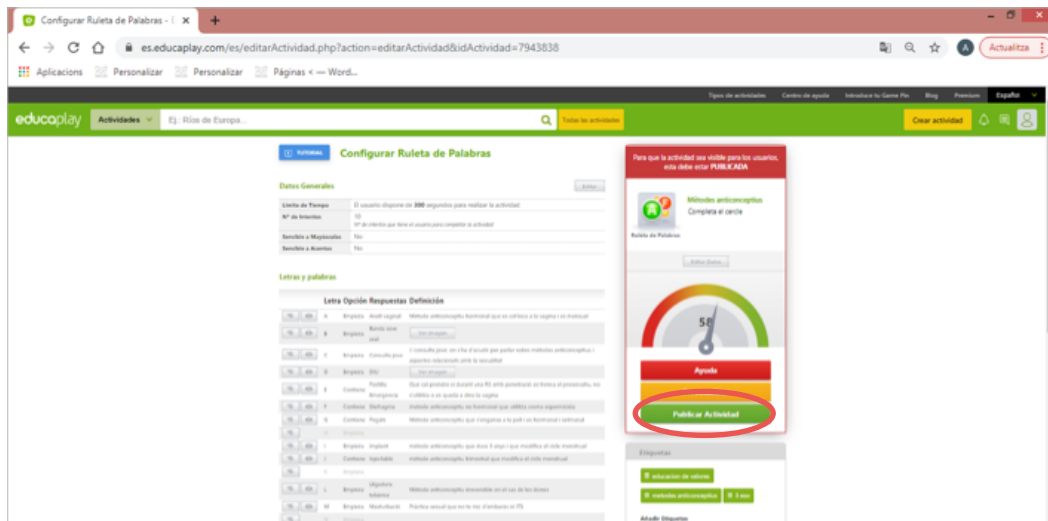
A mesura que es van emplenant les lletres, augmenta la fletxa de la brúixola. Per tal de publicar l'activitat, cal que hi hagi uns mínims. Si es clica sobre la brúixola, s'expliquen aquests mínims: entre 15-26 paraules, entre altres aspectes.



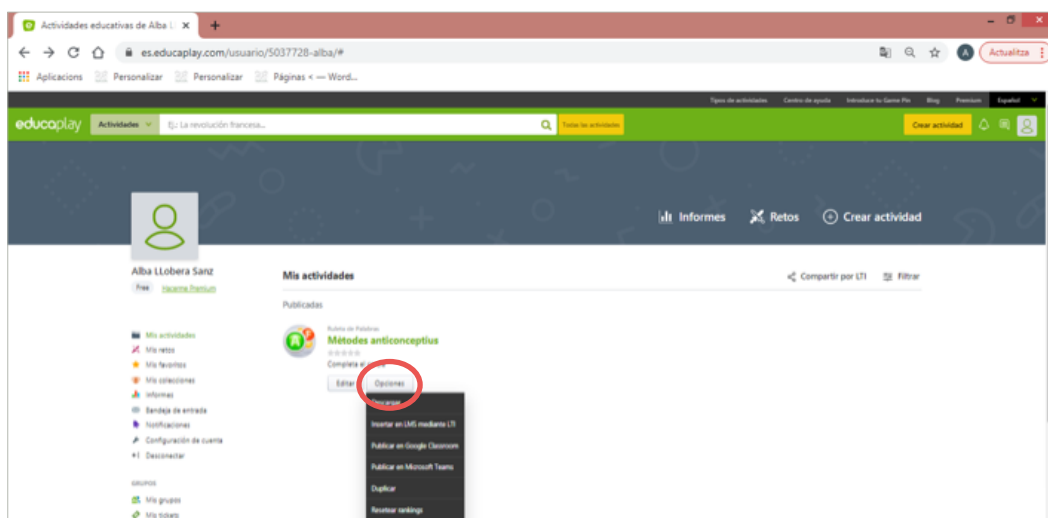
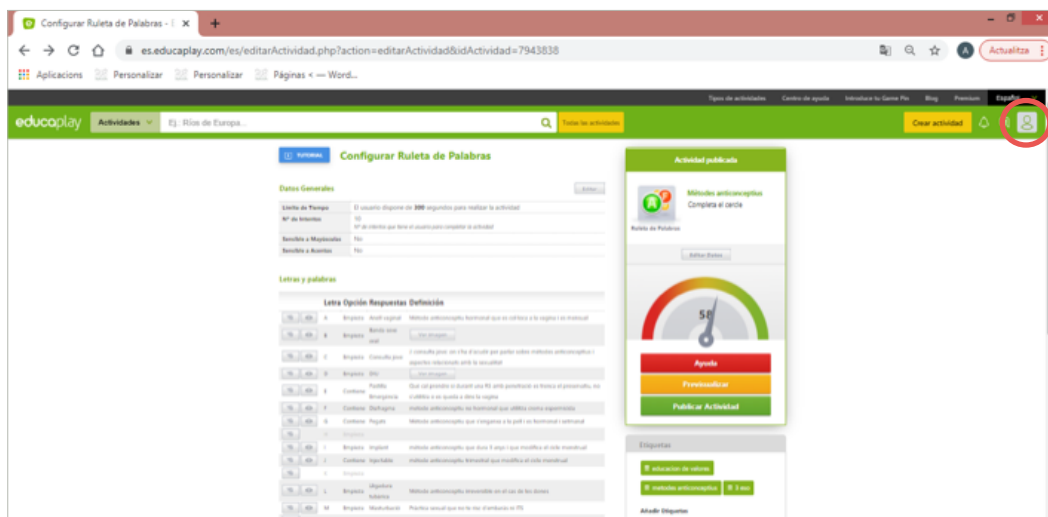
Pas 6/ Finalment, cal que hi afegim tres etiquetes per tal que es pugui publicar l'activitat.



Pas 7/ Finalment, publiquem l'activitat.



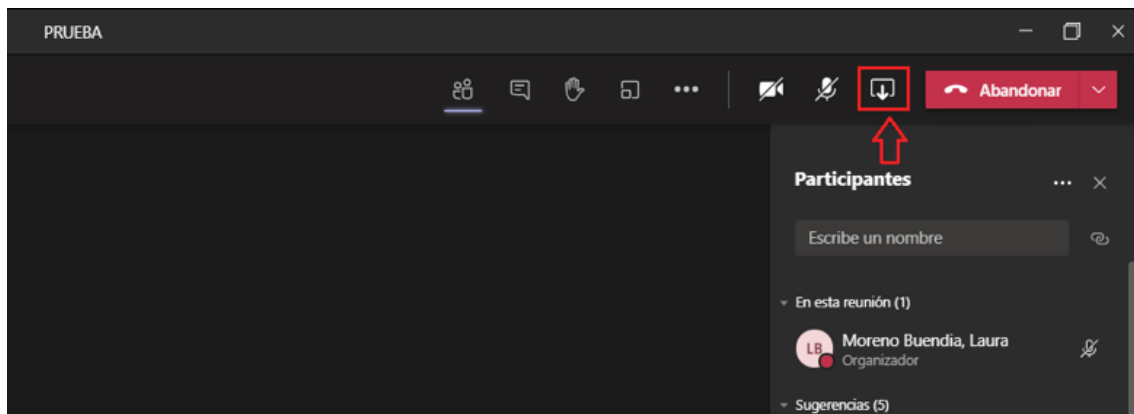
Pas 8/ Anem a les activitats creades per poder-les utilitzar.



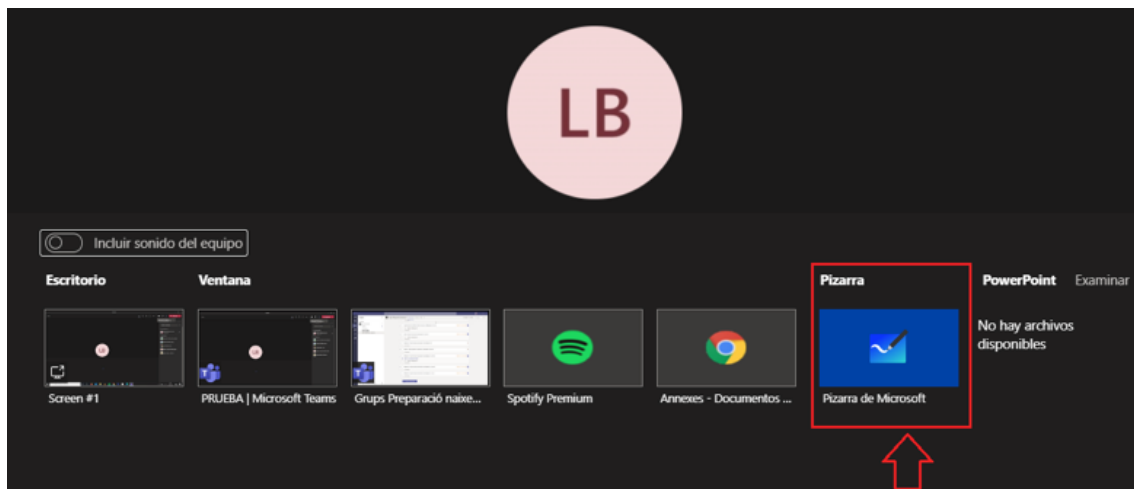
1.4 Ús d'eines Microsoft Teams

1.4.1 Pissarra digital

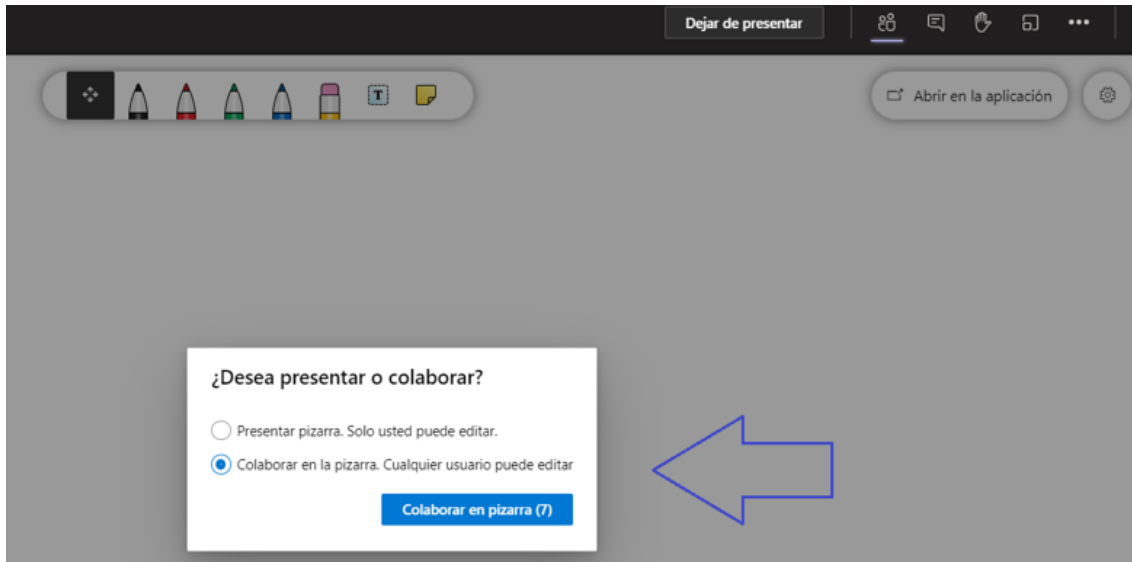
Pas 1/ Hem de fer clic a l'opció «Compartir pantalla», a la barra d'eines de la sala de Microsoft Teams.



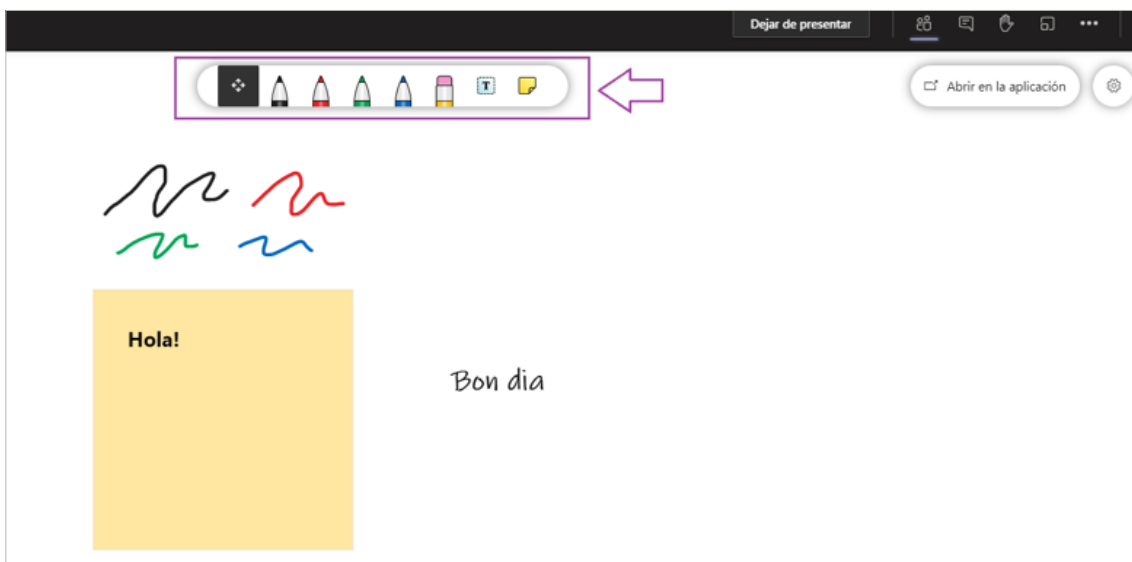
Pas 2/ Seleccionem al desplegable l'opció «Pissarra».



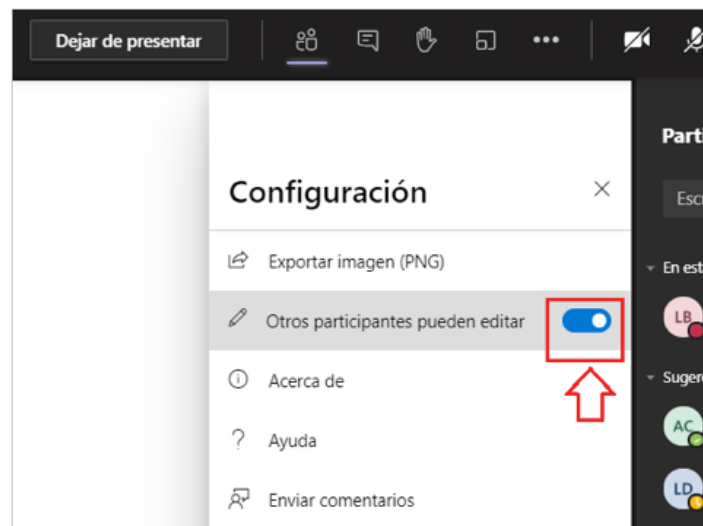
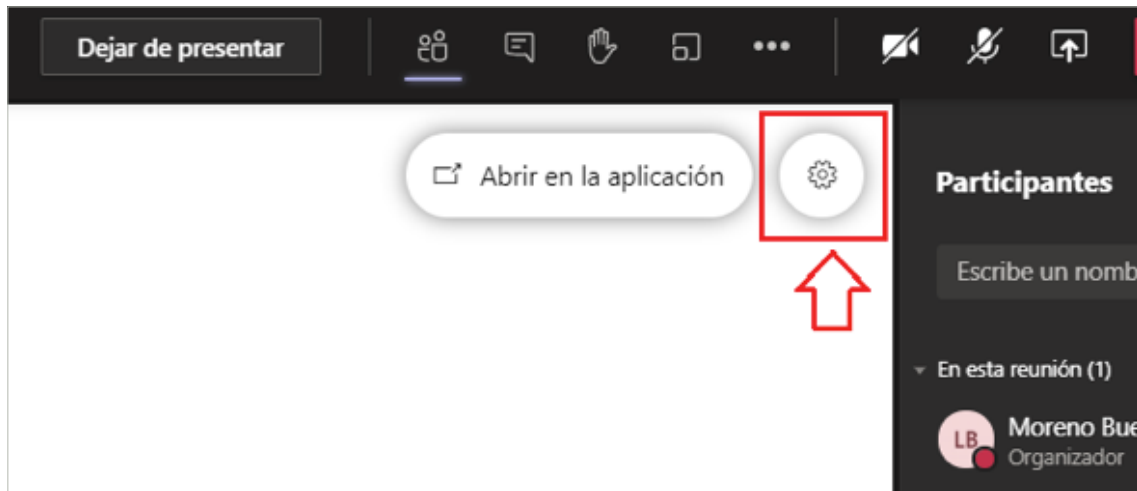
Pas 3/ Cal seleccionar si volem que tothom pugui editar i escriure a la pissarra o si només volem fer-ho nosaltres. Pel que fa a les activitats proposades per a joves, recomanem que tothom hi pugui participar per tal de dinamitzar i fer participatiu el taller.



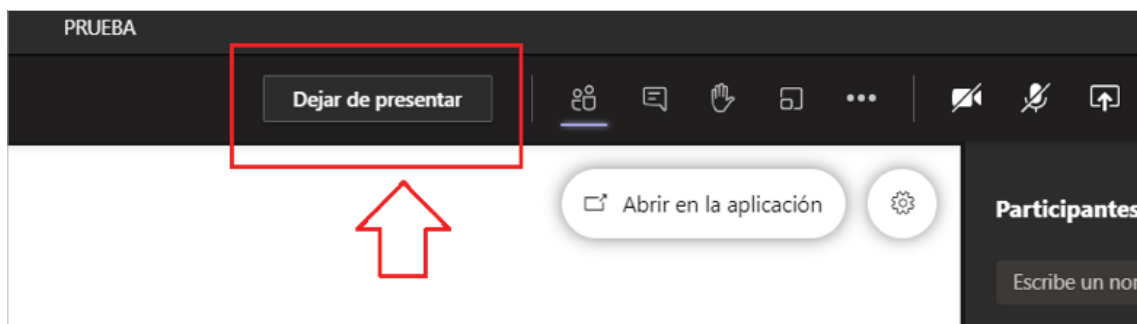
Pas 4/ Podem fer servir aquesta nova barra d'eines per dibuixar en diferents colors, esborrar, inserir textos i pòstits.



Pas 5/ Si cal, amb el botó de configuració podem tornar a canviar l'opció d'editar la pissarra.

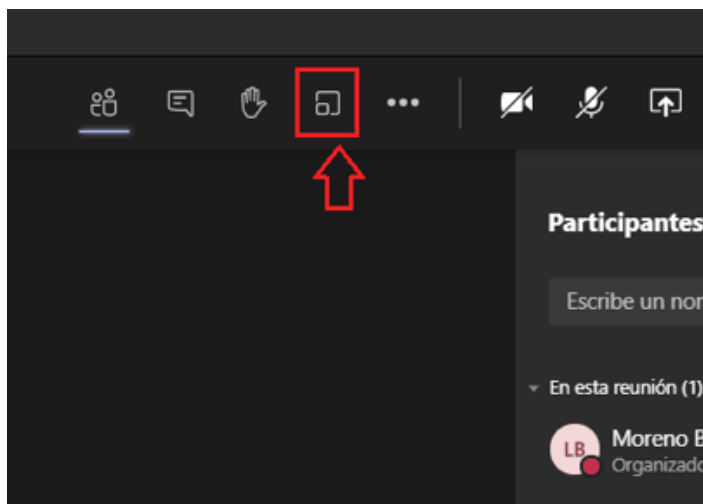


Pas 6/ Per deixar de compartir la pantalla, només cal fer clic al botó «Dejar de presentar».

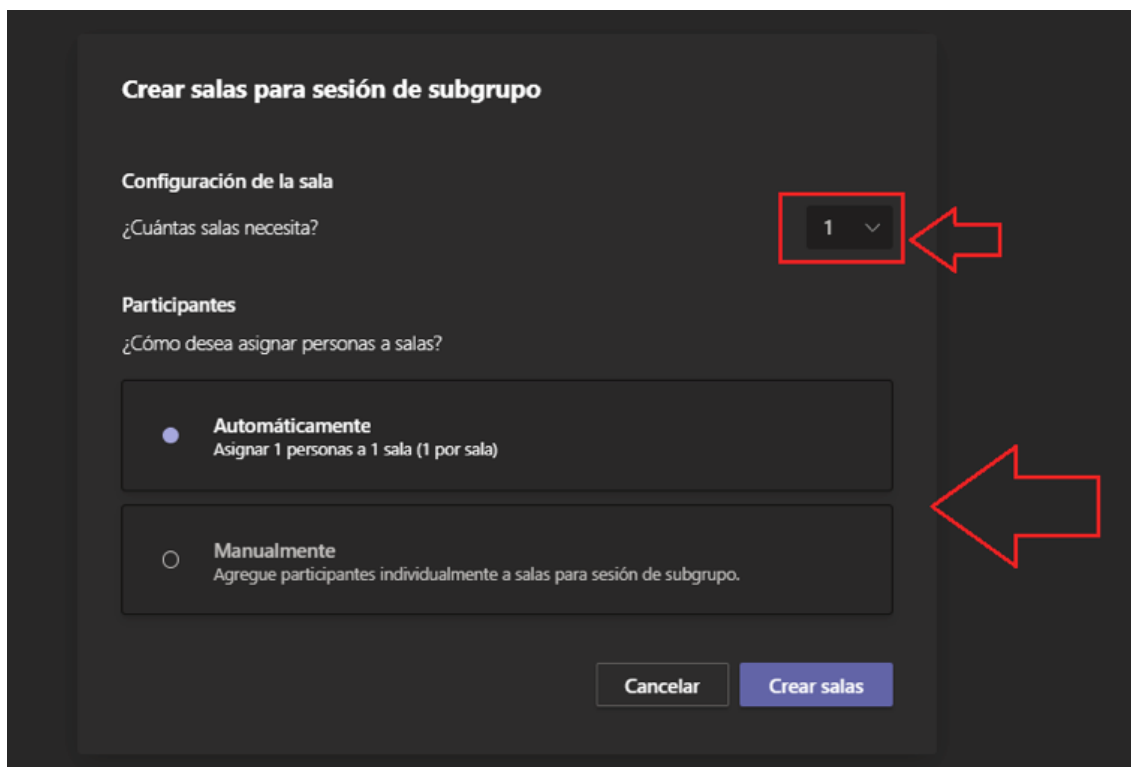


1.4.2 Creació de grups de treball

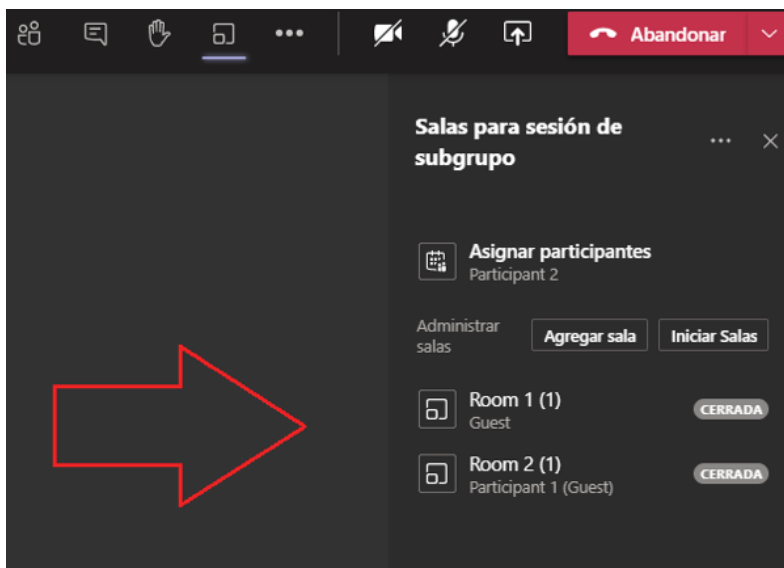
Pas 1/ Hem de fer clic a l'opció «Salas para sesión de subgrupos», a la barra d'eines de la sala de Microsoft Teams.



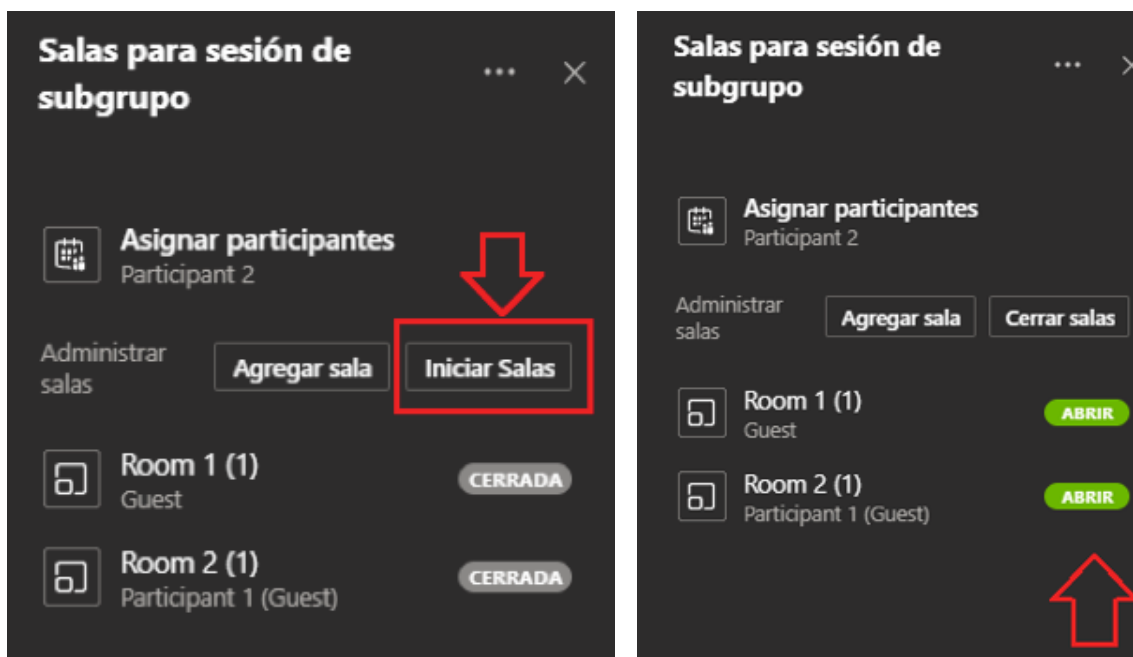
Pas 2/ Tot seguit, s'obre un quadre de configuració on es pot seleccionar tant el nombre de grups que es volen crear, com els participants. Això es pot fer tant de manera automàtica com manual. Per finalitzar, només s'ha de fer clic al botó «Crear salas».



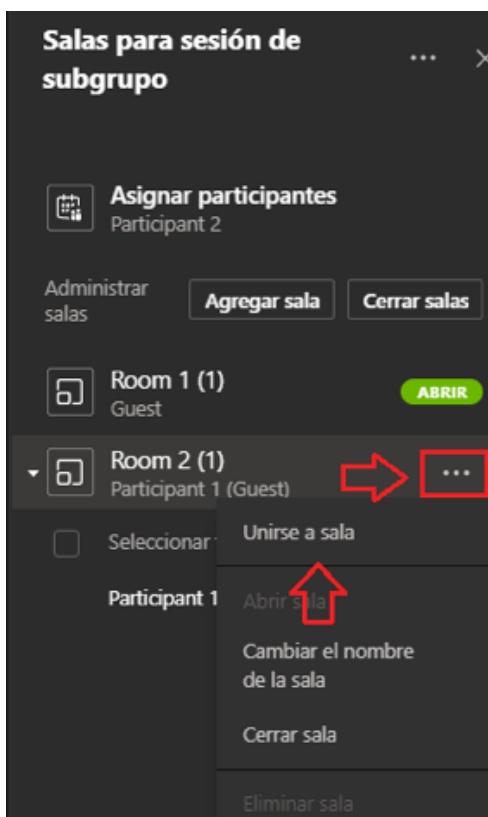
Pas 3/ Una vegada hem fet això, s'obre un nou menú amb el qual podem editar la configuració dels grups, tancar-los o obrir-ne de nous.



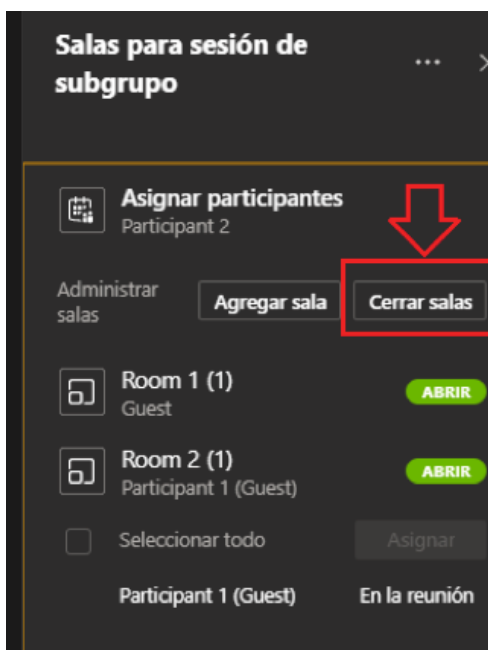
Pas 4/ Si fem clic al botó «Iniciar salas», tots els grups s'obren perquè els participants puguin fer l'activitat.



Pas 5/ Si volem entrar en una sala per supervisar un grup, hem de fer clic al botó de configuració i tot seguit clicar al botó «Unirse a sala»



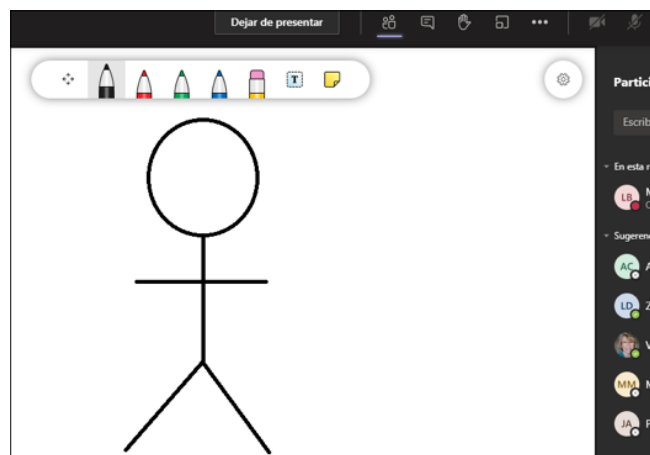
Pas 6/ Per tancar l'activitat en grup, només s'ha de fer clic al botó «Cerrar salas» i tots els participants tornaran a la sala principal.



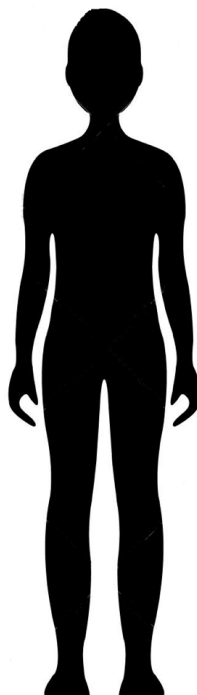
Annex 2/ Activitat «Definició de la sexualitat mitjançant una silueta»

En aquesta activitat és important fer ús d'una silueta sense gènere definit.

- Veiem també un exemple de com es veuria compartida l'activitat en modalitat en línia fent ús de la pissarra de Microsoft Teams.



- Exemple de silueta per a la modalitat presencial.



Annex 3/ Activitat «Mites sobre la sexualitat»

Aquí veiem un exemple de com es veuria compartida l'activitat «Mites sobre la sexualitat», amb el programa Kahoot!

L'absència d'himen prova que una dona ja no és verge.

12



24
Answers

◆ True

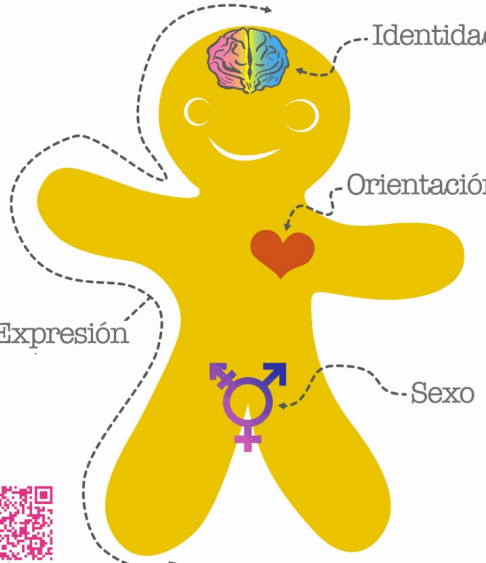
▲ False

You haven't selected at least one right answer.

Per completar l'activitat podem utilitzar el recurs «La persona de gíngebre»

La Persona de Gén(ero)gibre

por www.itspronouncedmetrosexual.com, traducción por Ophelia Pastrana, @OphCourse



Identidad

Orientación

Sexo

Expresión

Identidad de Género

Mujer — Queer — Hombre

La identidad de género es como tu piensas de ti, en tu cabeza. El como interpretas lo que te rodea y como te sientes con lo que te sucede.

Expresión de Género

Femenina — Andrógina — Masculina

La expresión de género es como te demuestras en base a roles tradicionales de género. Básicamente tus modos, vestir y comportamiento

Sexo asignado al nacer

Femenino — Intersexual — Masculino

El sexo asignado se refiere a aquel que se determinaría explícitamente según la expresión de tus órganos, hormonas y cromosomas al momento de nacer
Femenino = vagina, ovarios, cromosomas XX; Masculino = pene, testes, cromosomas XY; Intersexual, una combinación de estas dos

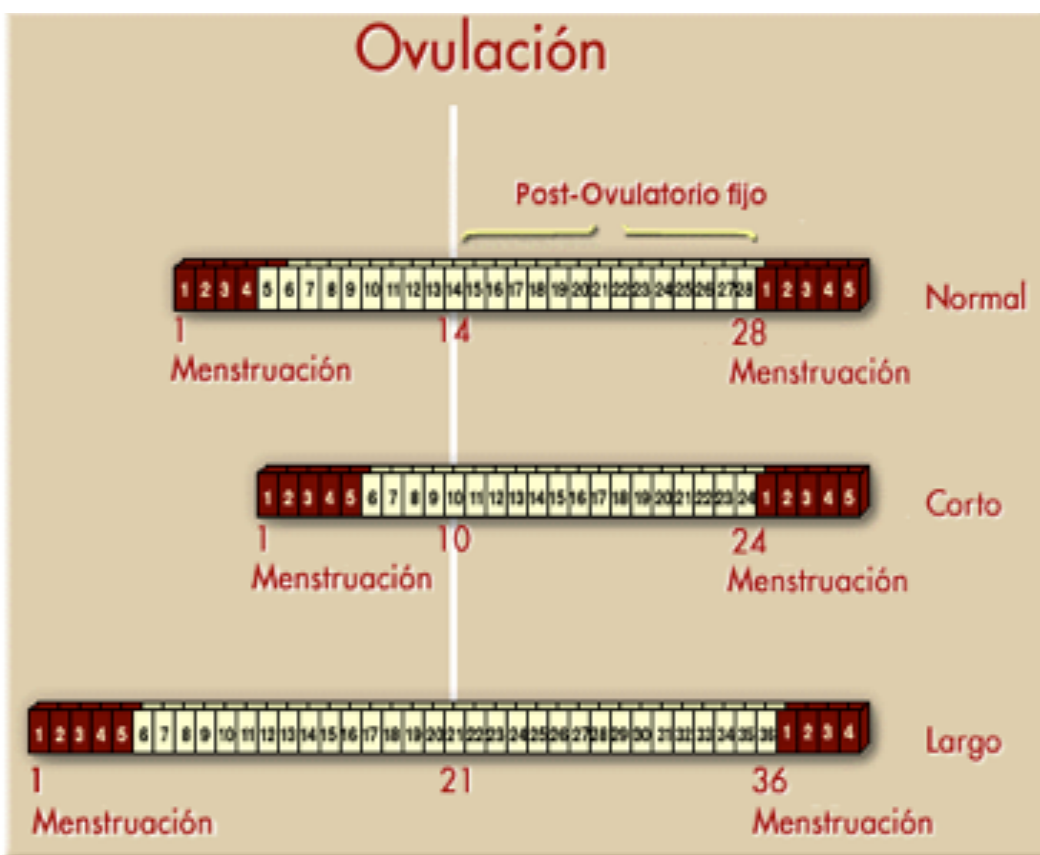
Orientación Sexual

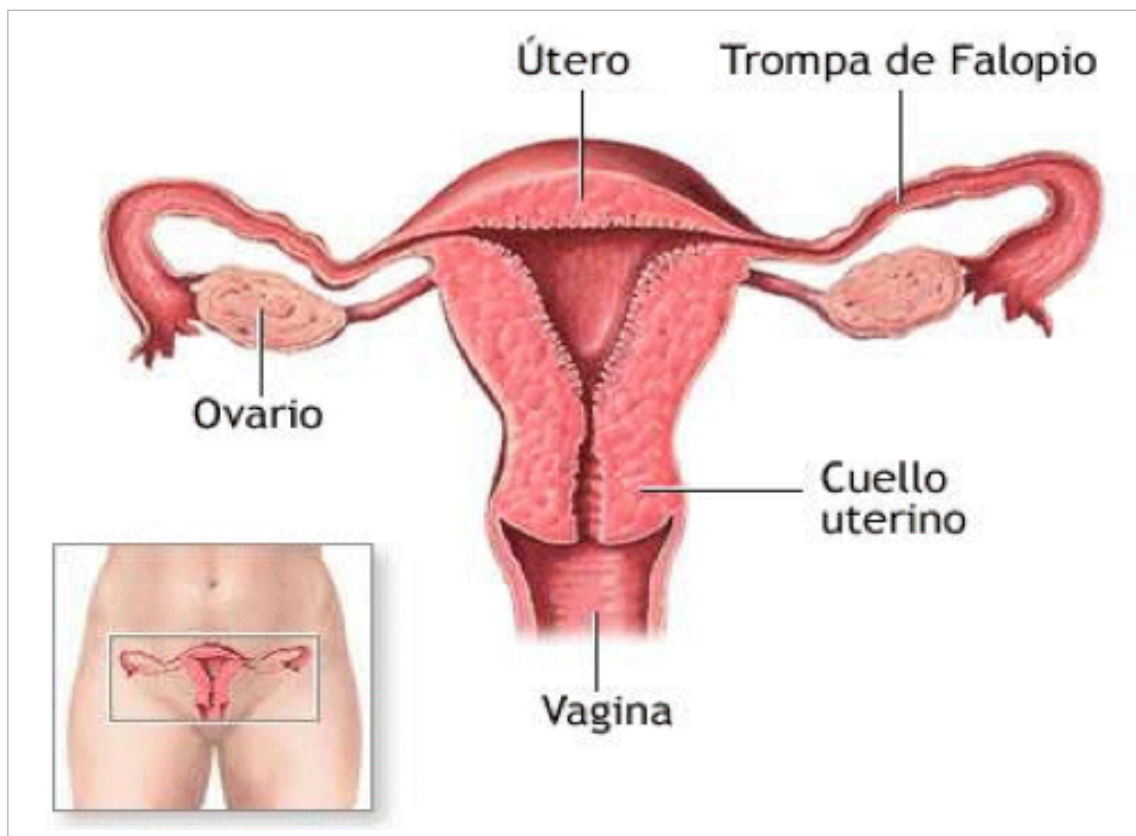
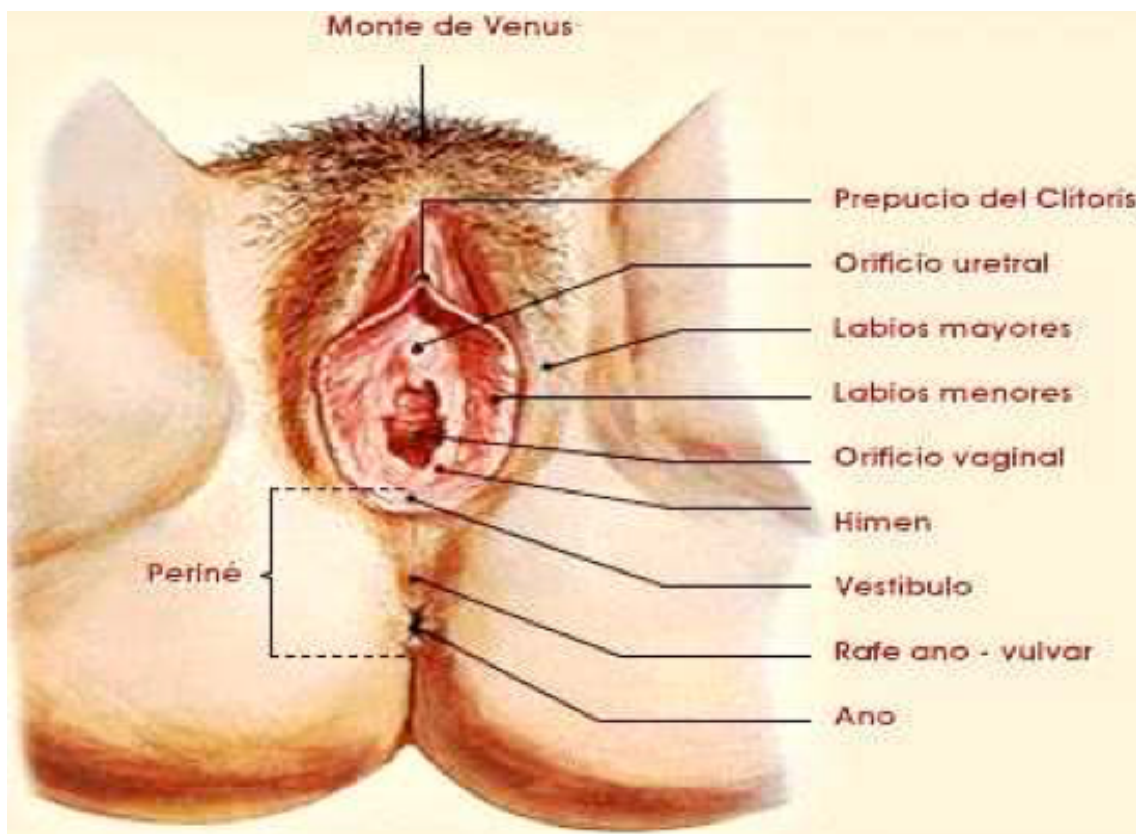
Heterosexual — Bisexual — Homosexual

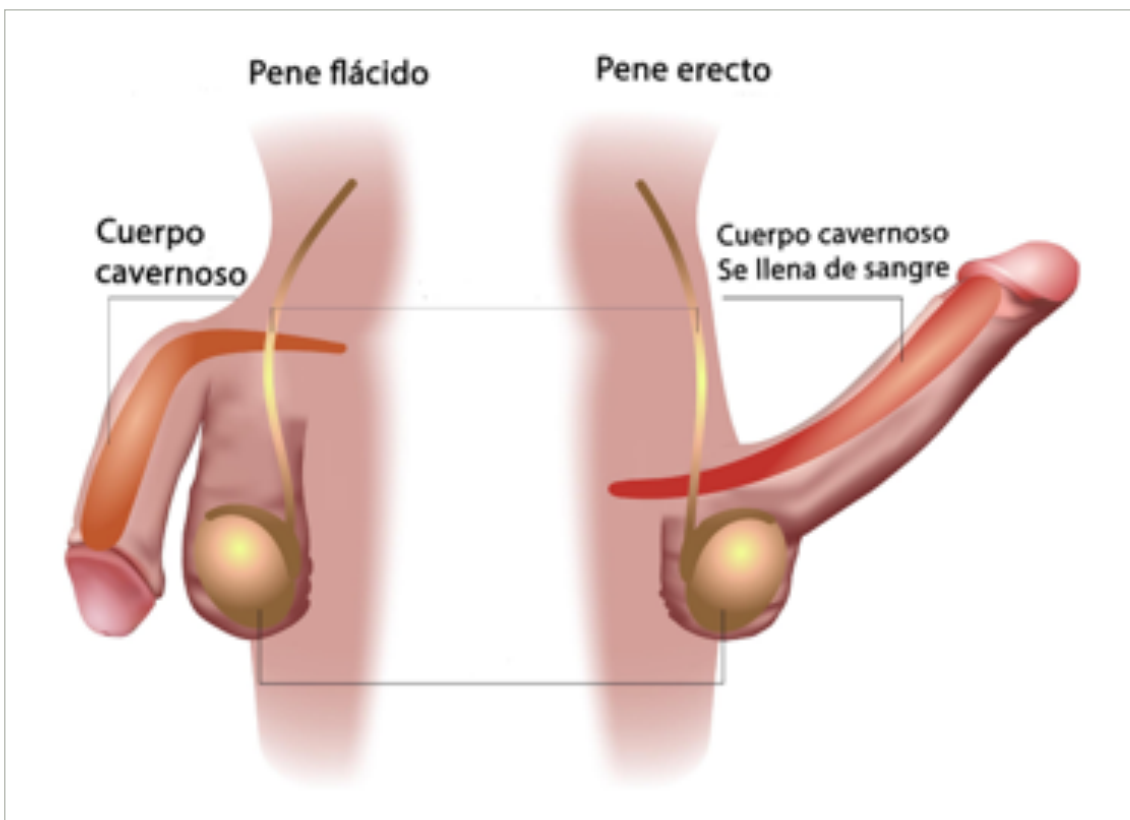
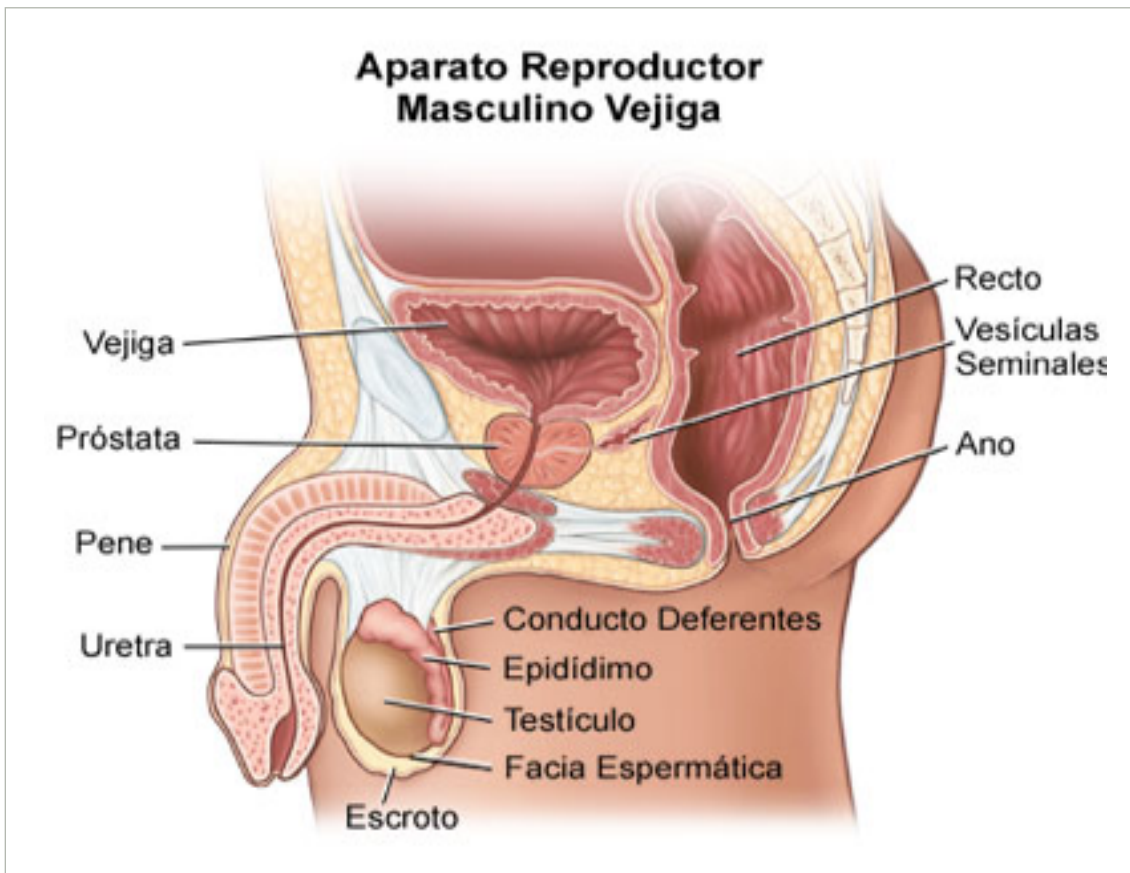
La orientación sexual es el quien te atrae física, espiritual o emocionalmente se basa en su sexo/genero, en relación al tuyo

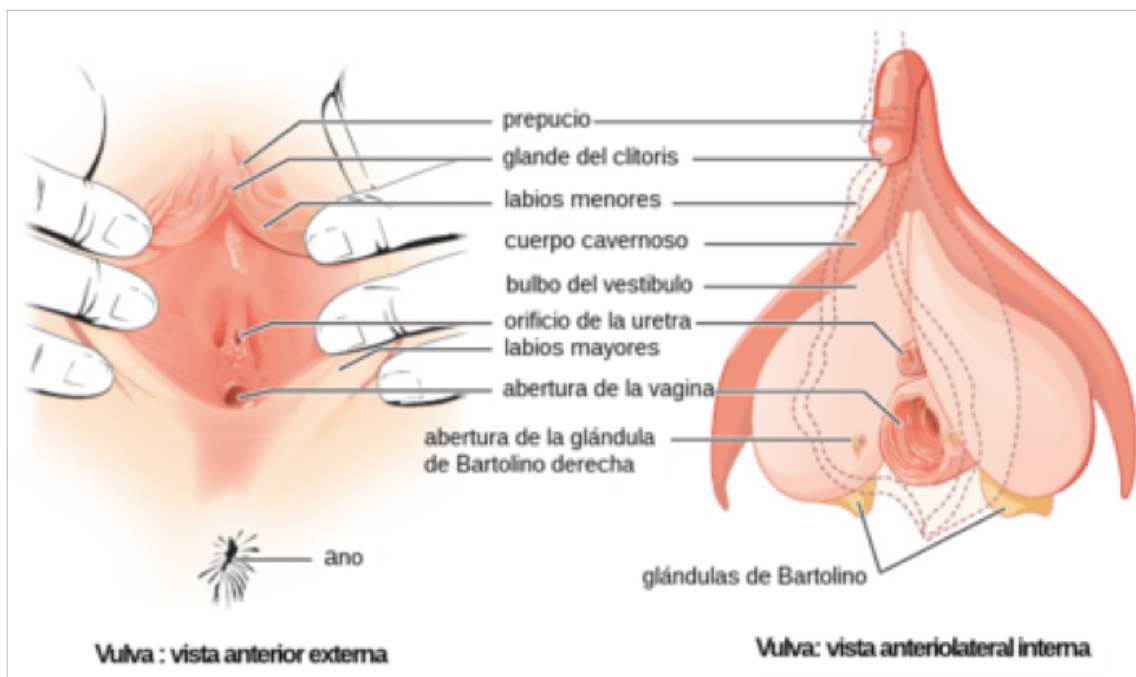
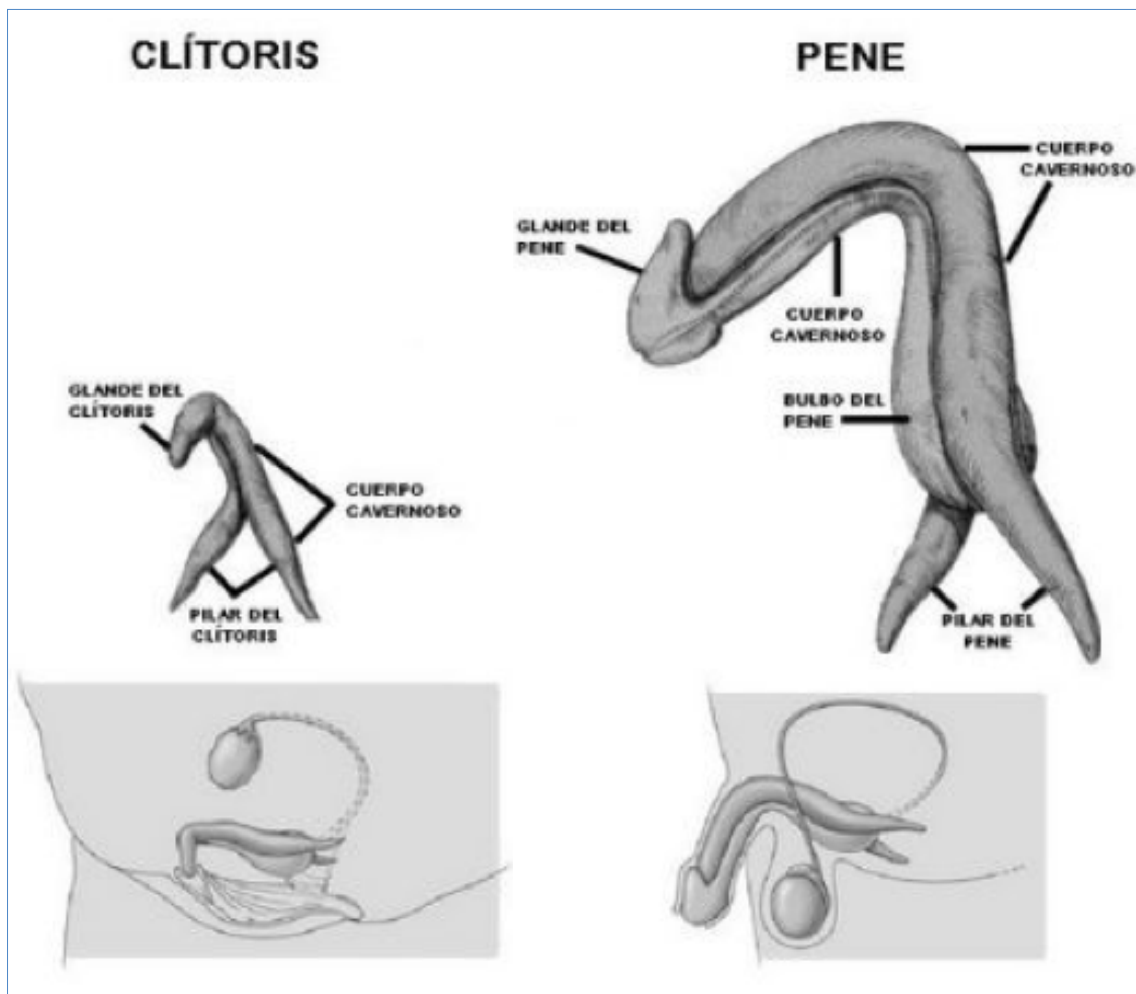
read more

Font: Adaptació de *The Genderbread Person*, de Sam Killerman. Recurs disponible a: <https://www.genderbread.org/>









Annex 4/ Activitat «El mural de la sexualitat»

Mitjançant el recurs Word Cloud de l'eina Mentimeter seguirem els passos per crear el mural de la sexualitat.

Veiem un exemple de com es veuria l'activitat compartida.



Annex 5/ Activitat «Què ens aporta la pornografia?»

Alguns exemples per dinamitzar l'activitat:





Annex 6/ Activitat «Quins drets sexuals i reproductius tinc?»

Els 12 drets sexuals i reproductius
→ Dret a la llibertat sexual
→ Dret a l'equitat
→ Dret a la lliure associació sexual
→ Dret a l'autonomia, integritat i seguretat del propi cos
→ Dret al plaer
→ Dret a una educació sexual integral
→ Dret a la presa de decisions reproductives lliures i responsables
→ Dret a la privacitat
→ Dret a l'expressió sexual emocional
→ Dret a l'atenció a la salut sexual
→ Dret a la informació basada en el coneixement científic

Annex 7/ Activitat «L'Aina es queda embarassada»

<p>Aina, 16 anys. Acaba de fer-se un test d'embaràs i ha donat positiu. No té clar si continuar o no amb l'embaràs. Li agradaria tenir la criatura, però ho veu difícil perquè vol continuar amb els estudis.</p>	<p>Albert, professor i tutor de l'Aina. Descriu l'Aina com una noia molt estudiosa i amb molta capacitat per arribar lluny i no vol que deixi els estudis</p>
<p>David, 17 anys. L'Aina és la seva parella i és el pare del fill que esperen. S'estima l'Aina però no té clara la idea de comprometre's amb ella, ja que només han tingut relacions sexuals puntuals. Tot i això, se sent important pel fet de poder ser pare. No té clara la decisió.</p>	<p>Eduard, 17 anys. És el millor amic d'en David. Coneix l'Aina però té més relació amb en David.</p>
<p>Sònia, 16 anys. És la millor amiga de l'Aina. Els agrada estudiar juntes i veu que el fet que la amiga tingui un fill pot perjudicar la seva relació. Tot i això, està emocionada per la seva amiga.</p>	<p>Pares de l'Aina, 45 i 47 anys. L'Aina diu que son una mica «tradicional». Els preocupa la reacció de la resta de la família i amics. Tot i creure que no és el millor moment per a l'Aina, no estan d'acord amb un avortament pels riscos que poden haver-hi. Dubten molt sobre què seria el més correcte.</p>
<p>Pares d'en David, 48 i 50 anys. No volen que el seu fill es comprometi tan jove amb una noia pel fet que ell hagi quedat embarassada. Pensen que ha estat mala sort. Estan d'acord que en David també és responsable de la situació.</p>	

Annex 8/ Activitat «Dir *no* a la pressió de grup»

Si m'estimessis, te n'aniries al llit amb mi
El que passa és que ets una rància
Tothom ho fa
Si no ho fem, segur que trobo algú que vulgui
Amb ell/ella ho vaig fer
Això ens unirà més i serem més forts
Si no vols arribar fins al final, per què has començat?
Anem a prendre alguna cosa i així ens posarem a to
No passa res perquè ho fem sense condó
No et preocupis, jo controlo
No li diré a ningú, no pateixis!

Annex 9/ Activitat «Imatges que parlen per si soles»

Alguns exemples per dinamitzar l'activitat:





Annex 10/Activitat «El sexisme també surt de festa»



Font: Amnistia Internacional España

Annex 11/ Avaluació

DATA:

NOM IES: CLASSE:

ENQUESTA: AVALUACIÓ DE LA INTERVENCIÓ EN EDUCACIÓ AFECTIVA-SEXUAL

L'objectiu d'aquest qüestionari és recollir les vostres opinions per tal d'introduir les modificacions necessàries en les properes edicions. Moltes gràcies per la col·laboració.

1. T'ha semblat correcte el temps dedicat a l'activitat?

Sí

No En aquest cas, què proposaries?

2. Creus que l'assistència al taller t'ha estat útil?

Si

No

3. Quina informació t'agradaria ampliar més?

4. Creus que l'activitat amb aquest/ta professional ha sigut profitosa?







5. El teu grau de satisfacció global en finalitzar l'activitat ha estat?







6. Recomanaries l'activitat a algun company?







