

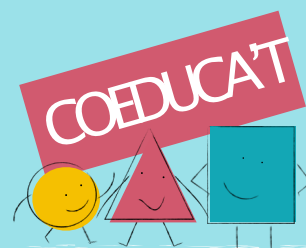
PROGRAMA COEDUCA'T

Orientacions per a l'educació afectivosexual

**Educació secundària obligatòria/
tercer i quart curs**



Generalitat de Catalunya
Departament d'Educació





Aquest llibre està publicat amb una llicència Creative Commons Reconeixement-NoComercial-SenseObra Derivada 4.0.

No es permet l'ús comercial de l'obra original ni la generació d'obres derivades.

Aquesta llicència implica que sou lliures de copiar i redistribuir el material en qualsevol format sempre que:

- Es reconegui l'autoria.
- No s'utilitzi amb finalitats comercials.
- No es difongui el material transformat a partir de l'original.

La llicència completa es pot consultar a <http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/deed.ca>

Aquest document ha estat **redactat** per un grup de treball format per persones expertes en temes de coeducació, perspectiva de gènere i educació afectivosexual: Mireia Amat Escútia, Mireia Cebrián Plazas, Maria González Aran, Laia Clua Torras i Gemma Altell Albajes.

Ha estat **coordinat** per Sílvia Aldavert Garcia i Jordi Baroja Benlliure, de L'Associació de Drets Sexuals i Reproductius.

Hi han **col·laborat persones especialistes** en aquests temes, Elena Longares Hernández i Gemma Deulofeu Villanueva.

S'ha comptat amb l'**assessorament pedagògic per a cadascuna de les etapes** de Mar Noguero Ramíreu, Maria José Aparicio Manchado, Estany Vila Belmonte, i de les tècniques de la Sub-direcció General d'Ordenació Curricular, Pilar Badenas Navarro, Rita Bagur Marquès, Maria Ojuel Solsona i Elisenda Poch Balart.

Així mateix hi han **col·laborat les entitats**: Assexora Tgn, Actua Vallès, Assemblea d'Escoles Feministes de Gràcia, Grup de Coeducació de Ca la Dona, La Ciranda/Migjorn, Comitè 1r de Desembre, Consell Nacional de Joventut de Catalunya, Cooperativa Candela, Cooperativa Mandràgores, SIDA STUDI.

I, també hi ha **col·laborat** el Servei de Salut Comunitària de la Direcció de Promoció de la Salut de l'Agència de Salut Pública de Barcelona.

© Generalitat de Catalunya

Departament d'Educació

Elaboració i edició: Sub-direcció General d'Ordenació Curricular

Disseny i maquetació: Maite Miró Cubias, del Servei de Currículum d'Infantil i Primària

Correcció i assessorament lingüístic: e-traducta.com

1a edició: **octubre de 2020**

PROGRAMA COEDUCA'T/Orientacions per a l'educació afectivosexual

**Educació secundària obligatòria/
tercer i quart curs**

Índex

Presentació	5
L'educació sexual i els Drets Sexuals i Reproductius	7
Claus de lectura i aplicació dels material	12
Primer contacte amb el Coeduca't?	14
Eix 1 - Societats i Drets Sexuals i Reproductius	16
1.1 Valors, societats i sexualitat	16
1.2 Drets humans i Drets Sexuals i Reproductius	18
Recursos	20
Eix 2 - Relacions	22
2.1 La vida en comunitat	22
2.2 Llars, famílies i criances	25
2.3 Vincles, relacions afectives i sexoafectives	26
Recursos	28
Eix 3 - La construcció social del gènere	29
3.1 Anàlisi crítica del gènere	31
3.2 Violències masclistes i LGTBfòbiques	32
3.3 La violència sexual a la infància i l'adolescència	33
Recursos	35



Eix 4 - Cossos, desenvolupament i autoconeixement	37
4.1 Consciència i imatge corporal	37
4.2 Anatomia i fisiologia sexual i reproductiva	40
4.3 Pubertat	42
Recursos	43
Eix 5 - Plaers, sexualitats i desitjos sexuals	44
5.1 Plaer, imaginaris i desitjos sexuals	44
5.2 Relacions sexuals, sexualitats i cicle de vida sexual	46
5.3 Desig i consentiment	48
Recursos	50
Eix 6 - Habilitats per a l'autocura de la salut sexual i reproductiva	52
6.1 Promoció de la salut sexual i reproductiva	52
6.2 Influència del grup d'iguals en la salut sexual i reproductiva	55
6.3 Presa de decisions, ús de mètodes barrera i anticonceptius i dret al propi cos	57
6.4 Habilitats de comunicació, negociació i rebuig en sexualitat i salut sexual	59
6.5 Suport mutu i recursos en salut sexual i reproductiva	61
Recursos	62
Ús conscient del llenguatge	64

Presentació

El Departament d'Educació posa a disposició de tots els centres educatius de Catalunya el Programa COEDUCAT, amb l'objectiu que, des de P3 a 4t d'ESO, s'incorpori la coeducació, la perspectiva de gènere i l'educació sexoaffectiva al currículum, com una eina determinant per a la prevenció de les violències masclistes i per al desenvolupament social i emocional de les persones.

Les polítiques educatives d'igualtat de gènere insten el sistema educatiu a treballar de manera activa per aconseguir un model d'escola inclusiva que eduqui en el desenvolupament integral de les persones, sense discriminacions i en el rebuig a tot tipus violència. El centre educatiu és l'espai de socialització per excel·lència, on s'eduquen les ciutadanes i els ciutadans més joves amb la voluntat que esdevinguin persones crítiques, lliures i amb valors democràtics que contribueixin a millorar la societat perquè avanci cap a la igualtat, sense estereotips de cap tipus.

Els objectius dels decrets de currículum de totes les etapes educatives destaquen que cal afavorir la igualtat de drets i oportunitats de totes les persones sense cap tipus de discriminació (per raó de naixement, raça, sexe, opinió o qualsevol altra condició o circumstància personal o social), i rebutjar els estereotips sexistes que suposin discriminació entre homes i dones. Així mateix, s'assenyala que cal desenvolupar les capacitats afectives en tots els àmbits de la personalitat i en la manera de relacionar-se amb els altres, afavorint les que fomentin la igualtat de gènere i els drets humans i les que rebutgin la violència i el prejudicis de qualsevol mena.

Tot i que el primer article de la Declaració Universal dels Drets Humans, aprovada per les Nacions Unides l'any 1948, diu que "Tots els éssers humans neixen lliures i iguals en dignitat i drets i, dotats com estan de raó i consciència, han de comportar-se fraternalment els uns amb els altres" no va ser fins la Declaració de Viena del 1993 quan les Nacions Unides van reconèixer els drets de les dones com a drets humans. La Conferència Internacional sobre Població i Desenvolupament del 1994 introduïa la noció de salut sexual i reproductiva, reconeixent per primera vegada els drets sexuals i reproductius dins dels drets humans a protegir. Des de llavors l'educació afectiva i sexual és un dret reconegut i una prioritat present en totes les agendes internacionals.

L'any 2015, l'Assemblea General de l'ONU va aprovar [l'Agenda 2030 per al desenvolupament sostenible \(ODS\)](#), incorporant en l'objectiu 5 (Igualtat de gènere) l'accés universal a la salut sexual i reproductiva i als drets reproductius.



La UNESCO (2017) manifesta la necessitat d'una educació escolar integral i de qualitat sobre sexualitat i drets sexuals i reproductius per transmetre coneixements precisos, la promoció d'actituds i valors positius, i el desenvolupament de competències que permetin prendre decisions amb coneixement de causa.

A la [Declaració d'Incheon per a l'Educació 2030](#) s'insta a una educació inclusiva, equitativa i de qualitat i a un aprenentatge prolongat al llarg de la vida: reconèixer la importància de la igualtat de gènere per aconseguir el dret a l'educació igualitària per a totes les persones. L'educació afectiva i sexual ha esdevingut un dret i una prioritat en totes les agendes internacionals que proposen iniciatives educatives de promoció de la salut i els drets humans en el marc d'un model integral amb perspectiva de gènere. I des del Departament d'Educació ens comprometem a donar suport a les polítiques, plans i contextos d'aprenentatge en els quals es tinguin en compte la perspectiva de gènere, així com incorporar-la en la formació de docents i en els plans i en els programes d'estudis, com un pas necessari per poder eliminar qualsevol tipus de violència a les escoles.

Us encoratjo a treballar conjuntament per educar coeducant-nos. Els centres educatius i la comunitat educativa teniu un paper rellevant en la possibilitat de provocar els canvis necessaris per viure en una societat on els pensaments, les actituds i els comportaments de les persones ens permetin relacionar-nos solidàriament.

Diacrític

dona dóna dona dóna
 dona dóna dona dóna
 dona dóna dona dóna
 dona dóna dona dóna
 dona dóna dona dóna

que violent és un accent
 quan no fa prou diferència

Mireia Calafell

Maite Aymerich Boltà
 Directora general de Currículum i Personalització



L'educació sexual i els Drets Sexuals i Reproductius

L'acadèmia no és el paradís. Però aprendre és un lloc on el paradís pot ser construït. L'aula, amb totes les seves limitacions, roman un indret de possibilitat. En aquest camp de possibilitat tenim l'oportunitat de treballar per la llibertat, de demanar-nos, a nosaltres mateixes i a les nostres companyes, una obertura del cor i de la ment que ens permeti encarar la realitat així com imaginar col·lectivament camins per moure'ns més enllà de les fronteres, per transgredir. Això és l'educació com a pràctica de llibertat.

bell hooks (1994)¹

La introducció de l'educació afectiva i sexual al currículum de l'educació formal és una reivindicació històrica dels moviments que defensen els Drets Sexuals i Reproductius, és a dir, la defensa dels drets humans. Són múltiples els organismes, instruments i consensos internacionals (OMS, UNESCO, Caire, Beijing, CEDAW)^{2,3,4} que han reafirmat i reiterat la centralitat d'aquesta proposta a efectes de la garantia del dret fonamental a l'educació, el dret fonamental a la salut, i, per descomptat, la possibilitat de viure una sexualitat desitjada i plaent, lliure de qualsevol forma de violència, incloent-hi qualsevol tipus de coacció i/o discriminació. En el context català, el marc legislatiu vigent⁵ ja contempla la idoneïtat d'introduir l'educació afectiva i sexual per a la construcció d'una societat més justa i sostenible, on la violència, la discriminació i l'opressió no hi tinguin cabuda.

L'educació sexual es projecta, doncs, com l'espai des del qual podem **comprendre la sexualitat, en tota la seva diversitat, centrada en el plaer i el benestar, des d'una perspectiva feminista i de drets.** I com que parlem de drets, de Drets Sexuals i Reproductius i, per tant, de drets humans, ha de quedar clar que l'educació sexual ha de ser **universal, inalienable i interdependent** de la resta del conjunt de drets que recullen i reconeixen allò que és inherent a qualsevol persona.

¹ Watkins, Gloria Jean (bell hooks), *Teaching transgress. Education as the practice of freedom*. London: Routledge, 1994.

² WHO for European Region. *Standards for Sexuality Education in Europe - Estándares de Educación Sexual para Europa*. Oficina Regional de la OMS para Europa y BZgA. WHO, BZgA, editors, 2010, 84 p.

³ UNESCO. [Orientaciones técnicas internacionales sobre educación en sexualidad: un enfoque basado en la evidencia](#). 148 p.

⁴ *Monogràfic Drets Sexuals i Reproductius. Violències masclistes: vulneracions dels DSiR*. L'Associació.

⁵ [Llei 17/2015 d'igualtat efectiva entre homes i dones](#); [Llei 11/2014, per a garantir els drets de lesbianes, gais, bisexuals, transgènere i intersexuals i per a eradicar l'homofòbia, la bifòbia i la transfòbia](#); [Llei 14/2010 dels drets i oportunitats en la infància i l'adolescència](#); [Llei 5/2008 del dret de les dones a eradicar la violència masclista](#).



Els punts següents constitueixen els pilars fonamentals de l'educació sexual:

1. Des dels Drets Sexuals i Reproductius
2. Amb perspectiva feminista i interseccional
3. Sempre centrada en el plaer
4. Amb una mirada holística i integral
5. Amb la diversitat com a protagonista, transversalitzant-ne les interseccions
6. Fomentant el pensament crític i la lògica sociopolítica
7. Promovent l'autoconeixement, el coneixement i l'autocura

Aquesta proposta d'educació afectiva i sexual remarca el terme *afectiva* per fer-ne notar la invisibilitat permanent en una societat basada en la producció, l'eficiència i els mandats associats a la masculinitat, on les emocions sovint han quedat relegades a un segon terme, a l'àmbit privat, com a debilitats. Tot i així, **un abordatge integral de la sexualitat ja comporta implícit el protagonisme de l'eix de l'afectivitat**, l'eix relacional, perquè no podem imaginar una sexualitat positiva i saludable que no observi críticament sota quins paràmetres i models es teixeixen els vincles existents a la comunitat, a les famílies i a les unitats de convivència, o aquells que escollim i que prenen forma d'amistat i sexoafectivitat, fet que recupera la dimensió política dels afectes i les cures (Morgade 2019:3)⁶.

Des del convenciment que la sexualitat interpel·la tots els àmbits de la nostra vida, la proposta inclou també **una atenció expressa a l'eix social**, analitzant els valors de les diferents realitats societàries; les dinàmiques, estructures i institucions reguladores; la història del marc dels drets humans i les lluites per garantir-los d'una forma efectiva; les relacions d'hegemonia i contrahegemonia cultural que pauten normes de pensament i conducta a individus i comunitats, etc. Conscients que qualsevol experiència humana es revesteix dels elements descrits, **la vessant sociocultural i històrica esdevé també un tema transversal en tots els eixos que guien la divisió dels materials**.

Les persones, en la nostra acció quotidiana i col·lectiva, participem de la construcció i reproducció de nocions abstractes, com la cultura i els dispositius ideològics i de creences. Aquestes, a la vegada, en una relació recíproca, condicionen i modelen la nostra manera de ser persones,

⁶ Morgade, G. *La educación sexual integral como proyecto de justicia social*. Descentralada, 3 (1), e080, 2019. <https://doi.org/10.24215/25457284e080>



d'interactuar amb les altres i amb l'entorn. En els darrers anys, s'ha pres més consciència en relació al reconeixement i l'impacte del sistema heteropatriarcal sobre la pròpia vida, gràcies a la tasca que els feminismes han desenvolupat durant segles arreu del món. **En abordar l'educació sexual es fa imprescindible prestar atenció a la influència del masclisme i l'heterosexisme sobre la vivència de la sexualitat i la reproducció.** La tirania del gènere i la persecució de preferències sexuals no normatives; el control dels cossos de les dones i la criminalització del seu dret a decidir sobre aquests; la reproducció dels rols de gènere i l'atribució d'estereotips sobre el desig sexual (associat a l'home, consentit per la dona) i la incidència evident de la violència sexual a nivell internacional, entre moltes altres qüestions. Les vulneracions de drets fan palesa la necessitat de desmuntar aquest sistema criminal per a la promoció de la salut de totes les persones.

I és que la salut, un dels aspectes centrals de les nostres vides, no és l'absència de malaltia, sinó la consecució d'un estat de benestar que contempla les vessants sociorelacional, psicoemocional i física de qualsevol ésser humà. L'educació formal és un espai privilegiat per a la promoció de la salut, i, des de la perspectiva dels Drets Sexuals i Reproductius, **l'educació sexual incorpora alhora una mirada atenta i crítica a tots els aspectes de la sexualitat i la reproducció que tenen un impacte sobre els aspectes descrits, incentivant dins l'aula habilitats i estratègies d'autocura personals i col·lectives.** Des de la provisió d'informació científicament rigorosa sobre mètodes barrera i anticonceptius a la reflexió sobre l'impacte del context i de les pròpies decisions en l'adquisició d'hàbits de vida saludables i la prevenció d'afeccions i malestars. Considerant també el paper que desenvolupa el grup en aquests aspectes, la importància de comunicar i negociar amb les altres persones per conjugar interessos i necessitats i l'oportunitat o idoneïtat de recórrer a recursos externs especialitzats.

No podem pensar, però, en el cos que pot emmalaltir o en el cos que es cuida físicament com l'única presència de la dimensió corporal en un programa d'educació sexual integral. Se'ns fa bastant evident la relació estreta que hi ha entre els cossos i la sexualitat; som cossos sexuats i aquests interactuen, amb si mateixos, amb nosaltres mateixes, o amb els cossos de les altres persones en gran part dels imaginaris sexuals. És per això que val la pena **aprofundir en el coneixement i l'autoconeixement que tenim de la dimensió corporal, tant des d'una lectura anatòmica i fisiològica com des de la consciència i la percepció i els simbolismes que s'hi associen**, sobretot en època escolar, quan les transformacions que transiten els cossos prenen velocitats vertiginoses i estan carregades de significats. I tot explorant el cos des de la vivència com un espai dinàmic de possibilitat, que és i es fa, que acull i crea, que sent i comunica. També cal identificar l'acció externa que oprimeix, normativitza i exclou tota la diversitat corporal existent i tota la possibilitat de viure el propi cos i el cos de les altres persones des del plaer i el benestar.



Perquè **reivindiquem el plaer**, el plaer conscient i responsable. El plaer entès com la capacitat de gaudir, que ens permet, des de cada experiència subjectiva i diversa, valorar les nostres accions i compromisos, revisar allò que ens fa mal i potenciar allò que ens fa sentir bé. Perquè, deixant de banda les doctrines repressives i punitives que promulguen una sexualitat associada exclusivament a finalitats reproductives, **acompanyar en l'exploració del desig, de pràctiques, imaginaris i fantasies vol dir educar en el benestar, visibilitzar la diversitat de formes i colors de preferències, emocions i sensacions i democratitzar aquesta vivència des de l'ètica dels drets humans, aprenent a promoure i defensar el dret al plaer per a totes les persones.**

L'educació sexual integral té l'objectiu de participar del creixement i desenvolupament personal i comunitari, d'apropar-nos a un horitzó on la vida ha vençut contra les desigualtats, l'explotació i la discriminació. Des d'aquesta premissa, caldrà posar llum a totes les formes de violència que hi ha en aquest present que volem transformar, les violències que exercim, que permetem per la nostra indiferència i passivitat, que tolerem perquè ens fan massa por o perquè no som capaces ni capaços d'imaginar l'alternativa. **Per tal de poder entendre la complexitat de la violència, l'impacte de les condicions sistèmiques i la reproducció d'aquestes en les dinàmiques interpersonals, hem de polititzar l'experiència singular, entendre-la en el context d'un entramat d'estructures discriminatòries, que s'articulen i s'imbriquen en la vivència del patiment i el malestar.** És necessària, per tant, l'aplicació de la perspectiva interseccional, una perspectiva que descriu la inextricabilitat de les diferents categories socials recognoscibles i dinàmiques que se'n deriven, per exclusió o per transgressió, de la imposició d'un determinat model normatiu "Home, blanc, ric, heterosexual, físicament canònic, etc.". **La vivència des dels marges, la vivència de les dones, migrades, homosexuals, transsexuals, pobres, treballadores, amb diversitat funcional, grasses, i un llarg etcètera, només es pot acollir, defensar i reivindicar des d'una lectura interseccional de la seva realitat concreta.**

Tots els eixos recorreguts i els continguts plantejats descriuen en l'actualitat molts debats candents, uns debats que encapçalen els moviments socials i militants que des de diferents coordenades lluiten per una vida digna. Els posicionaments parteixen de la resposta activa a determinades condicions de vida, i són tan vigents com ho són les estructures a les quals contesten, però la reflexió cap a la vida digna serà una constant del pensament crític. Per això, **caldrà revisar les aportacions presents, reformular-les i proposar-ne de noves sempre que es consideri necessari, des de tota la riquesa i la diversitat dels sabers col·lectius.**

Per acabar, proposem una mirada interna, reflexiva i autocrítica respecte a la docència i els models pedagògics. Som conscients, i és una de les principals aportacions dels materials, que el context condiona les nostres maneres de fer, com a persones i, per tant també, com a professionals. Des de la voluntat de transformar la realitat de manera integral, els feminismes han revisat i analitzat tots els àmbits de les nostres vides, incloent l'activitat pedagògica. En aquest sentit es fan propostes



que, a la pràctica, suposen incorporar els continguts de l'educació afectiva i sexual a la tasca de l'equip docent, no només en la seva acció emissora, sinó també en les pròpies habilitats i actituds comunicatives, atenció a l'espai, tracte amb l'alumnat, format d'avaluació, dinàmiques en el si de l'equip professional, relació amb les famílies i persones cuidadores d'infants i joves, etc. **Així, entenem que la millor aplicació dels materials passa per una atenció explícita al com: com es generen espais participatius i dialògics de creació de coneixement a l'aula, com es cuiden tots els vincles i com s'encarna una persona adulta referent i de confiança més enllà de les paraules que diu en el seu fer de cada dia.**

"El nostre projecte pretén fomentar la **participació** cívica del jovent perquè partim de la idea bàsica que cada persona és important i que l'actuació que desenvolupa pot marcar una diferència positiva en el món que l'envolta"; amb aquestes paraules, Rosa Sanchís (2018) defineix la intenció dels materials d'educació sexual "Els nostres drets, els nostres cossos"⁷ per al País Valencià i nosaltres les compartim fil per randa. **Des de la mateixa premissa, a més, volem acabar aquesta introducció fent un reconeixement explícit a totes aquestes persones que, des de la docència, conscients de la mancança d'una proposta més orgànica, han desplegat iniciatives per promoure l'educació sexual, nodrint el creixement i l'aprenentatge d'infants i joves, amb un compromís ferm amb el seu benestar.**

⁷ [Els nostres drets, els nostres cossos. Guia d'Educació Sexual](#). Generalitat Valenciana, 2018.



Claus de lectura i aplicació dels materials

En aquest apartat, oferim una guia dels documents que s'introdueixen a continuació. Els materials inclouen **tres publicacions** que corresponen respectivament a les propostes per a les etapes de l'educació infantil, l'educació primària i l'educació secundària. La d'educació infantil està adreçada al segon cicle d'aquesta etapa; la d'educació primària es divideix en tres documents, cada un adreçat a un cicle: inicial, mitjà i superior; la d'educació secundària està formada per dos documents, un per als cursos primer i segon i un altre per a tercer i quart. En total, doncs, els continguts s'organitzen en **sis dossiers**.

Cada dossier es compon de **sis capítols** relatius als eixos que conformen una mirada integral a l'educació sexual. Tots els capítols consten d'una **introducció** dels diferents aspectes de cada temàtica, que té l'objectiu de contextualitzar i explicar els elements principals que cal abordar; un recull sintètic de les **idees clau** de cada fragment introductori per a tot l'equip docent i una enumeració dels **continguts** desglossats. Per últim, al final de cada capítol un petit **recull de recursos i materials**. Aquests apartats no són més que aproximacions tant metodològiques com didàctiques al material, i per tant, un punt de partida des del qual desenvolupar tots els coneixements, temàtiques i continguts presentats.

El **recull de recursos**, al seu torn, busca ampliar els continguts i coneixements específics que es treballen a cada capítol. S'hi inclouen materials teòrics per a l'equip docent que permeten seguir indagant en les temàtiques treballades i altres materials de suport pedagògic per a contribuir al desenvolupament del treball a l'aula.

Amb la voluntat de construir un marc holístic es recomana fer **una lectura vertical** (una lectura transversal de tots els eixos per cada etapa educativa) **que entengui com s'imbriquen i se solapen els diferents continguts presentats**, ja que la divisió pretén només ser operativa, però es desdibuixa i es conjuga en una visió global. La mateixa premissa regeix les activitats proposades, en tant que totes i cada una, malgrat estar assignades a un eix concret, obren espais d'oportunitat per abordar també continguts presentats en els altres eixos.

És possible alhora fer **una lectura horitzontal** (una lectura des d'infantil a secundària) de tots els eixos, en el sentit que tracen un recorregut d'aprenentatge acumulatiu que es pot consultar a l'[itinerari d'educació afectivosexual](#). És molt important tenir present aquesta lectura horitzontal ja que, malgrat les assignacions curriculars dels diferents continguts a una etapa escolar determinada, la tasca de l'equip docent rau a **poder detectar les necessitats singulars de cada grup i aplicar-hi un abordatge adequat**, capaç d'incidir en la seva realitat concreta, acompanyant-ne la formació. Això implica conèixer quins són els objectius d'aprenentatge que s'han d'haver assolit a una determinada edat, contrastar-los amb la situació real de l'alumnat, i adaptar la programació per tal de respondre a les característiques pròpies de cada context particular.

Val la pena destacar la voluntat de **transversalitzar tots els continguts proposats** als diferents espais de l'educació formal en lloc de constituir-se com una matèria específica. La complexitat de la temàtica, la seva radicalitat i la multiplicitat d'aspectes que interpel·la comporta abordar-la d'una manera integral, també pel que fa els diferents àmbits curriculars, **permeant les diferents àrees i matèries**. Partint de les recomanacions explícites que els materials contemplen, l'equip docent trobarà els espais idonis per presentar i explorar tots els continguts.



Primer contacte amb el coeduca't?

Recordeu que els materials que es presenten a continuació formen part d'un conjunt que abasta des del cicle d'educació infantil fins al final de la secundària. L'[itinerari d'educació afectivosexual](#) recull el desenvolupament progressiu dels continguts a través les diferents edats i és molt recomanable consultar-lo atentament en cas que sigui la primera vegada que es treballa amb el Coeduca't. Així mateix, enumerem seguidament alguns aspectes determinats que s'han explorat amb major detall en etapes educatives precedents però que cal, sens dubte, recuperar, ja que constitueixen elements centrals del programa.

EIX 1: SOCIETATS I DRETS SEXUALS I REPRODUCTIUS

- ▶ Els sistemes d'opressió
- ▶ Entitats i organitzacions que participen del progrés i la defensa dels DSiR

EIX 2- RELACIONS

- ▶ La interseccionalitat
- ▶ El creixement de l'adolescent: canvis en les relacions i vincles familiars i socials
- ▶ La diversitat de formes de criança (adopció, acollida, custòdies compartides...)

EIX 3 - LA CONSTRUCCIÓ SOCIAL DEL GÈNERE

- ▶ El mite de l'amor romàntic i l'heterosexualitat normativa
- ▶ L'iceberg de les violències masclistes i LGTBIfòbiques
- ▶ Violències masclistes i violència sexual en el món virtual
- ▶ Reflexions sobre l'edat de consentiment sexual

EIX 4 - COSSOS, AUTOCONeixEMENT I DESENVOLUPAMENT

- ▶ Anatomia, fisiologia i processos corporals vinculats a la sexualitat, a la salut sexual i a la reproducció, de l'excitació i del plaer.
- ▶ Les fluctuacions hormonals i els canvis corporals al llarg de la vida.
- ▶ El cicle menstrual: biologia, simbologia, representacions, mites i tabús. Estratègies de recollida del sagnat, autoconeixement i benestar.

EIX 5 - PLAERS, SEXUALITATS I DESITJOS SEXUALS

- ▶ Diversitat funcional i sexualitat
- ▶ La hipersexualització i cosificació
- ▶ La diversitat de ritmes i aprenentatges en relació a la sexualitat



EIX 6 - HABILITATS PER A L'AUTOCURA DE LA SALUT SEXUAL I REPRODUCTIVA

- ▶ Els mètodes barrera i anticonceptius i els hàbits de vida saludable
- ▶ Afeccions i trastorns en salut sexual i reproductiva
- ▶ Conceptes i eleccions principals en salut reproductiva i obstètrica
- ▶ Els mètodes barrera i anticonceptius i els hàbits de vida saludable
- ▶ Els significats socioculturals de l'embaràs i la criança i la sobirania corporal
- ▶ El monstre del NO: la frustració del rebuig en la sexualitat
- ▶ Les fonts d'informació i els recursos en salut sexual i reproductiva



Eix 1

Societats i Drets Sexuals i Reproductius



1.1 Valors, societats i sexualitat

1.2 Drets humans i Drets Sexuals i Reproductius

Proposta d'activitat d'aprenentatge

Recursos

1.1 Valors, societats i sexualitat

La interseccionalitat explica com diferents fonts estructurals de desigualtat i discriminació –per raó de gènere, preferència sexual, ètnia, classe, capacitats, etc.– són inseparables i indissociables entre si i mantenen relacions recíproques, per configurar d'aquesta manera un mateix sistema estructural d'opressió. És a dir, com els factors condicionants que suposen un impacte d'opressió de les vivències personals i intracomunitàries, com són el gènere, l'edat o la religió, formen part del mateix sistema dominant i d'explotació i no poden explicar-se unes sense les altres.

S'han de fomentar espais de coneixement i debat a classe sobre les realitats quotidianes i

S'han de fomentar espais de coneixement i debat a classe sobre les realitats quotidianes que poden estar vivint cada membre del grup.

de projecció diverses que poden estar vivint cada membre del grup en relació a aquestes injustícies i opressions, i que s'expliquen des de la mirada crítica de la interseccionalitat.

D'aquesta manera, estarem creant sinèrgies conscients de responsabilitat i resposta col·lectiva i política vers les opressions del sistema i els valors hegemònics que ho permeten.

Tal vegada alguns dels valors propis sobre la sexualitat no encaixin amb els valors dominants i hegemònics, però això no vol dir que siguin dolents o incorrectes. Recordem que les bases èticomorals dels drets humans i dels DSiR advoquen perquè la diversitat humana sigui real i efectiva.

La sexualitat és una construcció política, social i econòmica que es contextualitza dins del sistema heteropatriarcal i capitalista en què vivim. Tanmateix, cada persona ha de poder construir el seu

ideal de sexualitat pròpia, i defensar els desitjos i necessitats que identifica com a necessaris per aconseguir-ho.

Hem de fomentar que el jovent adquireixi eines d'expressió i comunicació dels seus desitjos i límits per gaudir de la sexualitat, la salut sexual i dels drets que li són inherents, i que d'aquesta manera puguin experimentar els beneficis i els plaers que estan associats a una socialització sana i de justícia.

Sempre a favor de l'interès dels menors per damunt de tot, vetllarem perquè els seus drets es garanteixin. Si alguna persona a classe o en algun altre espai escolar manifesta que a casa seva s'està impossibilitant el gaudi i l'exercici d'algun dret, com podria ser l'accés a la informació o als avenços i tecnologies de la salut sexual per al benestar del menor o de la menor, haurem d'estar atentes i actuar.

Idees clau per a l'equip docent

- Consolidar la defensa del paradigma dels Drets Sexuals i Reproductius comporta l'adquisició d'un ideal de sexualitat pròpia, lliure, col·lectiva i políticament crítica.
- Prendre consciència de les transformacions socials necessàries per fer efectiva la garantia dels DSiR de totes les persones incentiva el sentiment de responsabilitat i la necessitat de formular estratègies col·lectives.
- Defensar ideals que discrepen dels valors normatius de la societat suposa entendre la lluita política, amb les seves múltiples pràctiques, com a mitjà necessari per combatre la relació de poder entre l'hegemonia i la contrahegemonia cultural.

Continguts

1. La defensa del paradigma dels Drets Sexuals i Reproductius: ideal d'una sexualitat pròpia i col·lectiva, lliure i política.
2. La responsabilitat individual i col·lectiva de la defensa i garantia dels DSiR.
3. Les transformacions socials per a la garantia efectiva dels DSiR.
4. L'hegemonia i la contrahegemonia cultural: valors i lluita política per combatre les relacions de poder.
5. ...



1.2. Drets humans i Drets Sexuals i Reproductius

El recorregut històric i social que volem exposar en aquest capítol té l'origen en la Declaració Universal dels Drets Humans, proclamada per les Nacions Unides l'any 1948, amb la qual es defensa que "el reconeixement de la dignitat inherent i dels drets iguals i inalienables de tots els membres de la família humana és el fonament de la llibertat, la justícia i la pau en el món" i que els Drets Humans són l'"ideal comú a assolir per tots els pobles i nacions".

Les bases eticomorals dels drets humans atorguen, en un principi, la condició de "subjectes de drets" a totes les persones, com a individus i com a col·lectius, per a la reivindicació de la dignitat humana, la vida, la llibertat i la pròpia seguretat. Nogensmenys, no serà fins l'any 1993 que no es reconeixen oficialment els Drets de les Dones com a drets humans. I la realitat és que en la actualitat, tant dones com persones LGTBI+ i pobles indígenes d'arreu del món continuen sense gaudir d'aquests drets.

Una lectura crítica d'aquestes declaracions, conjuntament amb l'anàlisi interseccional del sistema d'opressions i privilegis que fonamenta el sistema heteropatriarcal en què vivim, permet a l'alumnat del segon cicle d'ESO desenvolupar la responsabilitat per a la defensa de la garantia de tots els drets i de pensar i crear estratègies participatives i polítiques que ho facin possible. Especialment, quan acostem el paradigma dels drets i la seva defensa a situacions que els són properes i quotidianes.

La política és l'espai relacional on les diferents persones implicades i que cohabiten comparteixen vivències, experiències i necessitats. Totes les persones fem política, a l'activa i a la passiva. Per això, és necessari educar en política, perquè aquesta pràctica humana relacional esdevingui una transformació social en defensa de la justícia global.

Totes les persones fem política, a l'activa i a la passiva. Per això, és necessari educar en política, perquè aquesta pràctica humana relacional esdevingui una transformació social en defensa de la justícia global.

Idees clau per a l'equip docent

- Estimular una lectura crítica de les declaracions dels drets humans i dels Drets Sexuals i Reproductius significa construir una reflexió entorn a la seva formulació i contingut des del compromís col·lectiu per una vida digna.

- Promoure la dignitat humana i la igualtat social real de totes les persones comporta conèixer les estructures d'opressió i discriminació que no ho fan possible, i per tant, desitjar la participació política per a la defensa dels ideals de drets.
- Generar espais de debat i reivindicació a l'aula incentiva una actitud responsable vers la pròpia realitat, individual i col·lectiva.
- Identificar entitats i col·lectius que participen políticament de les diferents realitats locals i internacionals desenvolupa la comprensió que totes les persones fem política cada dia, de forma activa o passiva.

Continguts

1. Formulació i continguts de les declaracions dels DSiR: compromís col·lectiu per unes vides dignes.
2. La participació política: a favor dels drets humans i DSiR, resposta crítica a les estructures d'opressió i discriminació.
3. La responsabilitat vers la realitat, individual i col·lectiva.
4. La política com a dimensió humana relacional i vivencial, per activa o per passiva.
5. Entitats i col·lectius que participen políticament de les realitats locals i internacionals.
6. ...

Recursos

Informació

- ▶ *L'Observatori de Drets Sexuals i Reproductius*. <https://drets-sexuals-i-reproductius.lassociacio.org/>- <http://drets-sexuals-i-reproductius.lassociacio.org/campanya/>
- ▶ *L'Associació de Drets sexuals i reproductius*. <http://lassociacio.org>
- ▶ *Derechos sexuales: Una declaración del IPPF*. Guía de bolsillo. Federación Internacional de Planificación de la Familia. https://www.ippf.org/sites/default/files/ippf_sexual_rights_declaration_pocket_guide_spanish.pdf
- ▶ *Campaña derechos sexuales y reproductivos*. Federación Internacional de Planificación de la Familia. <https://www.ippf.org/resource/campana-derechos-sexuales-y-reproductivos>
- ▶ *Carta de los derechos sexuales y reproductivos*. Federación Internacional de Planificación de la Familia. <http://fpfe.org/carta-de-los-derechos-sexuales-y-derechos-reproductivos/>
- ▶ Ballesteros, N., Canimas, J., Gómez, J, Gordó, G., Ibáñez, E. *Guía per al respecte a la diversitat de creences als centres educatius de Catalunya*. Departament d'Ensenyament, Generalitat de Catalunya, 2015. http://www.gencat.cat/governacio/pub/sum/dgar/guia_educatius.pdf
- ▶ Minotta, C., Meneses, Y. . *Escuela, raza, sexo, etnia, racismo, homofobia y daño psicosocial*. Revista Nacional e Internacional de Educación Inclusiva, 11,(1), 2018. <http://salutsexual.sidastudi.org/resources/inmagic-img/DD50262.pdf>
- ▶ Carrizo, S., Gorvein, N, Lopez, B., Velasco, C., *Mujeres con derechos. La Salud sexual y reproductiva, un derecho humano*. Medicus Mundi, Bizkaia. <https://www.medicusmundi.es/storage/resources/publications/56fa9d82ebde1.pdf>
- ▶ *Derechos sexuales y reproductivos*. Pàgina web d'Amnistia internacional. Recuperat el 10 de gener del 2020 de: <https://www.es.amnesty.org/en-que-estamos/temas/derechos-sexuales-reproductivos/>
- ▶ Zarrandikoetxea, I. *Sexualidad(es) en clave cultural. Guía informativa para la promoción de la salud sexual*. Unión de Asociaciones Familiares (UNAF), 2018. <https://www.slideshare.net/UNAF/gua-sexualidades-en-clave-cultural-122985708>

- ▶ Declaración de los derechos sexuales. World Sexual Health (WAS), 2014.
https://worldsexualhealth.net/wp-content/uploads/2013/08/declaracion_derechos_sexuales_sep03_2014.pdf

Material pedagògic

- ▶ *Els 12 Drets Sexuals i Reproductius*. L'Associació de Drets Sexuals i Reproductius.
<https://dsirapfcib.wordpress.com/els-12-dsir/>
- ▶ *Nuestros derechos en nuestra cotidianeidad*. Dinámicas. SIDA STUDI.
<http://salutsexual.sidastudi.org/es/dinamica/190702-nuestros-derecho>
- ▶ *Els meus drets sexuals*. Kit del plaer.
<https://kitdelplaer.org/ca/category/els-meus-drets-sexuals/>
- ▶ Aguilar, R., Mira, E. *Drets sexuals*. Sexis. Set Màgic Audiovisual.
<http://sexis.ccma.cat/webdoc/drets/>

Eix 2

Relacions



2.1 La vida en comunitat

2.2 Llars, famílies i criances

2.3 Vincles, relacions afectives i sexoafectives

Proposta d'activitat d'aprenentatge

Recursos

2.1 La vida en comunitat

Quan parlem de justícia relacional ens referim al compliment i pràctica d'unes pautes i dinàmiques ètiques –la comunicació assertiva, el respecte, la promoció de la igualtat i l'acceptació de la diversitat– que faciliten la promoció social de les persones i una millor convivència en comunitat.

També, a l'accés, el manteniment i les condicions de les xarxes i dels vincles comunitaris. Sabem que **les xarxes socials o de proximitat són pilars de la inclusió social. És fonamental promoure relacions justes i a favor de la igualtat de totes les persones, procurant-ne la inclusió i el respecte** cap a les altres.

La lògica de les violències estructurals i de desigualtats del sistema sociopolític en què vivim s'explica i es fa visible des de la interseccionalitat. Aquesta assenyalava com diferents fonts estructurals de desigualtat i discriminació –per raó de gènere, preferència sexual, ètnia, classe, capacitats, etc.– són inseparables i indissociables entre si i mantenen relacions recíproques.

És fonamental promoure relacions justes i a favor de la igualtat de totes les persones, procurant-ne la inclusió i el respecte cap a les altres.

Entenem que la mirada interseccional ha d'estar present en qualsevol anàlisi del nostre entorn per tal d'entendre'n complexitat, el sistema de privilegis vinculats, i, en conseqüència, **actuar per subvertir les relacions de poder específiques**. Es tracta d'un enfocament teòric que subratlla que totes les categories socials, algunes ja esmentades, estan construïdes i interrelacionades.

Com a referents, la nostra posició davant les opressions, discriminacions i violències ha de ser molt ferma i hem de transmetre un missatge clar a l'alumnat de rebuig i intolerància. Pensar mesures i estratègies col·lectives per erradicar les violències a classe i a l'escola pot ser una manera d'apoderar l'alumnat i de fer-los responsables en l'exercici de defensar la justícia relacional.

Molts d'aquests valors socioculturals dominants, que perpetuen les desigualtats en base a les diferències respecte la hegemonia, es troben i es reproduïen en els mitjans de comunicació, en la publicitat, i les diferents narratives culturals. En canvi, són construccions socials susceptibles de ser subvertides a favor de la diversitat i d'una sexualitat lliure i responsable.

Per exemple, **ser diferent als cànons de bellesa dominants no hauria de ser motiu de malestar, de rebuig o d'estigma** per a cap jove. En aquest cas, comprendre que la gordofòbia és violència ajuda a pensar estratègies per combatre-la i incloure i defensar a les persones que en pateixen les conseqüències.

Fent una anàlisi crítica de la bellesa i els mitjans que reproduïen les pressions estètiques, podem comparar el cànon imperant en la nostra societat amb altres bel·leses també dominants, provinents d'altres cultures o èpoques històriques, de manera que queda palès que són construccions socials i que per tant es poden desmuntar. Aquest exercici senzill ajuda a subvertir normes i patrons hegemònics socials sobre la estètica, qüestionant i rebutjant l'ideal de bellesa imperant, i trencant amb les concepcions de gènere que s'hi associen.

Treballar críticament sobre els discursos de poder socials i el seu biaix racista, capacitista i de gènere permet alliberar de la responsabilitat i de la culpa a la persona que pateix l'estigma i l'opressió i al mateix temps carrega de responsabilitat i consciència tot el grup per actuar davant de les injustícies socials i les discriminacions a favor de la justícia global.

Ser persones diverses és bonic i enriquidor. Cal que construïm entre totes una mirada crítica en relació amb els valors socioculturals, per **sentir-nos còmodes amb la diversitat cultural i acceptar les diferents vivències i decisions que es poden desitjar** pel que fa a la sexualitat i a qualsevol altra dimensió humana i vital.

Les relacions afectives i sexoafectives són tan diverses i canviants com persones hi ha en el món, i el fet de fer-les i desfer-les a mesura que anem creixent i coneixent altra gent és enriquidor, sempre que les relacions i la convivència siguin en base a la justícia social. I sempre que hi hagi un compromís ferm i una voluntat de cuidar-se i respectar-se, i a les altres persones també.



Idees clau per a l'equip docent

- Detectar les reproduccions de rols socials de poder en el conflicte relacional permet treballar propostes col·lectives cap a la justícia relacional.
- Promoure la superació de les desigualtats socials com una responsabilitat comuna fomenta el suport mutu i el compromís amb la pròpia societat.
- Advocac per espais segurs que fomentin un tracte digne i respectuós cap a totes les persones evita conflictes relacionals basats en desigualtats socials.

Continguts

1. Propostes col·lectives per detectar les reproduccions de rols socials de poder en el conflicte relacional.
2. La responsabilitat de tothom d'acabar amb les desigualtats socials des del suport mutu.
3. El tracte digne i respectuós cap a totes les persones per evitar conflictes relacionals basats en desigualtats socials.
4. ...

2.2. Llars, famílies i criances

Les persones som éssers interdependents, ens necessitem les unes a les altres, per cuidar-nos, per sentir-nos estimades i per aconseguir desenvolupar-nos com a persones dignes.

És possible que hi hagi joves vivint moments de canvis familiars, d'estructura i de vincles amb les persones que el conformen. Potser alguns joves ja fa temps que ho pateixen. Els canvis en l'estructura i vincles familiars pot suposar conflictes emocionals, inseguretats, pors i un cúmul de percepcions i emocions explosives, com la ira, la ràbia o l'agressivitat. Els divorcis, les morts o les entrades d'altres persones al nucli familiar i/o a la llar, són assumptes delicats i necessaris de ser acompanyats i abordats.

Per damunt de tot, **el nostre interès com a educadores ha de ser el dels menors**. Perquè se sentin de la millor forma possible i perquè en surtin el menys perjudicat possible. Així, és necessari abordar aquests temes en grup per parlar i normalitzar aquestes realitats, que tard o d'hora totes les persones pateixen. **Per poder aprendre a canalitzar i gestionar les emocions que ens provoquen, per aprendre a demanar suport, per aprendre a donar suport a les altres persones, per escoltar i donar espai i perquè així es fonamenten les relacions de confiança, respecte, amor i cures.**

Les persones som éssers interdependents, ens necessitem les unes a les altres, per cuidar-nos, per sentir-nos estimades i per aconseguir desenvolupar-nos com a persones dignes.

Idees clau per a l'equip docent

- Aprendre com sostenir els rols i vincles familiars nous a través de la comprensió i el respecte mutu promou la resituació de la idea de llar i família.
- Abordar i conèixer el concepte d'interdependència social que compartim totes les persones permet aprofundir en l'anàlisi de paternitats, maternitats, cures i models familiars i de criança.

Continguts

1. Els nous vincles en el si dels contextos familiars o de convivència: la resituació de la idea de llar i família.
2. El concepte d'interdependència: què és i per què el compartim totes les persones.
3. Les diferents opcions de paternitats, maternitats, cures i models familiars i de criança.
4. ...



2.3. Vincles, relacions afectives i sexoafectives

La força dels discursos hegemònics socioculturals té molta influència en aquestes edats. El jovent es troba en un moment de recerca d'identitat i de necessitat d'agradar i d'encaixar, i per res del món volen quedar-se fora del grup. És molt important, com a educadores, **fomentar el suport mutu** entre les persones membres del grup de classe, i **procurar espais de confiança i seguretat que facilitin als joves i a les joves el un creixement sa i positiu, un reforç constant de l'autoestima i un sentir-se part del grup**. I ens hem d'assegurar que l'àmbit familiar també sigui un espai de confiança i suport i que els seus membres s'impliquin en la tasca.

Ser adolescent vol dir qüestionar-s'ho tot, cercar respostes als canvis corporals i emocionals que s'experimenten dia a dia. Travessen un moment vital molt important i (de-)constructiu de la recerca de parcel·les d'independència per reforçar-se com a individus separats dels seus tutors, pares, mares o adults referents. Busquen definir-se i respondre el "qui sóc" a partir del reconeixement del grup i la comunitat, per això és fàcil que reproduïxin i imitetzin maneres de fer i de pensar que els facin encaixar.

Les tribus urbanes, les tendències musicals, les estètiques de vestuari, les sèries, els esports, els i les ídols d'influència... Tot plegat dona compte de la identitat de l'adolescent i el fa pertànyer a un grup o comunitat.

És essencial reforçar cada autoestima i donar missatges d'apoderament que permetin als joves i a

Ser adolescent vol dir qüestionar-s'ho tot, cercar respostes als canvis corporals i emocionals que s'experimenten dia a dia.

les joves desenvolupar una consciència i mirada crítica cap als estigmes i discriminacions socials, sobretot per evitar que els reproduïxin. **Volem procurar espais de gestió d'emocions i conflictes interns i intercomunitaris que viuen tots i totes.** Estar alerta per **desvetllar la força dels discursos de poder i la influència que tenen.**

No totes les persones desitgen ser mares o pares o tenir parella, encara que els mandats de gènere ens situen en un imaginari social que ho preassumeix amb coerció. En cas que es vulgui, s'ha de valorar que hi ha infinites maneres de viure i de construir una família, de criar i cuidar, de sentir l'amor o de maternitats, i hem de procurar que totes les persones, petites i grans, s'enriqueixin de la diversitat i tinguin l'oportunitat al llarg de la seva vida d'escollir allò que més desitgin.

El nucli familiar o unitat bàsica de convivència que fa referència a les persones més pròximes i de confiança amb les quals vivim, també pot presentar un model i estructura diferent a la normativa. **Al llarg de la nostra vida hem de poder escollir el model familiar que més felicitat ens proporciona.**

Molts joves, un cop emancipats, construeixen un nucli de convivència amb altres joves també emancipats i esdevenen la nova família de suport i confiança. Altres, decideixen viure l'experiència de la criança, ja sigui compartida o no, de molt joves o de més grans.

Moltes vegades, les adolescents i els adolescents el que necessiten i valoren és que els donem veu perquè s'expressin i se sentin escoltats i escoltades, tal com apunta la tendència, cada vegada major del règim legal de les custòdies compartides, que té en compte la veu de les persones menors implicades. Ara bé, el o la menor no té perquè tenir una posició o opinió ferma en tot moment, ni en cap moment, de la situació i crisi que està vivint. Com sempre, **el que és important a l'hora d'educar és l'escolta i l'acompanyament, i educar en comunicació i afectivitat.**

Idees clau per a l'equip docent

- Plantejar la dimensió simbòlica de la família com a nucli de proximitat i confiança obre l'imaginari social de generar models i vincles nous més enllà dels tradicionals.
- Comprendre i acceptar l'etapa vital de l'adolescència com un procés de qüestionament constant, d'autoafirmació i de gran sensibilitat emocional obliga a respondre i desenvolupar estratègies per gestionar les confusions, disputes i conflictes, així com les contradiccions i inseguretats que viuen dia a dia.
- Abordar les polítiques de custòdia de menors i quins paràmetres i implicacions les regeixen permet fer una lectura crítica de la violència institucional en la cura del menor.

Continguts

1. La dimensió simbòlica de la família com a nucli de proximitat i confiança: més enllà del model tradicional.
2. L'adolescència: conflictes emocionals i necessitat d'autoafirmació, estratègies per abordar-la.
3. Les polítiques de custòdia de menors: paràmetres, implicacions i violència institucional en la cura dels menors.
4. ...



Recursos

Informació

- ▶ Salvador, Ll., Carreras, P. *Família? Families!* Departament d'Ensenyament Subdirecció General de Llengua i Plurilingüisme. Servei d'Immersion i Acol·liment Lingüístic, 2015. http://xtec.gencat.cat/web/.content/projectes/lectura/gustperlalectura/materialdidactic/documents/primaria/families_introduccio_i_proposta_VS_complet.pdf
- ▶ *Protocol marc d'actuacions contra el maltractament a infants i adolescents de Catalunya*. Departament de Treball, Afers Socials i Famílies. Generalitat de Catalunya, 2017. https://treballiaferssocials.gencat.cat/web/.content/03ambits_tematicos/07infanciaiadolescencia/DEST_columna_dreta/documents/Protocol-Marc-Maltractament-IA.pdf
- ▶ Blog *Karícies*. Rosa Sanchís. <http://www.karicies.com>

Material pedagògic

- ▶ Jimenez, E., Vilaplana, G., Cela, X. *Pam a pam, coeduquem*. Associació Candela i Institut Català de les Dones, Generalitat de Catalunya, 2015. http://dones.gencat.cat/web/.content/03_ambits/docs/vm_pam_a_pam_coeduquem.pdf
 Quadern pedagògic per al professorat del cicle formatiu de grau superior d'educació infantil. Institut Català de les Dones, Generalitat de Catalunya.
- ▶ *Afectivitat i Sexualitat. Sexe Joves*. Departament de Salut. Generalitat de Catalunya. <http://sexejoves.gencat.cat/ca/temes/afectivitat-sexualitat/>
- ▶ Elvira, N., Varela, B. *Estimar no fa mal! Viu l'amor lliure de violència*. L'Associació de Drets sexuals i reproductius, Institut Català de les Dones, Generalitat de Catalunya, 2015. <http://salutsexual.sidastudi.org/resources/inmagic-img/DD24866.pdf>

Eix 3

La construcció social del gènere



- 3.1 Anàlisi crítica del gènere
 - 3.2 Violències masclistes i LGTBfòbiques
 - 3.3 La violència sexual a la infància i l'adolescència
- Proposta d'activitat d'aprenentatge
- Recursos

3.1 Anàlisi crítica del gènere

En l'etapa del segon cicle d'ESO és necessari que els adolescents puguin incorporar el concepte de gènere més enllà de la seva pròpia vivència personal. És a dir, serà fonamental que es puguin fer preguntes sobre les seves pròpies experiències entorn al gènere (identitat, relació amb els altres, etc.) que haurem de seguir acompanyant; però caldrà **també afegir la dimensió de la responsabilitat individual i col·lectiva respecte a la transformació social vers una societat més lliure d'opressions en relació als determinants de gènere.**

És fonamental promoure i facilitar la recerca d'eines noves, personals i socials, que els permetin deslliurar-se de la visió heteronormativa que els oprimeix. Això permetrà al grup d'adolescents trobar espais i acompanyar altres adolescents a sentir-se tranquils i segurs en la diversitat de les seves vivències respecte al gènere.

Forma part de la tasca docent fomentar **la identificació i reconeixement de referents socials que potenciïn una mirada diversa** respecte amb les identitats sexuals, les diversitats de cossos i les relacions sexoafectives saludables. Sentir i integrar que altres formes d'ubicar-se en el món en relació al gènere són possibles contribueix positivament al creixement i al pensament crític de l'adolescència.

És fonamental promoure i facilitar la recerca d'eines noves, personals i socials, que els permetin deslliurar-se de la visió heteronormativa que els oprimeix. Això permetrà al grup d'adolescents trobar espais i acompanyar altres adolescents a sentir-se tranquils i segurs en la diversitat de les seves vivències respecte al gènere.



Idees clau per a l'equip docent

- Treballar la responsabilitat individual i col·lectiva en la recerca d'eines per crear espais segurs i lliures d'heteropatriarcat fomenta la creativitat i el compromís polític cap a una societat diversa, més justa i igualitària.
- Identificar i reconèixer referents i activistes que promouen la diversitat de cossos i d'identitats sexuals i de gènere i relacions sexoafectives saludables contribueix a construir amb llibertat una concepció pròpia i col·lectiva de la sexualitat.

Continguts

1. La importància de ser lliures de l'heteropatriarcat: creativitat i compromís cap a una societat diversa i igualitària.
2. La sexualitat lliure, individual i col·lectiva, des de referents i activistes diverses i positives.
3. ...

3.2. Violències masclistes i LGTBfòbiques

Resulta necessari ajudar a rellegir i resignificar els relats o valors que impliquen dinàmiques de poder que comporten violències masclistes perquè les persones adolescents puguin identificar-hi les dinàmiques de poder.

Resulta necessari ajudar a rellegir i resignificar els relats o valors que impliquen dinàmiques de poder que comporten violències masclistes perquè les persones adolescents puguin identificar-hi les dinàmiques de poder i, per tant, les violències masclistes que se'n deriven.

Un exemple concret és la **"cultura de la violació"**, que representa el recull de valors que es manifesten mitjançant la història, l'art, l'arquitectura, la literatura, el cinema, la música, etc. i que filtren la normalització respecte a les violències sexuals i l'accés i vulneració del cos de les dones com un fet acceptable i, en gran mesura, adequat. És per això que caldrà identificar quins elements en formen part per tal de construir una visió crítica d'aquest model violent i hegemònic.

És important que acompanyem l'adolescència perquè trobin les **estratègies i pràctiques col·lectives pròpies que contribueixin a l'erradicació de les violències masclistes**; hi jugarà un paper fonamental la crítica a la masculinitat tradicional i la recerca de noves formes d'identitat. També l'autodefensa, en el cas de les noies majoritàriament, com una forma proactiva d'oposició a aquesta cultura de la violació.

En aquest punt tenen també un paper rellevant els i les activistes que trobem en l'entorn i en les xarxes socials i que són identificades en l'adolescència com a referents; una forma d'inspiració per impulsar-los a subvertir les normes socials convencionals i els discursos de poder que trobem als mitjans de comunicació, a les institucions mèdiques i psiquiàtriques, etc. i que contribueixen a censurar i discriminar preferències i identitats sexuals no normatives.

Trobar el seu propi encaix passa per trencar amb les limitacions socials, pensar i sentir de forma oberta i diversa. Identificar les violències masclistes que hi ha darrere de cada estigma i vulneració de drets fruit de la diferència els farà estar molt més preparades per entomar aquestes violències des d'una posició crítica.



Idees clau per a l'equip docent

- Analitzar els relats i valors socioculturals com a possibles eines de poder de violència masclista permet identificar-los en el propi entorn i relacions interpersonals.
- Rebutjar la cultura de la violació, revisar i repensar la història i la cultura (llegendes, art, arquitectura...) contribueix a erradicar la violència masclista que es perpetua en el discurs cultural.
- Construir estratègies i pràctiques col·lectives (autodefensa i crítica de les masculinitats) a favor de l'erradicació de les violències masclistes més quotidianes empodera joves i adolescents i els fa més lliures.
- Inspirar-se en referents i activistes ensenya a subvertir les normes socials i els discursos de poder (mitjans de comunicació, institucions...) que contribueixen als estigmes i fòbies en relació amb preferències i identitats sexuals no normatives.

Continguts

1. Els relats i els valors socioculturals de l'entorn pròxim que generen i perpetuen violències.
2. La cultura de la violació: revisar i repensar la història i els discursos culturals que són violència sexual i masclista.
3. Empoderament davant les violències masclistes: estratègies i pràctiques col·lectives (autodefensa i crítica de les masculinitats).
4. Referents i activistes diverses i positives per subvertir les normes socials i els discursos de poder.
5. ...

3.3 La violència sexual en la infància i l'adolescència

En l'àmbit de les violències sexuals a la infància i l'adolescència ens trobem en **una etapa de debat i reflexió. Cal promoure una mirada analítica i sense tabús capaç també de trencar amb els mites, estigmes i estereotips** sobre com es produeixen aquestes violències a partir d'un abordatge realista. Això significa un coneixement profund de la incidència de la violència sexual i les diferents formes que pot prendre; amb un discurs valent per part del context educatiu. És important ocupar els silencis que l'envolten habitualment i els estigmes que s'hi vinculen, desmuntant la invisibilitat per tal de donar eines sòlides que permetin a l'adolescència identificar-la.

Aquesta etapa evolutiva serà clau per promoure la responsabilitat envers aquesta qüestió com a futures persones adultes que han d'incorporar el deure de ser garants dels drets de la infància.

També és important recollir i gestionar les emocions de frustració, indignació, entre altres, que pot ocasionar l'abordatge d'aquesta realitat, i fomentar que aquests debats es donin en espais segurs i de confiança.

Per altra banda, aquesta etapa evolutiva serà clau per promoure la responsabilitat envers aquesta qüestió com a futures persones adultes que han d'incorporar **el deure de ser garants dels drets de la infància**. Per això s'ha de condemnar de forma rotunda qualsevol forma de violència sexual vers la infància i l'adolescència i, sobretot, aprendre i incorporar estratègies d'actuació com a adult de confiança davant de qualsevol situació que ho requereixi.

Idees clau per a l'equip docent

- Debatre i reflexionar sobre la violència sexual contra la infància permet assimilar la responsabilitat de ser garants dels drets dels infants i crear una consciència política col·lectiva al respecte.
- Analitzar la incidència de la violència sexual, els silencis i estigmes (invisibilitat) que se'n deriven genera la possibilitat d'obrir espais segurs en els quals posar paraules a aquesta realitat i gestionar emocions de frustració que se'n deriven.



Continguts

1. La violència sexual contra la infància: responsabilitat de tothom de donar-hi resposta.
2. L'esdevenir subjectes garants dels drets dels infants i adults de confiança.
3. La gestió de les emocions de frustració i altres derivades de ser conscients de la realitat de la violència sexual contra la infància.
4. Respostes col·lectives als estigmes i silencis que arrossega la violència sexual contra la infància.
5. ...

Recursos

Informació

- ▶ *Protocol de prevenció, detecció i intervenció davant la violència masclista entre l'alumnat.* Departament d'Ensenyament, Generalitat de Catalunya, 2019.
<http://xtec.gencat.cat/web/.content/centres/projeducatiu/convivencia/protocols/violencia-masclista/documents/protocol-violencia-masclista-unificat.pdf>
- ▶ *Protocol de prevenció, detecció i intervenció enfront l'assetjament escolar a persones LGBTI.* Departament d'Ensenyament, Generalitat de Catalunya, 2017.
<http://xtec.gencat.cat/web/.content/centres/projeducatiu/convivencia/protocols/assetjament-escolar-persones-lgbti/documents/Protocol-assetjament-persones-LGBTI-unificat.pdf>
- ▶ *Protocol per a l'atenció i acompanyament de l'alumnat transgènere en els centres educatius.* Departament d'Ensenyament, Generalitat de Catalunya, 2017.
http://xtec.gencat.cat/web/.content/curriculum/coeducacio/protocols/documents/08_protocol-transgeneres.pdf
- ▶ Agustín, S. *Diversidad sexual en las aulas. Evitar el bullying o acoso homofóbico.* Cuadernos plural, 2009.
<http://salutsexual.sidastudi.org/ca/registro/ff80818154a3fb9001554ffc3e005ae>
- ▶ *El plaer de trencar la norma. Claus reflexives per a l'Educació Sexual (II).* SIDA STUDI, 2018.
<http://salutsexual.sidastudi.org/resources/inmagic-img/DD59548.pdf>
- ▶ De la Cruz Martín-Romo, C. *Expectativas de diversidad: ideas y dinámicas.* Madrid. Consejo de la Juventud de España, 2005.
<http://www.familiasporladiversidad.es/files/objetos/CJExpectativas.pdf>

Material pedagògic

- ▶ Coll, G., Vidal, M. *Dibuixant el gènere: Guia didàctica.* Candela, cooperativa d'acció comunitària i feminista, 2016.
<http://salutsexual.sidastudi.org/resources/inmagic-img/DD35045.pdf>
- ▶ *Desmuntant el sistema sexe/gènere.* Llista de reproducció. Oh My Goig! Betevé, 2017.
<https://youtube.com/playlist?list=PLczouflaV-zahZCqSd9AI854dZtDr3vHJ>



- ▶ *Sense normes!* Llista de reproducció. Oh My Goig! Betevé, 2017.
<https://youtube.com/playlist?list=PLczouflaV-zbmFI0satdXNewfoomL5DjL>
- ▶ Rivas, A., Carreras, A., González, A., Cela, X., Sales, M. *Desaprenent. Una mirada feminista a l'etapa secundària*. Ajuntament de Barcelona, 2019.
http://candela.cat/wp-content/uploads/2019/04/guia_def_02.pdf
- ▶ *Mi novio me controla*. Blog. Ianire Estébanez.
<http://minoviomecontrola.com/recursos-articulos-materiales/ianire-estebanez-videos/>
- ▶ *No siguis un matxirulo!* CJB (Consell de la Joventut de Barcelona), 2018.
https://issuu.com/conselljoventubcn/docs/matxirulo_issuu
- ▶ *Unfollow a les violències masclistes*. Cooperativa Candela, Educació per l'Acció Crítica (EdPAC). Consell Nacional de la Joventut de Catalunya (CNJC), 2018.
https://issuu.com/cnjcxaixajove/docs/guia_unfollow_violencies_masclistes
- ▶ *Cosim la bretxa. Guia per visibilitzar les bretxes de gènere existents: causes, conseqüències i recursos per eliminar-les*. Consell Nacional de la Joventut de Catalunya (CNJC).
https://www.cnjc.cat/sites/default/files/u89/guia_cosim_la_bretxa.pdf
- ▶ "Desconnecta't de la #ViolènciaEnXarxes". Consell Nacional de la Joventut de Catalunya (CNJC).
https://www.cnjc.cat/sites/default/files/u89/guia_desconnecta_de_la_violencia_1.pdf

Eix 4

Cossos, desenvolupament i autoconeixement



- 4.1 Consciència i imatge corporal
- 4.2 Anatomia i fisiologia sexual i reproductiva
- 4.3 Pubertat
- Proposta d'activitat d'aprenentatge
- Recursos

4.1 Consciència i imatge corporal

En la nostra societat es fa cada vegada més difícil poder gaudir i explorar el cos de cadascú, des de les seves particularitats i necessitats específiques, deslligant-lo dels imperatius socials que en comanden les tasques i funcions, i dels paràmetres normatius i els cànons que descriuen com ha de ser i com s'ha d'expressar. A mesura que creixem, els cossos incorporen pautes cada vegada més determinades.

Massa sovint funcionem amb el pilot automàtic **sense prestar gaire atenció al cos, fins i tot quan d'aquest requerim esforços immensos i se'ns manifesta per desgast**. En general, tendim a individualitzar el patiment del cos i pensem més en les causes orgàniques del malestar que no pas en aquelles socials. Per això és important veure què pot haver-hi darrere d'alguns diagnòstics com, per exemple, la fatiga crònica o la fibromiàlgia: quantes hores treballa aquesta persona? Treballa a casa i fora de casa? És la cuidadora principal d'altres persones? Té temps lliure? Pot descansar?

Hi ha persones, que per les característiques pròpies dels seus cossos, es troben en risc de ser directament excloses.

Així mateix, hi ha persones, que per les característiques pròpies dels seus cossos, es troben en risc de ser directament excloses. El capacitisme que impera en la base de la dinàmica productiva i funcional generalitzada pot comportar malestars ulteriors a les persones que pateixen algun tipus de malaltia crònica, diversitat funcional o cognitiva.

Si el cos s'entén com un mitjà, un vehicle, per a l'execució de moltes activitats de la vida diària cal que ens preguntem de quina manera i en quin sentit el cos pren un rol més protagonista.



Tanmateix, el cos és sobretot estètica. Estètica dels cànons de bellesa, estètica dels estils i les modes, estètica dels moviments i coreografies, estètica de les expressions de sexualitat.

L'estètica, per si mateixa, és sempre diversa, però en la difusió actual, carregada de normes i estereotips que en determinen la vàlua i correcció, **s'obre tot un mercat econòmic destinat a manipular l'estètica** pròpia dels nostres cossos i de les persones amb l'objectiu d'aconseguir que s'adeqüi el màxim a les expectatives d'èxit social que la normativitat defineix.

Donar centralitat al cos, durant l'educació, vol dir fer extensives també aquestes reflexions, i revertir, almenys en un espai com l'escola, la tendència descrita. Aplicat a l'àmbit de la sexualitat, significa analitzar i contrarestar els imperatius estètics vinculats als gèneres i a la hipersexualització; identificar l'ampli mercat de productes que promouen un major benestar sexual entenent a què pot ser degut el malestar al qual responen i pensar la relació entre les exigències que sotmeten els cossos i la possibilitat de tenir una vida sexual satisfactòria i plaent.

Alhora, el pensament crític s'acompanya del contrast de la promoció de la vivència corporal a l'aula: el cos com un espai de creació, com a llar de sentiments i sensacions, i espai d'interacció i relació amb tots els cossos diversos. D'aquesta manera l'alumnat treballa la sexualitat des de l'esperit crític i també des de l'atenció a l'experiència corporal pròpia, amb una escolta atenta a les necessitats, desitjos, voluntats i malestars que cada cos, a la seva manera, amb totes les diferències i singularitats amb les quals s'expressa.

També és important treballar la consciència corporal, l'experiència de i amb el cos, en relació a l'acció medicosanitària i les seves intervencions en l'àmbit de la salut sexual i reproductiva. Reflexionar sobre les sensacions viscudes en diverses proves de control, l'impacte dels diferents mètodes hormonal, les sensacions generals pre-durant-post l'avortament permet, al cap i a la fi, **tenir una informació més àmplia per a la presa de decisions vinculades a l'exercici del dret al propi cos.**

Per tal d'anticipar-nos-hi, l'últim cicle de l'educació secundària també és una bona oportunitat per debatre altres circumstàncies que poden travessar els cossos en un futur. Convé dialogar a l'aula sobre la idea tradicional de família i els imperatius de la maternitat i criança sobre els cossos de les dones (donació d'òvuls, reproducció assistida, embaràs, part, lactància, etc.). I introduir els fenòmens que transiten els cossos de les dones durant el climateri, analitzant críticament la medicalització a la qual s'ha sotmès aquesta fase vital, amb el conjunt de creences que han menyspreat la menopausa com si fos una patologia en lloc d'integrar-la com una nova etapa de les nostres vides.



Idees clau per a l'equip docent

- Promoure el benestar des de l'escolta al propi cos implica prestar atenció als desitjos, voluntats, conflictes i malestars corporals i entendre'n el context.
- Treballar la consciència corporal integrada amb la sexualitat des de la salut i el benestar permet rebutjar i contestar la normativitat estètica de l'aparença i la superficialitat vinculada al mercat de la cosificació i la sexualització.
- Visibilitzar i donar rellevància a les sensacions i a les emocions derivades de les intervencions biomèdiques en salut sexual i reproductiva comporta prendre consciència de l'impacte de l'acció externa sobre el cos, revelar-ne el caràcter individual i el col·lectiu i generar una informació més àmplia per a l'exercici del dret al propi cos.

Continguts

1. Reconeixement i reflexió de les normes d'utilitat i funcionalitat que subjuguem la vivència dels cossos.
2. La cosificació, el capacitisme i l'empremta del racisme i l'heteropatriarcat com a antagonistes de la possibilitat de gaudir dels cossos des de la diversitat i el benestar.
3. L'impacte de l'economia i els mercats en l'ús i difusió de l'estètica vinculada als cossos i a la sexualitat.
4. Reflexió crítica i alternatives davant les evidències d'hipersexualització en l'entorn habitual: jocs, aplicacions, sèries, còmics, etc.
5. Identificació i exploració de les pròpies necessitats, desitjos, malestars i benestars corporals en relació a la sexualitat i comprensió de la diversitat interpersonal.
6. La vivència corporal en relació a l'acció biomèdica en proves diagnòstiques i de control, mètodes anticonceptius hormonals i procediments com la interrupció voluntària de l'embaràs.
7. Projeccions, pors, desitjos i expectatives relacionats amb la reproducció, l'embaràs i la criança des de la consciència corporal.
8. ...

4.2 Anatomia i fisiologia sexual i reproductiva

Una aproximació de caire vivencial s'acompanya de les explicacions rigoroses i lliures de tabú que l'equip docent proporciona sobre el funcionament i impacte dels mètodes anticonceptius hormonalment sobre la modulació de la fisiologia de l'organisme. **Cal aportar informació actualitzada i revisada relativa als diferents mètodes que es coneixen**, vinculant-los amb el seu mecanisme d'acció i la modificació dels cossos, les pautes d'ús i els possibles efectes derivats més enllà de l'anticoncepció, com poden ser, per exemple, les alteracions del cicle menstrual o els canvis de pes.

Així es promou una reflexió més conscient de la idoneïtat dels mètodes en relació a la persona que desitja utilitzar-los, entenent que cada cos té un funcionament, unes necessitats i uns requeriments específics.

Cal aportar informació actualitzada i revisada relativa als diferents mètodes anticonceptius que es coneixen.

A més a més val la pena tenir present que **les explicacions que aporten les ciències humanes i biomèdiques no deixen d'estar contextualitzades històricament, econòmicament i socioculturalment**. D'aquesta manera l'alumnat pot identificar com la influència de l'heteropatriarcat i la norma religiosa han fet que durant molt temps el clítoris no existís o la funció d'una vagina fos la del coit heterosexual. I reconèixer també que el binarisme sexual i de gènere, hegemònic al nostre context, no és universal i difereix de les creences d'altres comunitats en altres indrets del planeta.

La reflexió final rau a prendre consciència que l'estructura socioeconòmica i la idiosincràsia cultural condicionen la producció de coneixement i, per tant, és responsabilitat de totes les persones prestar-hi atenció i ser capaces fer-ne una revisió crítica.

Idees clau per a l'equip docent

- Garantir el dret fonamental a la informació implica proporcionar informació real i lliure de tabús i prejudicis sobre l'impacte dels mètodes anticonceptius hormonalment en la modulació de la fisiologia reproductiva i de la resta de l'organisme.
- Identificar les diferències històriques i socioculturals en la comprensió dels cossos, el sexe-gènere, la sexualitat i la reproducció promou el reconeixement dels biaixos d'informació i del caràcter dinàmic de la producció de coneixement.

Continguts

1. Funcionament i impacte dels mètodes anticonceptius hormonal sobre la modulació de la fisiologia general de l'organisme, no només la fisiologia reproductiva.
2. Pautes d'ús, simptomatologia i efectes adversos dels mètodes anticonceptius hormonal.
3. El binarisme sexual i de gènere com a construccions socioculturals i històriques: concepcions diferents en entorns diversos i en altres contextos històrics.
4. L'impacte del binarisme sexual i de gènere en les variacions del coneixement sobre els cossos segons el context sociocultural i històric.
5. L'impacte del binarisme sexual i de gènere en la comprensió de la sexualitat i la reproducció segons el context sociocultural i històric.
6. L'impacte del context sociocultural en la producció del coneixement científic.
7. ...



4.3 Pubertat

També l'adolescència ha sigut diana dels reduccionismes d'origen suposadament biològic, atribuint a la població jove un caràcter imprevisible, caòtic, explicat per la voràgine hormonal de l'edat, entre d'altres mites. **Cal analitzar conjuntament com els tòpics i estereotips sobre la pubertat i l'adolescència poden ser utilitzats per menysprear les demandes i les iniciatives juvenils, des d'una actitud supervisora i adultista.**

En contrast, altres veus han emfatitzat el caràcter transgressor de les persones joves, fent referència a la seva potencialitat radical. Salvador Allende, per exemple, va afirmar "*ser joven y no ser revolucionario es un contradicción hasta biológica*", en homenatge a la rebel·lió i l'esperit crític juvenil, antidots contra el conformisme i garants de la transformació social.

Cal analitzar conjuntament com els tòpics i estereotips sobre la pubertat i l'adolescència poden ser utilitzats per menysprear les demandes i les iniciatives juvenils, des d'una actitud supervisora i adultista.

Idees clau per a l'equip docent

- Promoure una visió positiva de l'adolescència comporta incentivar la reflexió col·lectiva de respostes davant les teories pejoratives, essencialistes i biologicistes d'aquesta fase vital.

Continguts

1. Identificació de prejudicis i estereotips en els discursos sobre la joventut i l'adolescència.
2. Crítica i resposta a les teories reduccionistes, pejoratives, essencialistes i biologicistes sobre la identitat adolescent.
3. Referents i estímuls per a una visió positiva de la joventut i l'adolescència.
4. ...

Recursos

Informació

- ▶ Fernandez, A., Rotella, I., Lombardía, C., Fidalgo, N., Arango, E. *Tu sexualidad*. Instituto Asturiano de Juventud, Asociación de Mujeres Jóvenes, 2008.
<https://www.asturias.es/Juventud/FICHEROS/CuadernosOrientacion/CO%201%20Tu%20Sexualidad.pdf>
- ▶ *Coneixement del teu cos. Sexe Joves*. Generalitat de Catalunya.
http://sexejoves.gencat.cat/ca/temes/coneixement_del_teu_cos/
Material Pedagògic
- ▶ *Anatomy & Menstruation. Our bodies, our selves*.
<https://www.ourbodiesourselves.org/book-excerpts/health-topics/anatomy-menstruation/>
- ▶ *Adolescencias y cuerpos. Derechos sexuales y reproductivos*. Medicus Mundi.
<https://www.adolescenciasycuerpos.org/>
- ▶ Sanchis Caudet, R. *Els nostres cossos, els nostres drets (Guia d'Educació Sexual)*. Generalitat Valenciana. Conselleria d'Educació, Investigació, Cultura i Esport. Direcció General de Política Educativa, Servei d'Innovació i Qualitat, 2018.
<http://www.ceice.gva.es/es/web/convivencia-educacion/igualdad#guia>

Material pedagògic

- ▶ *Els nostres cossos*. Llista de reproducció. Oh My Goig! Betevé, 2017.
https://youtube.com/playlist?list=PLczouflaV-zYDLj15BUDXtZ5FP9dOD_c
- ▶ *Vivencia y conocimiento del cuerpo. Dinámicas*. SIDA STUDI.
<http://salutsexual.sidastudi.org/es/dinamicas/vivencias>
- ▶ *The vulva gallery*. Blog.
www.thevulgagallery.com
- ▶ *Canvis corporals i primeres vegades*. CJAS
<http://centrejove.org/ambits/canvis-corporals-primeres-vegades/>



Eix 5

Plaers, sexualitats i desitjos sexuals



5.1 Plaer, imaginaris i desitjos sexuals

5.2 Relacions sexuals, sexualitats i cicle de vida sexual

5.3 Desig i consentiment

Proposta d'activitat d'aprenentatge

Recursos

5.1 Plaer, imaginaris i desitjos sexuals

"La sexualitat està influenciada per la interacció de factors biològics, psicològics, socials, econòmics, polítics, ètics, legals, històrics, religiosos i espirituals", diu la definició de l'OMS (2006). I és que vivim en una societat sexualitzada, perquè només en néixer ja ens classifica segons el sistema binari sexe/gènere, que estableix que una persona nascuda amb vulva és una nena i el seu gènere és el femení; i que una persona nascuda amb penis és un nen i el seu gènere és el masculí.

Les persones intersexuals i la resta de sexualitats dissidents que no són les normatives de dona-home heterosexuales, avui dia continuen sent invisibles i estigmatitzades i són focus de violències masclistes.

Aquest sistema binari fonamenta els valors i normes socials en els quals desenvolupem la nostra vida, i és una construcció reductivista i limitada. Hi ha persones intersexuals, i a mesura que ens fem grans, moltes de nosaltres ens mourem i experimentarem la identitat sexual i de gènere de manera fluctuant.

Les persones intersexuals i la resta de sexualitats dissidents que no són les normatives de dona-home heterosexuales, avui dia continuen sent invisibles i estigmatitzades i són focus de violències masclistes. **Els tabús, els mites i els silencis sobre sexualitat també son violència, si més no, la perpetuen.**

Resulta imprescindible fer una lectura crítica dels factors psicosocials que influeixen i determinen el model únic hegemònic i dominant de sexualitat i conèixer com ens determinen aquest factors a l'hora de construir i viure la nostra sexualitat. La forma com cada persona assumeix la seva identitat

sexual, l'acceptació del seu cos i de com viu les relacions té molt a veure i està molt influenciada pels missatges que ha anat rebent des de petita.

Els mandats de gènere influeixen en les vivències personals i compartides, en les relacions afectives i les sexoafectives, ceneixen les persones a encaixar a una masculinitat i una feminitat tradicionals i dominants. Influeixen, especialment, en la imatge pròpia d'adolescents i joves, expectants de complir amb uns rols, estereotips i cànons de bellesa impossibles i negatius per a un desenvolupament lliure i sa. I invisibilitzen i estigmatitzen sexualitats i cossos dissidents, com la transsexualitat i l'asexualitat.

Totes les persones hem de poder viure aquella sexualitat que ens sigui positiva i amb la qual ens sentim identificades, i que pot ser tan canviant com etapes visquem a la vida i vulguem. **Poder escollir qui estimar, com relacionar-nos, si volem ser mares, pares, o no, responsabilitzar-nos de la salut sexual pròpia i de les altres, etc., són opcions que es fan més possibles quan guanyem consciència crítica amb perspectiva de gènere i interseccional de la realitat que ens envolta.** És important identificar i ser conscients dels conflictes que ens suposa el xoc de la cultura dominant amb la pròpia sexualitat, per poder donar-hi resposta. També, exigir que es respectin els ritmes, necessitats i desitjos de cada persona.

Idees clau per a l'equip docent

- Analitzar els factors psicosocials i culturals que influeixen en la construcció de la sexualitat permet reflexionar sobre la pròpia sexualitat.
- Entendre l'impacte de la sexualitat en la pròpia identitat i autopercepció permet observar-les en relació amb el grup i amb les altres persones.

Continguts

1. La construcció de la pròpia sexualitat i els factors psicosocials i culturals que hi influeixen.
2. L'autoconeixement: el respecte al propi ritme i la mirada crítica a les pressions socials i mandats de gènere.
3. ...



5.2 Relacions sexuals, sexualitat i cicles de vida sexual

De per se, les violències que pateixen les adolescents i joves vers la seva sexualitat, així com la violència que reben les persones i cossos dissidents, en aquestes edats, estan relacionades amb les pressions socials i els mites i tabús sexuals, com la qüestió de la virginitat, el desconeixement sobre el cicle menstrual o les responsabilitats culpadores quan van a buscar la pastilla d'anticoncepció d'urgència.

En canvi, l'autoconeixement, el respecte al propi ritme d'aprenentatge i el saber-se subjecte de Drets Sexuals i Reproductius són clau. És molt important conèixer el propi cos, aprendre a escoltar-se, saber com ens sentim i reaccionem als estímuls i situacions que se'ns presenten i evitar les pressions socials que ens obliguen a ser i actuar d'una determinada manera. És important destacar que no hi ha normes sobre l'edat per començar a tenir relacions sexuals o la manera de compartir la sexualitat. Cal que les persones implicades ho decideixin lliurement i quan ho sentin.

És molt important conèixer el propi cos, aprendre a escoltar-se, saber com ens sentim i reaccionem als estímuls i situacions que se'ns presenten i evitar les pressions socials que ens obliguen a ser i actuar d'una determinada manera.

A partir de l'aprenentatge i integració del dret a la intimitat i a la privacitat, l'adolescent guanya autonomia i capacitat per fer-se càrrec de la pròpia sexualitat i de la salut sexual. No hem d'oblidar els espais digitals, les xarxes socials i les TIC en aquesta tasca educativa. Segons l'OMS (2002), la salut sexual és "un estat de benestar físic, emocional, mental i social relacionat amb la sexualitat; no és només l'absència de malaltia, disfunció o debilitat. La salut sexual requereix un apropament positiu i respectuós cap a la sexualitat i les relacions sexuals, així com la possibilitat d'obtenir plaer i experiències sexuals segures, lliures de coerció, discriminació i violència". Perquè la salut sexual s'aconsegueixi i es mantingui, els Drets Sexuals i Reproductius, en tant que drets humans de totes les persones, han de ser respectats, protegits i garantits.

Totes som (auto)responsables, amb nosaltres mateixes i amb les persones amb què interaccionem. Al llarg dels anys anirem adquirint habilitats de cures i autocures sobre la pròpia sexualitat, l'espai relacional i vers totes les persones que en formen part. **El concepte d'autocura és, doncs, cuidar-se des de la responsabilitat de construir espais saludables que contemplin la salut de manera integral: física, psicoemocional i social.** Cuidar-se i ser responsable, viure de manera sana i amb goig la sexualitat té a veure amb el plaer com a eix central, físic i emocional.

No és estrany que una noia demana la pastilla d'anticoncepció d'urgència, en l'exercici del seu dret, durant l'atenció sanitària rebi un discurs moralitzador que la faci sentir l'única culpable de la

situació. Però que la noia sigui la que hagi de prendre la pastilla no la fa única en la responsabilitat del risc d'embaràs, sinó que el noi ho és tant com ella –o més, depenent de si ens trobem en una situació de violència masclista i sexual–, i contràriament al que es pensa, ella està actuant des d'una pràctica de cura, perquè s'està fent càrrec de la situació.

Precisament, en l'etapa de l'adolescència i la joventut solen predominar la funció relacional –en la qual augmenta el grau d'intimitat entre els iguals i l'expressivitat emocional entre ells es fa més evident (abraçades, petons, etc.)– i la funció eròtica –amb l'interès per descobrir el plaer i experimentar les primeres vegades i vivències sexuals–. L'autoestima és essencial de treballar i reforçar en aquestes edats en què són adolescents, perquè d'aquesta manera es podrà defensar l'ideal de sexualitat pròpia vers els valors socioculturals dominants, alhora que es generarà una mirada i vivència positives sense violències, individual i col·lectiva, en relació amb la diversitat i el respecte mutu.

Idees clau per a l'equip docent

- Comprendre que l'interès en les relacions sexuals pot canviar amb l'edat i pot expressar-se al llarg de tota la vida permet rebutjar pressions socials i de grup en relació a les maneres hegemòniques de viure la sexualitat.
- Entendre la sexualitat com un fet multidimensional que inclou components biològics, socials, psicològics, espirituals, ètics i culturals ens dona una idea de la dimensió humana i vital que suposa la sexualitat.
- Integrar el dret al propi cos i a la intimitat i privacitat de la sexualitat permet una autonomia i autoestima fortes en els individus.
- Aprendre a comunicar les pròpies necessitats i desitjos, respectant els de les altres persones, és adquirir eines per a unes relacions igualitàries i sense violències.

Continguts

1. Sexualitats diverses, ritmes i manifestacions diverses.
2. La sexualitat: procés vital humà multidimensional.
3. El dret al propi cos, a la intimitat i a la privacitat: autonomia i autoestima.
4. La comunicació de necessitats i desitjos: relacions de respecte i d'igualtat.
5. ...



5.3 Desig i consentiment

Tenir cura de les persones és una responsabilitat col·lectiva, no només individual, i també està relacionada amb el consentiment i el desig. Hem de d'observar críticament el paradigma del consentiment: consentir no és suficient quan accedim a tenir relacions sexuals amb altres persones, també hem de sentir desig i comunicar com ens sentim. Tenim el dret a negar-nos sempre que així ho sentim, i les altres persones ho han d'acceptar i respectar. En els casos en què no es vincula el desig amb el consentiment i s'accedeix a la intimitat amb altres persones, ens exposem a situacions de vulnerabilitat. Recordem la importància d'adquirir eines i habilitats d'autocura i de cura cap a les altres persones, de construir espais saludables que contemplin la salut de manera integral: física, psicoemocional i social.

Hem de d'observar críticament el paradigma del consentiment: consentir no és suficient quan accedim a tenir relacions sexuals amb altres persones, també hem de sentir desig i comunicar com ens sentim.

La nostra realitat és diversa, ho és en la diversitat de cossos, de pells de color, de diversitats funcionals, de genitals, de models relacionals, de maneres d'expressar plaer, ho és en els desitjos sexuals, en les expressions de gènere i en les identitats i preferències sexuals. Els mandats i estereotips de gènere, els imperatius de bellesa, els missatges subliminals de la publicitat, videoclips i lletres musicals, la pornografia masculista..., són factors estructurals condicionants i violents cap a la diversitat, la llibertat i el gaudi sexual.

Hem de crear espais segurs de comunicació i expressió i gestió emocional per al jovent, perquè es desenvolupin amb sentit crític, autonomia i responsabilitat. Cal que aprenguin a respectar-se a si mateixos i també a respectar les altres persones. **L'assertivitat i la negociació són eines de comunicació relacionals que comporten relacions igualitàries i possibles consensos per a la cura de les persones.**

Idees clau per a l'equip docent

- Aprofundir en la importància de l'autoestima i el plaer en el moment de donar i rebre el consentiment sexual en relació al desig o la falta de desig construeix relacions igualitàries i de respecte.

- Analitzar críticament el paradigma del consentiment en la interacció sexual (on queda el desig de la persona que consent?) permet entendre els impactes que pot tenir donar el consentiment sense desig i quina relació guarda amb la violència sexual.
- Integrar el dret a la intimitat i la privacitat també en el món de les TIC i les xarxes socials, fomenta una sexualitat responsable i segura.

Continguts

1. Consentiment i desig per a unes relacions igualitàries.
2. El consentiment desitjat relacionat amb l'autoestima i el plaer.
3. El paradigma del consentiment en la interacció sexual: el consentiment no desitjat és violència sexual.
4. El dret a la intimitat i la privacitat també en el món de les TIC i les xarxes socials
5. ...

Recursos

Informació

- ▶ *D'infondre la por a difondre els plaers. Claus reflexives per a l'educació sexual.* SIDA STUDI, 2018.
<http://salutsexual.sidastudi.org/resources/inmagic-img/DD59545.pdf>
- ▶ *Estándares de educación sexual para Europa.* WHO Regional Office for Europe i BZgA, 2010.
<http://salutsexual.sidastudi.org/resources/inmagic-img/DD18274.pdf>
- ▶ *Afectivitat i sexualitat. Són educables?* Fundació Víctor Grífols.
http://www.centrejove.org/pdf/afectivitat_%20i_sexualitat_son_educables.pdf
- ▶ Parra, N. *Deseo, placer y satisfacción.* Instituto Canario de Igualdad, Gobierno de Canarias, 2018.
http://www.gobiernodecanarias.org/cpji/docs/ici/Ediciones/Guia_Sex_2_DPS.pdf
- ▶ Zarrandikoetxea, I. *Sexualidad(es) en clave cultural. Guía informativa para la promoción de la salud sexual.* Unión de Asociaciones Familiares (UNAF), 2018.
<https://www.slideshare.net/UNAF/gua-sexualidades-en-clave-cultural-122985708>
- ▶ *Diversitat funcional, afectivitat i sexualitat.* Grup de Reflexió d'Ètica Aplicada del Consorci de Serveis Socials de Barcelona.
<http://salutsexual.sidastudi.org/resources/inmagic-img/DD18788.pdf>

Material pedagògic

- ▶ Ageitos, N. *Los colores de la sexualidad.* Diputación Foral de Bizkaia. Dirección General del Observatorio de Bizkaia, 2016.
<https://egk.eus/wp-content/uploads/2017/03/Los-Colores-de-la-Sexualidad.pdf>
- ▶ *El plaer sexual.* Oh My Goig! Betevé, 2017.
<https://www.youtube.com/watch?v=emGvTODmnsM&list=PLczouflaV-zYQPeJbipWrr-68rAEh0YsV>
- ▶ Zonca, C., *L'associació-CJAS, Oh My Goig! Tot el que vols saber sobre la teva #Sexualitat.* Fanbooks. Barcelona, 2018.
http://lassociacio.org/wp-content/uploads/2019/02/37499_Oh_My_Goig.pdf
- ▶ *The Porn conversation.* Lust, E., Dobner, P.
<http://thepornconversation.org/>



- ▶ *Parlem de... Sexualitat! Trenquem estereotips, desmuntem prejudicis!* CJB (Consell de la Joventut de Barcelona), 2014.
<https://www.cjb.cat/publicacio/parlem-de-sexualitat/>

Eix 6

Habilitats per a l'autocura de la salut sexual i reproductiva



- 6.1 Promoció de la salut sexual i reproductiva
 - 6.2 Influència del grup d'iguals en salut sexual i reproductiva
 - 6.3 Presa de decisions, ús de mètodes barrera i anticonceptius i dret al propi cos
 - 6.4 Habilitats de comunicació, negociació i rebuig en sexualitat i salut sexual
 - 6.5 Suport mutu i recursos en salut sexual i reproductiva
- Proposta d'activitat d'aprenentatge
- Recursos

6.1 Promoció de la salut sexual i reproductiva

Al llarg de la història cada comunitat humana ha donat forma i significat al concepte de salut i, partint d'una visió pròpia, ha organitzat també els models d'atenció. **És important, doncs, entendre la salut com un procés personal i col·lectiu, cultural, social i històric, un procés dialògic basat en la recerca del benestar.** El benestar és la síntesi de l'estat físic i orgànic en conjunció amb la situació psicoemocional i social que estem vivint.

El benestar és la síntesi de l'estat físic i orgànic en conjunció amb la situació psicoemocional i social que estem vivint.

Per tal de promoure la salut sexual i reproductiva de l'alumnat, és fonamental desmuntar l'individualisme i transformar les relacions i vincles des d'un nou paradigma col·lectiu. **Cal entendre que totes i cadascuna de les persones que componen el grup són responsables i participants, per activa o per passiva, de l'estat de salut dels integrants.**

Hi ha diferents aspectes relatius a la salut sexual i reproductiva que generalment s'assumeixen com a personals, propis de l'individu; les ITS, l'elecció i ús de mètodes anticonceptius o barrera i les intervencions sociosanitàries sobre el cos en serien alguns exemples. D'una banda, compartir aquestes experiències estimula la possibilitat d'empatitzar i vincular-se emocionalment a realitats



que a priori ens són alienes. Per una altra banda, és en l'escolta i l'anàlisi d'aquests testimonis on es revela l'impacte de l'estructura social, de les dinàmiques relacionals, evidenciant la responsabilitat de totes les persones sobre el benestar col·lectiu.

Tal com s'ha dit, el VIH/Sida i el conjunt d'infeccions de transmissió sexual són un bon exemple per aplicar la reflexió descrita. Aportar totes les explicacions relatives a les vies de transmissió i les conductes preventives permet afrontar el desconcert que genera una malaltia infecciosa. Tot i així, és ingenu i equívoc pensar que el rebuig deriva tan sols del pànic a contraure la patologia. **L'assenyalament constant, l'assignació d'estereotips i tòpics i els prejudicis vinculats a les ITS representen els pilars de l'estigmatització.**

L'herència d'un puritanisme hipòcrita, l'heterosexualitat normativa i la criminalització de la sexualitat per plaer i no per finalitats reproductives, són algunes de les presumpcions culturals que conformen l'estigma vinculat a les ITS. La criminalització de les ITS pot comportar una allau aclaparadora d'emocions diverses: silenci i autorepressió per evitar judicis externs; vergonya i culpabilitat vers un o una mateixa; tristesa, dolor i ràbia davant l'exclusió i la discriminació; por als vincles, a les relacions i els afectes, etc. **Si una malaltia ja suposa, de per si, una càrrega de patiment, el malestar és infinitament major quan arrossega el pes de l'estigma social.**

La sexualitat consta d'un ampli repertori de normes no escrites. **Per això, qualsevol persona que transgredeix la normativitat és susceptible de rebre represàlies per la desobediència.** Com en el cas de les dones que decideixen controlar la pròpia sexualitat i reproducció, optant a la interrupció voluntària de l'embaràs davant una gestació no desitjada, en un acte de sobirania corporal i exercici de drets. També en són exemple les preferències sexuals heterodissidents, les identitats i expressions de gènere no binàries i tota pràctica sexual basada en el desig i el plaer, aliena dels imperatius de l'amor romàntic o de la reproducció.

Per avançar en la construcció d'espais comunitaris saludables, començant per l'aula, cal desemascarar l'origen punitiu de l'estigma i la discriminació i entendre que comprometen, ulteriorment, el benestar de les persones.

El grup té, doncs, dues tasques principals. La primera és aprofundir en la vivència emocional de diferents opcions, fenòmens i circumstàncies relacionats amb les sexualitats i la salut sexual i reproductiva que són o poden ser subjectes a l'estigmatització (ITS, intervencions sociosanitàries, estils de vida no normatius, etc.). La segona és no reproduir l'exclusió i contrarestar l'assenyalament i el tabú, revisant prejudicis i conductes i enfortint els vincles, la solidaritat i l'empatia. L'objectiu és identificar les actituds i comportaments nocius, corregir-los i reparar-ne els danys resultants.



Idees clau per a l'equip docent

- Fomentar espais comunitaris saludables significa pensar conjuntament un marc col·lectiu capaç d'acollir i comprendre els hàbits i necessitats de salut singulars de cada persona.
- Promoure la responsabilitat col·lectiva vers la salut sexual i reproductiva implica identificar, analitzar i contrarestar l'estigma, la vergonya i el tabú que comporten determinats estils de vida, diagnòstics i intervencions sociosanitàries.
- Apostar per a la construcció d'espais comunitaris saludables comporta treballar conjuntament la identificació de l'impacte de la discriminació i la normativitat sexual sobre la salut i dissenyar estratègies per plantar-hi cara.

Continguts

1. La participació del grup en el coneixement i l'acollida de les necessitats de benestar de totes les persones.
2. L'estigma en salut sexual i reproductiva: VIH i ITS, intervencions sociosanitàries i hàbits i estils de vida.
3. El caràcter punitiu i alligador de l'estigma i les seves repercussions sobre la salut psicoemocional i social.
4. Estratègies promotores de salut com a mesures de confrontació, individuals i col·lectives, davant l'efecte dels determinants estructurals sobre la salut sexual i reproductiva.
5. La construcció d'espais comunitaris saludables en la no reproducció de dinàmiques nocives i el coneixement i acompanyament de les necessitats de cadascú.
6. ...

6.2 Influència del grup d'iguals en la salut sexual i reproductiva

L'objectiu és **treballar una metodologia d'aprenentatge que l'adolescència pugui incorporar per tal d'aplicar-la a tots els àmbits de la seva vida**. Ha de quedar clar que les desigualtats i les violències són el principal impediment per a la promoció efectiva de la salut de la població. És pertinent, per tant, estimular el reconeixement de l'impacte dels determinants estructurals més enllà de l'aula i plantejar la formulació d'iniciatives i estratègies per a contrarestar-los.

Les desigualtats i les violències són el principal impediment per a la promoció efectiva de la salut de la població.

Familiaritzar-se amb diferents experiències de lluita i apostes col·lectives que defensen la vida digna, el benestar de totes les persones, pot servir d'inspiració per idear-ne de noves. Un exemple és l'autoorganització, és a dir, organitzar-se des de la posició oprimida d'un sistema de desigualtat i discriminació. **No es tracta de perpetuar les etiquetes que jerarquitzen la societat sinó apropiarse'n per redefinir-les i desmuntar-les des de la intel·ligència col·lectiva**. Alhora el benestar de saber-se juntes i acompanyades també dona més força per contestar la violència rebuda.

Les petites i grans victòries de l'organització popular són evidents al llarg de la nostra història. No hi hauria drets laborals sense vagues sindicals, ni lleis contra l'homofòbia i la transfòbia sense les protestes de Stonewall, ni sufragi universal, ni independència de les colònies dels imperis occidentals, però encara queda molt camí per recórrer. **Dins l'àmbit de la salut sexual i reproductiva el moviment feminista internacional ha combatut incansable per a la formulació i el reconeixement dels Drets Sexuals i Reproductius**.

Idees clau per a l'equip docent

- Entendre la influència negativa de la reproducció d'actituds discriminatòries al si del grup permet avançar en el compromís d'actuar paral·lelament tant en l'àmbit relacional com en el conjunt de la societat en pro del benestar de totes les persones.
- Prendre consciència de la importància de la influència positiva del grup implica entendre que la composició d'aquest pot escollir-se i pot adequar-se a l'aposta col·lectiva que pretén desenvolupar.

Continguts

1. Apostes per contrarestar les normes de gènere i la reproducció d'altres desigualtats socials que comporten una influència negativa sobre la salut sexual i reproductiva i els comportaments sexuals de les persones del grup.
2. Iniciatives col·lectives per plantar cara als determinants socials (heteropatriarcat, racisme, classisme, capacitisme, etc.) que tenen una influència negativa sobre la salut de les persones.
3. L'autoorganització de les dones i el moviment LGTBI+, dels sindicats, de les persones migrades i racialitzades, de les persones amb diversitat funcional, etc., com a estratègia contra l'opressió i la discriminació.
4. La solidaritat, la implicació i el compromís des de les posicions socials privilegiades dels diferents sistemes d'opressió.
5. ...

6.3 Presa de decisions, ús de mètodes barrera i anticonceptius i dret al propi cos

La defensa dels Drets Sexuals i Reproductius constitueix un marc en el qual la presa de decisions relatives a la sexualitat i la reproducció pot exercir-se sense cap tipus de coacció, discriminació o violència.

Tant la sexualitat com la reproducció comporten un seguit de decisions constants. Decisions relacionades amb el desig, el plaer, la voluntat de mantenir o no relacions sexoafectives, d'utilitzar mètodes preventius de les ITS o dels embarassos no desitjats, acudir a serveis assistencials per rebre acompanyament especialitzat sobre qüestions de tipus orgànic o psicoemocional, actuar davant la vivència o testimoniança de violència, etc. **La defensa dels Drets Sexuals i Reproductius constitueix un marc en el qual la presa de decisions relatives a la sexualitat i la reproducció pot exercir-se sense cap tipus de coacció, discriminació o violència.**

Els efectes de la societat de classes, el racisme i l'heteropatriarcat són el principal embat per prendre decisions emmarcades en la garantia real dels Drets Sexuals i Reproductius, ja que suposen, entre molts altres exemples, una restricció a l'accés universal a la informació i als mètodes barrera i anticonceptius, la imposició dels models normatius (sexuals i de gènere) per sobre del desig de les persones o la violència sexual en totes les seves formes cruentes.

És molt important partir d'una lògica col·lectiva per fer-se càrrec no només de les decisions que ens interpel·len en primera persona, sinó també d'aquelles que afecten altres membres del grup social. Afavorir l'autonomia i saber acompanyar, malgrat una possible discrepància, amb la ferma convicció que estimular la presa de decisions de totes les persones és imprescindible per promoure la salut de la comunitat.

Idees clau per a l'equip docent

- Comprendre la rellevància de la dimensió social de la presa de decisions en sexualitat i salut sexual i reproductiva implica defensar i reivindicar la garantia dels Drets Sexuals i Reproductius.
- Entendre la presa de decisions com una habilitat promotora de salut per a qualsevol persona i col·lectiu significa aprendre a acompanyar les altres persones en aquest procés, detectant i actuant en casos de violència i vulneracions de drets i acceptant i gestionant la discrepància.

Continguts

1. La defensa dels Drets Sexuals i Reproductius com a base necessària per decidir en sexualitats lliures de tot tipus de violència.
2. La presa de decisions en salut sexual i reproductiva com a garant de l'aprenentatge.
3. Detecció dels diferents tipus de coacció i violència que limiten la presa de decisions sobre el propi cos, la pròpia sexualitat i la salut sexual i reproductiva.
4. Gestió de la discrepància en l'acompanyament de la presa de decisions.
5. ...



6.4 Habilitats de comunicació, negociació i rebuig en sexualitat i salut sexual

No és senzill vincular-se amb el recorregut vital d'una altra persona quan les opinions que regeixen certes decisions disten àmpliament de les pròpies. Suposa un repte saber-se partícip, per exemple, de les decisions de les persones que aparentment mostren indiferència al risc de contagi de les ITS i rebutgen utilitzar mètodes barrera; o d'aquelles convençudes que un embaràs no és una possibilitat extremadament remota.

En concret, respecte l'elecció de l'ús de mètodes, cal assegurar en primer lloc, que l'accessibilitat universal i la disponibilitat siguin una realitat.

Tan bon punt els mínims indispensables estan garantits, l'equip docent ha de presentar als adolescents les diferents estratègies per afrontar la discrepància i generar un diàleg constructiu.

És important no menysprear la crítica que es pot fer a l'oferta de mètodes anticonceptius i barrera de què disposem actualment. L'anticoncepció hormonal suposa que les dones i persones que poden quedar-se embarassades també són les que assumeixen exclusivament els efectes adversos de l'hormonació. Alhora s'ha de donar legitimitat i espai a les reticències respecte els preservatius i altres mètodes barrera, prestar-hi atenció i fer-les visibles per fomentar la implicació en la millora del progrés científicotècnic.

A banda d'acollir aquestes crítiques, pel que fa la comunicació en la discrepància, cal començar per l'escolta activa i la comprensió de l'opinió aliena, negociant i compartint posicions. També és important desvelar l'impacte de les dinàmiques de poder, estereotips i tòpics sobre la conformació de pensaments que podem creure propis i genuïns.

L'estructura social condiona la comunicació assertiva en l'àmbit sexual i suposa diferències en aspectes centrals com són, entre altres, l'expressió del desig i l'emissió i recepció del consentiment. En aquest sentit, per exemple, dir que sí o dir que no, donar via lliure al desig, no té el mateix significat ni les mateixes implicacions en veu d'un home blanc, heterosexual, ric i occidental, que pronunciat per una dona racialitzada o una noia jove amb diversitat funcional. Prendre consciència d'aquest fet estimula una lectura crítica de les habilitats i capacitats comunicatives més enllà de la persona individual.

L'estructura social condiona la comunicació assertiva en l'àmbit sexual i suposa diferències en aspectes centrals com són, entre altres, l'expressió del desig i l'emissió i recepció del consentiment.



Idees clau per a l'equip docent

- Emplaçar les habilitats de comunicació, negociació i rebuig en sexualitat en el context social permet entendre que, per al seu bon desenvolupament, és necessària la garantia dels Drets Sexuals i Reproductius.
- Responsabilitzar-se col·lectivament de les habilitats de comunicació, negociació i rebuig en sexualitat implica pensar estratègies col·lectives per rebatre l'impacte de les estructures de poder i discriminació (racisme, masclisme, etc.) sobre l'acció comunicativa.

Continguts

1. L'accessibilitat universal i la disponibilitat de mètodes barrera i anticonceptius com a requeriments bàsics per decidir optar-hi.
2. Habilitats comunicatives per a la comprensió de la discrepància i l'exercici d'acompanyaments dialògics.
3. Límits, crítiques constructives i propostes de millora sobre l'oferta actual de mètodes barrera i anticonceptius.
4. L'impacte de les estructures de poder derivades de l'heteropatriarcat, el racisme, el capitalisme, el capacitisme, l'adultisme, etc., sobre les habilitats comunicatives.
5. Iniciatives col·lectives per desafiar l'impacte de les estructures de poder sobre la comunicació i els propis límits en salut sexual i reproductiva.
6. ...

6.5 Suport mutu i recursos en salut sexual i reproductiva

Revisar críticament i de manera continuada el funcionament dels serveis especialitzats és una responsabilitat col·lectiva.

Hi ha molts aspectes de la salut sexual i reproductiva que requereixen una intervenció experta. Els sistemes mèdics professionals responen a la necessitat d'organitzar de manera operativa la interdependència social: tothom té una tasca determinada, una professió i el temps per adquirir uns coneixements específics. Tot i així, des d'una concepció integral de la salut, qualsevol persona i grup desenvolupa un paper rellevant. És per això que **revisar críticament i de manera continuada el funcionament dels serveis especialitzats és una responsabilitat col·lectiva.**

Compartir informació i recursos sobre els serveis externs que presten una atenció específica a la salut sexual i reproductiva i analitzar la perspectiva des de la qual actuen, defensant la garantia dels Drets Sexuals i Reproductius com a base irrenunciable, són exemples de responsabilització. **Així, es consolida la implicació individual i comunitària vers la pròpia salut sexual i reproductiva i s'impedeix la despossessió de cossos i drets i el control extern de les nostres vides.**

Idees clau per a l'equip docent

- Desenvolupar la responsabilitat del grup des de la interdependència i el suport mutu en salut sexual i reproductiva, significa promoure l'autonomia i els recursos propis, treballar l'acompanyament i identificar els agents externs basen la seva pràctica en els Drets Sexuals i Reproductius.

Continguts

1. El grup com espai comunitari saludable d'acompanyament i suport mutu.
2. Recursos col·lectius d'informació sobre salut sexual i reproductiva i sobre els serveis de suport extern que en presten una atenció específica.
3. Revisió crítica dels serveis d'atenció externs especialitzats des del paradigma dels Drets Sexuals i Reproductius.
4. La reivindicació de l'aplicació Drets Sexuals i Reproductius en l'àmbit comunitari i en l'àmbit professional.
5. ...

Recursos

Informació

- ▶ *Protocol d'activitats preventives i de promoció de la salut a l'edat pediàtrica*. Departament de Salut, Generalitat de Catalunya, 2008.
http://salutpublica.gencat.cat/web/.content/minisite/aspcat/promocio_salut/infancia-i-adolescencia/02infancia-amb-salut/protocol-infancia-amb-salut.pdf
- ▶ *Salut sexual i reproductiva*. Centre de documentació en salut pública.
<https://www.diba.cat/web/centre-documentacio-salut-publica/salut-sexual-i-reproductiva>
- ▶ Parra, N. *Sexualidad. Cuerpos, identidades y orientaciones*. Instituto Canario de Igualdad, Gobierno de Canarias, 2018.
http://www.gobiernodecanarias.org/cmsgobcan/export/sites/iciigualdad/_galerias/ici_documentos/documentacion/Guia_Sex_4_CIO.pdf
- ▶ García, M., Lozano, M., Martín, A. *La salud de las mujeres, ¿Diferente o desigual?* Instituto Andaluz de la Mujer. Consejería de Igualdad, Políticas sociales y Conciliación. Escuela andaluza de salud pública, Consejería de Salud y Familias, 2018.
https://www.easp.es/wp-content/uploads/2019/05/000_la-salud-de-las-mujeres_DIGITAL-1.pdf
- ▶ *ITS: Infecciones de transmissió sexual. Revisa les teves creences*. Conselleria de Salut i Consum. Direcció General de Salut Pública i Participació.
<http://salutsexual.sidastudi.org/resources/inmagic-img/DD42150.pdf>
- ▶ *Què són les infeccions de transmissió sexual ITS?* Centre Jove d'Atenció a les Sexualitats.
<https://centrejove.org/its-2/>
- ▶ Comitè 1r de Desembre – Plataforma Unitària d'ONG Sida de Catalunya
<https://www.comite1desembre.org/>
- ▶ *Salut sexual*. SIDA STUDI.
<http://salutsexual.sidastudi.org/>
Espai web amb material didàctic i informatiu d'interès entorn a la salut sexual i reproductiva.
- ▶ Joy, S. *La palabra más sexy es Sí!* Ricarda Editorial.
http://consentzine.com/assets/consentimiento_zine.pdf
- ▶ Busca el teu centre d'atenció a la salut sexual i reproductiva
http://sexejoves.gencat.cat/ca/centres_i_serveis/unitats_datencio/

Material pedagògic

- ▶ *Infeccions de transmissió sexual. Sexe Joves.* Departament de Salut, Generalitat de Catalunya
http://sexejoves.gencat.cat/ca/temes/infeccions_de_transmissio_sexual/
- ▶ *Coneixement del teu cos.* Sexe Joves. Generalitat de Catalunya.
http://sexejoves.gencat.cat/ca/temes/coneixement_del_teu_cos/
- ▶ *Mètodes anticonceptius.* Centre Jove d'Atenció a les Sexualitats
<http://centrejove.org/ambits/metodes/>
- ▶ *L'autocura.* Llista de reproducció. Oh My Goig! Betevé, 2017.
<https://youtube.com/playlist?list=PLczouflaV-zYhFcdgQJEc8OyZSDh1Flbx>
- ▶ *Treu-li suc, a la sexualitat.* SIDA STUDI; CJAS (Centre Jove d'Anticoncepció i Sexualitat); Creación Positiva; Stop Sida; Àrea de Salut Pública, 2007.
<http://salutsexual.sidastudi.org/resources/inmagic-img/dd6872.pdf>
- ▶ *Protegeix-te, cony! Guia de salut sexual per a persones amb cony de tots els gustos i gèneres.* LGTB Terrassa, Actua Vallès.
<http://www.sidastudi.org/es/registro/a53b7fb35a776666015bc919e0ea06af>
- ▶ *Condonéate. Placer sin riesgo. Dinámicas de grupo.* Consejo de juventud de España.
http://www.gazteaukera.euskadi.eus/contenidos/noticia/materiala_sexualitatea/es_material/adjuntos/Dinamicas_de_%20grupo.pdf

Ús conscient del llenguatge

A continuació, presentem un llistat de paraules i conceptes clau per facilitar la lectura dels eixos i continguts dels dossiers.

Més enllà del contingut substantiu d'aquestes paraules, volem posar un èmfasi especial al caràcter polític i transformador de la realitat que suposa el llenguatge i el seu ús. Així, totes es deriven d'un posicionament polític en clau feminista que defineix i emmarca una realitat i simbologia concretes, fet que permet anomenar, visibilitzar i resignificar tot allò que contribueix i promou una societat justa, igualitària, lliure i diversa.

Adultisme: Generalment, la nostra societat acompanya la imatge o la idea de l'adolescent amb una sèrie de mites i prejudicis que s'avancen a les vivències, necessitats i preocupacions reals del jovent respecte a la sexualitat i la seva complexitat.

Amor romàntic: El model d'amor romàntic es basa en la idealització de la parella i en els estereotips i els rols tradicionals de gènere. L'amor romàntic és una construcció social que ens diu què és enamorar-se i què hem de sentir, a partir d'una sèrie de mites que poden arribar a justificar violències i relacions insanes: la mitja taronja, la fidelitat i exclusivitat, la possessió de l'altra persona, etc. Sobretot, l'amor romàntic contempla les parelles heterosexuales, invisibilitzant altres preferències sexuals i accentua el paper diferencial i estereotipat de dones i homes.

Autocura: L'autocura s'entén, tal com ho descriu la mateixa paraula, com l'exercici de la cura del benestar propi. Cal tenir present però, que aquest *auto* i aquest *propi* no remetent a una concepció individual del benestar i interpel·len també la cura de l'espai relacional i de totes les persones que en formen part. Autocura és, doncs, cuidar-se des de la responsabilitat de construir espais saludables que contemplin la salut de manera integral: física, psicoemocional i social.

Biaix de gènere: Inclinaió o alteració en base a prejudicis i predileccions que es justifiquen per la condició de gènere.

Binarisme de gènere: Concepció, pràctiques i sistema d'organització social que parteix de la idea que només hi ha dos gèneres en les societats, femení i masculí, assignats a les persones en néixer, com a homes (biològicament: mascles de l'espècie humana) i com a dones (biològicament: femelles de l'espècie humana), i sobre els quals s'ha sustentat la discriminació, exclusió i violència en contra de qualsevol diversitat d'identitat, expressió i experiència de gènere.

Binarisme sexual: Es refereix a la mirada tradicional que no reconeix la possibilitat que hi hagi maneres noves d'interpretar el gènere i també el sexe. Des de el binarisme es reconeixen només les categories *home* i *dona*.



Capacitisme: Es tracta d'una forma de discriminació i prejudici social contra les persones amb discapacitat funcional. Alguns exemples són els espais públics no accessibles, també els transports o el fet de subestimar les capacitats i habilitats de les persones que aparentment tenen una discapacitat.

Consentiment - Desig: Acord explícit per participar en una activitat sexual. Actualment, els moviments feministes proposen parlar de *relacions acordades*, perquè la paraula *consentiment* per si sola implica que el subjecte no és qui decideix de fer l'acció, sinó que accedeix a la petició des de la coerció de les violències invisibles i amb actitud passiva i subjecte que no desitja. És fonamental vincular desig i consentiment en el moment d'acordar activitats sexuals.

Cultura de la violació: Creences i construccions culturals i socials instaurades en l'imaginari col·lectiu que normalitzen i justifiquen les agressions i violències sexuals cap a les dones. Aquestes creences responsabilitzen les persones que les pateixen sense posar el focus en qui les exerceix ni en el sistema patriarcal que les permet i alhora les perpetua.

Desigualtats de gènere: Els dos gèneres tradicionalment reconeguts –masculí i femení– pretenen definir-nos a totes les persones i van molt més enllà arribant a dividir en aquestes dues categories: activitats, esports, emocions, sectors professionals, etc., en definitiva, àmbits de la vida. En tots els casos la categoria *masculí* té un prestigi i valor social més alt que la categoria *femení*.

Desigualtats i violències estructurals: Construïm les nostres relacions sobre estructures asimètriques de poder, que transformen les diferències en desigualtats. El racisme i el masclisme són exemples de violències sistèmiques que es perpetuen a través dels diferents discursos dels mitjans, la publicitat, l'educació, la institució mèdica, l'amor romàntic i de totes les formes de violència quotidianes que hem incorporat de manera inconscient.

Desnaturalitzar el gènere: Ens parla de trencar amb la creença que la construcció de social de gènere en realitat té una base bio/gènética que ens porta a homes i dones a ser diferents per "naturalesa". Aquesta interpretació errònia fa referència als rols, actituds i comportaments que se suposa ens venen donats per haver nascut amb un determinat aparell genital.

Diversitat funcional: En el model social aprovat es continua parlant de discapacitat i discapacitat intel·lectual. El concepte de diversitat funcional –intel·lectual o cognitiva– pretén enfocar-se en les diferències de maneres de fer, moure's, pensar i de viure de les persones. Es defineix com la mancança parcial o total d'un membre o la possessió d'un membre, òrgan o mecanisme del cos que té un funcionament diferent. És, per tant, un concepte referit al pla corporal de l'individu. Aquesta afirmació sobre diversitat funcional ens explica que és l'entorn el que limita les persones i el seu accés a la societat, és a dir, que la discapacitat està en l'entorn, no en la persona. D'aquí extraïem una qüestió bàsica, cal donar el protagonisme a les persones com a subjectes de drets i no com a objectes d'assistència i rehabilitació i, per tant, que aquestes siguin plenament capaces de prendre decisions d'igualtat d'oportunitats en tots els espais de la societat. El fet que aquesta definició no reculli les diferents tipologies de diversitat assenyalava totes les

persones com a diferents i també les unes en relació amb les altres, i que podem tenir diversitats funcionals al llarg de la nostra vida.

Diversitat: La diversitat és una particularitat de tots els éssers humans, i per tant també dels grups humans, fet que la converteix en un aspecte transversal a la realitat social, cultural i educativa. I és en aquest sentit que podem dir que tots els éssers humans som diferents i singulars. La diversitat és diversa en si mateixa, i per tant l'única normalitat és ser persones diverses.

Dret al propi cos: Als anys 70, el moviment feminista formula el concepte de Drets Sexuals i Reproductius de les Dones com el dret d'aquestes a controlar el seu cos, regulant-ne la seva sexualitat i capacitat reproductiva sense imposicions, coercions o violència per part dels homes i el sistema heteropatriarcal.

Drets Sexuals i Reproductius (DSiR): Són un conjunt de drets humans que garanteixen que les persones puguin viure en llibertat i sense violència. Suposen el poder expressar i gaudir dels nostres cossos, les nostres sexualitats, dels nostres desitjos i plaers lliures de tot tipus de violències i discriminacions. També impliquen garantir la salut sexual entesa com un estat de benestar físic, emocional, mental i social en relació a la sexualitat.

Esfera pública i privada: Històricament, l'àmbit privat ha estat aliè a la política, i això ha permès que es desenvolupin les relacions de poder que fomenten la base de les estructures de dominació de l'àmbit públic. La consciència i superació de la dicotomia públic/privat pot contribuir a l'abordatge col·lectiu i estructural de les desigualtats de gènere que d'una altra manera s'entendrien com a individuals i aïllades.

Estereotips de gènere: La diferenciació sexual facilita el manteniment dels anomenats estereotips de gènere, clixés entorn al fet de ser dona o home, comportaments, actituds i expectatives en funció del sexe de la persona. En aquest sentit, cal evidenciar, prèviament, que vivim en una societat que, encara avui, es caracteritza per ser androcèntrica i patriarcal, és a dir, que situa allò que és masculí com a prioritari, com si fos més important, com a norma, i es genera així una jerarquització de les persones en funció del seu sexe i subordinant el model femení al masculí. Cal evidenciar que els estereotips de gènere afecten totes les persones perquè limiten les possibilitats, de dones i homes, a desenvolupar-se individualment a partir de les seves inquietuds, interessos, motivacions i sentiments.

Expressió de gènere: És la manifestació del gènere de la persona. Pot incloure la forma de parlar, manera de vestir, comportament personal o interacció social, modificacions corporals, entre altres aspectes. Constitueix les expressions del gènere que viu cada persona, ja sigui de forma imposada, acceptada o assumida.

Famílies: De models familiars o unitats bàsiques de convivència n'hi ha molts i molt diversos. Actualment, la família heteroparental tradicional ja no és l'únic model familiar acceptat, ni tampoc, en molts contextos, és el majoritari. Hi ha famílies monomarentals, triparentals, homomarentals, famílies extenses, centres d'acolliment, cocriança, etc. Generalment, identifiquem com a família el nucli de persones més properes amb qui vivim i que desenvolupen un rol de criança, educatiu, afectiu i transmissor de valors.



Hegemonia i contrahegemonia cultural: L'hegemonia cultural respon a un sistema de valors morals i socials dominants i àmpliament acceptats per una societat. La contrahegemonia és la resposta generadora i creativa de cultura i valors en contraposició a la cultura dominant.

Heteronormativitat: Expectativa, creença o estereotip que totes les persones són, o han de ser, heterosexuales, o que aquesta condició és l'única natural, normal o acceptable; és a dir, que només l'atracció eròtica afectiva heterosexual i les persones heterosexuales, o que siguin percebudes com a tals, viuen una sexualitat vàlida èticament, o legítimament, socialment i culturalment.

Heteropatriarcat: És un sistema de poder establert en base a un model de dominació masculina. És un sistema sociopolític que justifica i promou la superioritat de l'home i l'heterosexualitat vers la dona i la resta d'orientacions sexuals.

Hipersexualització i cosificació: És l'ús que es fa d'una dona en particular, del concepte de dona o de la seva imatge per a finalitats del plaer estètic i sexual masculí, sense fer referència ni a la seva capacitat racional ni a la seva dignitat humana. La publicitat, les pel·lícules, la música, etc., presenten les dones –i les nenes també– com a objectes exposats i explotats, carregades d'un sentit sexual sobrepassat que les deshumanitza i les tracta des de i amb violència sexual masclista.

Identitat de gènere: Percepció subjectiva que cada persona té en relació amb el seu propi gènere, que podria o no coincidir amb les seves característiques sexuals.

Identitat sexual: Percepció que cada persona té de si mateixa pel que fa a la seva pròpia avaluació de les característiques físiques o biològiques, la percepció psicològica del gènere i els rols i normes socials. És la suma de diferents plans; biològics, ambientals i psicològics.

Interseccionalitat: La interseccionalitat assenyalava com diferents fonts estructurals de desigualtat i discriminació –per raó de gènere, preferència sexual, ètnia, classe, capacitats, etc.– són inseparables i indestriables entre si i mantenen relacions recíproques, i configuren així un sistema estructural d'opressió. Entenem que la mirada interseccional ha d'estar present en qualsevol anàlisi del nostre entorn per tal d'entendre'n la complexitat, el sistema de privilegis vinculats i per poder subvertir les relacions de poder específiques. Es tracta d'un enfocament teòric que subratlla que totes les categories socials, algunes ja esmentades, estan construïdes i interrelacionades.

Justícia global: Té per objectiu la transformació de les relacions de poder que generen desigualtats, mitjançant –entre d'altres estratègies– la coeducació per a una ciutadania global.

Justícia relacional: Es refereix a la convivència, en una societat organitzada segons unes normes de civisme que pauten les conductes de les persones i que fixen els criteris pels quals es considera que la persona n'és membre. La comunicació, el respecte, la promoció de la igualtat, l'acceptació de la diversitat,



etc., faciliten la promoció social de les persones i una millor convivència en comunitat. També, en les relacions de reciprocitat, és a dir, en la xarxa o xarxes socials de les quals disposa una persona en la seva vida quotidiana; i en l'accés, el manteniment i les condicions d'aquestes xarxes i dels vincles comunitaris. Les xarxes socials o de proximitat són pilars de la inclusió social.

La construcció social del gènere: Es refereix als atributs que socialment, històricament, culturalment, econòmicament, políticament i geogràficament, entre altres, han estat assignats als homes i a les dones. S'utilitza per referir-se a les característiques que, social i culturalment, han estat identificades com "masculines" i "femenines", les quals abasten des de les funcions que històricament s'han assignat a un o altre sexe (proveir vs. tenir cura), les actituds que en general se'ls imputen (racionalitat, fortalesa, assertivitat vs. emotivitat, solidaritat, paciència), fins a les formes de vestir, caminar, parlar, pensar, sentir i relacionar-se.

LGTBfòbies: Rebuig, discriminació, invisibilització, burles i altres formes de violència basades en prejudicis, estereotips i estigmes cap a lesbianes, gais, transvestits, transsexuals, transgènere, bisexuals, intersexuals, queer, asexuals i més, o que són percebudes com a tals. Formen part de les violències masclistes.

Normativitat i normalitat: En la recerca de la *desnaturalització* del vincle binari sexe-gènere, hem d'identificar la càrrega de la construcció social d'aquest procés i poder trencar amb el concepte de normalitat com un fet que succeeix per "naturalesa" quan naixem, com també el concepte de normativitat com una cosa que ens oprimeix perquè ens determina. La normativitat en relació al gènere fa referència a la limitació en el voler ser i voler mostrar i ens proporciona missatges constants del que és correcte i del que és incorrecte segons la norma del binarisme sexe-gènere heterosexual. La normativitat és el procés individual i col·lectiu de normalitzar la norma, creure-la com un fet inamovible i "natural". Però, recordem que la norma està construïda socialment i per això pot ser transformada col·lectivament i transgredida individualment.

Performar el gènere (expressió de gènere): Exercir, de forma voluntària, la llibertat d'interpretar el gènere com cadascú vulgui. De forma personal i fluïda. Ens remet a la plasticitat del concepte gènere i apel·la a legitimar la deconstrucció individual d'aquest concepte.

Plaer: Quan parlem de sexualitat parlem de la recerca del plaer i les sensacions estimulants que podem experimentar a través dels sentits (tacte, oïda, olfacte, vista i gust), els desitjos, les fantasies, les emocions, etc. També a través d'un òrgan molt important: el cervell, que és l'òrgan que interpreta en cada moment si allò que estem experimentant ens agrada o no. Tanmateix, la reivindicació del plaer per part del moviment feminista és l'eix polític simbòlic amb el qual es defensa la vida, la llibertat i la integritat corporal i humana, el gaudi dels drets, la visibilitat dels cossos diversos i les seves vivències.

Preferències sexuals: Capacitat de cada persona de sentir una atracció eròtica, afectiva, emocional o amorosa per persones d'un gènere diferent al seu, o del seu mateix, o de més d'un gènere o d'una identitat de gènere, així com la capacitat de mantenir-hi relacions íntimes i sexuals.

Privilegi: El privilegi és un dret o una immunitat concebuda com a benefici, avantatge o favor especial. Hi ha privilegis racials, de gènere (i identitat), privilegis heterosexuais, privilegis econòmics, privilegis de capacitat física, privilegis educatius, privilegis religiosos i la llista continua. Gairebé totes les persones, especialment en el món desenvolupat, tenim alguna cosa que les altres no tenen, és a dir, tenim privilegis.

Rols de gènere: Els rols de gènere fan referència al conjunt d'expectatives de comportaments i formes de ser i actuar associades a una identitat de gènere binària (dona o home), sovint assignada a partir de la diferència sexual genital en néixer (binarisme sexual).

Salut integral: S'entén per salut integral la construcció del concepte de salut i l'abordatge des d'una mirada tridimensional, que contempla no només l'estat del cos i el benestar físic, sinó també la dimensió psicològica i emocional i la dimensió social (societats, cultura, economia, desigualtats, etc.) i relacional. Aquest ús del terme salut coincideix amb la definició que en fa l'OMS (Organització Mundial de la Salut) i pretén allunyar-se d'una comprensió de la salut basada en la presència o absència de malaltia orgànica.

Salut sexual i reproductiva: Aplicant la definició de salut integral, la salut sexual i reproductiva es concep com l'estat de benestar físic, psicoemocional i social aplicat a l'àmbit de la sexualitat i la reproducció. Com que la salut també és social i, per tant, també és política, la garantia dels Drets Sexuals i Reproductius és fonamental per a la promoció d'un bon estat de salut. Així, la salut sexual i reproductiva també contempla l'obtenció de plaer i satisfacció del desig com a factor protector d'una sexualitat saludable i considera tota forma de violència com una vulneració dels drets humans i un atemptat contra la salut.

Sexualitat: La sexualitat és un procés que comença en el moment de néixer i es va construint al llarg de tota la vida. A més a més, és essencial en el nostre desenvolupament com a persones. Tenim el dret a descobrir-la, a viure-la i expressar-la de la manera que vulguem fer-ho, a partir de nosaltres mateixes i mateixos i a partir de relacions igualitàries. Es tracta de la recerca del plaer a través del cos i de tota la personalitat; la sexualitat és també un mitjà d'aproximació a una altra persona, és comunicació i ens permet gaudir a soles o en companyia d'emocions i sensacions.

Sobirania corporal: La sobirania corporal té com a objectiu que les persones tinguin el control dels cossos i les sexualitats de les persones, alliberades de tot tipus d'opressions, relacions de poder, mandat binari de gènere i, per tant, també de discriminacions i violències heteropatriarcal i des de la institució. És un concepte que va més enllà de la defensa dels Drets Sexuals i Reproductius a nivell individual, entenen que es tracta d'un exercici emancipador des de la col·lectivitat i comunitat.

Violència sexual a la infància i l'adolescència: Qualsevol aproximació física o virtual de caràcter sexual cap a un infant o un adolescent en una relació de desigualtat. La dominació pot prendre formes molt diverses, sense que aquesta sigui fàcilment identificable. En aquestes etapes evolutives i sobretot quan hi ha vincles afectius ja existents, la violència sexual en la infància i adolescència pot ser més difícil d'assenyalar. S'entén que aquest tipus de violència forma part de la mateixa lògica estructural que permet perpetuar les violències masclistes.



Violències masclistes: La violència que pateixen les dones i les persones LGTBI com a conseqüència de viure en una societat masclista. Les violències masclistes poden aparèixer en diversos àmbits (a la parella, a casa, a la feina, al centre escolar, en una festa...) i en diferents formes (física, verbal, sexual, etc.).



