

## OBJETIVOS

- Reconocer todo el cuerpo como fuente de placer.
- Compartir distintas estrategias para comunicarnos con nuestras parejas sexuales y expresar emociones, dudas, deseos, etc.

## PERSONAS DESTINATARIAS

Chicos cis de 12 a 17 años.

## MATERIAL

Pizarra (como alternativa se puede utilizar papelógrafo), papel marrón (de embalar), adhesivos o rotuladores de colores, ordenador, proyector, conexión a internet, sonido, material para evaluar (post-it, bolígrafo).

## CONCEPTOS CLAVE

- Placer
- Diversidad (sexual, de género, corporal)
- Comunicación
- Masturbación

# ORGASMO A LAS 12h

## Placeres y comunicación

### DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

---

#### ACTIVIDAD 1

Explicamos y pactamos las normas del espacio: respeto, escucha, confidencialidad, no juicio. Es importante tener en cuenta que el pacto funciona en todos los sentidos: entre jóvenes; de jóvenes hacia la persona referente; pero también de esa persona hacia jóvenes. Por ejemplo, sería especialmente contraproducente que el grupo o una persona se sienta juzgada por la persona referente.

Informamos que señalaremos aquellas actitudes que consideramos que pueden hacer daño o incomodar. Recordemos que, cuando hacemos esto, señalamos como no válida en este espacio una actitud determinada pero no a la persona: “esta actitud no es bienvenida en este espacio, pero tú sí”.

Si el grupo muestra actitudes machistas y lgtbifóbicas debemos señalarlo. Las estrategias para señalar y frenar estas actitudes pueden ser diversas en función del momento, la relación esa persona y/o el tipo de comentario. Y pueden ir desde girar el comentario con humor, ofrecer argumentos para la reflexión, frenar con contundencia y continuar la actividad para después realizar una intervención individual, expulsión de la persona o personas del grupo, etc. La persona referente de la actividad valorará qué hacer y cómo, pero es importante que los comentarios machistas y lgtbifóbicos tengan algún tipo de respuesta.

---

Explicamos que en esta actividad hablaremos sobre el placer.

Cogeremos dos papeles de embalar y haremos dos siluetas (una persona del grupo se estira sobre el papel y otra repasa la silueta). En una silueta pondremos YO y en la otra, PAREJAS SEXUALES. Si vemos que es complicado hacerlo en grupo, podemos repartir dos hojas con las siluetas dibujadas y rotuladores para que lo puedan hacer la actividad de forma individual. Después, sólo quien quiera compartirá lo que ha hecho.

Respecto a las siluetas de PAREJAS SEXUALES, es importante no dar por hecho la heterosexualidad de las personas participantes. Además, estas siluetas pueden ser chicos o chicas cis o trans. Puede que los chicos siempre hablen de chicas cis y las chicas de chicos cis, pero nosotros debemos visibilizar siempre a la diversidad sexual y de género.

Por otra parte, es posible que haya participantes que han tenido experiencias sexuales compartidas y otras personas que no. Tener experiencias sexuales da rango especialmente a los chicos, así que la persona referente deberá estar atenta para poder frenar con tacto y sin juicio los discursos que pretenden escalar en ese rango y que pueden hacer sentir mal a las personas que no han tenido experiencias sexuales compartidas.

---

Pondremos sobre la mesa pegatinas de diferentes colores (adhesivos) y pediremos que con los adhesivos marquen en la figura del YO qué zonas de su cuerpo son más sensibles al PLACER. En la silueta de PAREJA SEXUAL marcarán aquellas zonas que creen que son más sensibles en personas con las que compartirían su sexualidad. Recordar que podemos colocar los adhesivos teniendo en cuenta las experiencias que hemos tenido, lo que nos han contado o lo que imaginamos.

Una vez terminado este ejercicio, pasearemos por las siluetas e iremos nombrando todas las zonas que han salido. Destacaremos el hecho de que, aunque a menudo relacionamos el placer con la genitalidad, en realidad podemos sentir el placer por todo el cuerpo. Destacaremos también que la sensibilidad en el cuerpo para experimentar placer depende de cada persona y también es variable en una misma persona (quizás un día me guste mucho que me susurren en la oreja, pero otro día no me apetece, o bien, con una persona me gusta, pero con otra no), por eso es tan importante preguntar a las personas con quién estamos si tienen zonas en el cuerpo o prácticas sexuales preferidas y cómo quieren que las estimulemos.

## **ACTIVIDAD 2**

Preguntamos si es fácil hablar durante las relaciones sexuales y preguntar a la otra persona cómo le gusta que la toquen y dónde le gusta. A veces, cuando no tenemos muy claro cómo hacer con una práctica sexual, buscamos información preguntando a nuestras amistades, realizando búsquedas en google, leyendo libros, etc.

---

Dividimos al grupo en grupos de 3-4 personas. Explicamos que vamos a ver un trozo de un capítulo de *Sex Education* donde el protagonista ha buscado información en un libro sobre cómo masturbar a su pareja (chica cis). En el libro lee que una vulva debe estimularse siguiendo con los dedos el sentido de las agujas del reloj (dichos a las 12, 3h, 6h, 9h). Pediremos que miren el vídeo y después en pequeños grupos responderán algunas preguntas.

[SEX EDUCATION 2 Otis Intenta Masturbar a Ola 2x2 | Clips y Series](#)

- ¿Cómo se siente el protagonista?
- ¿Cómo se siente su pareja?
- ¿Se lo han pasado bien?
- ¿Cree que chica ha sentido placer? ¿Ha tenido un orgasmo?
- ¿Qué harías para mejorar esta relación sexual?

Es posible que viendo el vídeo se rían del protagonista. Saber sobre sexualidad es un mandato de la masculinidad y, en este sentido, los chicos suelen aparentar que lo saben todo, que no tienen dudas y son muy expertos en este ámbito. Con tacto y sin juzgar estas actitudes, hablaremos sobre el hecho de que es imposible saber de todo y que cada persona es un mundo, por tanto, aunque sepas mucho sobre las zonas de placer de una persona y de lo que le gusta, cuándo cambias de pareja sexual lo que sabes puede no servir.

Es importante intentar garantizar un espacio seguro para que las personas que participan se relajen y puedan expresar dudas al respecto. El protagonista de la serie está perdido y esa sensación de “no saber” cómo tocar el cuerpo de otra persona es una sensación muy habitual y, si nos paramos a pensar, no nos debería extrañar que así sea.

---

Creer que sabes de todo, incluso de cómo dar placer a un cuerpo que no es el tuyo sin preguntar es una creencia que dificulta la comunicación y conexión con la otra persona y, por tanto, limita el placer.

La masculinidad hegemónica tiene limitaciones muy importantes en lo que se refiere al desarrollo emocional. Es importante no ridiculizar a los chicos cuando intentan esconder estas limitaciones a partir de performar una seguridad que desde fuera vemos que hace aguas por doquier. El hombre que les han dicho que deben ser no existe, es imposible. Por tanto, hay que rescatar aquellas partes de sí mismos que han escondido (porque sacarlas implica recibir una penalización social): decir que no sabes, mostrarte inseguro, llorar, hablar de tus sentimientos, mostrarte cariñoso con un amigo, etc. Es importante hacer visible estas partes escondidas, aunque los chicos no las saquen. Si el grupo no es un espacio seguro, mostrar lo que “no puede ser un hombre” implicará recibir críticas, bromas y risas por parte de sus compañeros. Una estrategia para evitar esta situación es que la persona referente sea que se expone y hable sobre experiencias de su vida o de las vidas de otros hombres que conoce.

Por otra parte, habría que profundizar en que la chica ha fingido sentir placer y tener un orgasmo. Cuando las chicas fingen suelen hacerlo por dos motivos:

- Porque les sabe mal que la otra persona se sienta mal. Les sabe mal decir que “no lo están haciendo bien” y, por tanto, hacer evidente que no se está cumpliendo con el mandato de género de la masculinidad.

- 
- Porque decir lo que te gusta y lo que no, implica conocer tu propio cuerpo, tener una sexualidad autónoma y decidir sobre tu propio placer. Evidente esto es romper con aquellos mandatos de la feminidad que llevan implícita la idea de los cuerpos y la sexualidad de las mujeres no les pertenece.

Para seguir estos mandatos, los chicos callan sus inseguridades y dudas y las chicas a menudo renuncian al placer en sus relaciones sexuales. Esta actividad tiene el objetivo de visibilizar esto y ofrecer una herramienta para disfrutar más y sentirnos más conectados y conectadas en nuestras relaciones sexuales: ¡transgredir unos mandatos de género que nos limitan y nos duelen, y empezar a hablar, preguntar y comunicarnos de forma sincera en nuestras relaciones sexuales!

Finalizaremos la actividad con una valoración de la misma. Podemos hacer una rueda en la que cada participante diga qué se lleva de lo que hemos trabajado o que lo escriban en un papel de forma anónima.

## CRONOGRAMA

ACTIVIDAD	TIEMPO
Presentación de la actividad	10 min.
Vídeo + trabajo en grupo pequeño	15 min
Reflexión conjunta grupo grande	20 min.
Evaluación	5 min.