

Cossos il·limitats, Plaers infinites

Claus reflexives per a l'educació sexual (III)

Autoria_ **Clara Martínez Hernández**
Revisió_ **sexualitatS - Educació sexual feminista**
Edició_ **SIDA STUDI**

Disseny_ **Maria Romero García**
Il·lustracions_ **Maria Romero García i La Clara**
2a edició_ Barcelona, 2020

Aquest document és possible gràcies al treball col·laboratiu de totes les persones que formen l'equip de SIDA STUDI.
Aquest document està subjecte a una llicència d'ús Creative Commons cc-by-nc 4.0. Es permet qualsevol ús de l'obra sempre que no tingui una finalitat comercial.

Cossos il·limitats, Plaers infinitos

Claus reflexives per a l'educació sexual (III)

El present capítol pertany a la col·lecció “**Claus reflexives per a l’educació sexual**” i se centra en l’educació sexual **des de la perspectiva de la diversitat funcional**.

Conscients com som del fet que, històricament i avui dia, la societat exclou a les persones amb diversitat funcional del món de la sexualitat, volem compartir reflexions i claus pedagògiques que esperem que puguin facilitar una educació sexual per a totes.

Les reflexions i les claus pedagògiques, que presentem a continuació, provenen dels activismes de la diversitat funcional que, en els últims anys, han aconseguit situar la cruïlla sexualitat i diversitat funcional en els debats de l’opinió pública, no sols combatent la vulneració sistemàtica dels drets sexuals, sinó generant també importants i valuoses aportacions entorn de les sexualitats.

Inspirant-nos en aquests activismes, en lloc de preguntar-nos què podem fer per la sexualitat de les persones amb diversitat funcional, el nostre punt de partida és **què pot aportar-nos la realitat de la diversitat funcional a la reflexió sobre les nostres sexualitats**.

QUÈ APORTA LA PERSPECTIVA DE LA DIVERSITAT FUNCIONAL A L'EDUCACIÓ SEXUAL?

- Ressalta la importància de la sexualitat com a motor del desenvolupament personal, indispensable per a gaudir d'una vida plena, i s'oposa a una concepció reduïda de la sexualitat com a procés fisiològic.
- Ens proposa un ventall infinit de plaers que impliquen tot el cos, fins i tot a vegades, més enllà dels límits corporals incorporant, per exemple, la cadira de rodes, la pròtesi, les joguines, etc. fet que posa en escac una sexualitat focalitzada en els genitals i centrada en el coit.
- Traça aliances amb uns altres cossos i amb unes altres sexualitats excloses de la norma heterosexual i el binarisme com ara les persones intersex, trans* i les persones amb identitats dissidents, excloses de la sexualitat dominant.
- Aprofundeix en l'anàlisi dels mandats de gènere en l'àmbit de la sexualitat, visibilitzant com el capacitisme amplifica el masclisme i viceversa.
- Genera nous referents que combaten la normativitat corporal i els cànons de bellesa, defensant tots els cossos com a cossos desitjables i que desitgen.
- Enfront d'una sexualitat atlètica i enfocada a l'orgasme, ens proposa una visió de la sexualitat com a procés carregat de significats i experiències sensorials.
- Qüestiona la construcció social del desig, incitant-nos a abandonar la nostra zona de confort. Ens convida a habitar la nostra sexualitat amb més imaginació i des de nous camins creatius.
- Estimula la reflexió sobre la importància crucial que tenen la construcció de vincles íntims i l'expressió d'afectes en les nostres vides.
- Qüestiona la ficció de la normalitat i l'autosuficiència, mostrant la vulnerabilitat com a element comú que ens uneix totes les persones, des del qual també és possible construir agència i empoderament en relació amb les nostres sexualitats.
- S'oposa a la construcció de jerarquies socials entre els cossos per democratitzar la sexualitat, des d'una perspectiva més justa, més horitzontal i més diversa.

QÜESTIONS PRÈVIES: DIVERSITAT FUNCIONAL I CAPACITISME

La “discapacitat”, com el “gènere” o la “raça”, és una construcció social. La concepció de les persones amb diversitat funcional com a discapacitades, menys capaces o no capaces, constitueix l’origen de l’exclusió i la discriminació de les persones que no encaixen en els paràmetres corporals considerats “normals” per la societat.

La fórmula “diversitat funcional”¹ s’ajusta molt més a una realitat en la qual una persona funciona de manera diferent o diversa de la majoria de les persones, encara que a vegades, la societat no ho posi gens fàcil. Per exemple, per ballar, una persona pot utilitzar la seva cadira de rodes mentre que unes altres utilitzaran les seves cames; per comunicar-se, les persones sordes utilitzen els ulls i els signes mentre que les oïdores ho fan amb la veu i l’oïda.

Per trencar amb la lògica jeràrquica, entre les persones preferim emprar el terme “diversitat funcional”, en lloc del terme “discapacitat” que ens remet, per la seva càrrega negativa, al capacitisme.

El capacitisme podríem definir-ho com el conjunt d’idees, actituds i discursos que permeten, legitimen i justifiquen les diferents formes de violències, desigualtat i discriminació que pateixen les persones amb diversitat funcional pel fet de no ajustar-se a les característiques corporals que marca la norma social. És, per tant, una forma de discriminació ideològica i material. Engloba els prejudicis i els estereotips que porten a menysprear les persones amb diversitat funcional, però es plasma també en les lleis, en l’educació, en el món laboral, en l’urbanisme i en

un llarg etcètera. El capacitisme provoca que actes injustos de vulneració de drets s’entenguin com a accions justificades, és a dir, normalitza les violències i accepta l’abús. Tal com s’explicarà en el pròxim apartat, naturalitza l’exclusió de les persones amb diversitat funcional de la sexualitat en general i vulnera els drets sexuals en particular.

Considerar les persones amb diversitat funcional com a persones titulars de drets implica haver de deixar de concebre-les com a portadores d’un “problema” individual, i reconèixer que la majoria de les limitacions a les quals s’enfronten estan vinculades a processos econòmics, socials i culturals, arrelats al capacitisme, ideologia que ha convertit les diferències físiques i/o psicològiques en un motiu per conceptualitzar-les com a ciutadanes de segona.

1. Seguint la línia dels activismes de la diversitat funcional, amb aquest terme englobem diferents diversitats: la motora o física, la cognitiva o intel·lectual, la sensorial i la relativa a experiències de salut mental.

DE L’EXCLUSIÓ DEL MÓN DE LA SEXUALITAT

Tal com hem comentat, les principals causes de l’exclusió sexual de les persones amb diversitat funcional són socials. Tradicionalment, la societat ha ignorat la sexualitat de les persones amb aquest tipus de diversitat. Les barreres d’un imaginari social que infantilitza, asexualitza i nega la sexualitat de les persones amb diversitat, dificulta greument el desenvolupament de les seves sexualitats.

Els estereotips sobre la sexualitat de les persones amb diversitat funcional generen conductes discriminatòries concretes que impliquen conseqüències negatives per a les seves vides i vulneren els seus drets sexuals.

Si hom té la creença que una persona amb diversitat funcional manca de sexualitat, no se li proposarà una cita, ni se li ensenyarà educació sexual, ni se li lliuraran preservatius ni cap altre mètode per a la cura de la seva salut sexual. Tampoc es pensarà a fer-li accessible un hotel o un allotjament, un espai d’intimitat; ni es facilitaran joguines sexuals, ni es proposarà l’assistència sexual per garantir l’accés al propi cos, per esmentar algunes de les qüestions més freqüents.

A vegades, els estereotips sobre les sexualitats de les persones amb diversitat funcional poden resultar molt contradictoris entre si. Per exemple, el fet de pensar que totes les persones amb diversitat funcional són asexuals, és un prejudici tan instal·lat en l’imaginari col·lectiu com el que fa referència a una sexualitat desenfrenada, intensa i incontrolable, vinculada sobretot a persones amb diversitat intel·lectual o cognitiva. Aquests dos prejudicis

operen de la mateixa manera: retallen els drets de les persones que són objecte de la discriminació. Hem de tenir molt clar que els drets sexuals són universals i que estem obligades legal, i sobretot èticament, a garantir-los i promoure’ls.

La sexualitat és el motor més potent del creixement personal, del desenvolupament de la pròpia personalitat i de les relacions socials. Per això, hauria de ser central i no secundari en l’acompanyament i suports socials per a les persones amb diversitat funcional. La superació dels mites, tabús i falses creences passa per assumir d’una manera definitiva que estem davant persones que, com qualsevol altra, són mereixedores de prendre les seves pròpies decisions sobre les seves vides, inclosa la sexualitat.

En el següent quadre recollim alguns dels mites que sustenten aquest imaginari.

“Les persones amb diversitat funcional són asexualades: no tenen desitjos, no els interessa la sexualitat.

No necessiten tenir relacions sexuals, només les cal afecte”

La sexualitat és tan important per a les persones amb diversitat funcional com per a qualsevol altra persona. Per què hauria de ser diferent? En tot cas és només la persona interessada qui pot determinar el que necessita. La imatge, entre ingènua i angelical, nega el dret a la sexualitat, a expressar desitjos i a la llibertat sexual fonamentals per al desenvolupament personal i la qualitat de vida. Les persones amb diversitat funcional pensen en la seva sexualitat i l'exerceixen. El que succeeix és que carreguen amb tants tabús que a vegades s'enfronten a molts obstacles. Això les porta, en nombroses ocasions, a exercir les seves sexualitats de manera clandestina, amb poca informació i amb poques estratègies de negociació i de cura, i tot això pot posar en risc la seva salut sexual.

“Les persones amb diversitat funcional tenen una sexualitat irrefrenable”

Aquest mite contradiu l'anterior. En general s'atribueix a persones amb diversitat intel·lectual o cognitiva, i manca de manteniment real. En moltes ocasions, es visualitza com a pervers qualsevol acostament a la sexualitat.

“Les persones amb diversitat funcional no són desitjables ni atractives”

Aquesta afirmació està fortament influïda pel model hegemònic de bellesa. Treballar en la desconstrucció d'aquests estereotips és beneficiós per a tota la societat ja

que gairebé cap persona respon al model que es considera desitjable. El permanent intent de respondre a l'ideal de bellesa porta a sistemàtiques situacions d'insatisfacció i frustració.

“Les persones amb diversitat funcional no poden concretar relacions normals”

Aquesta creença sol referir-se a la idea que cap persona amb diversitat motora pot “concretar” un coit o penetració, tot donant per suposat que aquesta seria l'única manera de consumir una relació sexual. Totes les persones poden utilitzar el conjunt del seu cos com a òrgan proveïdor i donant de plaer. Modificar aquests models obre un camp ampli de possibilitats. De totes maneres, i encara que hàgim d'interpel·lar el model de “normalitat”, la veritat és que moltes persones amb diversitat motora realitzen pràctiques de penetració anal o vaginal.

“Les dues persones que formen una parella han de tenir diversitat funcional”

Habitualment, se sosté que quan una persona sense diversitat funcional s'acosta a una persona amb diversitat ho fa amb la finalitat d'abusar-ne, treure'n algun tipus de profit. En molts casos, a més, l'acostament és objecte de burles i comentaris desqualificants. Aquestes idees poden condicionar tant les persones amb diversitat funcional com aquelles que s'hi senten atretes.

“No poden o no han de tenir fills/es”

La realitat és que, mentre una persona tingui la capacitat d'afillar a algú (protegir-lo i prendre les decisions que

siguin positives per al seu benestar, sigui amb suport o sense), es troba en condicions de tenir fills/es i ningú ha de decidir per sobre de la seva voluntat, tal com succeeix amb la resta de les persones.

“Les persones amb diversitat funcional no poden ser objecte d'abús”

Aquesta idea engloba almenys dos preconceptes errats. Un és el prejudici de creure que les persones amb diversitat són menys atractives i/o desitjables. En veritat, totes les persones, amb diversitat funcional o sense ella, poden ser objectes de desig. Però, a més, hem d'entendre que les violències sexuals no tenen a veure amb el desig, sinó amb relacions de poder.

“Les persones amb diversitat funcional són sempre objecte d'abús”

Aquí ens trobem novament davant un prejudici contradictori. Aquesta idea no reconeix a les persones amb diversitat com a persones protagonistes de la seva vida sexual i afectiva amb la possibilitat d'entaular relacions d'atracció i respecte mutu.

“Les persones institucionalitzades no han de tenir relacions sexuals”

El fet que en la majoria de les institucions no estiguin previstos llocs d'intimitat per a qui hi viu, suposa una greu vulneració de drets. Per a les persones residents en institucions, viure una sexualitat digna és possible en unes altres condicions i és responsabilitat de les institucions preveure-ho, modificant-hi els paradigmes instal·lats i in-

corporant-hi una mirada que tingui com a eix els drets humans. La dificultat no està, clarament, originada en l'absència de desig i possibilitat de les persones amb diversitat per viure una sexualitat plena. Actualment, molt pocs centres tenen un pla de treball o protocol sobre com abordar la sexualitat, no s'hi facilita informació ni s'hi desenvolupen activitats educatives. Mentre no s'hi instauri un model de vida independent, qualsevol tipus de centre, residencial o diürn, disposa de diverses possibilitats com la realització de protocols de gestió de la promoció de la salut sexual o incorporar la promoció dels Drets Sexuals en la Planificació Centrada en la Persona (PCP).

Adaptació de l'apartat “Mites i estereotips sobre les persones amb discapacitat”. En: *MONJAIME, María Mercedes (2015). Sexualitat sense barreres. Buenos Aires: Institut Nacional contra la Discriminació, la Xenofòbia i el Racisme. Disponible a: <https://www.argentina.gob.ar/sites/default/files/sexualidad-sin-barreras.pdf>

PER UNA EDUCACIÓ SEXUAL COMPRENSIVA

El propòsit de l'educació sexual és acompanyar les persones en el procés d'aprenentatge de presa de decisions sobre les seves sexualitats. Considerem que l'objectiu prioritari de l'educació sexual és la maduració personal, l'autoconeixement i el desenvolupament d'habilitats per construir vincles igualitaris i per disposar de la pròpia vida. Aquestes intencions són comunes per a totes les persones amb les quals treballem, diverses funcionals o no. Com a professionals tindrem en compte el context d'intervenció, les necessitats de les persones amb les quals treballem i les metodologies més convenients per al grup. Aquestes premisses hauríem de tenir-les sempre en compte per a qualsevol grup de persones al qual ens dirigim. És responsabilitat de les professionals trobar els recursos pedagògics sobre salut sexual que millor s'adaptin a cada persona i promoure les estratègies de cura de la salut sexual que millor s'adaptin a les vivències de cada persona i al seu context².

L'essencial és retornar a les persones amb diversitat funcional el dret a viure la sexualitat. Així l'educació sexual de les persones amb diversitat funcional ha de contemplar també les possibilitats en la seva vida sexual i afectiva, treballant per al seu empoderament i la seva autonomia. Per això, és essencial generar processos d'empoderament en general, i en particular sobre la sexualitat.

L'autonomia representa la pedra angular dels drets sexuals i facilitar el seu exercici és, com s'ha comentat, un dels propòsits principals de l'educació sexual. Per això considerem que l'educació sexual per a les persones amb diversitat

funcional ha d'anar d'acord amb un treball comunitari que fomenti de manera global la presa de decisions i l'autonomia personal. L'única manera de tenir una vida sexual plena és tenint una autopercepció positiva del cos i una vida social rica i complexa, per això les intervencions en promoció de la salut sexual han d'anar d'acord amb una aposta per a promoure la vida independent.

En aquest sentit, hem de qüestionar-nos tant la sobreprotecció, com la hipoprotecció dels drets, que sovint pateixen les persones amb diversitat funcional. La falta de protecció es tradueix que sovint les famílies i les escoles no transmeten la sexualitat com una cosa inherent a l'ésser humà i imprescindible com a dret i qualitat de vida sinó que, contràriament, és una qüestió que genera por i incomoditat. El resultat és la sistemàtica vulneració dels drets: es nega el dret al plaer, a expressar els afectes, a la intimitat, a la privacitat, a la informació, i un llarg etcètera.

La falta d'educació sexual i la falta d'oportunitats per aprendre a relacionar-se sexual i afectivament augmenten la vulnerabilitat de les persones davant de, per exemple, les infeccions de transmissió sexual, els embarassos no planificats i les violències sexuals. També pot generar efectes negatius com conflictes entre els desitjos i les normes socials, frustracions, repressió; en definitiva, impedeix un desenvolupament adequat i lliure de la sexualitat i de la pròpia vida.

2. A la Zona Pedagògica Diversitat Funcional de la web de SIDA STUDI pots trobar diferents seleccions de recursos pedagògics i materials).
Disponible a: <http://salutsexual.sidastudi.org/ca/zonapedagogica/diversidad-funcional>



EL COS ÉS LA SOLUCIÓ I NO EL PROBLEMA

Les persones amb diversitat funcional no tenen particularitats sexuals, no pas més que qualsevol altra persona, viuen les seves sexualitats amb majors o menors dificultats i quan aquestes dificultats sorgeixen, moltes vegades estan més vinculades a l'entorn social que no a la condició de la persona. Tenint en compte els possibles processos d'interiorització i naturalització de l'opressió capacitista, hem de tractar de facilitar espais on demostrar que no s'ha de renunciar al dret a una sexualitat digna, ni a l'expressió dels afectes i els desitjos.

La construcció social de la discapacitat ens fa pensar alguns cossos, com cossos erronis, amb mancances i limitacions, la qual cosa té unes conseqüències profundes que travessen les vides de les persones amb diversitat funcional. Des dels moviments de la diversitat funcional es postula que el cos (individual) no és el problema (social), tant és així que el mateix cos pot ser un territori des del qual construir-hi la solució. Per trencar amb les dinàmiques infantilitzadores que naturalitzen les situacions de dependència, s'aposta per la visibilització dels cossos amb diversitat funcional com a cossos sexuats, amb desitjos i desitjables³.

Els moviments de la diversitat funcional han pivotat sobre un element central: la resistència davant la imposició d'una destinació marcada per una anatomia concreta. D'aquesta manera s'ha entès el cos com un focus principal de resistència⁴. En aquest sentit una gran estratègia pot ser emprar metodologies educatives que posin el cos al centre de la intervenció i treballar des de la idea que tots els cossos són fonts de gaudi, plaer

i alegries. Així doncs, dinàmiques grupals encaminades a (re)apropiar-se del cos, a buscar diverses maneres de sentir plaers, a compartir desitjos i fantasies, poden ser maneres alegres de combatre la repressió i l'espoli de la sexualitat que el capacitisme imposa. Idees tan simples com lliscar suaument un pinzell pel propi cos o recórrer-lo amb un retolador per traçar un mapa amb les zones que ens donen gust, faciliten la connexió amb el plaer. Si a això hi afegim premisses de negociació (límits, consentiment, respecte, comunicació, etc.), podem generar aprenentatges valuosos per als contactes íntims.

3. Un gran exemple de la visibilització és *Yes we fuck! un documental que aborda la sexualitat en persones amb diversitat funcional a través de sis històries reals que mostren que el sexe és patrimoni de totes les persones. Trencar amb el binomi dependència-infantilització mitjançant l'ús d'imatges explícites que presenten a les persones amb diversitat funcional com a éssers sexuals i sexuats i com a cossos desitjants i desitjables*. Disponible a: <http://salutsexual.sidastudi.org/ca/registro/a53b7fb35fd89d93015fd9d7ca3002c>

4. Fruit d'aquesta resistència neix la reivindicació de l'assistència sexual: un tipus de treball sexual que consisteix a secundar per a poder accedir sexualment al propi cos o al d'una parella. La persona assistida decideix com rep suport, aquesta és la seva forma d'autonomia per a explorar el seu cos, per a masturbar-se, per a viure la seva sexualitat. No totes les persones amb diversitat funcional necessiten assistència sexual, només aquelles que la seva autonomia i les seves pròpies decisions passen per les mans d'una altra persona. En el cas de la diversitat intel·lectual, la persona tutora es responsabilitza d'establir amb assistent i assistida el protocol per a determinar què pot decidir la persona amb diversitat intel·lectual per si mateixa, què decideix amb suport i què no decideix.

COM INCORPOREM LA PERSPECTIVA DE GÈNERE?

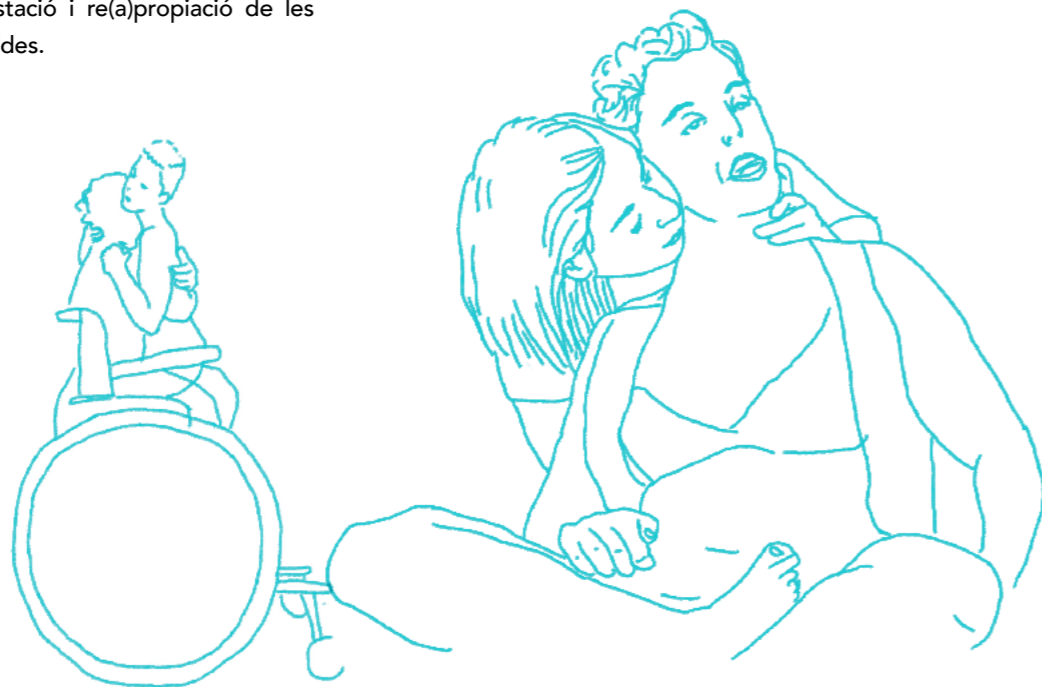
És interessant detenir-nos a reflexionar sobre com els estereotips i mandats de gènere afecten a les persones amb diversitat funcional i no donar per fet que segueixen els mateixos mecanismes que per a la resta de les persones. Com explicarem a continuació, en moltes ocasions els mandats de gènere no afecten de la mateixa forma a les persones amb diversitat funcional que a les persones sense diversitat. Això no implica que no hàgim d'incorporar la perspectiva de gènere en les nostres intervencions d'educació sexual, sempre és convenient, però hem de tenir en compte que els mandats, estereotips i rols de gènere funcionen de manera diferent per la seva connexió amb el capacitisme. En aquest sentit, activistes com Antonio Centeno aporten reflexions interessants per repensar la construcció de la identitat masculina. Si la identitat masculina es construeix a partir d'un cos fort, valent, potent i vigorós que competeix per l'espai públic, d'una sexualitat fal·locèntrica i d'una contenció d'allò emocional, com encaixa la diversitat funcional en aquesta hegemonia? Un home amb diversitat funcional pot ser referent de masculinitat? Quins malestars es deriven per als homes amb diversitat funcional d'un model de masculinitat tan rígid? Elements com assumir la vulnerabilitat, la fragilitat del cos, la dimensió comunitària de les cures, viure unes sexualitats menys normatives, són claus per al procés de desconstrucció de la masculinitat hegemònica; la diversitat funcional precisament pot ser una porta per obrir aquest camí.

D'altres activistes de la diversitat funcional, com Asun Pie i Andrea García Santesmases, assenyalen que molts rols

associats a la feminitat com la maternitat, les cures, la sensualitat i la sexualització del cos són precisament els que les dones amb diversitat funcional tenen negats. Aquests exemples mostren com els mecanismes d'opressió que pateixen les dones amb diversitat funcional són més complexos que el mer resultat de sumar desigualtat de gènere i capacitisme. Entendre aquesta complexitat ens permetrà posar en marxa estratègies educatives més pertinents i visibilitzar les violències específiques que pateixen les dones amb diversitat funcional.

La intersecció dona-diversitat funcional ens parla d'una major exposició a les desigualtats socials i violències masclistes, "segueix uns mecanismes particulars que la diferència de la violència que pateixen les dones en general. Es tracta d'una violència invisible i invisibilitzada, que esdevé majoritàriament en l'àmbit domèstic, residencial i mèdic"⁵. La persistència de certs imaginaris com poden ser la naturalització del desig masculí o la supeditació de la dona a l'aspecte físic, es combinen amb la negació o repressió de la sexualitat en les dones amb diversitat funcional. El silenci amb el qual l'entorn sovint (no) afronta el tema se sol conduir per la via de la sobreprotecció, que es pot materialitzar tant en la negació de la seva sexualitat (infantilització, dessexualització), com en la repressió o aïllament de qualsevol manifestació eròtica. Aquest buit de coneixement no combat, sinó que facilita la violència sexual que sovint també cau en el sac del silenci. No podem deixar d'assenyalar violències masclistes específiques com l'esterilització forçada o l'avortament coercitiu⁶ que vulneren especialment els drets d'aquestes dones.

No obstant això, per facilitar processos d'empoderament i agència en relació amb la sexualitat, hem d'anar amb compte en les nostres intervencions de no reproduir l'estereotip que les situa com a víctimes passives. Una eina valuosa seria per exemple, generar un espai de reflexió grupal on compartir els mecanismes de contestació i resistència que han posat en marxa al llarg de les seves vides enfront de les violències masclistes i capacitistes. Una altra via podria ser propiciar espais on les persones participants siguin les protagonistes actives en la reivindicació dels seus drets sexuals. Aquest tipus d'espais des de l'experiència encarnada, entre iguals i reivindicatius poden generar fortaleses per resistir les violències quotidianes i posar en marxa estratègies de contestació i re(a)propiació de les seves sexualitats i les seves vides.



5. GARCÍA-SANTESMASES FERNÁNDEZ, Andrea; PIÉ BALAGUER, Asun (2016). Las eternas olvidadas: violencia y (micro)resistencias en las vidas de mujeres con diversidad funcional. <Disponible a <http://www.fes-sociologia.com/files/congress/12/papers/2911.pdf>>

6. Si vols ampliar informació sobre aquesta temàtica pots consultar l'apartat "Dret a viure una vida lliure de violències masclistes" de la zona pedagògica de diversitat funcional de la pàgina salut sexual de SIDA STUDI. Disponible a: <http://salutsexual.sidastudi.org/ca/zonapedagogica-grupos/DERECHOS/zonapedagogica-grupo/161214-4>

COM INCORPOREM LA PERSPECTIVA DE DIVERSITAT SEXUAL I DE GÈNERE?

La discriminació de les persones LGTBI unida a les dificultats comentades anteriorment sobre el reconeixement, l'educació i l'atenció de la sexualitat de les persones amb diversitat funcional, situa les persones LGTBI que presenten alguna diversitat en un escenari de possible vulneració de drets. A això, se suma la falta de coneixement sobre la diversitat sexual i de gènere, i especialment amb interacció a la diversitat funcional. Respecte a la preferència sexual, com expliquem al capítol II d'aquesta mateixa col·lecció, "El plaer de trencar la norma"⁷, de manera general, es pressuposa que totes les persones són heterosexuales, això és l'expectativa d'heterosexualitat de la qual tampoc s'escapen les persones amb diversitat funcional.

En el cas de la diversitat funcional, l'heteronorma actua encara en major mesura perquè si en general es demana a les persones amb diversitat funcional reprimir o controlar els seus desitjos, els processos d'assumpció de la pròpia identitat, "sortir de l'armari" o relacionar-se sexual i afectivament resulten més dificultosos. L'homosexualitat en l'àmbit de la diversitat funcional té els seus propis mites, entre ells el que assegura que hi ha més persones homosexuals. "El sentit comú porta a pensar que no ha d'haver-hi excepcions i que el percentatge de gais i de lesbianes ha de ser molt similar entre elles i la resta de la societat. Ara bé, és possible que s'observin més conductes i manifestacions eròtiques entre persones del mateix sexe. Aquestes, com vam veure, poden estar vinculades o no a una orientació sexual homosexual o bisexual, de la mateixa

manera que persones que mai hagin tingut una conducta homosexual (perquè no n'han tingut oportunitat, per repressió per part del seu entorn, etc.) efectivament aquesta sigui la seva orientació sexual"⁸.

7. SIDA STUDI (2018) El plaer de trencar la norma. Barcelona: SIDA STUDI
Disponible a: <http://salutsexual.sidastudi.org/ca/registro/a53b-7fb3673c3a9f016760ce9b1200a7>

8. PARRA ABAÚNZA, Noemí; OLIVA, Moisés (2014) Sexualidades diversas: manual para atención de la diversidad sexual en las personas con discapacidad intelectual o del desarrollo. [S.I.]: FEAPS. Canarias
Disponible a: https://sid.usal.es/idocs/F8/FDO27071/Sexualidades_Diversas.pdf

QÜESTIONS METODOLÒGIQUES

Com hem comentat, l'educació sexual per a persones amb diversitat funcional no té per què ser especial o específica. Els objectius han de ser els mateixos per a totes les persones: promoure estratègies per a la presa de decisions sobre la sexualitat i per a la cura de la salut. Com per a qualsevol altra intervenció grupal, allò fonamental perquè les nostres accions generin aprenentatges significatius és adaptar-nos al context i a les necessitats de les persones que conformen el grup. Abans de llançar-nos a desenvolupar activitats d'educació sexual, és pertinent reflexionar prèviament sobre la nostra pròpia sexualitat, sobre com ens afecten els mites i les falses creences de la sexualitat hegemònica⁹ i els estereotips capacitistes.

Una vegada efectuat aquest exercici de reflexió indispensable, hem d'anar amb compte per no reproduir a les nostres intervencions, l'imaginari social del drama personal associat a la diversitat funcional. Per això, evitarem caure en el paternalisme i fomentar intervencions que facilitin processos d'agència i l'empoderament per part de les persones que conformen el grup. Canviar la manera de conceptualitzar la diferència, començant a concebrela com una forma diversa de funcionar, discriminada, sí, però no essencialment pitjor, deficitària o negativa, resulta clau per generar processos d'empoderament i reapropiació de les sexualitats.

Obrir espais on les persones amb diversitat funcional puguin ser les protagonistes de la reivindicació dels seus drets sexuals i de les seves decisions sobre les seves sexualitats genera processos que afavoreixen la resiliència i l'agència. Així, per exemple, com hem comentat anteriorment fugirem de l'estereotip que conceptualitza les dones amb diversitat funcional com a víctimes passives, propiciant espais destinats a l'intercanvi d'estratègies de resistència quotidiana que aquestes dones han desenvolupat al llarg de les seves vides.

9. Pots trobar més informació sobre aquest aspecte a SIDA STUDI (2018) D'infondre la por a difondre plaers. Barcelona: SIDA STUDI
Disponible a: <http://salutsexual.sidastudi.org/ca/registro/a53b-7fb366caf88a016707eb1e0900a6>

10. El Taller *Drag King és una metodologia feminista de desconstrucció de la feminitat i d'encarnació de la masculinitat. És un exercici performatiu que permet comprendre la dimensió construïda, arbitrària i política de les identitats de gènere. Una altra manera de treballar l'empoderament de les dones i la superació dels estereotips de gènere: des de l'experiència corporal i vivencial.

Per promocionar els drets sexuals de les persones amb diversitat funcional poden ser útils les recomanacions següents:

- Informar sobre els drets sexuals per generar processos de presa de consciència que en facilitin l'exercici. És convenient posar l'èmfasi en el dret al plaer, en l'expressió de la sexualitat, en la privacitat, en la intimitat i en el dret a llibertat sexual.
- Facilitar processos d'aprenentatge col·lectiu perquè les persones puguin prendre decisions sobre les seves sexualitats de forma més lliure, és a dir, afavorint l'autonomia.
- Visibilitzar referents potents que generin una transformació en la manera de mirar, de veure, d'entendre la diversitat funcional i la sexualitat.
- Per contrarestar l'imaginari social del "cos erroni" proposem metodologies que posin el cos al centre.

En aquest sentit, poden ser unes eines útils:

- **Les dinàmiques corporals** que facilitin la trobada, la reconciliació amb el propi cos, l'experiència sensorial, el plaer, etc.
- **Els role-play:** exercicis que mitjançant l'assaig proporcionin recursos per gestionar vivències relacionades amb les sexualitats.
- **La performance:** per exemple, si volem treballar gènere en comptes de fer-ho des del discursiu podem proposar metodologies corporals com el "Drag King" per produir aprenentatges des del cos¹⁰.
- **El teatre i l'humor:** per facilitar processos d'apropiació i reivindicació dels drets.
- **Les metodologies plàstiques i artístiques** per generar reflexions al voltant del cos i de la vivència de la sexualitat.



Dinàmiques

A continuació, oferim algunes dinàmiques que la nostra entitat utilitza en les seves accions educatives de promoció de la salut sexual amb joves. La selecció de dinàmiques és heterogènia amb la finalitat de proposar un ventall d'activitats ampli. Es recomana a la persona dinamitzadora que acomodi els continguts i la metodologia de les propostes educatives al context grupal.

SexualitatS diverses **01**

No som àngels **02**

Els nostres drets a la nostra quotidianitat **03**

SexualitatS diverses

Desmuntant mites sobre la sexualitat i la diversitat funcional

OBJECTIUS

- Afavorir estratègies que facilitin l'autonomia, l'empoderament i l'exercici dels drets sexuals.
- Desmuntar mites i prejudicis entorn a la sexualitat de les persones amb diversitat funcional.
- Oferir referents positius de diversitat funcional a l'àmbit de la sexualitat.

DURADA 1 hora

PERSONES DESTINATÀRIES

La dinàmica és adaptable a diferents espais de realització i a grups heterogenis. Es pot dur a terme amb joves a partir dels 14 anys. La persona dinamitzadora adaptarà la dinamització, els continguts i la metodologia al grup amb el qual treballi.

ESPAI

Una sala prou àmplia perquè les persones puguin distribuir-se per l'espai còmodament.

MATERIAL

- Llistat de qüestions del baròmetre.

Pots descarregar-te la dinàmica en pdf en aquest enllaç: <http://salutsexual.sidastudi.org/ca/dinamica/200116-sexualidades-div-1>

CONCEPTES CLAU

- Sexualitats
- Plaer
- Drets sexuals
- Empoderament
- Mite
- Capacitisme/discriminació

CRONOGRAMA

ACTIVITAT	TEMPS
Introducció	15 min
Baròmetre	40 min
Tancament	10 min

ABANS DE COMENÇAR

La idea de la dinàmica és generar un espai on les persones amb diversitat funcional puguin ser les protagonistes dels seus drets sexuals. Posarem l'èmfasi a remarcar el dret a l'expressió de la sexualitat, a la privacitat, a la intimitat i al dret a la llibertat sexual. Si fomentem reflexions que facilitin processos d'empoderament col·lectiu, evitarem caure en el paternalisme i la infantilització.

Haurem de tenir cura de no reproduir la narrativa social que associa la diversitat funcional al drama personal. És important plantejar el cos com la solució i no com el problema; el cos com a mapa de sensacions i possibilitats de plaer i no com a limitació. D'aquesta manera facilitarem processos de reconciliació amb el propi cos i estratègies de resiliència.

DESENVOLUPAMENT DE L'ACTIVITAT

1. Expliquem i pactem normes de l'espai: respecte, escolta, confidencialitat, no judici. És important tenir en compte que el pacte funciona en totes les direccions: entre el mateix grup i cap a la persona referent; així com d'aquesta persona cap al grup.

2. Si prèviament no hem fet cap activitat d'educació sexual amb el grup es recomana fer una petita introducció a la temàtica d'on podem destacar algunes idees que podem utilitzar per dirigir preguntes al grup:

• Què és la sexualitat?

La sexualitat és un aspecte central de l'ésser humà que engloba diferents dimensions: el plaer, l'afectivitat i les decisions d'auto-cura (escolta, comunicació, presa de decisions i negociació de mètodes de protecció, etc.).

• S'experimenta només amb els genitals?

Hi ha infinites formes d'experimentar la sexualitat: a soles o en companyia; es pot fer a través de petons, carícies, mirades, a través de la lectura, de la música, a través del propi cos, per mitjà dels sentits (tacte, oïda, gust, olfacte i vista) o amb la imaginació (Moreno Beltrán Anna; Varela Fernández, Belén 2009: 14).

• Totes les persones tenen sexualitat?

La sexualitat afecta tot el cos i tots els cossos, fins i tot, per moltes persones va més enllà del cos, com pot ser implicant-hi la cadira de rodes, la pròtesi, les joguines, etc. Hem de tenir presents les diferents mobilitats i ma-

neres de sentir el cos i d'expressar la sexualitat i l'afectivitat. Podem proposar a les participants un recorregut per les diferents zones dels seus cossos que els hi produeixen plaer quan s'acaricien: el cabell, el coll, la boca, els pits, la panxa, l'esquena, etc. amb la intenció de desgenitalitzar la sexualitat.

• Totes les persones viuen la seva sexualitat de la mateixa manera?

Cada persona viu la seva sexualitat d'una manera diferent, d'aquí ve la "S" de sexualitatS. Cada persona té el dret de descobrir-la, viure-la i expressar-la com vulgui respectant sempre els desitjos i límits de les altres persones.

• Què busquem les persones al viure la nostra sexualitat?

Sentir plaer. El plaer ens fa sentir bé, ens posa alegres, ens produeix felicitat. És important associar la sexualitat al benestar per generar-ne una visió positiva.

3. Explicació de la dinàmica: es demanarà a les persones participants que se situïn al centre de la sala. Prèviament es pot dibuixar amb un guix, una línia que divideixi l'espai en **dues zones**:

- Una zona representarà estar d'acord amb la frase que llegirà la dinamitzadora (**Sí que hi estic d'acord**).
- L'altra zona representarà estar en desacord amb la frase que es llegirà (**No hi estic d'acord**).

4. La persona referent de l'activitat llegeix les afirmacions del baròmetre i les participants hauran de situar-se en una zona o en una altra en funció de les seves opinions. La proposta és que ningú es pot quedar al mig, però existeix la possibilitat de col·locar-se més o menys a prop de l'extrem del SÍ o del NO per visibilitzar matisos.

5. Un cop s'hagi desplaçat tot el grup, qui vulgui pot explicar el seu posicionament. Si durant les argumentacions, algú vol canviar de lloc, pot fer-ho i, si vol, pot explicar el perquè d'aquest canvi.

BARÒMETRE

1. Al sexe no es parla, s'actua.
2. La penetració vaginal és la pràctica sexual que dona més plaer tant a nois com a noies.
3. Les noies que es masturben ho fan perquè necessiten molta activitat sexual.
4. El més important al sexe és l'orgasme.
5. La mida del penis és important per tenir relacions sexuals satisfactòries.
6. Per a les noies el sexe és tan important com per als nois.
7. Si comences a embolicar-te amb algú has d'arribar fins al final. Si no és així, millor no començar.
8. Si un noi no té o perd l'erecció és pel fet que la persona amb la qual està no l'excita.
9. A les persones amb diversitat funcional no els interessa la sexualitat.
10. Les persones amb diversitat funcional no tenen capacitat per detectar possibles violències.
11. La sexualitat de les persones amb diversitat funcional és "especial".
12. Les persones amb diversitat funcional poden tenir parella.
13. L'única forma d'obtenir plaer sexual és a través de la penetració vaginal.
14. Totes les persones amb diversitat funcional són heterosexuales.
15. Les persones amb diversitat funcional poden donar i rebre plaer.
16. Les seves dificultats els impedeixen tenir relacions sexuals "normals".

1

AL SEXE NO ES PARLA, S'ACTUA

Aquesta idea, molt estesa entre joves (i a vegades no tan joves), s'alimenta de l'imaginari del porno i de les pel·lícules romàntiques: "això no es parla, surt sol". Però la sexualitat és comunicació i la millor manera de comunicar-nos és parlar. Per saber que l'altra persona està a gust amb nosaltres o per saber què és el que volem fer, una manera senzilla és preguntar-ho directament. Posar atenció a com se sent l'altra persona mentre estem compartint la nostra intimitat és una part indispensable del plaer. Al sexe es parla: per dir què ens ve de gust, de què tenim ganes, com ens sentim, si estem a gust... o si ja ens han passat les ganes i preferim fer una altra cosa com pot ser dormir o abraçar-nos.

2

LA PENETRACIÓ VAGINAL ÉS LA PRÀCTICA SEXUAL QUE DONA MÉS PLAER

La penetració vaginal és una pràctica sexual, però no és l'única, ni la més plaent. Les pràctiques que més plaer generen varien segons la persona. El més important a la sexualitat és el plaer i afortunadament existeixen infinites maneres de sentir-lo. Per contrarestar l'imaginari social del "cos equivocat" proposem enumerar aquella multitud de pràctiques que ens donen plaer i que faciliten la reconciliació amb el propi cos.

3

LES NOIES QUE ES MASTURBEN HO FAN PERQUÈ NECESSITEN MOLTA ACTIVITAT SEXUAL

L'objectiu d'aquesta afirmació és posar sobre la taula l'estereotip que sosté que les dones no tenen desig sexual i són sobretot afectives, i els homes tenen molt de desig sexual i per a ells l'afecte és secundari. Això té a veure amb com aprenem a ser nois i noies (socialització de gènere) en relació a la sexualitat. Que una noia es masturbi hauria de ser tan normal com que ho faci un noi. A més a més, l'autoexploració és una molt bona eina per a l'autoconeixement, per saber com és el propi cos, com funciona, i saber el que ens agrada i el que no.

4

EL MÉS IMPORTANT AL SEXE ÉS L'ORGASME

Aprofitarem aquesta frase per parlar sobre el plaer. El plaer podem definir-lo com a benestar, gust, goig i afortunadament el podem viure de moltes maneres, no necessàriament passant per l'orgasme. És important donar una visió àmplia de la sexualitat, no centrada en els genitals, en la penetració i per contrarestar la idea de sexualitat com una pràctica atlètica on l'única cosa important és l'arribada a la meta amb l'orgasme. El més important en el sexe és sentir-nos a gust, sentir plaer i viure'l d'infinites formes.

5

LA MIDA DEL PENIS ÉS IMPORTANT PER TENIR RELACIONS SEXUALS SATISFACTÒRIES

El porno ha fet creure a moltes persones que la mida del penis és molt important en la vivència de la sexualitat, que és directament proporcional al plaer que rep l'altra persona. Però sabem que el porno és una ficció, per tant, hem de qüestionar els seus ensenyaments. En relació al plaer entren en joc molts elements com la connexió, les ganes d'experimentar, la creativitat, la confiança, la comunicació, el morbo, etc. La presència d'aquests ingredients imprescindibles farà molt més plaents les nostres experiències.

6

PER A LES NOIES EL SEXE ÉS TAN IMPORTANT COM PER ALS NOIS

Cada persona li dona la importància que vol, per unes és molt important i per a altres no genera gens d'interès. A més a més, la importància que li donem varia al llarg de la nostra vida. Hi ha moments en els quals li atorguem major importància i d'altres menys, perquè destinem la nostra energia a altres esferes de la vida. El que sí que està clar és que ser noia o noi no hauria de condicionar la importància que li donem al sexe.

7

SI COMENCES A LIAR-TE AMB ALGÚ HAS D'ARRIBAR FINS AL FINAL

Si no és així, millor no començar. És molt important a la sexualitat escoltar-nos a nosaltres mateixes/os i a la persona amb la qual estem. Posar atenció a com se sent l'altra persona. Si notem que no està a gust, preguntem-li què necessita. Si ens diu que vol deixar el que estem fent, respectem-ho sempre. Insistir, pressionar i/o traspasar els límits personals és trencar el consentiment. Trencar el consentiment és el contrari d'una sexualitat plaent, es denomina agressió i provoca un gran malestar per a la persona que la pateix. És important recordar que mai es perd el dret a dir "NO", en qualsevol moment podem parar una relació si no ens està resultat plaent.

8

SI UN NOI NO TÉ O PERD L'ERECCIÓ ÉS PEL FET QUE LA PERSONA AMB LA QUAL ESTÀ NO L'EXCITA

Hi ha moltíssims motius pels quals un noi pot no tenir o perdre una erecció. Ens pot servir com a estratègia saber que hi ha moltes altres possibilitats de joc, relaxar-se, donar-se temps, inventar jocs, d'aquesta manera podem possibilitar moments plaents. És important tenir en compte que no tots els cossos funcionen de la mateixa manera i que no hi hagi una erecció no significa que no puguem gaudir del sexe.

9

A LES PERSONES AMB DIVERSITAT FUNCIONAL NO ELS INTERESSA LA SEXUALITAT

Les persones amb diversitat funcional són persones sexuades, no tenen particularitats sexuals, no en tenen més que qualsevol persona, viuen les seves sexualitats amb majors o menors dificultats i quan sorgeixen aquestes dificultats, s'originen per l'entorn social i no per la condició de la persona. Podem demanar a les participants que expliquin quins temes els interessin en relació a la sexualitat, quines experiències els hi donen plaer, què els hi dona morbo, què els excita. Generar un espai distès on poder parlar amb naturalitat sobre els desitjos és un bon camí per generar una visió positiva de la sexualitat.

10

LES PERSONES AMB DIVERSITAT FUNCIONAL NO TENEN CAPACITAT PER DETECTAR POSSIBLES VIOLÈNCIES

La sobreprotecció de les dones en relació amb les violències sexuals, que es poden materialitzar tant en la negació de la seva sexualitat (infantilització, asexualització) com en la repressió o aïllament de qualsevol manifestació eròtica no combat, és més, facilita la violència sexual, una violència que normalment també cau al sac del silenci. Per això, resulta més profitós abordar el tema explicant què

és el consentiment i què són les agressions sexistes. Especialment amb dones joves hem de fugir de l'estereotipació com a víctimes passives. Per generar agència i empoderament, podem obrir un espai per a l'intercanvi d'estratègies de resistència que elles mateixes han posat en marxa al llarg de les seves vides per fer front a la infantilització, el capacitisme i les violències masclistes. Es poden recolzar els seus comentaris assenyalant que la responsabilitat d'una agressió sempre és de qui traspasa els límits (per trencar amb el procés de culpabilització) i la importància de trencar el silenci, d'explicar les situacions que ens han violentat i de demanar ajuda a persones de confiança en cas de necessitar-la.

11

LA SEXUALITAT DE LES PERSONES AMB DIVERSITAT FUNCIONAL ÉS "ESPECIAL"

Les persones amb diversitat funcional viuen les seves sexualitats com tothom: d'una manera única i complexa. Les persones amb diversitat funcional, com qualsevol altra persona, tenen moltes formes de viure la sexualitat i molt de potencial per ampliar l'imaginari del desig i dels plaers. Cada persona viu la seva sexualitat d'una manera diferent, tenim dret a descobrir-la, viure-la i expressar-la com vulguem, respectant sempre els desitjos límits de les altres persones.

12

LES PERSONES AMB DIVERSITAT FUNCIONAL PODEN TENIR PARELLA

És important assenyalant el dret a crear vincles de parella. Per a no mostrar «l'amor romàntic com a única possibilitat» de relació satisfactòria, podem afirmar que els vincles afectius que es generen entre les persones són infinits i inclassificables. De la mateixa manera que som lliures per vincular-nos amb algú, som lliures també per desvincular-nos-en.

13

L'ÚNICA FORMA D'OBTENIR PLAER SEXUAL ÉS A TRAVÉS DE LA PENETRACIÓ VAGINAL

Per donar suport als arguments del grup podem llegir aquests fragments del llibre "También tenemos sexo" (2015): Podem combatre "la limitació de les «possibilitats formals» de les pràctiques sexuals, afirmant que quan unim el desig a la imaginació, apareixen solucions a qualsevol dificultat vinculada amb la nostra diversitat" (Isonomia: 52). Una mirada, un somriure, un petó, una abraçada, una carícia, sentir murmuris, els gemecs, veure's a la webcam, escriure, llegir els missatges, sentir la pell, el desig, estremir-se, unir-se, compartir el plaer o gaudir-lo en soledat... tot és sexe. Tot té el seu valor, fins i tot allò més senzill pot convertir-se en una experiència plena.

14

TOTES LES PERSONES AMB DIVERSITAT FUNCIONAL SÓN HETEROSEXUALS

Les persones amb diversitat funcional tenen dret a viure una sexualitat lliure i diversa. Desafortunadament, la realitat de moltes persones joves amb diversitat funcional dista molt de veure garantits aquests drets. La falta d'accés a la informació i l'absència de referents no heteronormatius limita el dret a viure lliurement la sexualitat i a escollir amb quines persones es vol compartir. Per proposar referents LGTBI podem veure els curtmetratges "Sí a todo" i "Es cuestión de gustos".

15

LES PERSONES AMB DIVERSITAT FUNCIONAL PODEN DONAR I REBRE PLAER

Aprofitarem aquesta frase per ressaltar un dels lemes dels moviments de la diversitat funcional que reivindica els drets sexuals: tots els cossos senten desitjos i són desitjables. La societat tracta d'imposar-nos uns canons de bellesa. Això pot fer-nos pensar que, si no som iguals al que se'ns mostra a les revistes, als anuncis, a les pel·lícules, etc., no tenim atractiu. Les persones amb diversitat funcional poques vegades són representades a l'àmbit de la sexualitat. La majoria dels mitjans de comunicació no contempen les diferents característiques i corporalitats de les persones,

però tot i així la realització plena dels nostres desitjos íntims no es relaciona amb el cànon de bellesa imposat.

16

LES DIFICULTATS DE LES PERSONES AMB DIVERSITAT FUNCIONAL ELS IMPEDEIXEN TENIR RELACIONS SEXUALS "NORMALS"

Els moviments de la diversitat funcional han pivotat sobre un element central: la resistència davant la imposició d'un destí marcat per una anatomia concreta. Així, s'ha entès el cos com un focus principal de resistència. Fruit d'aquesta resistència neix la reivindicació de l'assistència sexual: un tipus de treball sexual que consisteix en donar suport per poder accedir sexualment al propi cos o al cos d'una parella sexual. La persona assistida decideix com rep aquest suport, aquesta és la seva forma d'autonomia per explorar el seu cos, per masturbar-se, per viure la seva sexualitat. No totes les persones amb diversitat funcional necessiten assistència sexual, només aquelles que la seva autonomia i les seves pròpies decisions passin per les mans d'una altra persona.

Referències bibliogràfiques

• Elvira Marín, Noemí; Varela Fernández, Belén (2015) *Estimar no fa mal! Viu l'amor lliure de violència. Projecte de formació per a la prevenció d'abusos sexuals entre iguals en adolescents*. Barcelona: Institut Català de les Dones (Generalitat de Catalunya) i Associació de Planificació Familiar de Catalunya i Balears.

Disponible a:
<http://salutsexual.sidastudi.org/resources/inmagic-img/DD24866.pdf>

• Lucas Carlos; Alberto Nieto; Almudena Medina (2016) *Es cuestión de gustos*.
Formato: Vídeo. Durada: 5 min., 45 s.

Disponible a:
https://www.youtube.com/watch?v=cDYSDnOzNwY&feature=emb_logo
<https://bit.ly/2Z2HYn5>

• Pérez Toledo, Roberto (2015) *Si a todo*.
Formato: Vídeo. Durada: 3 min.

Disponible a:
<https://bit.ly/3btyuDF>

• Ortells Roca, Miquel; Escalera Nieves, Cinta Isabel; Ortí Porcar, María José; Gimeno Nebot, Cèsar; Fundación Isonomia (2015) *También tenemos sexo. confexiones desde el espacio más íntimo de la diversidad funcional*.

Disponible a:
<http://salutsexual.sidastudi.org/resources/inmagic-img/DD35043.pdf>

No som àngels

Desmuntant mites sobre la sexualitat i la diversitat funcional

OBJECTIUS

- Treballar la sexualitat des d'una visió holística i positiva.
- Facilitar processos d'autonomia i empoderament en relació amb la sexualitat.
- Promoure l'exercici dels drets sexuals.

DURADA 1 hora

PERSONES DESTINATÀRIES

La dinàmica es pot adaptar a diferents espais de realització i a grups heterogenis. Es pot dur a terme amb joves a partir dels 14-15 anys.

ESPAI

Una sala suficientment àmplia perquè les persones puguin distribuir-s'hi en semicercle.

MATERIAL

Es cuestión de gustos (2016)

Curt cinematogràfic per a la sensibilització de persones amb discapacitat intel·lectual, familiars, professionals i societat en general sobre la diversitat sexual. Plena Inclusión Extremadura: Sinestesia.

Durada: 5 min., 45 s. Format: Vídeo.

Direcció: Carlos Lucas i Alberto Nieto i guió: Almudena Medina.

Disponible a: <https://bit.ly/2zzAahO>

No somos ángeles (2011)

Curtmetratge guanyador del Premi Especial del Jurat de la I Edició del Concurso *Un minuto Yo como tú* organitzat per FEAPS Madrid. Danza Mobile.

Durada: 59 s. Format: Vídeo

Direcció: Esmeralda Valderrama.

Disponible a: <https://bit.ly/2zxk3Bn>

CRONOGRAMA

ACTIVITAT	TEMPS
Introducció	10 min
Visionat vídeo 1 i reflexió grupal	20 min
Visionat vídeo 2 i reflexió grupal	20 min
Tancament de la sessió	10 min

ABANS DE COMENÇAR

Abans de la projecció podem explicar i pactar les normes de l'espai: respecte, escolta, confidencialitat, no judici. És important tenir en compte que el pacte funciona en totes direccions: entre les i els joves, i d'elles i ells cap a la persona referent, però també d'aquesta persona cap a les i els joves. Per exemple, seria especialment contraproduent que els i les joves se sentissin jutjats per la persona referent.

DESENVOLUPAMENT DE L'ACTIVITAT

1. Presentem l'activitat i mirem el curtmetratge "Es cuestión de gustos". Aquest és un projecte cinematogràfic que aborda la diversitat sexual en persones amb discapacitat intel·lectual. Aquest curt va ser concebut per a sensibilitzar a la societat sobre aquesta qüestió, a més d'oferir materials amb els quals poder treballar diversos àmbits de la sexualitat amb persones amb discapacitat intel·lectual. El guió reivindica el dret de totes les persones per a desenvolupar la seva sexualitat.

2. A partir d'aquest curtmetratge podem treballar molts temes relacionats amb la sexualitat: la preferència sexual, els vincles afectius, el plaer i el benestar, el dret a la llibertat sexual, etc. Per donar peu a la reflexió, podem formular algunes preguntes:

Què li agrada a la Irene, la protagonista, i què no li agrada? I a la resta de personatges?

A partir de les seves respostes podem definir conjuntament els conceptes d'homosexualitat, heterosexualitat, bisexualitat.

- **Homosexualitat:** Desig i atracció cap a les persones del mateix sexe.
- **Heterosexualitat:** Desig i atracció cap a les persones del sexe oposat.
- **Bisexualitat:** Desig i atracció cap a les persones d'ambdós sexes.

Com pot saber una persona la seva preferència?

- La decisió d'identificar-se com a gai, lesbiana, bisexual, etc. es pot prendre independentment de les experiències afectives i sexuals. Aquesta decisió pot ser variable al llarg de la vida i es tracta sempre d'una decisió personal que només ens correspon prendre-la a nosaltres mateixes. Mantenir relacions afectives i/o sexuals amb una persona del mateix sexe no encasella a ningú automàticament a cap categoria, només amplia i fa més riques les teves experiències.

- Els processos identitaris es van configurant al llarg de la nostra vida i són processos dinàmics. No hi ha cap mena de pressa a l'hora de decidir la nostra identitat: aquest procés és molt personal i es va desenvolupant al llarg del temps.

- Missatge clau: Totes les persones tenen el dret a expressar les seves emocions, afectes i la seva sexualitat independentment de si li agraden les persones del seu mateix sexe, del contrari o d'ambdós sexes.

- Encara existeix a la nostra societat l'homofòbia, la lesbofòbia, i la transfòbia que podem definir de forma senzilla com a expressions de violència (física, verbal, simbòlica, etc.) cap a gais, lesbianes i persones trans*.

Podem demanar exemples a les participants.

- Les persones trans*, transsexuals i transgènere són persones que no s'identifiquen amb el sexe i el gènere que se'ls hi atribueix en néixer a partir dels seus òrgans sexuals. D'aquesta manera, la seva identitat, el seu comportament o bé la seva imatge no es relacionen, tradicionalment, amb el seu sexe de naixement.

3. Mirem el curtmetratge "No somos ángeles" i fem les següents preguntes:

- **Per què molta gent pensa que les persones amb síndrome de Down són com els àngels que no tenen desitjos sexuals?** Avui en dia, quan algú té diversitat funcional, moltes vegades les persones cauen en prejudicis i tenen creences molt allunyades de la realitat. El desenvolupament sexual de les persones amb síndrome de Down és igual que el de qualsevol altra persona: totes vivim d'una forma particular i diferent. Com qualsevol persona desenvolupen la seva pròpia sexualitat i tenen el dret a gaudir i viure la seva sexualitat d'una manera positiva. És la societat i normalment les famílies qui hi posen dificultats i barreres. Des de la infància hi ha una gran sobreprotecció respecte a l'aprenentatge sobre la sexualitat, fet que fa que hi hagi moltes coses que no tinguin oportunitat d'entendre. Aquesta sobreprotecció tendeix a mantenir-se al llarg dels anys, veient-los com si sempre fossin nois i noies petites, angelets.
- **Per què no som àngels?** Per generar un espai d'empoderament, diversió i naturalització de la sexualitat podem demanar a les persones participants que expliquin com viuen la seva sexualitat, què els fa plaer, quins són els seus desitjos, si han tingut relacions afectives i sexuals.
- **Per què cauen els personatges protagonistes? Quins riscos podem trobar-nos en relació a la sexualitat?** Podem aprofitar perquè el grup comenti dubtes o pors relacionades amb la sexualitat i tractar

de resoldre-les. Aprofitarem per a parlar sobre els riscos associats a l'embaràs no planificat, a les ITS i també aquells riscos relacionats amb les violències sexuals. Podem parlar de límits i consentiment per donar eines al grup que facilitin viure unes sexualitats més plaents i més segures. El consentiment té a veure amb el fet d'escoltar-nos a nosaltres mateixes/os i la persona amb la qual compartim la nostra sexualitat. És molt important posar atenció a la manera com se sent l'altra persona, si notem que l'altra persona no està còmoda, preguntem-li què vol ¹.

- **Si ens diu que vol deixar de fer el que estem fent, respectem-ho sempre.**
- **Insistir, pressionar i/o traspasar els límits personals és no tenir en compte el consentiment.** I no tenir en compte el consentiment és el contrari d'una sexualitat plaent, es denomina agressió i provoca un gran malestar a la persona que la pateix.
- **És fonamental reiterar la següent idea: compartir la nostra sexualitat amb una altra persona ens ha de generar benestar, si no és així tenim el dret a aturar la situació.** Mai es perd el dret a dir "No", en qualsevol moment podem parar una situació si no ens està resultant plaent. Si notem que no estem a gust, podem parar la situació i dir-li a l'altra persona que no tenim ganes de continuar. La sexualitat és un joc que pot ser molt divertit, sempre que les dues persones tinguin ganes de jugar!

4. Per tancar la sessió podem aprofitar per preguntar a les participants si se senten lliures a l'hora de viure la seva sexualitat per detectar possibles dificultats en l'exercici dels seus drets sexuals i donar-los eines per facilitar-lo.

1. Si vols materials educatius sobre aquestes qüestions pots consultar els apartats: infeccions de transmissió sexual, mètodes barrera i anticonceptius i prevenció de violències masclistes, de la zona pedagògica de la nostra web: <http://salutsexual.sidastudi.org/ca/zonapedagogica/diversidad-funcional>



Els nostres drets a la nostra quotidianitat

OBJECTIUS

- Conèixer els drets sexuals i identificar situacions en les quals es vulneren.
- Afavorir estratègies que facilitin l'autonomia i l'empoderament.
- Reflexionar sobre com el masclisme, la LGTBIfòbia, el capacitisme i el racisme ens afecten en la vivència de les nostres sexualitats.

DURADA _____ 1 hora

PERSONES DESTINATÀRIES

La dinàmica es pot dur a terme amb joves a partir de 16 anys i és adaptable a diferents espais educatius i a grups heterogenis.

ESPAI

Una sala suficientment ampla perquè les persones puguin distribuir-s'hi en semicercle.

MATERIAL

- Targetes dels drets sexuals ([annex 1](#))
- Targetes de les situacions ([annex 2](#))
- Paper continu, adhesius petits o retolador

Pots descarregar-te la dinàmica en pdf en aquest enllaç: <http://salutsexual.sidastudi.org/ca/dinamica/190702-nuestros-derecho>

CONCEPTES CLAU

- Sexualitats
- Autonomia
- Plaer
- Consentiment
- Violències
- Vulneració
- Drets Sexuals
- Empoderament
- Equitat
- Masclisme
- LGTBIfòbia
- Capacitisme

CRONOGRAMA

ACTIVITAT	TEMPS
Introducció, explicació de la dinàmica	10 min
Treball en petits grups	20 min
Reflexió conjunta	30 min

ABANS DE COMENÇAR

Expliquem i pactem les normes de l'espai: respecte, escolta, confidencialitat, no judici. És important tenir en compte que el pacte funciona en totes dues direccions: entre les i els joves; d'elles i ells cap a la persona referent; però també d'aquesta persona cap a les joves i els joves. Per exemple, seria especialment contraproduent que els i les joves se sentissin jutjades per la persona referent.

Podem començar amb una petita introducció sobre els drets sexuals (DS):

- Els DS, com a **Drets Humans**, són imprescindibles per al desenvolupament de les persones i el seu benestar en relació amb la sexualitat. Les societats no poden ser justes ni equitatives sense el reconeixement i l'exercici ple dels DS de totes les persones.
- **La sexualitat i el plaer** derivat d'ella és un aspecte central de l'ésser humà; tothom té dret al plaer. La garantia dels DS per a totes les persones inclou un compromís amb la llibertat i la protecció de dany.
- **La no-discriminació** és subjacent a la defensa i protecció dels DS, que per tant s'oposa a totes les formes de discriminació independentment del sexe, el gènere, la preferència sexual, l'edat, la raça, la classe social, la religió i/o la diversitat funcional de les persones.
- Quan parlem de l'exercici dels DS no només estem parlant de l'accés a l'atenció en salut sexual i reproduc-

tiva, o de rebre informació veraç i oportuna, sinó que apuntem més lluny, estem parlant d'autonomia: aprendre a decidir de forma lliure i informada, aprendre a detectar les nostres necessitats, els nostres desitjos i a comunicar-los. **El dret d'autonomia és la pedra angular dels DS.**

DESENVOLUPAMENT DE L'ACTIVITAT

1. Distribuïm les persones participants en petits grups de 5 o 6 persones.

Cada grup tindrà:

- Un joc de 7 targetes amb els DS ([annex 1](#))
- Un joc de 12 targetes amb situacions de vulneració dels DS ([annex II](#))
- Un joc d'adhesius petits per resoldre dubtes (5-6 per grup)

Abans de lliurar els materials expliquem la dinàmica. Els grups debatran sobre cadascuna de les situacions i tractaran d'ubicar-les en el dret amb el qual es relacioni millor la situació descrita.

A continuació, lliurem els materials. És important que cada grup disposi d'una taula prou àmplia per distribuir totes les targetes de forma visible.

Podem posar exemples perquè s'entengui millor:

- Col·locaríem la targeta **QUE EN GINECOLOGIA NO TRACTIN BÉ A UNA DONA AMB DIVERSITAT FUNCIONAL** en l'espai relacionat amb el **DRET A LA CURA DE LA SALUT SEXUAL I A LA INFORMACIÓ BASADA EN EL CONEIXEMENT CIENTÍFIC**.
- Col·locaríem la targeta **MANCA DE RECURSOS SOBRE EDUCACIÓ SEXUAL PER A PERSONES SORDES**, en l'espai relacionat amb el **DRET A REBRE UNA EDUCACIÓ SEXUAL COMPRENSIVA**.

2. Els grups debatran sobre cada targeta i tractaran d'ubicar-les en el Dret (annex I) amb el qual millor es relacioni la situació descrita. Si no hi ha consens en el grup sobre on s'ha de col·locar una situació es pot col·locar en un espai intermedi entre un parell de DS si el grup ho estima convenient, o fer fletxes amb el retolador per indicar la relació de la situació amb la vulneració d'un o més DS.

És fonamental tenir clar tant per al grup, com per a la persona que dinamitza, que l'important és la reflexió, més que el lloc on es col·loca la situació. De fet, moltes targetes poden relacionar-se amb diversos drets.

Que una situació pugui identificar-se amb la vulneració de més d'un dret es deu al fet que els DS són interdependents, és a dir, estan connectats. Convé explicitar que tots els punts de vista són vàlids i que no hi ha una única resposta correcta.

Exemple:

- La situació **QUE RENYIN A UNA PARELLA DE NOIS PER FER-SE PETONS** pot col·locar-se sobre el **DRET A LA LLIBERTAT SEXUAL** però també pot col·locar-se sobre el **DRET A L'AUTONOMIA SEXUAL, LA SEGURETAT DEL COS I A VIURE RELACIONS LLIURES DE VIOLÈNCIES**.
- La situació **PATIR VIOLÈNCIA SEXUAL** pot col·locar-se sobre l'espai relacionat amb el **DRET A L'AUTONOMIA SEXUAL, LA SEGURETAT DEL COS I A VIURE RELACIONS LLIURES DE VIOLÈNCIA**, però també pot col·locar-se en l'espai relacionat amb el **DRET A L'EQUITAT SEXUAL**.

És convenient no avançar conclusions i deixar que els grups organitzin les targetes com els sembli més convenient. Es recomana distribuir les targetes i les situacions en paper continu i oferir als grups retoladors amb la finalitat que plasmin gràficament la connexió entre les situacions i els DS.

Si el grup té dubtes sobre el significat d'algun terme o desconeix la informació a la qual es refereix la situació col·locarà un adhesiu a aquesta situació amb la finalitat d'aclarir-la posteriorment en el gran grup. La persona dinamitzadora passarà per cada grup per assegurar-se que hagin entès el desenvolupament de la dinàmica i per si sorgeixen dubtes sobre el contingut de les situacions descrites. Si els grups són molt participatius, se'ls repetirà la idea de col·locar fletxes per agilitzar el debat. Si és poc participatiu, podem fer preguntes sobre les situacions descrites.

3. Un cop tots els grups han relacionat totes les situacions amb els DS, es poden moure per l'espai amb l'objectiu de veure el treball dels altres grups.

4. A continuació, passarem al grup gran per fer la reflexió grupal. La dinamitzadora preguntarà a cada grup què tal els ha anat la dinàmica de distribuir les situacions i quines dificultats han trobat per col·locar les situacions i a quines reflexions han arribat?

Els comentaris dels grups acostumen a ser:

- **Moltes situacions poden col·locar-se en diversos punts al mateix temps**. Podem guiar el debat preguntant als altres grups si han tingut també aquesta dificultat.
- **Algunes persones estan més "vulnerabilitzades" que d'altres** pel que fa a l'exercici dels seus DS.

Respecte a la primera idea, "**moltes situacions poden col·locar-se en diversos punts al mateix temps**", apuntem algunes idees per a la reflexió:

Un dels objectius d'aquesta dinàmica és entendre el principi d'interdependència dels DS, tots els Drets estan interconnectats de manera que, si un es vulnera, la resta dels DS en resulten afectats. Per exemple, la situació "Assetjament escolar a una parella de lesbianes" podríem relacionar-la tant amb la vulneració del Dret a la Llibertat Sexual, com amb el Dret a l'Equitat, a l'Autonomia o a la Lliure Associació.

És important, tenir present que totes i cadascuna de les situacions que es plantegen constitueixen una vulneració de DS. De fet, aquest és un altre dels grans objectius de la dinàmica: visibilitzar situacions de violències quotidianes

com una vulneració dels nostres drets. El primer pas per poder exercir els nostres DS és conèixer-los i identificar situacions en les quals se'ns vulneren.

Pel que fa a la segona reflexió, "**algunes persones estan més "vulnerabilitzades"**":

Hem parlat de la universalitat dels DS, però si mirem de prop la realitat, veurem que una bona part de la societat no podem exercir els DS com a resultat de les desigualtats socials. Estem parlant per exemple del masclisme, del racisme, del capacitisme, del classisme, de l'heterosexisme.

Podem donar una explicació general:

- Les desigualtats entre dones i homes condicionen la informació i influeixen en la presa de decisions que tenen a veure amb la sexualitat generant un marc de negociació desigual, per exemple, per a l'ús del preservatiu.
- L'heteronormativitat provoca, per exemple, que existeixin moltes menys iniciatives de promoció de la salut sexual per a persones LGTBI, especialment per a lesbianes, trans* i intersex.
- El capacitisme (les falses creences, els prejudicis) exclouen les persones amb diversitat funcional del terreny de la sexualitat i els neguen els seus DS.

Aquestes desigualtats es poden donar de manera connectada i afecten l'exercici dels DS.

Podem posar exemples a partir de les situacions de les targetes:

- **COMENTARIS RACISTES SOBRE LA SEXUALITAT**
Fa referència a la intersecció entre el racisme i el masclisme, i com conflueixen ambdues violències.

5. A continuació, es preguntarà a cadascun dels grups per les targetes amb adhesius amb la intenció de resoldre dubtes en gran grup, així totes les participants poden conèixer tots els conceptes que surten a les targetes.

6. Es pot guiar la dinamització per tal d'incidir en les situacions que més ens interressi treballar. En general, podríem agrupar les situacions en quatre grans eixos temàtics: violències sexuals, mites relacionats amb la sexualitat, estereotips racistes, prejudicis sobre la sexualitat de les persones amb diversitat funcional i LGTBIfòbia. Segons el context del grup i els seus interessos podem aprofundir més en unes temàtiques que en d'altres.

7. És important relacionar la vulneració de DS amb les violències masclistes per prevenir violències. Podem llançar preguntes com: qui pateix sexpredding, assetjament de carrer, pressió per fer-ho sense condó? Qui traspasa els límits a l'hora de lligar? És important fer èmfasi en com la societat masclista naturalitza aquestes situacions de violència.

8. És convenient dirigir les reflexions del debat de forma positiva. Com que estem tractant amb situacions de violències, és important generar un espai d'empoderament col·lectiu, de reivindicació de Drets. Ens ajudarà assenyalar que quan es vulneren els DS la responsabilitat és sempre de qui traspasa els límits, de qui exerceix la violència, i mai de qui la pateix.

9. També podem aprofundir en algunes situacions que fan referència a la LGTBIfòbia i al capacitisme per generar

reflexions que facilitin aprenentatges significatius que contribueixin a una societat més igualitària i més justa. Comentaris per part de la persona dinamitzadora com: les persones tenim tot el dret i la llibertat per vestir com vulguem, triar la nostra opció sexual (heterosexual, lesbiana, gai, bisexual, pansexual, etc.) o la nostra identitat, per establir el model de relació que més ens vingui de gust, per mostrar els nostres afectes.

10. En definitiva, totes les persones tenim el Dret a viure les nostres sexualitats en un marc de relacions igualitàries, plaents i més segures. És essencial generar processos d'empoderament perquè les persones siguem protagonistes actives en la reivindicació dels nostres drets sexuals.



Annexos

A continuació, oferim algunes dinàmiques que la nostra entitat utilitza en les seves accions educatives de promoció de la salut sexual amb joves. La selecció de dinàmiques és heterogènia amb la finalitat de proposar un ventall d'activitats ampli. Es recomana a la persona dinamitzadora que acomodi els continguts i la metodologia de les propostes educatives al context grupal.

01
02

DRET A LA LLIBERTAT SEXUAL I DRET A L'EQUITAT SEXUAL

Obre la possibilitat a totes les persones per expressar les seves sexualitats. No obstant això, exclou totes les formes de coerció sexual, d'explotació i d'abús en qualsevol moment i situació de la vida.

El dret a l'equitat fa referència a viure relacions igualitàries, per tant implica l'oposició a tota forma de discriminació independentment del sexe, el gènere, la preferència-opció sexual, a l'edat, la raça, la classe social, la religió i/o la diversitat funcional de les persones.

DRET A L'AUTONOMIA SEXUAL, LA SEGURETAT DEL COS I A VIURE RELACIONS LLIURES DE VIOLÈNCIES

Comprèn l'habilitat de les persones per prendre decisions autònomes sobre les seves sexualitats. També inclou el control i el plaer dels nostres cossos, lliures de violències.

DRET A FER OPCIONS REPRODUCTIVES LLIURES

El dret a fer opcions reproductives recull el dret a l'avortament, a decidir sobre tenir filles o fills o no, el nombre i el temps entre cadascun i el dret a l'accés als mètodes anticonceptius (preservatius, píndoles hormonals, anticonceptiu d'urgència, DIU, diafragma...).

DRET A LA CURA DE LA SALUT SEXUAL I A LA INFORMACIÓ BASADA EN EL CONEIXEMENT CIENTÍFIC

La cura de la salut sexual ha d'estar disponible per a totes les persones. La informació sexual ha de ser generada a través d'un procés científic i ètic, i ha de ser difós en formes apropiades a tots els àmbits socials.

DRET AL PLAER I A L'EXPRESSIÓ SEXUAL-EMOCIONAL

El plaer sexual inclou l'autoerotisme, és una font de benestar físic, psicològic, intel·lectual i espiritual. L'expressió sexual és més que el plaer eròtic: cada persona té el dret a expressar la seva sexualitat a través de la comunicació, el contacte, l'expressió emocional, sexual i l'amor.

DRET A L'EDUCACIÓ SEXUAL COMPRENSIVA

Rebre educació sexual és un procés que hauria de durar tota la vida de les persones, des del naixement fins que som grans, ja que la sexualitat és un procés d'arenatge durant tot el cicle vital. L'educació sexual hauria d'involucrar totes les institucions socials família, escola, espais del lleure, universitats, etc.

DRET A LA LLIURE ASSOCIACIÓ SEXUAL I DRET A LA PRIVACITAT SEXUAL

Significa la possibilitat de contraure matrimoni o no, de divorciar-se i d'establir diferents tipus de vincles afectius i sexuals.

Involucra el dret a prendre decisions individuals i conductes sobre la intimitat sempre que aquestes no interfereixin en els drets sexuals d'altres persones.

Annex 2

NO REBRE INFORMACIÓ SOBRE MÈTODES ANTICONCEPTIUS	QUE LA TEVA PARELLA ET CONTROLI EL MÒBIL	MANCA DE RECURSOS EDUCATIUS SOBRE SALUT SEXUAL PER A PERSONES CEGUES
PATIR VIOLÈNCIA SEXUAL	QUE NINGÚ ENS PARLI SOBRE SEXUALITAT	QUE ET DIGUIN "BRUTA" PER MASTURBAR-TE
QUE EN GINECOLOGIA NO TRACTIN BÉ A UNA DONA AMB DIVERSITAT FUNCIONAL	COMENTARIS RACISTES SOBRE LA SEXUALITAT	QUE T'EMBOLIQUIS AMB ALGÚ I TRASPASSI ELS TEUS LÍMITS
QUE ALGÚ T'INSISTEIXI PER NO FER SERVIR PRESERVATIU	QUE ALGÚ NO RESPECTI LA TEVA INTIMITAT	TRACTAR A UNA DONA TRANS* EN MASCULÍ

QUE ET FACIN BRONCA PER MASTURBAR-TE	COMENTARIS IRRESPECTUOSOS SOBRE EL NOSTRE COS	QUE T'OBLIGUIN A VESTIR D'UNA MANERA QUE ENCAIX AMB EL TEU GÈNERE
QUE NO ENS DEIXIN SER GAI, LESBIANA, BISEXUAL, ETC.	QUE ENS ENSENYIN A CUIDAR DE LA NOSTRA SALUT SEXUAL	QUE L'ÚNICA INFORMACIÓ SOBRE LA SEXUALITAT SIGUI EL PORNO
QUE ET PROHIBEIXIN TENIR PARELLA	BULLYING HOMOFÒBIC	QUE RENYIN A UNA PARELLA DE NOIS PER FER-SE PETONS
QUE S'IMPEDEIXI A UNA PARELLA AMB DIVERSITAT FUNCIONAL TENIR FILLS/ES	QUE NINGÚ ENS PARLI SOBRE LES INFINITES MANERES DE VIURE LA SEXUALITAT	NO REBRE INFORMACIÓ SOBRE L'AVORTAMENT

NO REBRE INFORMACIÓ SOBRE INFECCIONS DE TRANSMISSIÓ SEXUAL	MANCA DE RECURSOS SOBRE EDUCACIÓ SEXUAL PER A PERSONES SORDES	QUE LA TEVA PARELLA ET DIGUI COM T'HAS DE VESTIR I AMB QUI POTS PARLAR
QUE NO ENS ATENGUIN ADEQUADAMENT EN GINECOLOGIA O UROLOGIA	TRACTAR EL COS DE LES DONES COM UN OBJECTE	QUE ALGÚ ET FACI UNA FOTO O UN VÍDEO SENSE EL TEU CONSENTIMENT
QUE ALGÚ ET TOQUI EL CUL SENSE EL TEU CONSENTIMENT	QUE NINGÚ ENS PARLI SOBRE EL PLAER	PENSAR QUE LA "MARXA ENRERE" ÉS UN MECANISME EFECTIU PER A EVITAR EMBARASSOS
QUE T'INSISTEIXIN PER A LLIGAR	PRESSUPOSAR QUE PERQUÈ UN NOI VAGI EN CADIRA DE RODES NO TÉ SEXUALITAT	QUE NO ET DONIN LA PASTILLA DE L'ENDEMÀ

QUE NO ET DEIXIN FORMAR PART D'UN COL·LECTIU EN DEFENSA DELS DRETS SEXUALS	FER FORA D'UN BAR A UNA PARELLA DE NOIES	NO REBRE INFORMACIÓ SOBRE ASSISTÈNCIA SEXUAL
PROHIBIR A UNA PARELLA AMB SÍNDROME DE DOWN FER-SE PETONS	PRESSUPOSAR QUE LES PERSONES AMB DIVERSITAT MOTORA NO TENEN SEXUALITAT	NO REBRE INFORMACIÓ SOBRE ITS
QUE ET RECOMANIN NO SER MARE PER ANAR EN CADIRA DE RODES	QUE T'EMBOLIQUIS AMB ALGÚ, SE'T TALLI EL ROTLLO I T'INSISTEIXIN PERQUÈ CONTINUÏS	MANCA DE RECURSOS D'ACOMPANYAMENT EN SALUT SEXUAL PER A PERSONES AMB DIVERSITAT FUNCIONAL
COMENTARIS I BROMES LGTBIFÒBIQUES	QUE ALGÚ DIFONGUI FOTOS SEXIS TEVES SENSE EL TEU CONSENTIMENT (Sexpreading)	DISCRIMINACIÓ A UN PROFE GAI

RECURSOS PEDAGÒGICS

A la web de SIDA STUDI www.salutsexual.sidastudi.org pots trobar la Zona Pedagògica Diversitat Funcional que consta d'una selecció de recursos pedagògics sobre educació sexual, promoció de la salut sexual i dels drets sexuals.

La secció **CONTINGUTS** està organitzada en tres grans categories que responen a un eix de continguts generals com l'educació sexual, igualtat de gènere, diversitat sexual, infeccions de transmissió sexual, entre d'altres.

La secció **DRETS** conté recursos pedagògics per a la promoció dels drets sexuals i reproductius de les persones amb diversitat funcional.

La secció **ESPECIFICITATS** està organitzada per les diferents categories de diversitat funcional: cognitiva/intel·lectual, física, sensorial, salut mental on es troben recursos educatius dirigits a persones amb aquestes diversitats. També inclou un apartat de bones pràctiques dirigit a professionals i un relatiu a l'àmbit familiar.

ZONA PEDAGÒGICA

DIVERSITAT FUNCIONAL

CONTINGUTS	DRETS	ESPECIFICITATS
EDUCACIÓ SEXUAL	DRETS SEXUALS I REPRODUCTIUS	DIVERSITAT COGNITIVA/INTEL·LECTUAL
IGUALTAT DE GÈNERE	DRET AL DESIG I AL PLAER SEXUAL	DIVERSITAT FÍSICA
DIVERSITAT SEXUAL I DE GÈNERE	DRET A PRENDRE DECISIONS REPRODUCTIVES LLIURES I RESPONSABLES	DIVERSITAT SENSORIAL
DIVERSITAT CULTURAL	DRET A UNA VIDA LLIURE DE VIOLÈNCIES MASCLISTES	SALUT MENTAL
INFECCIONS DE TRANSMISSIÓ SEXUAL	DRET A LA LLIBERTAT SEXUAL	ÀMBIT FAMILIAR
MÈTODES BARRERA I ANTICONCEPTIUS		BONES PRÀCTIQUES

D'altres recursos disponibles a la pàgina web són:

ZONA DE DINÀMIQUES: espai per a professionals que desitgin desenvolupar dinàmiques grupals sobre educació sexual, pensades per realitzar-se en una hora. Aquesta zona està organitzada en les principals dimensions de l'educació sexual: sexualitats, vivència i coneixement del cos, emocions i decisions d'autocura. <http://salutsexual.sidastudi.org/es/subhome-dinamicas>

CENTRE DE DOCUMENTACIÓ especialitzat en salut sexual: més de 22.000 materials, recursos i iniciatives per a promoure l'educació sexual. www.salutsexual.sidastudi.org/ca/catalogo

CATÀLEG GENERAL SALUT SEXUAL

- Catàleg general Salut sexual
- Catàleg especialitzat campanyes
- Catàleg especialitzat cartells
- Monogràfics
- Enllaços d'interès
- Dades epidemiològiques i conductuals
- Política de col·lecció i cessió de drets

SERVEIS DE LA BIBLIOTECA

No trobes el que busques?
T'ajudem, pregunta al bibliotecari

Consulta presencial dels documents
Com arribar i horari

Paraula

Cerca avançada ▾

CAMPANYES



Tu cuerpo tu decisión

Tema: **CAMPANYA DIRIGIDA ALS/LES JOVES/ADOLESCENTS**

EVALUAR

1. Definir

Antes de empezar

El marco teórico

Evaluación feminista

Objeto de la evaluación

Objetivo de la evaluación

Modalidades de evaluación

Preguntas evaluativas

Criterios de calidad

2. Planificar

Fases

CONOCER

1. Herramientas de

Documentación

Observación

Encuesta

Grupo de discusión

Entrevista

1.5 Herramientas p

Infancia

Adolescencia

Juventud

2. Datos epidemiol

Evalúa+ dirigit a totes les entitats que efectuen intervencions en salut sexual. Té com a objectiu ser una eina de suport perquè les entitats i els seus professionals integrin l'avaluació en els seus projectes. També pot ser útil per a entitats o organitzacions que treballen en altres camps i amb altres temàtiques.

www.salutsexual.sidastudi.org/es/zonapedagogica/evalua

El Kit del Plaer: blog dirigit a joves, on es responen les preguntes freqüents que solen sorgir en les nostres accions educatives.

www.kitdelplaer.org

SIDA STUDI
Carrer del Carme 16, principal (08001, Barcelona)
Tel. 932681484
sidastudi@sidastudi.org
www.sidastudi.org / salutssexual.sidastudi.org

Aquesta guia forma part del projecte:



Amb la col.laboració de:



Amb el suport de:



Finançat amb càrrec als crèdits rebuts del Ministeri de la Presidència, Relacions amb les Corts i Igualtat, a través de la Secretaria d'Estat d'Igualtat.

