

ITINERARI DIVERSITAT SEXUAL I DE GÈNERE

Sessió 1: Inicial

Temps aproximat: una hora i mitja

Habilitats que es treballen:

Pensament crític: ser capaç de desenvolupar un punt de vista personal, documentat i reflexionat per arribar a les pròpies conclusions sobre la realitat personal i social. Qüestionar-se i qüestionar per comprendre i enfortir la diversitat de pensament. La persona crítica es pregunta, investiga i no accepta les coses d'una manera crèdula.

Objectiu: reflexionar sobre l'hegemonia del sistema binari i autoqüestionar-se.

Participants: alumnat de 3r i 4t de secundària.

Recursos:

Vídeo *Diversitat sexual*: <https://siguestu.cat/ca/recursos2/l/1678-la-diversitat-sexual.html>

Desenvolupament:

1. Presentació

Presentarem l'habilitat que volem treballar. Fem una pluja d'idees sobre el concepte de pensament crític, i a partir d'aquí intentem definir-lo entre tot l'alumnat.

Introduïrem diversos conceptes relacionats amb la temàtica de l'itinerari:

- Salut: és un estat de complet benestar físic, psíquic (mental) i social, i no només l'absència d'afeccions o malalties.
- Sexualitat: ens acompanya al llarg de tota la vida, des que naixem fins que ens morim, i s'expressa tant en l'àmbit físic com en les emocions i el comportament. És molt diversa en relació amb els factors culturals, religiosos i socials, entre d'altres.
- Salut sexual: és poder viure la sexualitat de manera integral, autònoma, igualitària, satisfactòria i respectuosa, amb la garantia dels drets sexuals i reproductius.

2. Dinàmica: Crear el personatge

Mostrarem a l'alumnat una silueta andrògina (ANNEX 1) i els donarem 4 característiques, com per exemple: treballa en un hospital, va en moto, cuida la mare (que és gran), li agrada X...

En petits grups, acabaran de crear el personatge. Els podem fer les següents preguntes:

- Com es diu?
- Quina és la seva professió?
- Quina personalitat té?
- Quines són les seves aficions? I les habilitats?
- Quina edat té?

- Qui forma la seva família?

Un cop definit el personatge, compartirem i anirem estirant del fil amb les següents possibles preguntes:

- Amb quin gènere l'heu identificat? Podria ser alguna altra opció?
- Sabeu quina diferència hi ha entre sexe i gènere? Sabeu que hi ha persones intersexuals?
- Quina orientació sexual us imagineu que té el vostre personatge? Per què? Podria ser una altra?

Es tracta de reflexionar sobre el pensament heteronormatiu que tenim establert i obrir mirades a altres normalitats.

3. Tancament

Per tancar, posarem el vídeo *Diversitat sexual*: <https://siguestu.cat/ca/recursos2//1678-la-diversitat-sexual.html>. Podem passar el vídeo i anar parant per poder integrar els conceptes, o fins i tot apuntar-los per fer un mural sobre la diversitat sexual.

Sessió 2: Com m'estimo amb el que sento i el que soc?

Temps aproximat: una hora i mitja.

Habilitats que es treballen:

Autoestima i control intern: desenvolupar autoconfiança i autoconsciència, descobrir el que ens agrada i el que no, talents, debilitats i oportunitats per autoconstruir-se. També és la capacitat per definir objectius i autoavaluar-se, i per construir sentit sobre nosaltres mateixos, sobre les altres persones i sobre el món en què vivim.

Empatia: connectar amb l'altra persona per escoltar, i comprendre les seves necessitats per donar-los resposta d'una manera solidària, d'acord amb les circumstàncies. Implica ser capaç de reconèixer que la pròpia forma de pensar només és una, però no és l'única ni la correcta.

Objectiu: fer una mirada general i individual sobre les diversitats. Reflexionar sobre la «normalitat».

Participants: alumnat de 3r i 4t de secundària.

Recursos:

Possibles vídeos:

- **Normal, qui és normal?:** <https://siguestu.cat/ca/recursos2//4258-ningu-es-normal--convivencia.html>
- **Plumofòbia:** <https://www.siguestu.cat/ca/recursos2//4133-plumofobia.html>

Desenvolupament:

1. Presentació

Fem un breu resum del que es va treballar a la primera sessió. Podem recordar el contingut del vídeo sobre la diversitat sexual i quin n'era l'objectiu.

Presentarem l'habilitat que volem treballar. Fem una pluja d'idees sobre el concepte d'autoestima i empatia, i a partir d'aquí intentem definir-lo entre tot l'alumnat.

Introduïm de què parlarem en aquesta segona sessió: acabarem de veure els tipus de diversitats sexuals existents i la seva classificació a nivell social; i, a més a més, ens qüestionarem si expressem el que realment som.

2. Dinàmica: Què és «normal»?

Ubiquem en l'espai els noms de les diferents identitats, expressions de gènere, orientacions... (dins i fora de la norma).

Projectem un llistat de totes les diversitats per tal de poder fer la següent activitat (ANNEX 2).

Pengem paper d'embalar o dibuixem a la pissarra una taula:

Sexe (biològic)	Identitat de gènere	Orientació sexual	Expressió de gènere

En grups, discuteixen a quin lloc de la taula col·locarien cada nom. Després ho comparteixen i creem un debat amb tota la classe. Arribem a un acord i escrivim els noms a la taula.

Possibles preguntes:

- Fem un debat sobre el que és normal, normalitat i normatiu?
 - Normal: d'acord amb una norma establerta, que no se'n desvia. Que no se separa del seu estat ni curs natural. Que és conforme al tipus més freqüent, com d'ordinari.
 - Normalitat: qualitat de normal, situació normal (tornada a la normalitat).
 - Normatiu: adjectiu que estableix una norma o un conjunt de normes. Conjunt de normes que regulen una matèria o una activitat (normativa laboral).
- Què genera el concepte normal?
- Quines són les diversitats «menys» acceptades a nivell social? Per què creieu que passa?

3. Dinàmica: Treball d'introspecció de l'expressió de la sexualitat

Quan parlem de sexualitat no només fem referència al sexe biològic, sinó també a l'expressió de gènere. Per exemple, com ens mostrem al món i per què ho fem així. Ara farem una activitat d'introspecció perquè us feu preguntes a vosaltres mateixos/es.

Amb els ulls tancats i sense veure ningú a vegades és molt més fàcil opinar. Per tant, per fer aquesta dinàmica, ens hem d'assegurar que tothom que hi participa estigui amb els ulls tancats. A més, cal deixar clar que tot el que diem és confidencial.

Han de tancar els ulls, posar els braços sobre la taula i recolzar el front als braços.

A mesura que anem fent preguntes han d'aixecar una mà si la resposta és afirmativa. Demanem que la deixin uns segons alçada per poder veure-ho. En aquest cas, el/la docent pot anotar els resultats que surten, els aspectes més sorprenents o bé aquells que considera necessari treballar posteriorment.

A partir d'aquí, farem a l'alumnat les següent preguntes:

- Creieu que totes aquelles diversitats sexuals que se surten del concepte de normalitat són rebutjades i fins i tot discriminades?
- Si no hi hagués tantes bromes i insults discriminatoris sobre el gènere i la seva expressió, es viuria d'una altra manera?
- Soc d'aquesta manera i vesteixo així perquè m'ho han imposat a nivell social?
- Creieu que si no tinguéssiu accés a internet us vestiríeu igual?
- Us heu plantejat alguna vegada vestir-vos d'una manera diferent?
- Creieu que si ho féssiu us criticarien? No ho feu per aquest motiu?
- Us heu plantejat la vostra orientació sexual? Creieu que la teniu definida? Creieu que sempre serà la mateixa?
- Penseu que si la vostra orientació sexual se surt del «normal» us deixarien d'acceptar les amistats i la família?
- Us atreviríeu a sortir de l'armari?
- Si visquéssiu en un món lliure de judicis, seríeu diferents?

4. Tancament

Per tancar la sessió, treballarem l'empatia en petits grups. Hauran de treure unes conclusions i presentar-les a la resta, basant-se en les següents preguntes:

- Creieu que el col·lectiu LGTBIQ+ en l'adolescència i la joventut tenen la vida més difícil? Per què?
- Quines discriminacions creieu que es poden trobar?
- Creieu que la vivència de la sexualitat (identitat, orientació, expressió, cossos...) és fàcil per a l'adolescència? Difícil? Incòmoda?
- Què faríeu vosaltres perquè poguéssim viure en una societat lliure de prejudicis ni judicis?

Sessió 3: De la individualitat a la col·lectivitat

Temps aproximat: una hora i mitja.

Habilitats que es treballen:

Advocació i defensa: ser capaç d'entusiasmar-se per una causa i mantenir una actitud constructiva envers el conflicte. Actuar amb flexibilitat per crear aliances amb altres persones i fer servir la capacitat d'influència i de persuasió per incidir en la millora del bé comú i generar canvi.

Col·laboració i treball en equip: ser capaç de treballar i cooperar amb les altres persones de forma respectuosa, essent conscient de les capacitats d'un mateix i confiant en les de l'altra gent. Compartir estratègies i assumir responsabilitats de lideratge per contribuir a l'assoliment d'un objectiu comú.

Objectiu: utilitzar la creativitat per defensar la diversitat sexual.

Participants: alumnat de 3r i 4t de secundària.

Recursos:

Vídeo *The Light*: <https://www.siguestu.cat/ca/recursos2/l/2597-the-light-diversitat-de-generes.html>

Desenvolupament:

1. Presentació

Fem un breu recordatori del que es va tractar a la segona sessió.

Presentarem les habilitats que volem treballar. Fem una pluja d'idees sobre el concepte d'advocació i defensa, i a partir d'aquí intentem definir-lo entre tot l'alumnat.

Quines característiques/habilitats/destreses creuen que té una persona amb advocació i defensa? Quina similitud hi ha amb les funcions de delegat/da, capità/na d'un equip, etc.? Coneixeu *influencers* o persones famoses que tinguin aquesta habilitat? Com la posen en pràctica?

Farem una roda i cada persona s'haurà de presentar amb el seu nom i fer o dir amb quina imatge/foto/mímica identifiquen l'advocació i defensa.

2. Dinàmica: Una gota d'aigua forma part de l'oceà

En petits grups, pensar accions que poden fer a l'IES en relació amb la defensa de la diversitat sexual, com per exemple la iniciativa d'un institut on els nois van portar faldilla.

- Per què és important defensar la diversitat?
- Quin projecte de defensa volem dur a terme?
- Estem defensant totes les diversitats?

- Què necessitem per poder fer-ho?

Posem en comú en el gran grup, compartim les diverses accions i decidim quines podem dur a terme com a classe.

Es pot mirar el vídeo abans o després de crear el projecte.

- **Vídeo *The Light*:** aquest vídeo mostra com la decisió d'un nen de posar-se un vestit provoca tota una sèrie de reaccions a la família i l'escola: <https://www.siguestu.cat/ca/recursos2//2597-the-light-diversitat-de-genero.html>

3. Tancament

Visualitzem el vídeo de "[Converses](#)"

I fem una reflexió final conjunta per tancar la sessió.

Sessió 4: Tancament

Temps aproximat: una hora.

Habilitats que es treballen:

Presa de decisions i solució de conflictes: avaluar diferents alternatives tenint en compte les necessitats, els criteris i les conseqüències de les decisions, no només per a nosaltres, sinó també per a les altres persones. Suposa tenir capacitat d'anàlisi en funció de les emocions, les actituds, els valors i la motivació propis, tenint en compte les altres persones. Decidir és assumir la responsabilitat de transformar les circumstàncies en què vivim. També suposa pensar solucions alternatives als problemes de forma creativa.

Comunicació interpersonal: inclou tant la comunicació verbal com la no verbal, a més de l'escolta activa. Ens serveix per establir relacions basades en el respecte i en el benestar mutu, que permetin l'autenticitat de les parts. D'aquesta manera, podem conservar relacions significatives, així com posar fi o transformar les que ens impedeixen el creixement personal.

Objectiu: transmetre el que han après als més petits.

Participant: alumnat de 3r i 4t de secundària.

Recursos: <https://www.siguestu.cat/ca/recursos2//1675-genderbread-person--sexualitat-afectivitat.html>

Desenvolupament:

1. Dinàmica: Com ho explico jo?

Treballarem en petits grups. L'objectiu d'aquesta activitat és que els/les joves esdevinguin una figura representativa per transmetre tot el que han après al llarg d'aquest itinerari a l'alumnat de primària (si el centre no té alumnat de primària es pot fer en col·laboració amb alguna escola del municipi o bé simplement fer-ho com a exercici de reflexió).

Cada grup podrà escollir l'etapa escolar a la qual vol dirigir la seva activitat. També poden escollir el format, ja sigui a través del teatre, la música, una exposició amb PowerPoint, una història, un vídeo...

Els grups tindran uns trenta minuts per fer un esborrany amb la idea general de com dur-ho a terme i presentar-ho.

Deixarem al seu abast el vídeo <https://siguestu.cat/ca/recursos2/1/1678-la-diversitat-sexual.html> (a partir del minut 6:44 on apareix un llibret amb les diversitats), per si els pot ser útil a l'hora de transmetre a l'alumnat tot el ventall de possibilitats existents.

Una vegada acabats els trenta minuts, demanarem als diferents grups que expliquin resumidament quines idees han tingut per representar les diferents diversitats a l'alumnat de primària.

Aprofitarem aquestes presentacions per preguntar-los com representarien o escenificarien les diferents orientacions, amb la intenció de fer una reflexió final (que exposem a continuació).

Reflexió final: la gràcia de treballar d'aquesta manera és que hi ha una doble activitat molt significativa. Quan vulguin, per exemple, donar forma a una persona homosexual, s'adonaran que cal escriure-ho per diferenciar-la d'una d'heterosexual, ja que amb les imatges no es distingeix. Si es finalitza l'activitat amb una xerrada-reflexió, es pot arribar a conclusions molt interessants, que creiem molt positives per tal de treballar per exemple l'homofòbia i treure-li sentit.

2. Dinàmica: Valoració amb targetes

Cada persona tindrà una targeta de color verd, una de taronja i una de vermella, que hauran d'utilitzar per respondre les preguntes de valoració de l'itinerari en general.

- Verd: sí
- Taronja: una mica
- Vermell: no

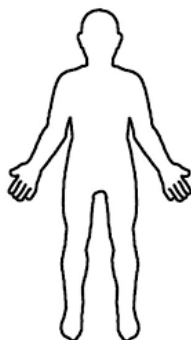
Preguntes:

- Aquestes sessions m'han ajudat a ampliar els meus coneixements sobre la diversitat sexual.
- He descobert diversitats que no coneixia.
- Aquestes sessions m'han ajudat a identificar-me.
- Soc conscient que la identitat sexual pot variar al llarg de la meva vida.
- He pogut plantejar-me la meva identitat.
- M'ha fet qüestionar-me algun tema que mai no m'havia plantejat.
- Crec que aquest tipus de sessions són necessàries.
- Ha estat fàcil fer aquest conjunt de sessions i activitats.

A partir d'aquestes preguntes tancarem la sessió i l'itinerari demanant què es podria millorar o quines necessitats té l'alumnat respecte d'aquest tema, amb l'objectiu d'apropar-nos més a la seva realitat.

FONT: Equip del «Sigues Tu».

ANNEX 1: Silueta andrògina



<https://siguestu.cat/ca/recursos2//1675-genderbread-person--sexualitat-afectivitat.html>

ANNEX 2: Les diversitats sexuals

**Gènere fluid Transsexual Agènere Pansexual Dona
Intersexual Bigènere Femení Homosexual Home
Demisexual Bisexual Mascle Asexual Masculí
Demigènere Tercer sexe Transgènere Androgin
Femella Heterosexual**

Sexe biològic: fins a la setena setmana de gestació no existeix una diferenciació de sexe. En la majoria dels casos, es produeix un desenvolupament de vagina/úter o de penis/testicles. Però algunes persones desenvolupen característiques dels dos sexes biològics. *Mascle, Femella, Intersexual*

Identitat sexual o de gènere: sexe o gènere amb el qual una persona s'identifica (home, dona, masculí o femení). No és el mateix que orientació sexual: una persona a qui s'assigna en el moment de néixer el sexe home pot sentir-se dona i tenir relacions amb homes o amb dones. *Gènere fluid, Home, Dona, Bigènere, Demigènere, Agènere, Tercer sexe, Transgènere, Transsexual...*

Orientació sexual: atracció emocional, romàntica o sexual cap a persones del mateix sexe o del sexe oposat. En gran mesura, els nostres gustos estan dirigits per l'educació rebuda, la qual cosa ens encamina cap a l'heterosexualitat. *Heterosexual, Homosexual, Bisexual, Pansexual, Asexual, Demisexual...*

Expressió de gènere: forma i manera d'expressar-se, gustos i comportament que s'espera d'un determinat gènere, que ve imposat. Hi ha l'expressió de gènere masculí, l'expressió de gènere femení i per a les persones andrògines l'expressió de gènere és una barreja, que pot ser variable, de les dues. *Femení, Masculí, Androgin...*

Font de les definicions: Ajuntament de Barcelona.