



SEXOLOGÍA

WWW.BER2WEB.COM

CONTACTO: AMAIA GONZÁLEZ

TELÉFONO: 652759794

MAIL: INFO@BER2WEB.COM



Objetivos

«La EDUCACIÓN SEXUAL tiene como objetivo la aproximación y comprensión de los individuos eróticos, porque todos somos sexuados; vivimos como sujetos sexuados y nos expresamos como sujetos sexuados». Contribuir a la trayectoria de la sexuación, ayudar en su proceso de sexuación a mujeres y hombres (tanto en lo que se refiere a sí mismo como en lo recíproco), queriendo y aceptando. Se trata de aportar ideas para comprender a cada subjetivo sexuado. Proporcionar claves para comprender y explicar de forma ordenada la vivencia de cada ser humano, reconociendo que en este ámbito la diversidad se encuentra en el núcleo de la naturaleza humana, y facilitar el diálogo sobre temas que puedan parecer difíciles



Para ello, pretendemos desarrollar la capacidad crítica ante los mensajes creados por los medios de comunicación para que sean capaces de cuestionarlos (de revistas que leen, de programas de televisión, etc.), así como los mensajes que se emiten en sus grupos cercanos (amigos, compañeros, compañeros de trabajo). Unido a ello, de forma transversal, consideramos imprescindible trabajar la comunicación y el apoyo mutuo, ya que como seres sociales necesitamos entornos seguros y de comprensión para poder desarrollarnos; por lo que trabajar vínculos de amistad sanos es crucial para su desarrollo. En especial queremos introducir y fomentar el concepto de sororidad. Este término al cual se le está poniendo en valor en los últimos años, sostiene y defiende la unión, apoyo y reconocimiento especialmente entre mujeres, en una cultura que no promueve el respeto entre nosotras, si no la competencia y el odio. Se apoya en el principio de reciprocidad que potencia la diversidad, que sin duda, es también el estandarte de la sexualidad.

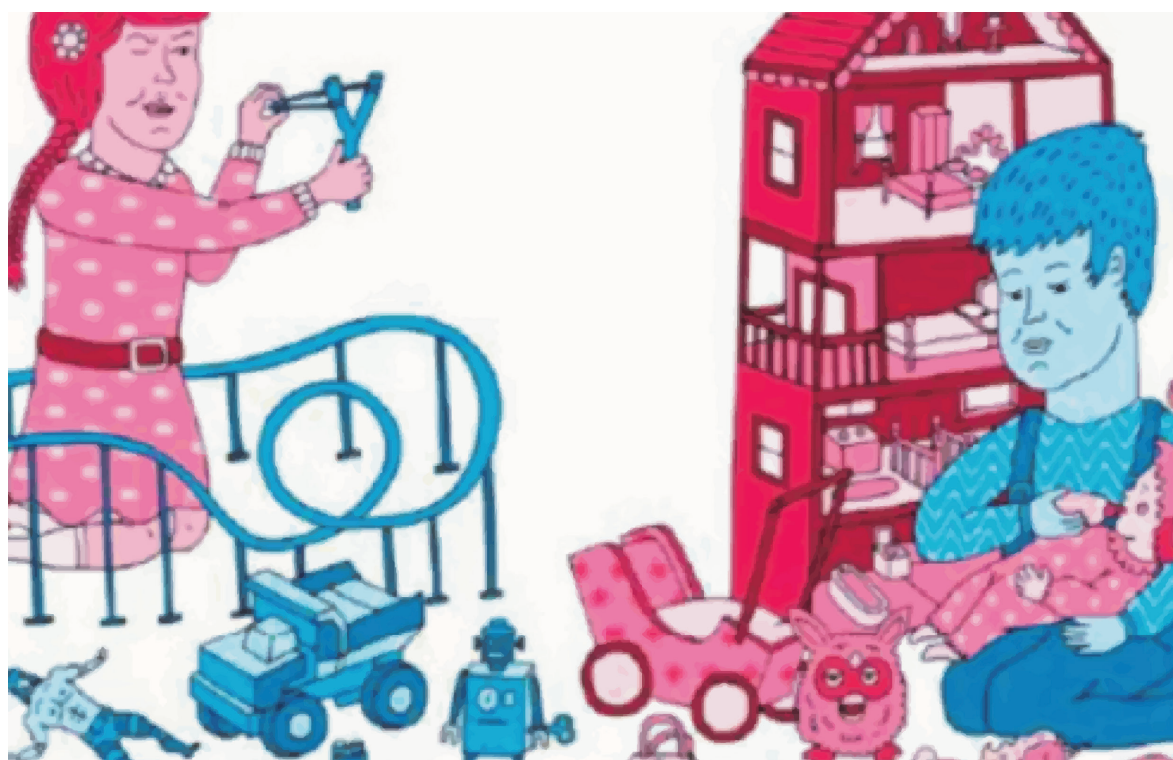
Nuestro trabajo se sustenta en que los/las participantes tengan una visión de la sexualidad, tanto propia como ajena, positiva, diversa y sana; dotándoles de herramientas para que puedan llevar a cabo su proyecto de vida lo más sano posible

3.1 Objetivos generales

1. 1. Que los participantes interioricen el concepto de SEXO
2. 2. Que los participantes interioricen el concepto de SEXUALIDAD
3. 3. Que los participantes interioricen el concepto ERÓTICA
4. 4. Que los participantes interioricen el concepto AMATORIA

3.1.1. Sexo

- Que los participantes piensen en su propia vivencia sexual.
- Que los participantes comprendan lo que es el sexo.
- Que los participantes comprendan la diferencia entre sexo y género, y como afecta.
- Adquisición por parte de los participantes de conocimientos sobre anatomía genital real.
- Adquisición por parte de los participantes de conocimientos sobre anatomía genital diversa.
- Que los participantes analicen qué hay más allá de los genitales.



- Que los participantes comprendan la intersexualidad.
- Que los participantes conozcan la realidad de la transexualidad.

3.1.2. Sexualidad

- Que los participantes reflexionen como viven su sexualidad.
- Que los participantes conozcan la diversidad de identidades.
- Que los participantes sean conscientes de la cultura en la que viven y como les afecta en su sexualidad.
- Que los participantes desarrollen un autoconcepto corporal sano.
- Cuestionamiento y crítica por parte de los participantes del concepto de Normalidad.
- Que los participantes conozcan la realidad de la de personas con diversidad funcional y cognitiva.
- Que los participantes puedan realizar su sexuación biográfica.

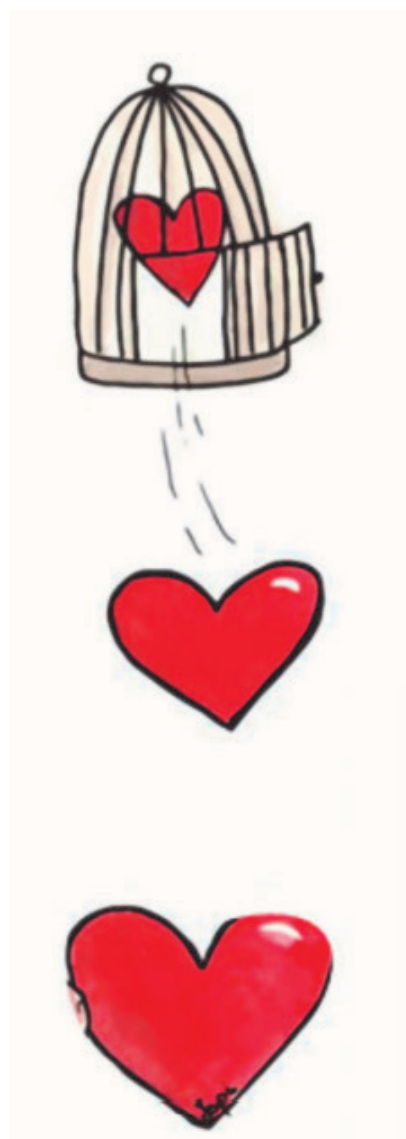
3.1.3. Erótica

- Que los participantes adquieran una definición correcta de la erótica.
- Que los asistentes reflexionen sobre las normas impuestas en la erótica
- Que los participantes analicen en grupo el concepto de deseo.
- Que los participantes conozcan las diversidades eróticas.
- Que los participantes adquieran y compartan conocimientos sobre la seducción.
- Que los participantes analicen el binomio amor y sexo.
- Que los participantes conozcan la realidad de la pornografía.
- Que los participantes reflexionen acerca de cómo afecta la pornografía a su sexualidad.

3.1.4. Amatoria

- Que los participantes compartan e indaguen sobre los estilos de seducción.

- Que los participantes visibilicen las diferentes formas de concebir el amor y las relaciones.
- Que los participantes identifiquen ideas preconcebidas sobre el amor romántico.
- Que los participantes analicen y reflexionen sobre los celos y como afectan.
- Que los participantes tengan una visión real de los encuentros eróticos.
- Que los participantes tengan nociones sobre la reacción orgánica ante la excitación.
- Que los participantes pongan en valor la expresión de los deseos a la hora de los encuentros eróticos.
- Que los participantes sepan comunicar lo que les gusta y lo que no.
- Que los participantes acepten y legitimen miedos, vergüenzas y la intimidad.



04

Metodología

Viviendo experiencias...

Consideramos que la participación activa mediante dinámicas, es una herramienta muy útil para trabajar los distintos conceptos y objetivos mencionados anteriormente, ya que se ha visto que es un método que permite integrar lo que se quiere transmitir de una manera más eficaz y útil para los/las participantes. Que se puedan divertir y resulte atractivo, y de forma paralela reflexionen y puedan vivir esa experiencia, ayuda a integrar los conceptos y crear mapas mentales nuevos útiles para su desarrollo.

DINÁMICA

- Toma de decisiones
- De comunicación
- Fomento de la escucha
- Reflexión en grupo
- Reflexión individual
- De discusión
- Adquisición de conceptos

Ejemplo...

Dibujar a un hombre y una mujer con sus características, para luego ponerlo en común y sacar conclusiones. Plasmamos las ideas de los participantes con respecto a este concepto, pudiendo hacerles conscientes de sus aprendizajes previos; hacemos visibles las ideas de cada uno, promovemos la escucha,

el trabajo en equipo, el diálogo y acuerdos, creando un ambiente predispuesto a incorporar nuevos conceptos así como cambios actitudinales y de pensamiento.

Aterrizando con la teoría...

Consideramos importante que se imparta una teoría, puesto que la sexología se basa en el estudio de los sexos y por lo tanto está construida con unas bases teóricas sólidas, las cuales han de transmitirse. Las explicaciones por parte del profesional así como cierta documentación, resultará útil e importante para afianzar los nuevos aprendizajes. Se consigue aterrizar y concretar lo que se ha experimentado en la dinámica, haciendo más fácil y eficaz su interiorización.

Siguiendo con el ejemplo anterior...

Tras la puesta en común de los dibujos y esa reflexión, la profesional explicará en qué consiste la intersexualidad.

La Interseccionalidad como eje...

Íntimamente relacionado con la sororidad y proyecto persona, lo acogemos en el proyecto de educación sexual bajo la justificación de que la sexología defiende la unicidad de cada individuo y el derecho a desarrollar su proyecto de vida, por lo que tener en cuenta el máximo de variables posibles, usarlas, nombrarlas y entender como interaccionan, será clave para entender y trabajar con el grupo, así como que todas las alumnas se sientan incluidas, valoradas y comprendidas.

La Interseccionalidad es...

Kimberlé Crenshaw en 1989, fenómeno por el cual cada persona sufre opresión u ostenta privilegio en base a su pertenencia a múltiples categorías sociales. Las personas estamos atravesadas por diferentes organizadores sociales: el género, etnia, clase, orientación sexual, identidad de género, diversidad funcional, procedencia, edad... que se interseccionan, creando situaciones particulares de exclusión y opresión, ubicando el foco en la propia persona.

Nuestra metodología será activa, con todos los aspectos de la persona de una manera integrable en la cuenta y anidada igualmente del constructivismo, conociendo los puntos de partida y los límites de cada persona. Finalmente el grupo será el recurso, los proyectos para alimentar se, se aprovechará de la experiencia y la reflexión de los miembros del grupo.

Métodos sexológicos no binarios

Por último, señalar si la metodología va más allá de los límites pintados, planteará reflexiones que conduzcan a retrotraer la mirada al binarismo.

Al nivel de reflexión que desea cada uno con sus procesos, ritmos y comparticiones, llegará, identificando modelos patriarcales, capitalistas y morales represivos, analizando, reflexionando, criticando y transformando.

La moral represiva nos afecta a todos y esto implica que compartimento afectivo-sexual nos mantiene estancados y limitados, desde

el nacimiento hasta el fallecimiento de toda persona, ya sea de manera emocional o sistemática. En nuestra sociedad, en cuanto a la salud o a la educación, no tenemos coeducación afectivo-sexual integrada (tal vez haya talleres y cursos puntuales AMPA) y eso en la práctica y expresa una sola cosa en el día a día: desconocimiento y miedo en las sociedades, para perpetuarse por encima del cuerpo y del ser libre del individuo. De esta forma, la actitud y el carácter en un estado aconfesional y una sociedad progresista libre o se da la institucionalización de los modelos en la moral represiva y alienada sabemos que los suprasistemas (ejemplo heteropatriarcal, capitalismo, medicina occiéntica androcentrista, andocentrismo racista, no bi fóbico...) y garantizar la plena salubridad, modelos sexuales machistas y heterocentros deberían estar en permanente debate y duda, y eso autocrítica también nos lleva a hacerlo. Identificación, análisis y crítica vital digna de todas estas cuestiones y lo planteamos desde el eje básico de una saludable, así como desde la moral también de los efectos destructivos de lo represivo y del modelo dualista exhibido: Frustración por "tener que", ansiedad hacia las personas de nuestro entorno estrechez, discriminaciones, violencia... Los sistemas de género y el trabajar los impactos desde la sexualidad feminista para construir nuestras identidades sexuales libres nos dan una oportunidad transformadora y para construir con ella una sociedad saludable. La ocasión, en la que la diversidad se presenta como un rasgo positivo y propio en las sociedades. Trabajar en esta línea, la sexualidad feminista en la vida cotidiana la normalización consiste precisamente en que el conocimiento y la naturalidad son procesos de sexuación, diversidad de identidades sexuadas y sexualidades saludables, feministas; donde extender el conocimiento individual desde los modelos dicotómicos más allá.

¿...Para quién...?

Este proyecto va destinado a la formación, información y educación, procurando amoldarse y adaptarse a cada grupo. Es por ello que acoge una gran variedad de destinatarios. Tanto las actividades como la teoría que se expone es apta y se adapta a las necesidades y demandas que se requieran.

Por último...

Queremos escuchar la voz de los participantes y que tomen parte en el proyecto, por lo que, además del sistema de evaluación que se explicará más adelante, incluimos “la urna de la voz”. Esta urna consiste en una caja con una apertura en la que los alumnos podrán ir introduciendo, de forma anónima, dudas, propuestas, observaciones, a lo largo de todos los módulos. Estas se irán leyendo en función de la profesional, preferiblemente al acabar cada módulo y se irán resolviendo en la medida que se pueda. Así, se podrán abordar temas que no se han tenido en cuenta o reforzar aquellos que igual no han quedado claros, respetando la curiosidad y la intimidad de las participantes. Junto con esto, se realizarán evaluaciones al terminar cada módulo que recogerán información en relación a los objetivos especificados anteriormente.

4.1 Estructura de las sesiones

Las dinámicas son diferentes unas de otras, en función de los temas y objetivos a tratar, sin embargo, comparten una misma estructura. Esta estructura se compone de cuatro ejes que guían todas las sesiones dándoles coherencia y cohesión además de creando un ambiente, una fluidez y consistencia a las sesiones.

(Con)Tacto

Nos referimos a acercarnos como personas a las demás estableciendo vías de comunicación más allá de lo verbal. Con el cuerpo mandamos mensaje continuamente, de forma consciente e inconsciente, por lo que conectar con nuestro cuerpo y con nuestro

tacto, sería enriquecer nuestros canales de comunicación, tanto con nosotras mismas como con las demás. Desde miradas, posturas, tocar... todo ello nos da información.

Introspección

Este término se define como la capacidad de mirar hacia el interior de uno mismo y reflexionar sobre sus acciones, pensamientos, experiencias... Se basa en ser conscientes de uno mismo y de los contenidos mentales, de una forma objetiva y sin alterar dichos pensamientos. Es una forma de ser conscientes de cómo nuestros pensamientos nos afectan, y conocernos. En este sentido, fomentar la introspección resulta clave para ser conscientes de nuestras actitudes hacia nuestro entorno y nosotras mismas con respecto a la sexualidad, y por lo tanto ser capaces de modificarlas desde la consciencia.

Comunicación

Indispensable para la relación con los demás; fomentar y dotar de herramientas para favorecer una comunicación asertiva supone un eje principal en la educación sexual, puesto que comunicar deseos, quejas o ideas de forma abierta y empática, hace de la relación con los demás algo positivo y enriquecedor.

Relajación

Relajar el cuerpo y la mente supone un acto de consciencia y de diálogo entre estos. Supone ser y estar en el ahora, por lo que practicar la relajación antes o después de alguna actividad, ayuda a recibir, retener e incorporar las experiencias. Así, desde la sexualidad, este acto toma mucha relevancia, puesto que te conecta con el ahora y con el Yo más puro, haciendo a la persona más receptiva y consciente.



3. CIRCULO DE DIMENSIONES

OBJETIVOS

- Sexo: participantes sexo, inmersión en el concepto.
- Dimensión sexual: participación de las personas pensando en la dimensión sexual.

METODOLOGIA

Reflexionar por subgrupos sobre las palabras propuestas, definiéndolas y compartiendo luego el punto de vista con el grupo. Por último, el educador o educadora reflexiona sobre una serie de preguntas y fomentará la ampliación de la percepción.

MATERIAL: anexo 1, lápices y lector de música (Para el momento de la realización de la práctica para que sea mas íntimo).

TEMPORALIZACIÓN: 90 minutos

PROCEDIMIENTO

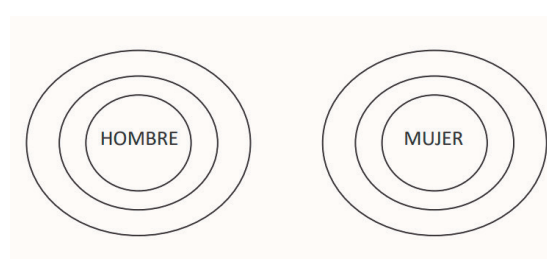
En primer lugar, para que el educador o educadora pueda activar el grupo y acceder conscientemente a los ejercicios, con la música liberará los cuerpos del grupo y pondrá en movimiento sus criterios explicando:

Primero empezaremos a caminar todos en círculo hacia el mismo lado, estirando los brazos y moviendo la cabeza hacia atrás, a un lado y a otro. Poco a poco nuestros pasos son más fuertes haremos (más sonoros) y luego pasos más sencillos (menos sonoros). Mientras caminamos en círculo, el equipo animará a los educadores a caminar como “robots” (músculos en tensión) y después viceversa (relajando los músculos). Animaremos a que se busquen con las miradas, se saluden y poco a poco vayan sintiendo sinergia a asociarse entre ellos mediante la creación de 4 subgrupos. (Este ejercicio de calentamiento y creación grupal puede durar unos 10 minutos).

INDICADORES

- Sexo: Cada uno se encuentra con su cabeza y cuerpo.
- Dimensión Sexual: Se dejan a un lado los estereotipos.
- Dimensión sexual: se ha reflexionado y se ha fundido la identidad sexual descrita.

Una vez creados los subgrupos, entregaremos 1 ficha técnica a cada grupo. Teniendo una: mujer/hombre. Cada palabra estará dentro de un círculo y éste otro dentro de dos círculos más grandes a la vez. En la primera dimensión de la palabra (hacia fuera), nos vienen en torno a hombre, mujer, femenino o masculino. Escribiremos los primeros pensamientos intuitivos (5-8 rasgos). Una vez rellenados los dos primeros y releendo los escritos a los compañeros. Hablaremos de otras características o ideas en el último círculo (más allá de la palabra central En el círculo existente) alumna el que las vaya leyendo en alto y seguir la misma dinámica.



Para que el educador/a explique el ejercicio y lo trabaje por subgrupos se dispone de 20 minutos. Una vez organizado, se pide a cada subgrupo que cree una definición sobre su palabra. Decimos (palabras que han escrito a su alrededor a través de la definición o recuperando) (10 min).

Es el momento de compartir ideas sobre las palabras. El educador o educadora saca a cada subgrupo que explicará las palabras, ofrecerá una definición y pondrá una re-