

OBJECTIUS

- Reconèixer tot el cos com a font de plaer.
- Compartir diferents estratègies para comunicar-nos amb les nostres parelles sexuals i expressar emocions, dubtes, desitjos, etc.

PERSONES DESTINATÀRIES

Nois cis de 12 a 17 anys.

MATERIAL

Pissarra (com a alternativa es pot utilitzar paleògraf), paper marró (d'embalar), gomets de colors o retoladors de colors, ordinador, projector, connexió a internet, so, material per a avaluar (post-it, bolígraf).

CONCEPTES CLAU

- Plaer
- Diversitat (sexual, de gènere, corporal)
- Comunicació
- Masturbació

ORGASME A LES 12h

Plaers i comunicació

DESENVOLUPAMENT DE L'ACTIVITAT

ACTIVITAT 1

Expliquem i pactem les normes de l'espai: respecte, escolta, confidencialitat, no judici. És important tenir en compte que el pacte funciona en tots els sentits: entre joves; de joves cap a la persona referent; però també d'aquesta persona cap a joves. Per exemple, seria especialment contraproductiu que el grup o una persona es senti jutjada per la persona referent.

Informem que assenyalarem aquelles actituds que considerem que poden fer mal o incomodar. Recordem que, quan fem això, assenyalem com no vàlida en aquest espai una actitud determinada però no a la persona: "aquesta actitud no és benvinguda en aquest espai, però tu sí".

Si el grup mostra actituds masclistes i lgtbifòbiques hem assenyalat-ho. Les estratègies per assenyalat i frenar aquestes actituds poden ser diverses en funció del moment, la relació amb el/la jove i/o el tipus de comentari. I poden anar des de girar el comentari amb humor, oferir arguments per la reflexió, frenar amb contundència i continuar l'activitat per després fer una intervenció individual, expulsió de la persona o persones del grup, etc. La persona referent de l'activitat valorarà què fer i com, però és important que els comentaris masclistes i lgtbifòbics tinguin algun tipus de resposta.

Expliquem que en aquesta activitat parlarem sobre el plaer.

Agafarem dos papers d'embalar i farem dues siluetes (una persona del grup s'estira sobre el paper i una altra repassa la silueta). En una silueta posarem JO i a l'altre, PARELLES SEXUALS. Si veiem que és complicat fer-ho en grup podem repartir dos fulls amb les siluetes dibuixades i retoladors perquè ho puguin fer l'activitat de forma individual. Després, només qui vulgui compartirà el que ha fet.

Respecte les siluetes de PARELLES SEXUALS, és important no donar per fet l'heterosexualitat de les persones participants. A més, aquestes siluetes poden ser nois o noies cis o trans. Pot ser que els nois sempre parlin de noies cis i les noies de nois cis, però nosaltres hem d'anomenar sempre la diversitat sexual i de gènere.

Per altra banda, és possible que hi hagin participants que han tingut experiències sexuals amb altres persones i d'altres que no. Tenir experiències sexuals dona rang especialment als nois, així que la persona referent haurà d'estar atenta per poder frenar amb tacte i sense judici els discursos que pretenen escalar en aquest rang i que poden fer sentir malament a les persones que no han tingut experiències sexuals amb altres persones.

Posarem sobre la taula adhesius de diferents colors (gomets) i demanarem que amb els gomets marquin a la figura del JO quines zones del seu cos són més sensibles al PLAER. A la silueta de PARELLA SEXUAL marcaran aquelles zones que creuen que són més sensibles en persones amb qui compartirien la seva sexualitat. Recordar que podem col·locar els gomets tenint en compte les experiències que hem tingut, allò que ens han explicat o allò que imaginem.

Un cop acabat aquest exercici, passejarem per les siluetes i anirem anomenant totes les zones que han sortit. Destacarem el fet que, malgrat que sovint relacionem el plaer amb la genitalitat, en realitat podem sentir el plaer per tot el cos. Destacarem també que la sensibilitat en el cos per experimentar plaer depèn de cada persona i també es variable en una mateixa persona (potser que un dia m'agradi molt que em xiuxieugin a l'orella, però un altre dia no em ve de gust, o bé, amb una persona m'agrada però amb una altra no), per això és tan important preguntar a les persones amb qui estem si tenen zones en el cos o pràctiques sexuals preferides i com volen que les estimulem.

ACTIVITAT 2

Preguntem si és fàcil parlar durant les relacions sexuals i preguntar a l'altra persona com li agrada que la toquin i a on li agrada. De vegades, quan no tenim molt clar com fer amb una pràctica sexual, busquem informació preguntant a les nostres amistats, fent cerques a google, llegint llibres, etc.

Dividim el grup en grups de 3-4 persones. Expliquem que anem a veure un tros d'un capítol de *Sex Education* on el protagonista ha buscat informació en un llibre sobre com masturbar a la seva parella (noia cis). En el llibre llegeix que una vulva s'ha d'estimular resseguint amb els dits el sentit de les agulles del rellotge (dits a les 12, 3h, 6h, 9h). Demanarem que mirin el vídeo i després en petits grups respondran algunes preguntes.

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

- Com es sent el protagonista?
- Com es sent la seva parella?
- S'ho han passat bé?
- Creieu que noia ha sentit plaer? Ha tingut un orgasme?
- Què faríeu per millorar aquesta relació sexual?

Es possible que veient el vídeo riguin del protagonista. Saber sobre sexualitat és un mandat de la masculinitat i, en aquest sentit, els nois solen aparentar que ho saben tot, que no tenen dubtes i que són molt experts en aquest àmbit. Amb tacte i sense jutjar aquestes actituds, parlarem sobre el fet de que és impossible saber de tot i que cada persona és un món, per tant, encara que sàpigues molt sobre les zones de plaer d'una persona i del que li agrada, quan canvis de parella sexual allò que saps pot no servir.

És important intentar garantir un espai segur perquè les persones que participen és relaxin i puguin expressar dubtes sobre aquest tema. El protagonista de la sèrie està perdut i aquesta sensació de "no saber" com tocar el cos d'una altra persona és una sensació molt habitual i, si ens parem a pensar, no ens hauria d'estranyar que fos així.

Creure que saps de tot, fins i tot de com donar plaer a un cos que no és el teu sense preguntar, és una creença que dificulta la comunicació i connexió amb l'altra persona i, per tant, limita el plaer.

La masculinitat hegemònica té limitacions molt importants pel que fa al desenvolupament emocional. És important no ridiculitzar als nois quan intenten amagar aquestes limitacions a partir de performar una seguretat que des de fora veiem que fa aigües per tot arreu. L'home que els hi han dit que han de ser no existeix, és impossible. Per tant, cal rescatar aquelles parts d'ells mateixos que han amagat (perquè treure-les implica rebre una penalització social): dir que no saps, mostrar-te insegur, plorar, parlar dels teus sentiments, mostrar-te afectuós amb un amic, etc. És important fer visible aquestes parts amagades encara que els nois no les treguin. Si el grup no és un espai segur, mostrar el que "no pot ser un home" implicarà rebre crítiques, bromes i riures per part dels seus companys. Una estratègia per evitar aquesta situació és que la persona referent sigui que s'exposa i parli sobre experiències de la seva vida o de les vides d'altres homes que coneix.

Per altra banda, caldria profunditzar en el fet de que la noia ha fingit sentir plaer i tenir un orgasme. Quan les noies fingeixen solen fer-ho per dos motius:

- Perquè els hi sap greu que l'altra persona se senti malament. Els hi sap greu dir que "no ho estant fent bé" i, per tant, fer evident que no s'està complint amb el mandat de gènere de la masculinitat.

- Perquè dir allò que t'agrada i allò que no, implica conèixer el teu propi cos, tenir una sexualitat autònoma i decidir sobre el teu propi plaer. Fer evident això és trencar amb aquells mandats de la feminitats que porten implícita la idea de els cossos i la sexualitat de les dones no els hi pertany.

Per tal de seguir aquests mandats, els nois callen les seves inseguretats i dubtes i les noies molt sovint renuncien al plaer en les seves relacions sexuals. Aquesta activitat té l'objectiu de visibilitzar això i oferir una eina per gaudir més i sentir-nos més connectats i connectades en les nostres relacions sexuals: transgredir uns mandats de gènere que ens limiten i ens fan mal, i començar a parlar, preguntar i comunicar-nos de forma sincera en les nostres relacions sexuals!

Finalitzarem l'activitat amb una valoració de la mateixa. Podem fer una roda on cada participant digui què s'emporta del que hem treballat o bé, que ho escriguin en un paper de forma anònima.

CRONOGRAMA

ACTIVITAT	TEMPS
Presentació de l'activitat	10 min.
Vídeo + treball en grup petit	15 min
Reflexió conjunta grup gran	20 min.
Avaluació	5 min.