

GRADOS DE INTIMIDAD

Actividad adaptada por Elan Intercultural
a partir de los recursos existentes (ver en referencias)



RESUMEN

Explorar cómo las identidades sociales pueden afectar a la forma en que las personas pueden experimentar la intimidad.

CONTEXTO DE APRENDIZAJE

Esta actividad puede realizarse online, offline con distanciamiento social y offline con contacto físico.

DURACIÓN

45-60 minutos



PARTICIPANTES

Adaptable a cualquier número de participantes



MATERIALES

Preparar las "tarjetas de la escala de intimidad": unas 10 frases de manifestaciones de intimidad impresas, una frase por papel

Papeles vacíos donde las personas participantes pueden escribir sus propias frases sobre la intimidad

Bolígrafos / rotuladores para escribir



OBJETIVOS

- Desarrollar definiciones subjetivas de la intimidad
- Exploración de posibles solapamientos para encontrar una definición consensuada



GRADOS DE INTIMIDAD



INSTRUCCIONES PASO A PASO



1. Cree grupos de 3 personas. Ofréceles unas 10 "tarjetas de escala de intimidad" y unas cuantas tarjetas vacías.
2. Invítalos a utilizar las tarjetas vacías para escribir 1 ó 2 frases que reflejen sus formas o momentos o situaciones de intimidad.
3. Díales que lean todas las tarjetas (en silencio) y que piensen individualmente en lo que considerarían "más íntimo" y "menos íntimo". Asegúrate de que las participantes entienden que no hay respuestas correctas o incorrectas. El ejercicio es subjetivo; una respuesta es "correcta" en la medida en que la encuentren auténtica para ellas mismas.
4. Invítalos a compartir en el pequeño grupo y a ver si pueden ordenar las tarjetas según los grados de intimidad: empezando por el menos hasta el más íntimo.
5. Ahora pide a los grupos que creen su propia definición de intimidad.
6. Invite a cada grupo a elegir un portavoz para que comparta las dos cartas más y las dos menos íntimas de la escala de su grupo y explique su elección.
7. En una segunda ronda plenaria, ponga en común las definiciones que han propuesto los pequeños grupos. Comprueba si hay una definición que todo el mundo puedan aceptar como definición de trabajo.



*Algunos ejemplos de frases de tarjetas:

- Ir a un restaurante
- Compartir sus creencias y opiniones personales
- Tocar el brazo de tu pareja
- Besar a tu pareja
- Enviarse mensajes todos los días
- Hablar durante el sexo
- Compartir tus sentimientos
- Abrazar a tu pareja
- Cogerse de la mano con tu pareja en público

GRADOS DE INTIMIDAD



- Decir lo que te gusta y lo que no te gusta (sexualmente)
- Presentar a tu pareja a tu familia y/o amigos
- Hablar de sus padres / familia
- Tener un conflicto con tu pareja
- Compartir tus sueños, necesidades y deseos
- Hablar de fantasías sexuales
- Hablar de las enfermedades de transmisión sexual
- Hablar de anticoncepción
- Aparecer en ropa interior
- Enviarse mensajes eróticos
- Besarse y acariciarse
- Besar a tu pareja en el cuello



DEBATE Y PRESENTACIÓN DE INFORMES



Utiliza la actividad para reconocer la diversidad de nuestras experiencias de intimidad: algunas situaciones son íntimas para algunas personas, pero no lo son en absoluto para otras personas. Explora las consecuencias de esta observación en los encuentros íntimos: ¿qué sucede si dos personas con diferentes expectativas y representaciones de la intimidad intentan intimar?

Reflexiona sobre la identidad social: ¿hasta qué punto nuestras identidades determinan cómo experimentamos la intimidad? Invita a las participantes a pensar en algunos ejemplos posibles, basados en su propia experiencia.

GRADOS DE INTIMIDAD



ESTA ACTIVIDAD EN LÍNEA



Esta actividad se puede realizar en línea, haciendo pequeños grupos (3 participantes en un grupo) y utilizando Jamboards (cada grupo tiene un Jamboard diferente para trabajar) para escribir frases de intimidad en Post-its y calificar la "escala de intimidad".

TEORÍA Y REFERENCIAS



Para crear esta actividad, hemos utilizado dos fuentes:

- <https://teachingsexualhealth.ca/app/uploads/sites/4/2017-CALM-Consent-1-French.pdf>
- http://rse.fpv.org.au/wp-content/uploads/2015/06/Activity-7-8_8.2.pdf