

## TINC UNA AMIGA QUE DIU QUE LI AGRADES. MANERES DE LLIGAR... TOT S'HI VAL?

Parlarem de tots aquells estereotips i desigualtats de gènere que s'activen en el moment de lligar. Reflexionarem sobre les emocions que es posen en joc i sobre quin tipus de relacions volem construir, fomentant unes relacions afectives i sexuals sones i unes habilitats comunicatives que ens permetin relacionar-nos lliurement.

### OBJECTIUS:

Conèixer el context social de partida basat en les desigualtats de gènere.

Identificar els diferents estereotips de gènere que s'activen a l'hora de lligar.

Saber apreciar les relacions sexuals o afectives que es basen en el creixement personal, l'enriquiment mutu i el respecte a la identitat i l'autonomia de l'altra.

Conèixer les habilitats de comunicació que ajuden a prevenir l'adopció de rols estereotipats en las relacions sexuals o afectives.

### CONTINGUTS:

Què és lligar? Anàlisi de maneres de lligar estereotipades.

Autoestima i deconstrucció dels cànons de bellesa.

El llenguatge emocional i la comunicació assertiva.

Els límits personals. Saber dir no.

### METODOLOGIA:

Utilitzem la tècnica del taller com a metodologia participativa per crear un espai educatiu d'intercanvi i aprenentatge col·lectiu. Les activitats del taller aniran a càrrec de dues educadores. Utilitzem suport audiovisual com a reforç de les dinàmiques proposades per tal d'analitzar els referents actuals dels i de les joves.

**PERSONES DESTINATÀRIES:** Joves entre 12 i 20 anys.

**DURADA:** 2 hores

**EQUIPAMENT NECESSARI:** Aula amb pissarra i ordinador amb canó, so i connexió a Internet.

Associació Candela  
C/Vall d'Ordesa, 12 baixos  
Barcelona  
Tlf: 93 1797092  
NIF: G63508410  
info@candela.cat  
www.candela.cat

Candela