

Documents

## PARLEM CLAR

Prevenió de l'HIV/SIDA a l'escola  
secundària postobligatòria

*Aula*





**PARLEM CLAR**

**Prevenió de l'HIV/SIDA  
a l'escola secundària postobligatòria**

**Aula**

Associació  
**CEPS**  
Associació per a la Prevenió  
i la Promoció de la Salut

**C S B** Consorci Sanitari  
de Barcelona

 **Agència  
de Salut Pública**

Edita: Agència de Salut Pública de Barcelona  
2a edició: Barcelona, novembre 2003  
Tiratge: 200 exemplars  
D.L.: B-xx.xxx-03  
Producció gràfica: Primer Segona Edicions

# **Prevenió de l'HIV/SIDA a l'escola secundària postobligatòria**

Autores

**Olga Juárez  
Elia Díez**

Agència de Salut Pública de Barcelona

**Assessor**

Francesc Villamarín  
Facultat de Psicologia. Universitat Autònoma de Barcelona

Novembre 2003

El desenvolupament inicial d'aquest programa va ser finançat parcialment per:  
Sector de Serveis Personals de l'Ajuntament de Barcelona.  
Fundación para la Investigación y la Prevención del Sida en España.  
Ministerio de Sanidad y Consumo



## **Agraïments**

Carles Ariza

Manuela Ballestín

Xavier Costa

Lourdes Egea

Susanna Fernández

Enrique Muñoz

Manel Nebot

Sara Valmajor

Joan Ramon Villalbí

Equip administratiu del Servei de Promoció de la Salut, IMS.

Tècnics de gestió i Equips de Salut Territorial dels districtes de Barcelona.

Als joves que van participar de forma voluntària en els grups focals



## Índex

<b>1. Introducció</b> .....	9
<b>2. Accions a l'aula</b> .....	11
Objectius	
Aspectes que es treballen en el material	
Sessions	
Metodologia	
Marc teòric	
<b>3. Suport per dur a terme el programa</b> .....	13
<b>4. Material didàctic per a les accions a l'aula</b> .....	15
Sessió 1 .....	17
Activitat 1 .....	21
Activitat 2 .....	33
Sessió 2 .....	49
Activitat 3 .....	53
Activitat 4 .....	57



## Introducció

La gravetat dels problemes físics, psicològics i socials que comporta la infecció pel virus de la sida fa necessari que es prenguin mesures efectives de tipus preventiu. La inexistència d'una vacuna i d'un tractament eficaços fan de l'educació l'instrument clau per evitar que el nombre de persones infectades augmenti.

Tot i que la incidència de la sida a Espanya decreix en els últims anys, el país continua sent un dels capdavanters europeus en nombre d'afectats. De fet, el descens del nombre de malalts de sida és degut a l'allargament del període d'incubació a causa del tractament antiretroviral combinat. El tractament mediàtic ha propiciat la percepció social errònia de què es tracta d'un problema resolt, i, lluny d'això, la infecció és encara molt important en el nostre medi, especialment entre adolescents i adults joves. Es calcula que en aquests moments hi ha a Catalunya al voltant de 35.000 persones infectades.

Les pràctiques associades a la infecció per l'HIV són ben conegudes. Després de la eclosió de la infecció entre addictes a drogues per via injectada deguda al fet de compartir material, l'atenció es concentra en la transmissió sexual. Les actuacions preventives en aquesta via no només són fonamentals per combatre la sida, sinó també per evitar embarassos no desitjats, avortaments i malalties de transmissió sexual.

A Barcelona, segons l'enquesta FRESC, feta el 1996, un 16% dels joves de 4rt d'ESO (16 anys), afirmava haver mantingut relacions sexuals amb penetració. Segons aquest estudi, els nois comencen més aviat que les noies aquest tipus de relacions, però, un cop començades, les noies les mantenen de forma més estable. El mètode contraceptiu més utilitzat pels joves que han iniciat les relacions amb penetració és el preservatiu, fet servir pel 88%, tot i que només un 77,4% dels joves sexualment actius afirma utilitzar-lo sempre o gairebé sempre.

D'acord amb les recomanacions de l'OMS i diverses revisions de la bibliografia específica, les intervencions dirigides a reduir les pràctiques sexuals de risc dels joves han de complir una sèrie de criteris per tal de garantir la seva qualitat:

- Ser desenvolupades, sempre que sigui possible, després de proporcionar als joves una educació afectiva i sexual.
- Estar basades en models teòrics de canvi de conducta, d'eficàcia demostrada a l'àmbit de la prevenció de la sida entre joves.
- Tenir una durada mínima de quatre hores, separades entre si.
- Utilitzar tècniques d'aprenentatge dinàmiques.
- Ser desenvolupades per persones que habitualment estiguin en contacte amb els joves (professors, educadors, altres joves), amb formació prèvia.
- Partir de les necessitats i interessos dels propis joves.

Podem trobar al nostre abast diferents programes preventius de les conductes de risc sexual dels joves, però no tots compleixen aquests criteris, i la majoria no estan avaluats. Parlem clar, parteix d'aquests criteris i afavoreix la participació activa dels joves en el desenvolupament de les activitats. Els objectius són la prevenció de les pràctiques de risc que condueixen a la infecció per l'HIV per via sexual, a l'embaràs no desitjat i a d'altres malalties de transmissió sexual.

Per aconseguir els objectius plantejats es proposen, en primer lloc, accions per desenvolupar a l'aula. Per tal d'augmentar la seva efectivitat, aquestes accions es complementen amb un ventall d'accions a aplicar a l'entorn escolar.

Les accions per desenvolupar a l'aula són comuns a tots els centres escolars, però, en canvi, cada centre pot seleccionar les accions d'entorn més adients, tenint en compte les possibilitats i característiques del propi centre, del professorat i dels adolescents.

Les accions centrades en la prevenció no avancen el moment de l'inici de les relacions sexuals ni les incrementa en freqüència, d'acord amb informes concloents de l'OMS i l'experiència de l'avaluació del programa PRESSEC a Barcelona. De fet, les activitats preventives aconseguixen incrementar l'ús del preservatiu entre aquells adolescents que ja tenen relacions sexuals i també entre els que mai no n'han mantingut, emprant preservatius ja des de la primera vegada.

## 2. Accions a l'aula:

### Objectius:

Per al professorat:

- Facilitar un material que li permeti desenvolupar una intervenció a l'aula que redueixi les conductes sexuals de risc dels alumnes.
- Proporcionar una intervenció compartida, que redueixi la percepció del professorat de ser l'únic responsable del desenvolupament de programes preventius.

Per a l'alumnat:

- Reduir el risc d'un embaràs no desitjat.
- Reduir el risc d'infectar-se per una malaltia de transmissió sexual, inclosa la sida.
- Incrementar la participació dels joves en el desenvolupament de programes preventius.
- Incrementar la percepció dels joves de ser també responsables dels programes centrats en la prevenció.

### Aspectes que treballa el material:

Mitjançant les activitats suggerides es poden treballar els aspectes següents: informació bàsica sobre transmissió i prevenció de la infecció per l'HIV; percepció de risc en relació a la infecció per l'HIV; eines indispensables per afrontar situacions difícils; percepció de les opinions i conductes dels joves i les joves respecte l'ús del preservatiu; entrenament en habilitats de comunicació (negociació de l'ús del preservatiu amb la parella i rebuig de relacions sexuals no protegides)

### Sessions:

Les accions a l'aula que proposem s'estructuren en dues sessions:

#### 1a sessió: (desenvolupada pel professor/a)

Formada per dues activitats: 'El joc de les targes' i 'Et convenceré...'

Aquestes activitats se centren en la informació sobre la transmissió i la prevenció de la infecció per l'HIV, la percepció del risc i en les eines per afrontar situacions difícils.

#### 2a sessió: (desenvolupada pels joves educadors/es)

Formada per dues activitats: 'El joc del segle' i 'Tots a escena'.

Aquestes activitats es centren en la percepció de les opinions i conductes dels joves respecte l'ús del preservatiu i en l'entrenament en habilitats de comunicació (negociació de l'ús del preservatiu amb la parella i rebuig de relacions sexuals no protegides).

### Metodologia:

Aquest material presenta activitats molt dinàmiques per tal de motivar els joves.

El temps necessari per a l'aplicació del material oscil·la entre 4-5 hores dividides en dues sessions. Una dinamitzada per el /la docent i l'altra pels joves.

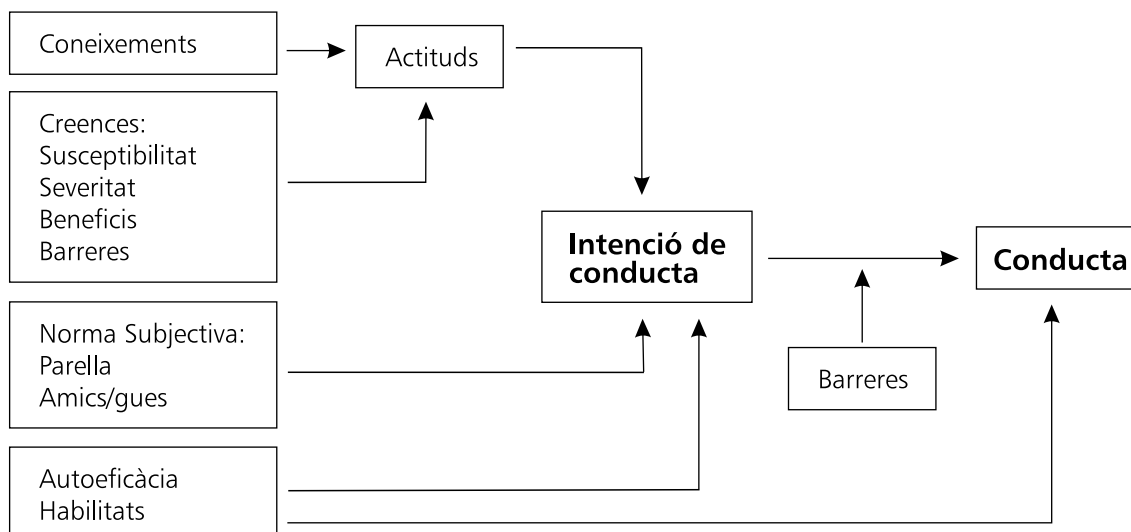
**Marc teòric:**

El programa s’ha desenvolupat segons un model teòric socio-cognitiu que considera que el determinant més proper a la conducta d’una persona és la intenció de conducta i que aquesta està determinada pels següents aspectes:

- Les actituds: que venen determinades pels coneixements i les creences (susceptibilitat, severitat, beneficis i barreres percebudes) que té la persona.
- La norma subjectiva: el que la persona percep que pensen o fan les persones importants per a ella. En el cas, de la conducta sexual, la parella és la persona que més pot influir, seguida dels amics o amigues.
- L’autoeficàcia: la percepció dels joves de ser capaços de fer allò que és necessari per tal de dur a terme amb èxit la conducta preventiva.
- Les habilitats, sobre tot les de tipus social, necessàries per dur a terme la conducta preventiva.

Per altra banda, entre la intenció de conducta i la conducta final poden aparèixer algunes dificultats que, si no son treballades amb els alumnes, poden provocar que finalment no es doni la conducta preventiva desitjada.

El model del qual parlem pot esquematitzar-se de la següent manera:



## **Suport per dur a terme el programa**

- **Servei de Promoció de la Salut**  
**Institut Municipal de Salut Pública**  
Pl. Lesseps, 1  
Tel. 93 238 45 45 i fax 93 217 31 97  
ediez@imsb.bcn.es
  
- **Associació CEPS. Associació per a la Prevenció i la Promoció de la Salut**  
C. Dr. Santponç, 60  
08030 Barcelona  
Tel. 93 345 60 48 / 93 346 70 56 i fax 93 346 25 15  
ceps@prometeo.es
  
- **Equips de Salut Territorial dels districtes:**
  - **EST Ciutat Vella.** C Erasme Janer, 8. Tel. 93 329 62 04
  - **EST Eixample.** C Aragó, 311. Tel. 93 291 62 80
  - **EST Sants-Montjuïc.** C Creu Coberta, 104. Tel. 93 291 63 85
  - **EST Les Corts.** C Masferrer, 29. Tel. 93 291 64 84
  - **EST Sarrià-Sant Gervasi.** C Salvador Mundi, 6. Tel. 93 291 65 41
  - **EST Gràcia.** Pl. Rius i Taulet, 6. Tel. 93 291 66 79
  - **EST Horta-Guinardó**  
Pl. Santes Creus, 8. Tel. 93 358 81 00  
C. Santuaris, 27. Tel. 93 429 0809
  - **EST Nou Barris.** C. Juan Ramón Jiménez, 4-6. Tel. 93 274 91 56
  - **EST Sant Andreu.** C. Juan de Garay, 116. Tel. 93 243 17 22
  - **EST Sant Martí**  
C. Selva de Mar, 215. Tel. 93 308 68 03  
Gran Via, 837 (C. Cívic 'La Farinera del Clot'). Tel. 93 291 80 80  
C. Pallars, 277 (C. Cívic 'Can Felipa'). Tel. 93 266 44 41  
Rambla Prim, 85-87. Tel. 93 266 39 36



## **4. MATERIAL DIDÀCTIC PER A LES ACCIONS A L'AULA**



# **SESSIÓ 1**

**Dinamitzada pel professorat**



## **SESSIÓ 1**

### **Qui ha de desenvolupar-la?**

El professor/a

### **Quines activitats s'hi suggereixen?**

**Activitat 1:** 'El joc de les targetes'

**Activitat 2:** 'Et convenceré...'

### **Què treballa cada activitat?**

#### **'El joc de les targetes':**

Aquesta activitat permet introduir, mitjançant una activitat entretinguda, el treball dels coneixements bàsics sobre la transmissió i la prevenció de la infecció per l'HIV, d'altres malalties de transmissió sexual i la prevenció dels embarassos no desitjats. Per altra banda, afavoreix la reflexió dels joves sobre el risc d'infectar-se quan un manté pràctiques de risc.

#### **'Et convenceré':**

L'activitat proporciona eines als joves per tal que puguin afrontar amb èxit situacions que poden implicar pràctiques de risc per a la seva salut.

### **Quan temps dura cada activitat?**

Encara que dependrà de les característiques del grup de joves amb el qual es treballi, cada activitat es pot dur a terme en una hora aproximadament.



## ACTIVITAT 1

### Activitat:

'Joc de les targes'. Activitat adaptada del material 'V.O. para todos los públicos. Sexo seguro', del Programa educativo de prevención de la infección por el HIV/sida del Gobierno Vasco. 1995.

### Objectius:

1. Incrementar el nivell de coneixements dels joves en relació a la transmissió i la prevenció de la infecció per l'HIV, d'altres malalties de transmissió sexual i la prevenció de l'embaràs no desitjat.
2. Afavorir la reflexió sobre el risc d'infectar-se per l'HIV amb pràctiques de risc.

### Objectius específics:

- Conèixer:
  - Què és la sida
  - Estat actual de l'epidèmia (devallada o no de la infecció per l'HIV i la sida).
  - Els fluids de l'organisme capaços de transmetre la infecció per l'HIV i els que no són capaços de transmetre la infecció.
  - Les condicions imprescindibles per a que pugui haver contagi.
  - Les vies de transmissió de la infecció per l'HIV.
  - Com no es pot transmetre la infecció per l'HIV.
  - Les diferències i similituds entre una persona infectada per l'HIV i una persona malalta de sida.
  - Tractaments mèdics i farmacològics per a l'HIV i la sida.
  - Les estratègies per prevenir la infecció per l'HIV, d'altres MTS i l'embaràs no desitjat.
  - Identificar si un mateix ha fet alguna vegada pràctiques de risc.

### Duració de l'activitat:

1 hora aproximadament.

### Orientacions didàctiques:

Aquesta activitat està centrada principalment en la susceptibilitat (risc percebut respecte a infectar-se per l'HIV o d'altres MTS) i facilita el treball dels coneixements sobre la transmissió i la prevenció de les malalties de transmissió sexual, inclosa la sida, i també sobre la prevenció de l'embaràs no desitjat.

Per fer aquesta activitat és necessari que el professorat tingui a la classe un còmplice (podria ser el/la jove educador/a) o bé que ell/ella mateixa s'impliqui a l'activitat i jugui amb els/les alumnes. En l'activitat plantejada algú ha de representar el paper d'una persona infectada per una MTS o per l'HIV. Aquest rol ve marcat a la tarja per la lletra E i aquesta tarja no es pot donar a l'atzar, només la pot tenir el propi docent o el còmplice.

Com distribuir les lletres segons el nombre d'alumnes: (Cada participant ha de tenir una tarja). Col·locar la lletra, de forma discreta, en la part posterior de la tarja.

Una amb la lletra E (persona infectat/infectada per una MTS o per la infecció per l'HIV).

Un 25% amb la lletra C (han tingut relacions sexuals amb penetració però utilitzant preservatiu).

Un 50% amb la lletra O (han tingut relacions sexuals sense penetració).

La resta amb la lletra N (no han pres cap mesura de protecció).

És molt important recordar, abans i després de fer l'activitat, que es tracta d'un joc, una manera de provocar la reflexió i treballar certs aspectes d'interès.

*Orientacions didàctiques (continuació):*



**ACTIVITAT: 'Joc de les targetes'**

**QUINA INFORMACIÓ IMPORTANT SOBRE LA INFECCIÓ PER L'HIV PENSES QUE ENCARA NO TENEN TOTS ELS JOVES?**

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_

**QUÈ ÉS LA SIDA?**

<b>S</b>	<b>Síndrome</b>	Conjunt de símptomes que caracteritzen una malaltia
<b>I</b>	<b>Immuno</b>	Relacionat amb el sistema de defensa de l'organisme humà
<b>D</b>	<b>Deficiència</b>	El sistema de defensa es deteriora
<b>A</b>	<b>Adquirida</b>	Provocat per un virus, extern a l'organisme, l'VIH

**Quins son els països amb més casos de sida a Europa?**

Fins el 1999 Espanya ha estat sempre el país amb més casos nous i acumulats d'Europa. Des del 1999 Portugal passa davant i Espanya al segon lloc. Mireu les webs del Centre Europeu de Vigilància Epidemiològica de la Sida, ([www.eurohiv.org](http://www.eurohiv.org)) de l'OMS, ([www.who.ch](http://www.who.ch)) del Centre de Prevenció de les Malalties dels Estats Units, ([www.cdc.gov](http://www.cdc.gov)) i del Ministeri de Sanitat i Consum ([www.msc.es](http://www.msc.es))

**La sida augmenta o decreix a Espanya, Catalunya i Barcelona?**

Des del 1981 la sida ha anat augmentant, i des del 1996 decreix. El tractament amb antiretrovirals combinats ha permès allargar el temps entre la infecció per l'HIV/sida i el desenvolupament complet de la malaltia. Això no vol dir que hi hagi menys infectats.

**El nombre d'infectats per l'HIV/sida augmenta o disminueix a Catalunya?**

No se sap perquè fins ara no hi ha hagut registre d'infeccions. Es calcula que a Catalunya hi ha al voltant de 35.000 persones infectades (que també poden infectar).

**Els tractaments curen la sida?**

No. Els tractaments antiretrovirals actuals no permeten assegurar l'eradicació de l'HIV a l'organisme. Redueixen la càrrega viral, poden millorar la immunitat del pacient i en general augmenten la supervivència. Els tractaments segueixen tres línies: reduir l'HIV a l'organisme (tractaments antiretrovirals), prevenir o tractar les infeccions que afecten als malalts immunodeprimits per l'HIV/sida (com la tuberculosi) i potenciar el sistema immunitari.

**Tenen efectes indesitjables?**

Múltiples. Erupcions a la pell, vòmits i diarrea, hepatitis, alteracions dels greixos corporals, alteracions neurològiques, diabetis...

El tractament actual presenta importants problemes: els efectes indesitjables, la dificultat de prendre molts medicaments a diferents hores, la perspectiva de prendre medicació de forma crònica, les resistències als tractaments i l'altíssim cost econòmic.

**Diferències i similituds entre una persona infectada per l'HIV i una persona malalta de sida**

<b>Persona infectada per l'HIV</b>	<b>Persona malalta de sida</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>• No presenta símptomes</li><li>• Pot trobar-se perfectament de salut i tenir un aspecte saludable</li><li>• Pot o no desenvolupar la malaltia</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Presenta símptomes</li><li>• Anèmia, cansament, diarrea, pèrdua de pes, augment possibilitat de contagi pels fluids d'una persona infectada per l'HIV</li></ul>
<p><b>Però ambdós:</b></p> <p><b>Són seropositius, estan infectats per l'HIV.</b></p> <p><b>Poden transmetre el virus de la sida</b></p>	

**Possibilitat de contagi pels fluids d'una persona infectada per l'HIV**

<b>Fluid de l'organisme</b>	
<b>Capaç de contagiar</b>	1. Sang 2. Semen 3. Fluix vaginal 4. Llet materna
<b>Incapaç de contagiar</b>	Saliva Suor Llagrimes Altres

<b>Condicions imprescindibles per a que hi hagi contagi</b>	
<b>Fluids capaços de contagiar</b>	Sang Semen Fluix vaginal Llet materna
<b>Porta d'entrada a l'organisme</b>	Ferides Lesions

Quines són les vies de transmissió?

Via	Conductes de risc
<b>Sanguínia</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Intercanvi de xeringues i estris d'injecció</li> <li>• Ús compartit d'altres instruments com ara raspall de dents, tisoires, fulla d'afaitar, estris per tatuatges, piercings, etc.</li> </ul>
<b>Sexual</b>	<p>Relacions sexuals amb penetració sense preservatiu:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Penetració anal</li> <li>2. Penetració vaginal</li> <li>3. Penetració oral</li> </ol>
<b>Mare fill</b>	<p>Risc durant:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. L'embaràs</li> <li>2. El part</li> <li>3. La lactància</li> </ol>

**Així no es transmet el virus de la sida**

Mosquits	Animals domèstics	Menjar	Beguda o cafè als bars o restaurants
Plats, coberts, gots, etc.	W.C	Font pública	Diners en un banc
Telèfon públic	Cinema	Piscina	Gimnàs
Lloc de treball	Rebre amics	Visitar hospital	Anar al metge
A l'escola	Metro, bus, cotxe	Estreta de mans	Petons



**Els preservatius en la prevenció de la infecció per l'HIV, d'altres malalties de transmissió sexual i de l'embaràs no desitjat**

- Els preservatius són el mètode preventiu més recomanable per als joves.
- Només es trenca un 2% dels preservatius, i gairebé sempre es deu a una utilització incorrecta: es trenca si s'utilitzen lubricants amb greixos, es poden trencar amb ungles o dents o si es guarden al sol o en un lloc massa calent.
- Per fer servir bé un preservatiu:
  - mirar la data de caducitat
  - un de nou a cada penetració
  - deixar un espai a la punta
  - des de l'inici de l'erecció al final del coit
  - el millor lubricant és la saliva
  - aguantar-lo per la base del penis en separar-se de la parella per evitar que llisqui



## ACTIVITAT 2

### Situació 1:

'El cas d'en Carles'. Adaptat de la 'Guía de salud y desarrollo personal para trabajar con adolescentes'. Departamento de Educación y Cultura. Gobierno de Navarra. 1995.

### Situació 2:

'El cas de la Maria'. Adaptat del Programa 'PRESSEC'. Programa de Prevenció de la Sida a l'Escola Secundària. Centre d'Estudis per a la Prevenció i la Salut i Ajuntament de Barcelona, 1995.

### Objectius:

1. Identificar aquells elements de la comunicació que poden ajudar a una persona a afrontar situacions difícils.

### Objectius específics:

- Identificar l'estil de comunicació que pot facilitar la consecució dels objectius quan volem negociar amb una altra persona o quan volem rebutjar certes situacions o conductes concretes.
- Identificar les característiques del llenguatge verbal i del llenguatge no verbal que ens poden ajudar a comunicar-nos millor amb els altres.
- Conèixer com superar amb èxit els obstacles que pot presentar l'interlocutor quan intentem negociar amb ell/ella.

### Duració de l'activitat:

1 hora aproximadament

### Orientacions didàctiques:

Aquesta activitat planteja dues situacions difícils d'afrontar per a que els alumnes reflexionin sobre aquelles eines que necessitarien per afrontar-les amb èxit. Ens referim a aspectes de la comunicació que hem de tenir en compte sempre que volem afrontar una situació, negociar amb una altra persona, rebutjar situacions o conductes concretes, etc.

El/la docent, depenent de les característiques del grup amb el qual ha de treballar, escollirà el cas d'en Carles o el cas de la Maria.

Les dues situacions permeten al docent treballar amb els alumnes els aspectes següents: diferents formes de reaccionar enfront les situacions; estils de conducta; el llenguatge assertiu; el llenguatge no verbal; obstacles que pot presentar l'interlocutor i com superar-los.

### Procediment:

FASES A SEGUIR	MATERIAL DE SUPORT (PÀG.)
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Escollir una de les situacions plantejades per treballar posteriorment amb els/les joves.</li> <li>2. Distribuir als/les joves en grups reduïts.</li> <li>3. Cada grup ha de reflexionar sobre quins aspectes del llenguatge verbal i no verbal poden facilitar la comunicació, la negociació i el rebuig de certes situacions o pràctiques.</li> <li>4. Després, a classe, es comentaran els aspectes que cada grup ha identificat.</li> <li>5. Depenent del nivell de la discussió i de les idees que vagin sorgint, el docent pot introduir explicacions o estratègies que els facilitin la feina.</li> <li>6. A la pàgina 47 presentem una taula resum dels continguts a tenir en compte</li> </ol>	<p>Per als alumnes pàg. 34-35 i 47</p> <p>Pel professor/a pàg. 36-46</p>

**SITUACIÓ 1: 'El cas d'en Carles'**

En Josep es troba una tarda amb en Joan i la Marta, que son molt amics seus. Els troba molt preocupats i els pregunta que els passa. En Joan l'explica que el seu germà Carles, que havia estat un temps consumint drogues, s'ha assabentat que està infectat per l'HIV. Ara en Carles viu a casa dels seus pares junt amb en Joan. En Joan està preocupat, estima molt al seu germà però te por, no sap com actuar, ha sentit tantes coses de l'HIV i de la sida...

Els pares d'en Joan i en Carles no saben res i en Carles no s'atreveix a explicar-ho. Per altra banda te por de que si s'assabenten a la feina l'acomiadin.

En Carles està fet pols, no s'atreveix a explicar-ho als seus amics. En Joan és l'únic que ho sap i aquest no sap com ajudar-lo.

**Respon les qüestions següents:**

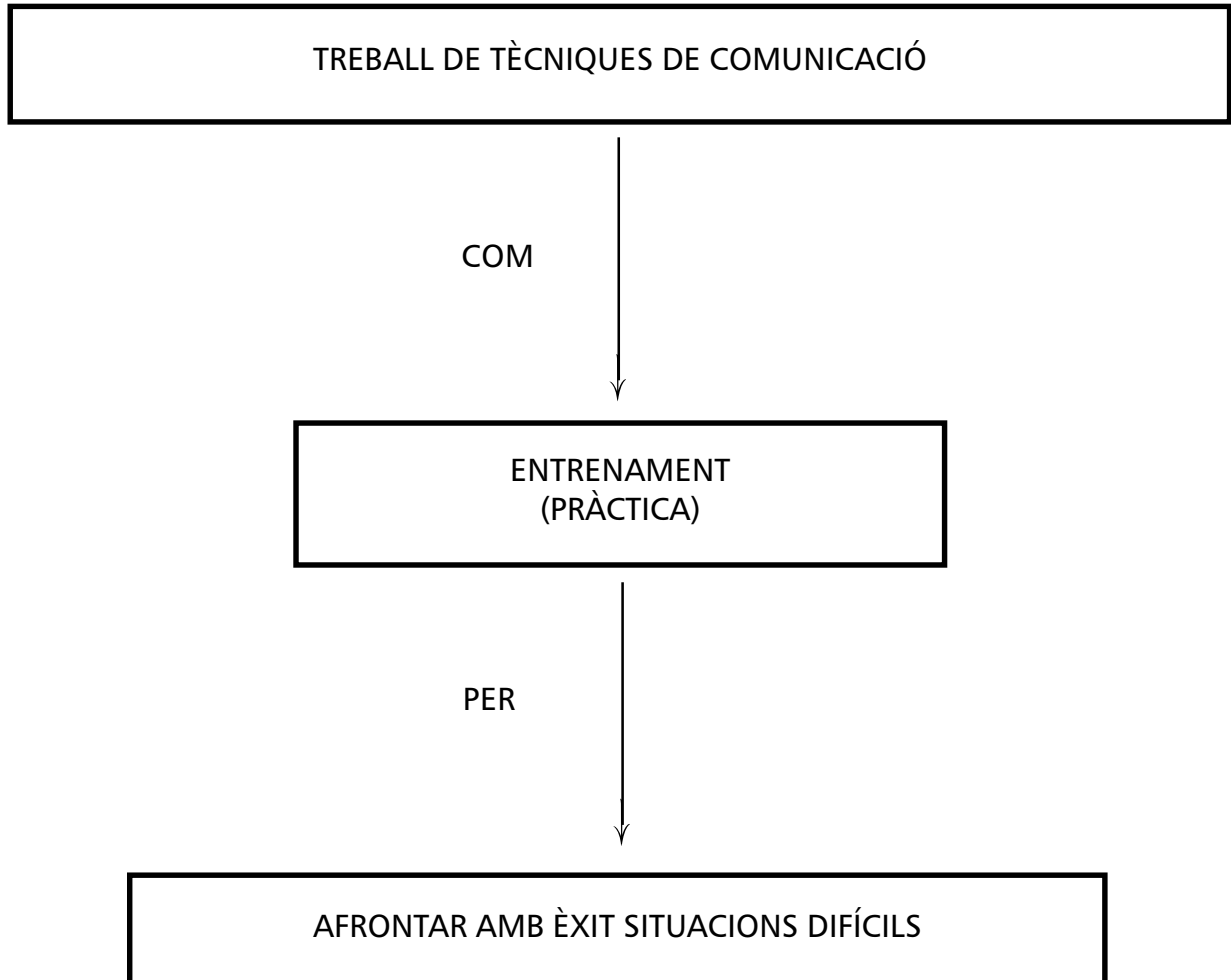
- ✓ Aquesta situació es pot donar al teu entorn?
  
- ✓ En Carles ha d'explicar la situació als seus pares? i als seus amics?; i als companys de feina?
  
- ✓ Imaginem que en Carles vol explicar-lo als seus pares o a algun dels seus amics. Quines coses hauria de tenir en compte per tal de sortir-se'n amb èxit?

**SITUACIÓ 1: 'El cas de la Maria'**

En Pere i jo sortim des de fa unes setmanes, m'ha proposat tenir relacions sexuals amb penetració i a mi em sembla que és massa aviat per això. M'agradaria esperar una mica i estar segura de desitjar-ho. Quan en Pere treu el tema i intenta que quedem, li dono excuses i canvio de tema. No goso plantejar-li que no vull tenir relacions sexuals amb penetració de moment, tinc por que s'enfadi i em deixi. M'agradaria parlar amb en Pere del tema, que entengués quines són les meves raons i que les acceptés sense enfadar-se.

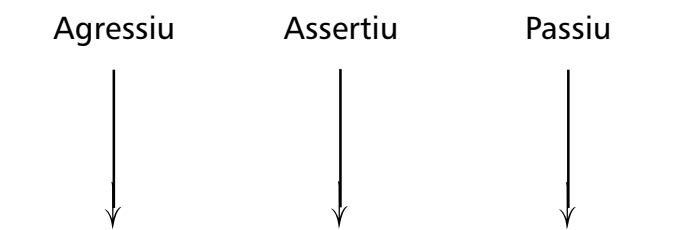
**Respon les qüestions següents:**

- ✓ Aquesta situació es pot donar al teu entorn?
  
- ✓ La Maria vol parlar amb en Pere i plantejar-li la situació. Quines coses hauria de tenir en compte per tal de sortir-se'n amb èxit?



**FORMES DE REACCIONAR DAVANT DIFERENTS SITUACIONS**

ESTILS DE COMUNICACIÓ



**ESTIL DE COMUNICACIÓ AGRESSIU:**EXEMPLES D'AQUEST TIPUS DE COMPORTAMENT:

- La baralla
- L'acusació
- L'insult
- L'atac verbal
- L'amenaça
- Generalitzar errors
- Riure-se'n
- Fer burla
- Retreure

**ESTIL DE COMUNICACIÓ AGRESSIU:**

AVANTATGES	INCONVENIENTS
<ul style="list-style-type: none"><li>✓ La gent no intenta atacar una persona agressiva</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>✓ La gent no vol una persona agressiva al seu costat</li><li>✓ Normalment la consideren una persona mal educada</li><li>✓ Provoca conflictes interpersonals</li><li>✓ Provoca rebuig social</li></ul>

**ESTIL DE COMUNICACIÓ PASSIU:****EXEMPLES D'AQUEST TIPUS DE COMPORTAMENT:**

- No s'atreveix a defensar els seus drets
- No defensa els seus propis interessos
- Fa el que li diuen sense protestar
- No té en compte els seus propis sentiments

**ESTIL DE COMUNICACIÓ PASSIU:**

AVANTATGES	INCONVENIENTS
<ul style="list-style-type: none"><li>✓ Rarament es rep un rebuig directe dels altres</li> <li>✓ S'eviten conflictes</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>✓ La gent s'aprofita de les persones passives</li> <li>✓ Només ell/ella s'assabenta del que li sembla malament o de les coses amb les quals no està d'acord</li> <li>✓ Sentiment de frustració i inferioritat</li></ul>

**ESTIL DE COMUNICACIÓ ASSERTIU:****EXEMPLES D'AQUEST TIPUS DE COMPORAMENT:**

- Es defensen els propis interessos
- S'expressen les pròpies opinions lliurement
- No es permet que els altres s'aprofitin d'un
- Es defensen els propis drets sense violar els dels altres
- Es pot parlar d'un mateix sense sentir-se cohibit
- Es pot discrepar amb la gent de forma oberta
- Es pot dir no

**ESTIL DE COMUNICACIÓ ASSERTIU:**

AVANTATGES	INCONVENIENTS
<ul style="list-style-type: none"><li>✓ Es pot obtenir més fàcilment el que un vol sense ocasionar trastorns als altres</li> <li>✓ S'actua a favor dels propis interessos sense sentir-se culpable o equivocacat</li> <li>✓ Millora l'autoestima i el propi reconeixement</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>✓ L'entorn necessita un temps per acostumar-se a un estil assertiu</li> <li>✓ L'estil assertiu, així com el seu llenguatge s'ha d'entrenar per a que no resulti estrany i surti de manera espontània</li></ul>

**SUPOSICIONS TRADICIONALS QUE DIFICULTEN QUE UNA PERSONA SIGUI ASSERTIVA**

Font: Programa 'Pressec'. Juárez O, Díez E. Centre d'Estudis per a la Prevenció i la Salut i Institut Municipal de la Salut. Ajuntament de Barcelona. 1995

<b>SUPOSICIONS TRADICIONALS</b>	<b>ENCARA QUE</b>
Ser egoista és anteposar les necessitats pròpies a les dels altres	De vegades, tu tens dret a ser el primer
És vergonyós cometre errors	Tens dret a cometre errors
Si un no pot convèncer els altres que els seus sentiments són raonables, és probable que estigui equivocat	Tens dret a ser l'últim jutge dels teus sentiments, acceptar-los com a vàlids i a no justificar-te davant els altres
Cal respectar els punts de vista dels altres, especialment si tenen algun càrrec d'autoritat	Tens dret a tenir les teves pròpies opinions i les teves pròpies conviccions
Cal intentar ser sempre lògic i conseqüent	Tens dret a canviar d'opinió o de línia d'acció
Cal ser flexible i adaptar-se	Tens dret a la crítica i a protestar per un tracte injust, a dir 'NO'
Mai no s'ha de interrompre als altres	Tens dret a interrompre per demanar un aclariment
Les coses podrien ser pitjors del que són. No s'ha de temptar la sort	Tens dret a intentar un canvi
No s'ha de fer perdre el 'temps valuós' dels altres amb els problemes d'un mateix	Tens dret a demanar ajut i suport emocional
La satisfacció de saber que s'ha fet una feina ben feta és la millor recompensa	Tens dret a rebre un reconeixement formal per una feina ben feta
No s'ha de ser antisocial. Si dius que t'estimes més estar sol, els altres pensaran que no t'agraden	Tens dret a estar sol encara que els altres vulguin estar amb tu
Quan algú té un problema, cal ajudar-lo	Tens dret a no responsabilitzar-te dels problemes dels altres
S'ha de ser sensible a les necessitats i desitjos dels altres, encara que no sàpiguen demostrar-los	Tens dret a no anticipar-te a les necessitats i desitjos dels altres
No està bé treure's la gent de sobre; si algú et fa una pregunta, cal donar-li una resposta	Tens dret a respondre o a no fer-ho

**OBSTACLES QUE POT PRESENTAR EL INTERLOCUTOR I COM SUPERAR-LOS**

Adaptat de: Programa 'Pressec'. Juárez O, Díez E. Centre d'Estudis per a la Prevenció i la Salut. Institut Municipal de la Salut. Ajuntament de Barcelona. 1995.

<b>OBSTACLES QUE POT PRESENTAR L' INTERLOCUTOR</b>	<b>COM SUPERAR-LOS</b>
<p><b>RIURE-SE'N:</b> Respon a la teva reivindicació amb un acudit, una broma o rient</p>	<p><b>PROCESSAR CANVI:</b> 'El fer broma ens allunya del tema...' 'Et pot semblar graciós però...'</p>
<p><b>CULPAR:</b> Et culpa a tu del problema o de la situació</p>	<p><b>CLAUDICACIÓ SIMULADA:</b> 'Tens raó però...'; 'Pot ser que t'ho sembli però...' <b>MOSTRAR DESACORD:</b> Explicar la nostra posició</p>
<p><b>ATACAR:</b> Respon a la teva afirmació amb un atac personal</p>	<p><b>IRONIA ASSERTIVA:</b> 'Gràcies...' <b>IGNORAR L'ATAC:</b> Continuar parlant com si no haguéssim sentit res</p>
<p><b>RETARDAR:</b> Vol retardar parlar del tema</p>	<p><b>FIXAR DATA:</b> 'Ho entenc; què tal si quedem demà a primera hora per parlar...'</p>
<p><b>INTERROGAR:</b> Bloqueja cadascuna de les teves afirmacions amb una sèrie continuada de preguntes</p>	<p><b>PROCESSAR CANVI:</b> 'Aquest no és el problema, la qüestió és...'; 'Ens estem allunyant del tema, la qüestió és que...'</p>
<p><b>UTILITZAR L'AUTO COMPASSIÓ:</b> La teva reivindicació és rebuda amb plors, llàgrimes o amb una acusació de què ataqués els seus sentiments</p>	<p><b>ACORD ASSERTIU:</b> 'Sé que et resulta dolorós però haig de solucionar el problema'</p>
<p><b>BUSCA SUBTILESES:</b> Discuteix sobre la magnitud del problema o la situació plantejada, intenta treure importància</p>	<p><b>PROCESSAR CANVI:</b> 'Ens estem allunyant del tema, la qüestió és que per mi és important que...'</p>
<p><b>NEGAR:</b> Intenta fer-te creure que t'equivoques, negar la seva conducta</p>	<p><b>REFERMAR LA PRÒPIA POSICIÓ:</b> 'Pot semblar-te que estic equivocot però he observat que...'</p>
<p><b>AMENAÇA:</b> Intenta amenaçar-te</p>	<p><b>PREGUNTA ASSERTIVA:</b> 'Per què et molesta...?'. <b>IGNORAR L'AMENAÇA:</b> Continuar parlant com si no haguéssim sentit res</p>

**ALTRES ESTRATÈGIES QUE AFAVOREIXEN L'ASSERTIVITAT**

Adaptat de:

Goldstein, A.P., Sprafkin, R.P., Gershaw, N.J., y Klein P. (1989). Habilidades sociales y autocontrol en la adolescencia: Un programa de enseñanza. Barcelona: Ed. Martínez-Roca.

Morganett, R.S. (1995). Técnicas de intervención psicológica para adolescentes. Barcelona: De. Martínez-Roca.

**COMPROMÍS VIABLE:**

Es tracta de provar d'aconseguir que les dues persones obtinguin almenys una part del que volen, sempre que la situació no impliqui posar-se en contra dels propis valors.

**AUTOREVELACIÓ:**

Proporcionar informació sobre el que un sent i pensa. Aquesta tècnica facilita el diàleg a l'altra persona.

'Quan es dona aquesta situació em sento molt preocupat...'

**ASSERCIÓ NEGATIVA:**

S'utilitza quan s'ha comès un error. Es tracta de deixar de dir 'ho sento' o 'perdona' i utilitzar per expressions del tipus:

'Ha estat una estupidesa per la meva part...', 'Em sap greu haver dit...', 'No hauria d'haver fet...'

**INTERROGACIÓ NEGATIVA:**

Per fer front als judicis que altres persones emeten sobre nosaltres. Davant una afirmació de l'altra persona respondrem amb una interrogació negativa:

'Què té de dolent...?', 'Què té de rar...?', 'Què té d'estúpid...'

**DISC RATLLAT:**

Es tracta de repetir un cop i altre el que volem dir, fins que el manipulador es convenci que, amb tu, la manipulació no porta enlloc.

**BANC DE BOIRA:**

Donar en part la raó a l'altra per explicar a continuació la nostra pròpia opinió.

**MISSATGES JO:**

Expressar com ens sentim davant de la situació plantejada. Aquests missatges expressen els sentiments sense avaluar ni retreure la conducta dels altres.

'Em sento ferit', 'Em poso de mal humor quan...'

## RESUM DE L'ACTIVITAT

## COM SER MÉS ASSERTIU

Font: Luengo MA, Gómez-Fraguela JA, Garra A, Romero E, Otero-López JM. Construyendo Salud. Promoción del desarrollo personal y social. Ministerio de Educación y Cultura. Ministerio de Sanidad y Consumo. Ministerio del Interior. Universidad de Santiago.

<b>Què dir</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Utilitza preferentment frases en primera persona (les frases que comencen per 'Tu' poden ser sentides com crítiques). Exemples: 'Vull...', 'No m'agrada...', 'Em sento...'</li> <li>• Digues el que penses o sents de forma clara i directa, no donis voltes.</li> <li>• Si vols explicar la teva postura, dóna raons, però no busquis excuses.</li> <li>• Reconèixer la postura de l'altre pot ser molt útil per a que la situació sigui menys tensa.</li> </ul>	
<b>To de veu</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Parla amb veu ferma i confiada, transmetent seguretat en allò que dius.</li> <li>• No utilitzis un to suplicant o de petició.</li> <li>• No tartamudegis ni vacil·lis (exemples: em, ah, mm.)</li> <li>• No cridis ni utilitzis un to hostil o sarcàstic. Si estàs enfadat/da, digue-ho directament.</li> <li>• Has de donar aparença de tranquil·litat utilitzant un to de veu intermedi (ni molt baix ni molt alt) i parlant pausadament encara que la persona amb qui estiguis parlant 's'acceleri' i pugi la veu.</li> <li>• Has de mantenir un to constant. Si baixes el to a les frases amb les quals estàs demanant alguna cosa o t'estàs negant a fer alguna cosa, semblarà que et sents insegur/a.</li> </ul>	
<b>Conducta no verbal</b>	
Contacte visual	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Has de mantenir el contacte visual amb l'altra persona mentre parles amb ella, no desviïs la mirada cap al terra.</li> </ul>
Postura corporal	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Has de mantenir el cos relaxat evitant mostrar-te rígid o amb tensió.</li> </ul>
Moviments	<ul style="list-style-type: none"> <li>• No et moguis excessivament, ni les mans ni els peus.</li> <li>• Si t'enfades expressa-ho verbalment, i no tanquis els punys ni donis cops a les coses.</li> </ul>
Gestos	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tingues cura dels teus gestos, que siguin congruents amb la situació. Per exemple, evita somriure quan algú intenta vulnerar els teus drets.</li> </ul>



## **SESSIÓ 2**

**Dinamitzada per la parella de joves educadors**



## SESSIÓ 2

### **Qui ha de desenvolupar-la?**

Aquesta sessió està dissenyada per a que sigui la parella de joves seleccionada a cada aula la que la desenvolupi amb la resta de la classe.

### **Quines activitats es suggereixen?**

**Activitat 3:** 'El joc del segle'

**Activitat 4:** 'Tots a escena'

### **Què treballa cada activitat?**

#### **'El joc del segle':**

Aquesta activitat pretén fer reflexionar als nois i a les noies, sobre el que pensa l'altre gènere de l'ús del preservatiu i de les relacions sexuals protegides. L'activitat promou la confrontació i la discussió de les idees preestablertes de cada gènere.

#### **'Tots a escena':**

L'activitat afavoreix l'entrenament dels joves per tal de facilitar l'afrontament amb èxit de situacions que els poden resultar difícils. Exemples d'aquestes situacions són: negociar l'ús del preservatiu amb una parella que no vol fer-lo servir i rebutjar relacions sexuals no protegides.

### **Quan temps dura cada activitat?**

Encara que dependrà de les característiques del grup de joves amb els quals es treballi, cada activitat es pot portar a terme en general en una hora aproximadament.



**ACTIVITAT 3****Activitat:**

'El joc del segle'.

**Objectius:**

1. Reflexionar sobre la pròpia actitud en relació a l'ús del preservatiu i les relacions sexuals protegides.
2. Reflexionar sobre el que pensa l'altre gènere en relació a l'ús del preservatiu i les relacions sexuals protegides.

**Objectius específics:**

- Identificar la pròpia posició respecte l'ús del preservatiu i les relacions sexuals protegides.
- Identificar les diferents percepcions que tenen els/les joves respecte a les barreres de l'ús del preservatiu i als seus beneficis.
- Promoure actituds favorables a l'ús del preservatiu entre els /les joves.
- Contrastar les percepcions de l'actitud dels altres en relació a l'ús del preservatiu amb l'actitud real.

**Duració de l'activitat:**

1 hora aproximadament

**Orientacions didàctiques:**

Aquesta activitat proposa que els/les joves expressin les seves percepcions respecte les opinions que té l'altre gènere.

Sovint els nois donen per fet que les noies tenen certes opinions, i les noies dels nois. Aquestes suposicions poden coincidir amb la realitat però si es tracta de falses percepcions, poden dificultar la promoció de pràctiques saludables com l'ús del preservatiu en les relacions sexuals amb penetració.

En aquesta activitat es vol afavorir el coneixement mutu entre els gèneres, mitjançant el treball previ per separat i la discussió general posterior.

En el cas de que tots els alumnes siguin nois o tots siguin noies serà necessari adaptar l'activitat. Es pot fer de la següent manera:

- Dividir el grup aula en grups reduïts.
- Cada grup haurà de consensuar què creu que pensa l'altre gènere i què pensen ells /elles mateixos/es.
- Després, en gran grup, es presenten les idees i es fa la discussió.

FASES A SEGUIR	MATERIAL DE SUPORT (PÀG.)
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Fer dos grups amb els alumnes, un amb els nois i un amb les noies.</li> <li>2. Plantejar a cada grup que han de consensuar entre tots /totes el que creuen que pensen les persones del altre gènere (sexe) respecte l'ús del preservatiu i sobre les relacions sexuals protegides. Els/les joves han d'escriure a la fitxa corresponent les idees que van sorgint per discutir-les posteriorment.</li> <li>3. El noi de la parella d'educadors treballarà amb el grup de nois i la noia amb el de noies. El seu paper serà garantir que el grup se centri en el tema de discussió i escriuin les idees que surtin.</li> <li>4. Un cop identificades les percepcions de cada grup s'inicia una discussió dirigida per la parella d'educadors. Aquesta discussió ha de fer-se amb tot el grup classe, i partint de les percepcions expressades per cada grup (el que pensa personalment cada grup i el que creu que pensa l'altre gènere).</li> <li>5. Per mantenir un mínim d'ordre dins de l'aula per fer la discussió, és important fixar unes normes bàsiques: demanar la paraula, respectar l'opinió dels altres, estar en silenci quan l'altre parla, etc.</li> </ol>	<p>Per als alumnes pàg. 55</p>

**ACTIVITAT: 'El joc del segle'**

Discuti en grup les qüestions següents i escriu les opinions que sorgeixen per comentar-les posteriorment.

**QUÈ PENSEM NOSALTRES SOBRE ... ?**

L'us del preservatiu:	
Beneficis	Barreres
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____

**QUÈ CREUS QUE PENSA L'ALTRE GÈNERE (SEXE) SOBRE... ?**

L'us del preservatiu:	
Beneficis	Barreres
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____



**ACTIVITAT 4****Activitat:**

'Tots a escena'.

**Objectius:**

Entrenar als/les joves en habilitats socials i de comunicació.

**Objectius específics:**

- Practicar tècniques centrades en superar situacions difícils.
- Aplicar estratègies que facilitin aconseguir els propis objectius.
- Practicar habilitats de negociació amb la parella.
- Practicar habilitats per rebutjar relacions sexuals no protegides.

**Duració de l'activitat:**

1 hora aproximadament

**Orientacions didàctiques:**

Aquesta activitat permetrà als teus companys preveure situacions en les quals s'hi poden trobar (negociar l'ús del preservatiu amb una parella o rebutjar una relació sexual no protegida).

Per altra banda, practicara'n certes habilitats socials i de comunicació, mitjançant les estratègies i tècniques que vàreu treballar amb el/la professor/a (conducta i llenguatge assertiu, llenguatge corporal adequat, obstacles que pot presentar l'interlocutor i com superar-los). L'activitat consisteix en fer una escenificació partint de una de les situacions plantejades.

Per desenvolupar aquesta activitat es necessiten pocs recursos, només una sala on es puguin moure les cadires i les taules i la fitxa amb les situacions, rols a representar i qüestions a observar.

Abans de començar l'activitat hauríeu de seleccionar la situació més adient pels vostres companys/es de les dues que plantegem en aquesta activitat. La manera més senzilla de fer-ho és preguntar obertament al grup quina és la situació que consideren més difícil d'afrontar. Serà aquesta la situació a treballar.

És molt important que els companys que surtin a escenificar les situacions ho facin de forma voluntària. No es recomana forçar a cap persona a fer-ho. Si no surten voluntaris i és necessari demanar-ho a algú, han de ser persones obertes, que no els faci vergonya parlar en públic, que siguin extravertides...

La representació ha de ser el més realista possible. Si hi ha qualsevol imprevist o problema, es pot parar l'escenificació i començar-la de nou posteriorment. Durant la discussió, els actors expliquen com s'han sentit i quines dificultats han trobat.

El vostre paper és molt important per al bon desenvolupament de l'activitat: contribuir a que el tema, la situació i els personatges de la dramatització quedin ben delimitats. La base del joc està en que cada actor es prengui seriosament el seu paper i ho representi amb la màxima sinceritat possible, tal i com ho faria a la vida real. S'ha de procurar que la discussió posterior a l'escenificació reculli tots los aspectes treballats prèviament.



**ACTIVITAT: 'Tots a escena'****SITUACIÓ 1**

Té lloc entre J. i A. (que són parella).

J. vol utilitzar el preservatiu en les relacions sexuals amb penetració però A. no vol.

A. i jo sortim junts des de fa bastant temps. Quan estem sols i parlem de les nostres coses i surt, en el tema de les relacions sexuals i l'ús o no del preservatiu, generalment A. no para de dir que usar-lo és incòmode i poc espontani. Tot el que jo faig és escoltar i intentar canviar de tema així que puc. Si li digués que vull utilitzar preservatiu en les nostres relacions sexuals crec que s'enfadaria amb mi i fins i tot em podria deixar, ja que no el vol utilitzar. M'agradaria utilitzar preservatiu en les nostres relacions per a què fossin més segures

**SITUACIÓ 2**

Té lloc entre A. i L. (que són parella).

L. i A. volen tenir relacions sexuals però no tenen preservatiu.

L. i A. surten des de fa unes setmanes. Han estat a la discoteca a la qual van habitualment amb els seus amics. Han pres alguna cosa i han ballat. S'ho han passat millor que mai i a sobre aquesta nit no hi haurà ningú a casa de A. És per això que s'ho han muntat i es quedaran a dormir junts.

Arriben a casa, estan contents, 'tot està sortint com ho havien pensat, tot menys... els preservatius!!!, tant pensar en aquest dia i un per l'altre s'obliden 'del més important'.

Es tard i a prop no hi ha cap farmàcia oberta ...

## ESCENIFICACIÓ (ROLE-PLAYING)

Adaptat de: Núñez T, Loscertales F. El grupo y su eficacia. Técnicas al servicio de la dirección y coordinación de grupos. EUB, Barcelona, 1997.

### Objectius:

- Experimentar les possibles situacions amb les quals es pot trobar el grup.
- Practicar tècniques socials i de comunicació (negociació i rebuig).
- Representar casos de la vida real que permetin una anàlisi.
- Aprendre a afrontar situacions.

### Duració:

Seixanta minuts aproximadament:

- De cinc a deu minuts per a les instruccions.
- Quinze minuts per a la preparació de l'escena i dels 'actors'.
- Deu minuts per a la representació.
- Vint i cinc minuts per a la discussió final i la valoració

### Recursos necessaris:

- Una sala on es puguin moure les cadires i les taules amb facilitat, per muntar l'escenari en el qual representar les situacions

### Fases:

#### SELECCIÓ DE LA SITUACIÓ:

- Seleccionar la situació. Prèviament o en el moment que es presenta.
- És molt important que estigui ben definida.
- Fixar el nombre de personatges i indicar amb claredat quin és el rol de cadascú.

#### PREPARACIÓ DELS ACTORS i EIS ROLS:

- Seleccionar als 'actors'. Es recomana que siguin voluntaris. Si això no és possible l'educador els hi proposarà a aquells més extravertits.
- Es dona a cada actor el seu personatge perquè ho prepari segons les instruccions de l'educador fora de l'aula. No han de conèixer els personatges o els rols dels altres actors.
- L'educador recorda el temps que disposen per a la preparació i el temps que durarà l'escenificació.

#### CREAR UN ESCENARI SENZILL:

- Amb cadires i taules.

#### ACTIVITAT PELS NO ACTORS:

- L'educador/a o el grup (en absència dels que representaran l'escena) decideix què s'observa, distribuint les categories a observar si fos necessari.
- Es suggereix que es divideixin els alumnes que no intervindran com actors en diferents grups i que cada grup observi a un dels actors. Aniran anotant les expressions, arguments, conductes, etc. dels actors (les favorables a la conducta preventiva i les que podrien millorar).

#### REPRESENTACIÓ:

- La representació ha de ser el més realista possible.
- Si hi ha algun imprevist o problema, l'educador pot parar l'escenificació i començar-la de nou posteriorment.

**DISCUSSIÓ:**

- Els actors han d'explicar com s'han sentit i quines dificultats han trobat.
- Tot el grup fa els comentaris que consideri oportuns, allò que ha anat observant i anotant (els aspectes positius i els millorables pels actors).

**Paper del coordinador:**

- Contribuir a que el tema, la situació i els personatges de la dramatització quedin ben delimitats. La base del joc està en què cada actor es prengui seriosament el seu paper i ho representi amb la màxima sinceritat possible, tal com ho faria a la vida real.
- Procurar que la discussió que es fa un cop representada la situació reculli tots els aspectes treballats prèviament amb els alumnes (estils de conducta, conducta assertiva, llenguatge assertiu, obstacles que pot presentar l'interlocutor i com afrontar-los, conducta no verbal (contacte visual, postura corporal, moviments, gestos), etc.

Activitat adaptada de: Programa 'PRESSEC'. Prevenció de la Sida a l'Escola Secundària. Centre d'Estudis per a la Prevenció i la Salut i Ajuntament de Barcelona, 1995.

## FITXA PER L'ACTOR A

### ESCENIFICACIÓ

#### SITUACIÓ 1

Té lloc entre J. i A. (que són parella).

J. vol utilitzar preservatiu en les relacions sexuals amb penetració però A. no vol.

A. i jo sortim junts des de fa bastant temps. Quan estem sols i parlem de les nostres coses i surt, el tema de les relacions sexuals i l'ús o no del preservatiu, generalment A. no para de comentar que usar-lo és incòmode i poc espontani. Tot el que jo faig és escoltar i intentar canviar de tema així que puc. Si li digués que vull utilitzar preservatiu en les nostres relacions sexuals es podria enfadar i fins i tot em podria deixar, ja que no el vol utilitzar. M'agradaria utilitzar preservatiu en les nostres relacions per a que siguin més segures

**Protagonista A.** Et trobes molt be amb J i creus que mantenir relacions sexuals amb penetració us apropirà encara més. Tens la impressió que J. no estarà d'acord en tenir-les sense preservatiu. Prepara arguments persuasius per a que accepti la teva posició. Tu no vols utilitzar-lo.

Activitat adaptada de: Programa 'PRESSEC'. Prevenció de la Sida a l'Escola Secundària. Centre d'Estudis per a la Prevenció i la Salut i Ajuntament de Barcelona, 1995.

## FITXA PER L'ACTOR J

### ESCENIFICACIÓ

#### SITUACIÓ 1

Té lloc entre J. i A. (que són parella).

J. vol utilitzar preservatiu en les relacions sexuals amb penetració però A. no vol.

A. i jo sortim junts des de fa bastant temps. Quan estem sols i parlem de les nostres coses i surt, en el tema de les relacions sexuals i l'ús o no del preservatiu, generalment A. no para de comentar que usar-lo és incòmode i poc espontani. Tot el que jo faig és escoltar i intentar canviar de tema així que puc. Si li dic que vull utilitzar preservatiu en les nostres relacions sexuals temo que s'enfadi i fins i tot que em deixi, ja que no el vol utilitzar. M'agradaria utilitzar preservatiu en les nostres relacions per a què siguin més segures

**Protagonista J.** Et trobes molt be amb A i no vols que la vostra relació es trenqui però, també creus que tenir relacions sexuals sense preservatiu és molt arriscat i et faria sentir molt malament. Per aconseguir que A. no s'enfadi i respecti la teva posició, has d'utilitzar arguments persuasius i actuar de manera ferma però també amb tacte i evitar que s'enfadi.

Activitat adaptada de: Programa 'PRESSEC'. Prevenció de la Sida a l'Escola Secundària. Centre d'Estudis per a la Prevenció i la Salut i Ajuntament de Barcelona, 1995.

## FITXA PER UN GRUP D'OBSERVADORS

### ESCENIFICACIÓ

#### SITUACIÓ 1

Té lloc entre J. i A. (que són parella).

J. vol utilitzar preservatiu en les relacions sexuals amb penetració però A. no vol.

A. i jo sortim junts des de fa bastant temps. Quan estem sols i parlem de les nostres coses i surt, el tema de les relacions sexuals i l'ús o no del preservatiu, generalment A. no para de comentar que usar-lo és incòmode i poc espontani. Tot el que jo faig és escoltar i intentar canviar de tema així que puc. Si li dic que vull utilitzar preservatiu en les nostres relacions sexuals temo que s'enfadi i fins i tot que em deixi ja que no el vol utilitzar. M'agradaria utilitzar preservatiu en les nostres relacions per a què fossin més segures.

#### PAUTES PER A L'OBSERVACIÓ:

Observa el llenguatge no verbal que utilitzen A. i J. per reforçar el missatge que volen transmetre. És l'adequat?

<b>A</b>	Mirada:
	Espai:
	Contacte corporal:
	Gestos:

<b>J</b>	Mirada:
	Espai:
	Contacte corporal:
	Gestos:

Activitat adaptada de: Programa 'PRESSEC'. Prevenció de la Sida a l'Escola Secundària. Centre d'Estudis per a la Prevenció i la Salut i Ajuntament de Barcelona, 1995.

**FITXA PER UN GRUP D'OBSERVADORS**
**ESCENIFICACIÓ**
**SITUACIÓ 1**

Té lloc entre J. i A. (que són parella).

J. vol utilitzar preservatiu en les relacions sexuals amb penetració però A. no vol.

A. i jo sortim junts des de fa bastant temps. Quan estem sols i parlem de les nostres coses i surt, el tema de les relacions sexuals i l'ús o no del preservatiu, generalment A. no para de comentar que usar-lo és incòmode i poc espontani. Tot el que jo faig és escoltar i intentar canviar de tema així que puc. Si li dic que vull utilitzar preservatiu en les nostres relacions sexuals temo que s'enfadi i fins i tot que em deixi ja que no el vol utilitzar. M'agradaria utilitzar preservatiu en les nostres relacions per a què fossin més segures.

**PAUTES PER A L'OBSERVACIÓ:**

Observa els missatges de A. i J. i identifica si el seu estil de comunicació es assertiu, agressiu o passiu. Què és el que et fa tenir aquesta impressió?

<b>A</b>	Es comporta de forma:
	Coses que diu que m'ho fan pensar:
	Quins gestos fa?:
	Com és el seu to de veu?:

<b>J</b>	Es comporta de forma:
	Coses que diu que m'ho fan pensar:
	Quins gestos fa?:
	Com és el seu to de veu?:

Activitat adaptada de: Programa 'PRESSEC'. Prevenció de la Sida a l'Escola Secundària. Centre d'Estudis per a la Prevenció i la Salut i Ajuntament de Barcelona, 1995.

## FITXA PER UN GRUP D'OBSERVADORS

### ESCENIFICACIÓ

#### SITUACIÓ 1

Té lloc entre J. i A. (que són parella).

J. vol utilitzar preservatiu en les relacions sexuals amb penetració però A. no vol.

A. i jo sortim junts des de fa bastant temps. Quan estem sols i parlem de les nostres coses i surt, el tema de les relacions sexuals i l'ús o no del preservatiu, generalment A. no para de comentar que usar-lo és incòmode i poc espontani. Tot el que jo faig és escoltar i intentar canviar de tema així que puc. Si li dic que vull utilitzar preservatiu en les nostres relacions sexuals temo que s'enfadi i fins i tot que em deixi ja que no el vol utilitzar. M'agradaria utilitzar preservatiu en les nostres relacions per a què siguin més segures.

#### PAUTES PER A L'OBSERVACIÓ:

Observa el comportament de A. i identifica els obstacles que planteja per dificultar el propòsit de J.

<b>A</b>	<b>Es burla del que J. diu?:</b>
	<b>Deixa que J. se expliqui?:</b>
	<b>Intenta fer que J. se senti malament? Com?:</b>
	<b>Altres:</b>

Activitat adaptada de: Programa 'PRESSEC'. Prevenció de la Sida a l'Escola Secundària. Centre d'Estudis per a la Prevenció i la Salut i Ajuntament de Barcelona, 1995.

**FITXA PER UN GRUP D'OBSERVADORS**

**ESCENIFICACIÓ**

**SITUACIÓ 1**

Té lloc entre J. i A. (que són parella).

J. vol utilitzar preservatiu en les relacions sexuals amb penetració però A. no vol.

A. i jo sortim junts des de fa bastant temps. Quan estem sols i parlem de les nostres coses i surt, el tema de les relacions sexuals i l'ús o no del preservatiu, generalment A. no para de comentar que usar-lo és incòmode i poc espontani. Tot el que jo faig és escoltar i intentar canviar de tema així que puc. Si li dic que vull utilitzar preservatiu en les nostres relacions sexuals temo que s'enfadi i fins i tot que em deixi ja que no el vol utilitzar. M'agradaria utilitzar preservatiu en les nostres relacions per a què siguin més segures.

**PAUTES PER A L'OBSERVACIÓ:**

Observa el comportament de J. i identifica el que diu o fa per a superar les dificultats que A. planteja:.

<b>J</b>	
<b>J</b>	
<b>J</b>	
<b>J</b>	

Activitat adaptada de: Programa 'PRESSEC'. Prevenció de la Sida a l'Escola Secundària. Centre d'Estudis per a la Prevenció i la Salut i Ajuntament de Barcelona, 1995.

## FITXA PER L'ACTOR A

### ESCENIFICACIÓ

#### SITUACIÓ 2

Té lloc entre A. i L. (que són parella).

L. i A. volen tenir relacions sexuals però no tenen preservatiu.

L. i A. surten des de fa unes setmanes. Han estat a la discoteca a la que van habitualment amb els amics. Han pres alguna cosa i han ballat. S'ho han passat millor que mai i a sobre aquesta nit no hi haurà ningú a casa de A. És per això que s'ho han muntat i es quedaran a dormir junts.

Arriben a casa, estan contents, 'tot està sortint com ho havien pensat, tot menys ... els preservatius !!!, tant pensar en aquest dia i un per l'altre s'obliden del més important'.

Es tard i a prop no hi ha cap farmàcia oberta ...

**Protagonista A.** Per a tu és important poder passar la nit amb L. i creus que mantenir relacions sexuals amb penetració us aproparà encara més. El que no tens gens clar és fer-ho sense preservatiu... pensant en els riscos no t'ho passaràs tan bé... quin mal rotllo!

Activitat adaptada de: Programa 'PRESSEC'. Prevenció de la Sida a l'Escola Secundària. Centre d'Estudis per a la Prevenció i la Salut i Ajuntament de Barcelona, 1995.

## FITXA PER L'ACTOR L

### ESCENIFICACIÓ

#### SITUACIÓ 2

Té lloc entre A. i L. (que són parella).

L. i A. volen tenir relacions sexuals però no tenen preservatiu.

L. i A. surten des de fa unes setmanes. Han estat a la discoteca a la qual van habitualment amb els amics. Han pres alguna cosa i han ballat. S'ho han passat millor que mai i a sobre aquesta nit no hi haurà ningú a casa de A. És per això que s'ho han muntat i es quedaran a dormir junts.

Arriben a casa, estan contents, 'tot està sortint com ho havien pensat, tot menys ... els preservatius !!!, tant pensar en aquest dia i un per l'altre s'obliden del més important'.

Es tard i a prop no hi ha cap farmàcia oberta ...

**Protagonista L.** Per fi arriba la nit que has estat esperant tota la setmana, i tot estava sortint tant bé... Què fareu ara? No tens gens de ganes d'anar a buscar una farmàcia de guàrdia a aquestes hores i per altra banda tenir relacions sexuals sense penetració és com no tenir res.

Activitat adaptada de: Programa 'PRESSEC'. Prevenció de la Sida a l'Escola Secundària. Centre d'Estudis per a la Prevenció i la Salut i Ajuntament de Barcelona, 1995.

## FITXA PER UN GRUP D'OBSERVADORS

### ESCENIFICACIÓ

#### SITUACIÓ 2

Té lloc entre A. i L. (que són parella).

L. i A. volen tenir relacions sexuals però no tenen preservatiu.

L. i A. surten des de fa unes setmanes. Han estat a la discoteca a la qual van habitualment amb els amics. Han pres alguna cosa i han ballat. S'ho han passat millor que mai i a sobre aquesta nit no hi haurà ningú a casa de A. És per això que s'ho han muntat i es quedaran a dormir junts.

Arriben a casa, estan contents, 'tot està sortint com ho havien pensat, tot menys ... els preservatius !!!, tant pensar en aquest dia i un per l'altre s'obliden del més important'.

Es tard i a prop no hi ha cap farmàcia oberta ...

#### PAUTES PER A L'OBSERVACIÓ:

Observa el llenguatge no verbal que utilitzen A. i L. per reforçar el missatge que volen transmetre. És l'adequat?

<b>A</b>	<b>Mirada:</b>
	<b>Espai:</b>
	<b>Contacte corporal:</b>
	<b>Gestos:</b>

<b>L</b>	<b>Mirada:</b>
	<b>Espai:</b>
	<b>Contacte corporal:</b>
	<b>Gestos:</b>

Activitat adaptada de: Programa 'PRESSEC'. Prevenció de la Sida a l'Escola Secundària. Centre d'Estudis per a la Prevenció i la Salut i Ajuntament de Barcelona, 1995.

**FITXA PER UN GRUP D'OBSERVADORS**
**ESCENIFICACIÓ**
**SITUACIÓ 2**

Té lloc entre A. i L. (que són parella).

L. i A. volen tenir relacions sexuals però no tenen preservatiu.

L. i A. surten des de fa unes setmanes. Han estat a la discoteca a la qual van habitualment amb els amics. Han pres alguna cosa i han ballat. S'ho han passat millor que mai i a sobre aquesta nit no hi haurà ningú a casa de A. És per això que s'ho han muntat i es quedaran a dormir junts.

Arriben a casa, estan contents, 'tot està sortint com ho havien pensat, tot menys ... els preservatius !!!, tant pensar en aquest dia i un per l'altre s'obliden del més important'.

Es tard i a prop no hi ha cap farmàcia oberta ...

**PAUTES PER A L'OBSERVACIÓ:**

Observa els missatges de A. i L. i identifica si el seu estil de comunicació es assertiu, agressiu o passiu. Què és el que t'ho fa pensar?

<b>A</b>	<b>Es comporta de forma:</b>
	<b>Coses que diu que t'ho fan pensar:</b>
	<b>Quins gestos fa?:</b>
	<b>Com és el seu to de veu?:</b>

<b>L</b>	<b>Es comporta de forma:</b>
	<b>Coses que diu que t'ho fan pensar:</b>
	<b>Quins gestos fa?:</b>
	<b>Com és el seu to de veu?:</b>

Activitat adaptada de: Programa 'PRESSEC'. Prevenció de la Sida a l'Escola Secundària. Centre d'Estudis per a la Prevenció i la Salut i Ajuntament de Barcelona, 1995.

## FITXA PER UN GRUP D'OBSERVADORS

### ESCENIFICACIÓ

#### SITUACIÓ 2

Té lloc entre A. i L. (que són parella).

L. i A. volen tenir relacions sexuals però no tenen preservatiu.

L. i A. surten des de fa unes setmanes. Han estat a la discoteca a la qual van habitualment amb els amics. Han pres alguna cosa i han ballat. S'ho han passat millor que mai i a sobre aquesta nit no hi haurà ningú a casa de A. És per això que s'ho han muntat i es quedaran a dormir junts.

Arriben a casa, estan contents, 'tot està sortint com ho havien pensat, tot menys ... els preservatius !!!, tant pensar en aquest dia i un per l'altre s'obliden del més important'.

Es tard i a prop no hi ha cap farmàcia oberta ...

#### PAUTES PER A L'OBSERVACIÓ:

Observa el comportament de L. i identifica els obstacles que planteja per dificultar el propòsit de A.

<b>L</b>	<b>Es burla del que J. diu?:</b>
	<b>Deixa que J. se expliqui?:</b>
	<b>Intenta fer que J. se senti malament? Com?:</b>
	<b>Altres:</b>

Activitat adaptada de: Programa 'PRESSEC'. Prevenció de la Sida a l'Escola Secundària. Centre d'Estudis per a la Prevenció i la Salut i Ajuntament de Barcelona, 1995.

## FITXA PER UN GRUP D'OBSERVADORS

### ESCENIFICACIÓ

#### SITUACIÓ 2

Té lloc entre A. i L. (que són parella).

L. i A. volen tenir relacions sexuals però no tenen preservatiu.

L. i A. surten des de fa unes setmanes. Han estat a la discoteca a la qual van habitualment amb els amics. Han pres alguna cosa i han ballat. S'ho han passat millor que mai i a sobre aquesta nit no hi haurà ningú a casa de A. És per això que s'ho han muntat i es quedaran a dormir junts.

Arriben a casa, estan contents, 'tot està sortint com ho havien pensat, tot menys ... els preservatius !!!, tant pensar en aquest dia i un per l'altre s'obliden 'del més important'.

Es tard i a prop no hi ha cap farmàcia oberta ...

#### PAUTES PER A L'OBSERVACIÓ:

Observa el comportament de A. i identifica el que diu o fa per a superar les dificultats que L. planteja:.

<b>A</b>	





**C S B** Consorci Sanitari de Barcelona

 **Agència  
de Salut Pública**