

GIORNO 3

L'AMORE CONTA

ALLEGATO ATTIVITÀ 1

Scheda per la prima fase

Mentre metà dei giovanissimi è bendata e l'altra metà chiude gli occhi l'educatore legge lentamente e con molta enfasi questo testo:

«Metà di voi è bendata, l'altra metà chiuderà gli occhi. Rimanete seduti dove siete ma sentitevi come se foste in uno spazio aperto ... il più possibile liberi ...

Ora si spengono le voci, in quest'attività devi pensare solo a te stesso ...

Rilassati, non pensare più a quello che ti circonda, dimenticati di essere al campo e pensa solo a te stesso, al tuo corpo ... dimentica le persone che ti circondano, lascia andare ogni preoccupazione e concentrati sul tuo "essere corpo" ...

Incomincia percependo le tue mani ... muovile ... senti la pelle sotto le dita ...

Ora senti i tuoi piedi, muovili lentamente, leggermente ... muovi le dita ...

Senti le braccia ... le gambe ... tutto il tuo corpo ...

Mettiti in un posizione comoda e concentrati sulla tua persona:

Chi sei? Se ti dovessi descrivere con tre attributi quali sceglieresti? Prova a pensarli?

Chi non sei? Trova tre attributi che proprio non ti descrivono ...

Ti piace il tuo corpo? Cosa ti piace? Cosa vorresti cambiare?

C'è qualcosa che ti preoccupa? Ti spaventa? Ascolta il ritmo del tuo cuore, cerca di tenerlo sotto controllo ... senti un'agitazione dentro il tuo petto?

Cosa potresti fare per tranquillizzarti? Quali risorse hai per far fronte alle tue paure? Come ti senti a sapere che faremo un'attività usando il nostro corpo? Ti spaventa?

Ora alzati in piedi e incomincia a camminare. Cammina lentamente lungo la stanza, sempre in silenzio. Quello che si deve muovere è il tuo corpo, la bocca deve rimanere chiusa ... cerca di rimanere concentrato: ci siete tu e il tuo corpo.

Stai camminando per tuo conto, con il tuo modo di essere, il tuo modo di pensare. Muoviti nel modo in cui ti senti più a tuo agio, sempre lentamente ...

Il modo di camminare e di muoverti rispecchia la tua personalità, lascia che esca ciò che sei. Ognuno ha la sua strada, che è diversa da quella degli altri ...

Ora, quando batterò le mani ti fermerai e coloro che sono senza benda apriranno gli occhi e si avvicineranno a qualcuno che ha la benda e lo abbracceranno. Quando lo desiderate, lascerete la persona e ricomincerete a camminare ...

(Battito di mani)

Ricomincia a camminare... Come è stata questa esperienza? L'abbraccio è stato lungo o corto?

Quale sensazione hai ricevuto dall'abbraccio ... prova a pensarci ...
(È possibile ripeterlo altre volte e ogni volta rifare le stesse domande)

Ora invece batterò le mani e fino a quando non le ribatterò rimarrete abbracciati, e solo allora potrete riprendere il vostro cammino.

(Battito di mani - dopo 30 secondi - battito di mani)

Che differenza c'è? Cosa hai provato? Ti è sembrato troppo lungo o troppo corto? Hai capito cosa l'altro voleva trasmetterti? Hai provato imbarazzo? Quale è stata l'emozione prevalente?

È stato un abbraccio frettoloso o paziente? È stato affettuoso o freddo?»

(È possibile ripeterlo quando volte l'educatore ritiene sia necessario.)

Test sulla percezione del sesso e della sessualità

Il sesso per te è...

Indica il tuo grado di accordo con i seguenti aggettivi: barra con una croce il grado di accordo per ogni aggettivo.

| | Per niente | | | Estremamente | | |
|----------------|------------|---|---|--------------|---|---|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| Obbligatorio | | | | | | |
| Sacro | | | | | | |
| Rischioso | | | | | | |
| Squallido | | | | | | |
| Mondano | | | | | | |
| Libero | | | | | | |
| Soddisfacente | | | | | | |
| Appagante | | | | | | |
| Giustificabile | | | | | | |
| Emozionante | | | | | | |
| Divertente | | | | | | |
| Immorale | | | | | | |
| Faticoso | | | | | | |
| Naturale | | | | | | |
| Obbligatorio | | | | | | |
| Sacro | | | | | | |
| Rischioso | | | | | | |
| Squallido | | | | | | |
| Mondano | | | | | | |
| Libero | | | | | | |
| Soddisfacente | | | | | | |
| Appagante | | | | | | |
| Giustificabile | | | | | | |
| Divertente | | | | | | |
| Immorale | | | | | | |
| Faticoso | | | | | | |
| Naturale | | | | | | |
| Emozionante | | | | | | |

| | Per niente d'accordo | | | Estremamente d'accordo | | |
|---|----------------------|---|---|------------------------|---|---|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| Fare sesso prima dei 16 anni è normale | | | | | | |
| Il sesso non è un fattore importante nella vita di coppia | | | | | | |
| Arrivare vergini al matrimonio è impossibile | | | | | | |
| Non fare sesso fino ai 18 anni è da sfigati | | | | | | |
| Nel sesso il maschio si diverte sempre di più della femmina | | | | | | |
| Fare sesso è un modo per divertirsi | | | | | | |