

MATERIAL DE SUPORT 'Parlem-ne; no et tallis!'

Com donar missatges preventius i animar a fer canvis en les entrevistes amb l'alumnat?

De vegades el professorat, especialment en les sessions de tutoria, copsa la necessitat de parlar de les pràctiques de risc que alguns alumnes i alumnas mantenen. A continuació es presenten algunes recomanacions per abordar aquestes converses.

-Transmetre la idea que la **persona sempre té diferents opcions al seu abast**. La pràctica preventiva no es redueix únicament a l'ús del preservatiu, tot i que és el mètode més adient per les persones joves. Les relacions sexuals sense penetració (carícies, petons, el petting o fregaments, o la masturbació mútua) o l'aplaçament de les relacions per més endavant també formen part del ventall de pràctiques preventives. És important que cadascú i cadascuna tinguin la sensació que la informació que s'està donant té relació amb ell o ella. També és central que el jove marxi amb la idea que hi ha més possibilitats d'actuació preventives que de risc.

- **Escoltar** amb calma, acceptació i respecte.

- Esbrinar quina és la **informació que l'alumne necessita** per no repetir conceptes que ja sap, procurant no fer més preguntes de les necessàries i alhora **evitant donar res per suposat**. La majoria dels joves escolaritzats no tenen relacions sexuals amb penetració ja que no tots comencen a la mateixa edat, i això és en tots els casos molt respectable, i sovint, desitjable.



- **Identificar i concretar què necessita l'alumne abans de donar-li material** (per exemple, donar-li un preservatiu només si el necessita o el vol per familiaritzar-s'hi).

- Deixar que **cadascú expliqui les coses a la seva manera** i al seu ritme, mostri les seves emocions i es desfogui.



- **Evitar diagnosticar** ('A tu el que et passa és que...').
- **Evitar minimitzar els sentiments i vivències** de la persona ('Això no és tan greu...').
- **Evitar jutjar i/o acusar** ('Si no uses el preservatiu ets un egoista')
- **Donar eines** per a la presa de decisions responsable.
- **Transmetre la convicció de que tots i totes som capaces de fer els canvis** de comportament que ens plantejem. El fet d'haver-se comportat d'una manera determinada fins al moment, per exemple, tenir relacions sexuals amb penetració sense preservatiu, no ens impedeix canviar cap una vida més saludable, introduint l'ús del preservatiu o tenint relacions sexuals sense penetració.
- Transmetre la informació **amb paraules i un to de veu que no facin sentir a la persona jutjada**, inferior o insignificant.
- **Evitar utilitzar paraules tècniques**: el vocabulari específic pot fer-nos sentir més segurs als adults i professionals, però si no s'entenen els termes amb els quals parlem, possiblement provocarem que el/ la jove se senti insegur/a. Mai no hem d'oblidar que **el nostre objectiu és entendre i fer-nos entendre amb l'alumne. Això no comporta parlar amb un llenguatge vulgar**. Anomenar correctament les parts del cos, per exemple, pot ajudar a naturalitzar les converses sobre sexualitat. Utilitzar paraules vulgars o símbols per donar nom a objectes, subjectes o situacions és usual en els temes que fan vergonya o són tabú. Un primer pas per "fer normals" aquests objectes, subjectes i situacions passa per normalitzar, també, el nostre vocabulari.

Quins missatges podem donar al o la jove respecte el preservatiu com a mesura de prevenció?

- **Apuntar tots els aspectes positius que presenta:**

Manera senzilla de protegir-se del VIH, de les ITS i de l'embaràs no desitjat.

Pot formar part del joc sexual.

El fet d'utilitzar-lo és un acte de responsabilitat cap a si mateix i la parella.



Dóna tranquil·litat.

Podem trobar-ne de diferents colors, textures i fins i tot sabors.

És el mètode usat per la major part de joves arreu del món. El 85% dels joves sexualment actius de l'estat l'utilitza en les seves relacions sexuals.

- **Minimitzar i donar menys importància als inconvenients.** A continuació es presenten els arguments i motius que s'utilitzen amb major freqüència per no usar el preservatiu. Sota cada frase hi ha una possible resposta que l'educador/a pot donar, encara que el millor és que surgeixi del propi jove. Evidentment només es tracta d'exemples i cada argument es podria resoldre de maneres alternatives.

'Utilitzar-lo és un rotllo'

Infestar-se de certes malalties també pot ser un mal rotllo.

Amb una mica d'imaginació hi ha formes divertides d'utilitzar-ho.

'Em talla'

La vergonya disminueix a mesura que fa servir.

'Se sent menys plaer'

Ajuda a reduir la sensibilitat i fa que l'erecció es perllongui. Si dura més, t'ho pots passar millor. A més, la tranquil·litat permet gaudir més de la relació a tots dos.

'Si una noia li ofereix a un noi, què pensarà la gent?'

Pot pensar que es tracta d'una noia responsable. Les noies també poden comprar i portar a la bossa preservatius. A més, segur que això també tranquil·litza els nois. La responsabilitat s'ha de compartir, és cosa dels dos.

'Talla el rotllo'

Podem tenir previstes algunes coses, com ara deixar-los molt a prop d'on ens trobem i fer que siguin fàcilment accessibles. Després, posar-lo pot ser part del joc!

'Si li dic que l'utilitzem potser sospitarà de mi'

Es poden utilitzar frases com 'Això és per cuidar-nos tots dos' o 'així no caldrà que prengui/s pastilles'. Una proposició així no s'ha de rebre com a acusació o sospita. Al contrari, s'ha de fer amb esperit de cooperació i responsabilitat mútua. I mai no és massa tard per començar a utilitzar-lo!

'Si decidim formar una parella estable, aleshores no caldrà utilitzar-lo'



Podeu fer-vos la prova dels anticossos anti-VIH. Si surt negativa, podeu deixar d'usar-lo (però compte amb l'embaràs) sempre i quan la relació sigui exclusiva. Si en algun moment de la relació algun de vosaltres, o tots dos, teniu relacions sexuals amb una altra persona sense preservatiu, cal que us torneu a fer la prova i si surt negativa podeu tornar a tenir relacions sexuals sense preservatiu amb la vostra parella estable.

'Utilitzo píndoles'

Les píndoles eviten l'embaràs però no les malalties de transmissió sexual, incloent el VIH/ sida. Tenen alguns efectes secundaris i si es fuma hi ha riscos afegits.

Com aconseguir-los?, Com es pot plantejar a la parella?, Com es guarda, porta i usa correctament?

Pot semblar obvi, però la conducta d'**usar el preservatiu en les relacions sexuals amb penetració requereix un seguit d'habilitats**: per comprar-los o aconseguir-los, per guardar-los, per portar-los sempre a sobre i saber què dir si els veuen el pare, la mare, la parella o un company, per proposar-los a la relació, per negociar-lo amb la parella, per col·locar-lo.

El professorat haurà de **prioritzar el reforç de les habilitats que els joves no tenen** o no han consolidat. Potser és més important treballar les habilitats de negociació amb la parella abans que les habilitats de col·locació. Encara que la pràctica de correcta col·locació resulti molt atractiva per al grup de joves, quan visitin el PASSIR ho podran fer en aquest centre.

A través d'enquestes que s'han fet a diferents territoris, i també a Barcelona, hem vist que molt sovint **les noies tenen més habilitats a l'hora de negociar amb la parella o rebutjar relacions sexuals no protegides** i que **els nois tenen més habilitats a l'hora de comprar, portar i col·locar el preservatiu**.

Adaptat de: Rodés A, Valverde C. Manual d'educació sanitària per a la prevenció de la infecció pel VIH. Generalitat de Catalunya, 1995