

CICATRIUS



BREU RESUM DE L'ACTIVITAT

Es tracta de fer visible els problemes de salut que tenen o poden tenir els homes mitjançant la participació del grup. Utilitzant el cos d'algun participant, cada membre del grup identificarà algun problema de salut que representarà una ferida al cos de l'home. Es reflexionarà sobre les diferents cicatrius que tenen els diferents participants a causa del model de masculinitat.

Conceptes clau:
Salut masculina.
Conductes de risc.
Vulnerabilitat.
Cura d'un mateix.

OBJECTIUS

1. Reflexionar sobre els principals problemes de salut dels homes a partir d'un diagnòstic participatiu.
2. Discutir i analitzar la relació entre la masculinitat i les conductes de risc.
3. Reflexionar sobre les conductes de risc que ha realitzat cada membre del grup per tal de seguir el model de masculinitat hegemònic.

Aquesta dinàmica pot utilitzar-se conjuntament amb la de "La silueta", posant els post-it a la mateixa silueta.

PÚBLIC DESTINATARI

Dinàmica apta per a tots els grups d'edat, especialment amb nois adolescents i joves.

DURADA

1 hora.

MATERIAL

- Bolígrafs.
- Post-it o petits papers amb una cinta adhesiva

PROCEDIMENT

Pas 1:

Un cop introduïda la temàtica, es dona al grup un seguit de post-it (4 o 5) amb la instrucció que puguin escriure els problemes de salut que tenen els homes al llarg de la seva vida, des d'una concepció integral de la salut (malalties, malestars físics i emocionals, causes de mort, etc.), o quins problemes han pogut tenir ells al llarg de la seva vida.

Pas 2:

Es demana un voluntari que farà de model de cos d'home. A continuació, es demana que llegeixin en veu alta el que han escrit i vagin enganxant els post-it amb els diferents problemes de salut. Cada participant podrà col·locar el post-it en aquella part del cos masculí que cregui que hi té relació. No importa que es repeteixin els problemes, donat que serà útil per a valorar els resultats. Cada post-it representa una cicatriu en el cos masculí.

Pas 3:

Un cop finalitzat el pas anterior, es pot demanar al grup si falta algun problema més. En cas afirmatiu, es faran tant post-it com siguin necessaris. Per tal de complementar la dinàmica, també poden afegir problemes les persones facilitadores del grup.

Pas 4:

Un cop totes les cicatrius estan col·locades sobre el cos de la persona voluntària, se li demana com se sent amb totes les problemàtiques de salut que li han col·locat. També s'obre el torn de paraula a la resta del grup per veure com se senten amb el que ha sortit. Es fa asseure el voluntari i se li agraeix la seva participació.

Pas 5:

A continuació, s'obre el torn de comentaris i reflexions al voltant del que ha anat sorgint durant la dinàmica. Tot seguit, es fa la reflexió al voltant de les següents preguntes:

- Què us sembla tot el que ha sorgit?
- Quina relació poden tenir els diferents problemes de salut amb el fet de ser home?
- Com cuidem o descuidem els homes la pròpia salut?
- Què podem fer els homes per millorar la nostra salut?

Pas 6:

Per complementar el debat, es pot suggerir que els diferents participants del grup expliquin alguna situació personal relacionada amb les diferents cicatrius que han posat. És important que en cada explicació de la situació es demani què es va sentir i si hi troba alguna relació amb la manera com ha construït la seva masculinitat.

Pas 7:

Per ampliar la dinàmica es pot demanar si també tenen alguna cicatriu emocional, que són més invisibles però que internament són difícils de curar. Aquesta part la poden fer a nivell individual i després compartir-ho en petits grups o en grup gran. Es pot facilitar la reflexió preguntant si abans ho havien compartit amb alguna persona, si els costa expressar les seves emocions amb altres persones i sobretot amb altres homes, etc.

EINES DE SUPORT PER LA PERSONA DINAMITZADORA

- És de molta utilitat disposar de dades estadístiques nacionals o internacionals per acompanyar les reflexions i per evidenciar la magnitud de la problemàtica. Al marc teòric es poden trobar diferents taules que seran d'utilitat.
- És interessant poder relacionar les característiques de la masculinitat hegemònica (independent, fort, autosuficient, competitiu, proveïdor, protector, violent, poc expressiu, demostrar constantment la masculinitat, etc.) amb les conseqüències a nivell de salut explicades al marc teòric del bloc.
- Serà clau reflexionar al voltant de la percepció d'invulnerabilitat entre els homes i d'evitar tots aquells signes de debilitat. Es pot relacionar amb el fet que els homes i joves no cuidin la seva salut, no visitin el metge, no prenguin mesures preventives, etc.
- És una oportunitat per a que els homes joves reflexionin sobre la importància de l'autocura, evidenciant que reproduir la masculinitat hegemònica pot ser perjudicial per la salut.
- Cal fer un esforç per arribar a l'última part de la dinàmica on es treballen les ferides a nivell emocional de tal manera que serveixi de nexa per treballar les dinàmiques relacionades amb la cura de la salut emocional.