






## Gradi di intimità

 <b>TEMPO</b>	<p>45 – 60 minuti</p>
 <b>No.</b>	<p>Numero illimitato di partecipanti</p>
 <b>MATERIALI</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• “Carte della scala dell'intimità”: circa 10 frasi di manifestazioni di intimità stampate, una frase per pezzo di carta;</li> <li>• Pezzi di carta vuoti dove i partecipanti possono scrivere le loro frasi sull'intimità;</li> <li>• Penne / pennarelli.</li> </ul>
 <b>OBIETTIVI</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sviluppare definizioni soggettive di intimità;</li> <li>• Esplorare le possibili sovrapposizioni per trovare una definizione consensuale.</li> </ul>
 <b>ISTRUZIONI</b> <b>PASSO DOPO</b> <b>PASSO</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Crea gruppi di 3 partecipanti. Offri loro circa 10 carte "scala dell'intimità" e alcune carte vuote;</li> <li>2. Invitali ad usare le carte vuote per scrivere 1-2 frasi che riflettano i loro modi o momenti o situazioni di intimità;</li> <li>3. Di loro di leggere tutte le carte (in silenzio per se stessi) e di pensare individualmente cosa considererebbero "più intimo" e "meno intimo". Assicuratevi che i partecipanti capiscano che non ci sono risposte giuste o sbagliate. L'esercizio è soggettivo; una risposta è "giusta" nella misura in cui la trovano autentica per loro stessi;</li> <li>4. Invitali a condividere in piccolo gruppo e vedere se possono disporre le carte secondo i gradi di intimità: partendo dal meno al più intimo;</li> <li>5. Ora chiedi ai piccoli gruppi di creare la propria definizione di intimità;</li> <li>6. Invita ogni gruppo a scegliere un portavoce che condivida le due carte più e meno intime elencate nella scala del loro gruppo e che spieghi la loro scelta;</li> </ol>

7. In un secondo giro plenario condividi le definizioni che i piccoli gruppi hanno proposto. Verifica se c'è una definizione che tutti possono accettare.

-----

**\*Alcuni esempi per frasi di carte:**

- Andare al ristorante
- Condividere le proprie convinzioni e opinioni personali
- Toccare il braccio del partner
- Baciare il vostro partner
- Inviarsi messaggi ogni giorno
- Parlare durante il sesso
- Condividere i propri sentimenti
- Coccolare il partner
- Tenersi per mano con il partner in pubblico
- Dire cosa vi piace e cosa non vi piace (sessualmente)
- Presentare il vostro partner ai vostri genitori e/o amici
- Parlare dei propri genitori / della propria famiglia
- Avere un conflitto con il partner
- Condividere i propri sogni, bisogni e desideri
- Parlare di fantasie sessuali
- Parlare di MST
- Parlare di contraccezione
- Presentarsi in biancheria intima
- Inviarsi messaggi erotici
- Baciarsi e accarezzarsi
- Baciare il tuo partner sul collo



DISCUSSIONE

Usa l'attività per riconoscere la diversità delle nostre esperienze di intimità: alcune situazioni sono intime per alcune persone, ma non lo sono affatto per altre. Esplora le conseguenze di questa osservazione sugli incontri: cosa succede se due persone con diverse aspettative e rappresentazioni dell'intimità cercano di entrare in intimità?

Rifletti sull'identità sociale: in che misura le nostre identità determinano come sperimentiamo l'intimità? Invita 13 partecipanti a pensare ad alcuni possibili esempi, basati sulla propria esperienza.



CONSIGLI

- Dopo che 13 partecipanti hanno iniziato a disegnare le loro galassie, fai il giro della stanza e controlla che ogni partecipante abbia capito le istruzioni;
- Prenditi del tempo alla fine di ogni galassia per fare il debriefing e raccogliere il feedback dei3 partecipanti.



QUESTA  
ATTIVITÀ  
ONLINE

Questa attività può essere fatta online, facendo delle breakout room (3 partecipanti in un gruppo) e usando Jamboards (ogni gruppo ha un Jamboard diverso su cui lavorare) per scrivere frasi sull'intimità su post-it e per valutare la "scala dell'intimità".



TEORIA

Per la creazione di questa attività sono state utilizzate due fonti:

<https://teachingsexualhealth.ca/app/uploads/sites/4/2017-CALM-Consent-1-French.pdf>

[http://rse.fpv.org.au/wp-content/uploads/2015/06/Activity-7-8\\_8.2.pdf](http://rse.fpv.org.au/wp-content/uploads/2015/06/Activity-7-8_8.2.pdf)