

## **CURSO DE IMERSÃO NO FEMININO**

### **Módulo 3**

#### **SEXUALIDADE FEMININA: Resgate Histórico e os Impactos na Vida da Mulher de Hoje**

**Data: 09 de outubro de 2021**  
**Milene Camila dos Santos**

### **INTRODUÇÃO**

Neste módulo iremos realizar um resgate histórico acerca da sexualidade feminina. Vamos compor uma linha cronológica, abordando os principais fatos ao longo do tempo que fizeram da sexualidade feminina um dos campos mais difíceis de ser abordado, estimulado e bem visto.

E vamos entender quais são os impactos gerados na vida de hoje, para as mulheres poderem de fato, ter seu direito sexual e reprodutivo garantido e ter plenitude e inteireza no exercício de sua sexualidade.

Os desafios que a mulher enfrenta para viver dignamente e plenamente sua sexualidade são inúmeros. E as consequências disso, são desastrosas. O resultado é um verdadeiro massacre à liberdade, intimidade e evolução da dimensão sexual feminina.

Conhecer tudo isso, pode ser libertador!

### **Objetivo**

Proporcionar às mulheres, conhecimento concerne à sexualidade feminina. Partilhar informações necessárias para que toda mulher possa entender os desafios que enfrenta para que consiga ter sua sexualidade bem resolvida, digna e plena.

### **Justificativa**

Muitas mulheres sofrem com inúmeros problemas ligados à uma sexualidade pouco compreendida, reprimida ou não exercida de forma plena.

A dimensão da sexualidade é a mais importante na vida do ser humano. Sem ela, não há ligação e conexão com o próprio corpo. Não há jeito de ser e estar no mundo e não há jeito de se relacionar com o mundo.

As mulheres tem grande defasagem na evolução dessa dimensão em suas vidas, o impacto histórico – cultural deixado foi imenso e negativo.

### **Metodologia**

Serão 6 horas de aula, sendo em dois períodos de 3 horas (das 9h às 12h e das 14h às 17h. Faremos dois pequenos intervalos no meio dos períodos).

Serão utilizados Psicoeducação, explicação verbal e com recursos visuais sobre o tema e o resgate histórico, dinâmicas, vivências práticas e rodas de troca de informações.

### **Cronograma**

- Início: Dinâmica de Apresentação;
- Dinâmica de quebra gelo sobre o tema: Sexualidade feminina: mulher recatada (características de mulheres e homens);
- Explicação verbal e com recursos visuais sobre o que é Sexualidade e o Resgate da História da Sexualidade Feminina. Apresentação da linha do tempo com principais fatos que influenciam diretamente no modo como vivemos hoje;
- Intervalo;
- Dinâmica de alerta para energizar sobre o tema: Impactos da história nos dias de hoje;
- Vivência Prática: Impactos da História no Exercício Pleno da Sexualidade Feminina;
- Roda de conversa para partilhar a Vivência;
- Encerramento.

### **Conclusão**

Após este módulo, a mulher terá conhecimento sobre como se deu o desenvolvimento histórico – cultural da Sexualidade Feminina. Entenderá que grande parte dos desafios que enfrenta no exercício pleno de sua sexualidade, são advindos de uma herança histórico-cultural. E poderá compreender que pode e deve exercer plenamente sua sexualidade, sempre em busca de uma sexualidade saudável e fiel a si mesma.

## **Milene Camila dos Santos**

Sou Terapeuta Ocupacional de Saúde Mental (trabalho com transtorno mental grave há 8 anos), Arteterapeuta e Psicoterapeuta Neurointegrativa. Amante e estudante da Sexualidade Humana, tenho diversos cursos (Sexualidade na Infância, Sexualidade na Escola, Sexualidade Feminina, Prevenção de Abuso Sexual e Sexualidade Forense). Trabalho com grupo de Mulheres há muitos anos, meus trabalhos de conclusão de cursos foram com grupos de mulheres. Tenho feito grupos online com mulheres desde o início da pandemia.