

Guía Breve de Educación sexual para familias

*COMO HABLAR DE SEXUALIDAD
CON NUESTROS/AS HIJOS/AS*

POR INMA RIOS



con**VIVO**

educando en respeto e igualdad



HABLA CON ELLOS/AS, NO ES NECESARIO ESPERAR A QUE TE PREGUNTEN

Somos seres sexuados desde que nacemos y la sexualidad implica tantísimos aspectos que es imposible que no hayamos tratado ya alguno de ellos (desde la manera de relacionarnos con nuestro propio cuerpo, de percibirnos y respetarnos, hasta las muestras de cariño, pasando por cómo nos desarrollamos, el ejemplo que damos consciente e inconscientemente y muchísimos más).

De este modo se acostumbran desde pequeños/as a hablar de sexo contigo, abordar la cuestión será tan fácil como hacerlo de sus amistades, sus deberes o sus aficiones. También porque así le ayudarás a vivir su sexualidad de una forma positiva y, gracias a ello, tendrá muchas más posibilidades de experimentar su cuerpo y compartirlo desde la tranquilidad, la alegría y el placer.





SI PREGUNTAN , RESPONDE SIEMPRE

Establece un clima donde no se sancionen las dudas. Que nos vean como referentes de información facilita que se encuentren cómodos/as a la hora de plantearnos temas más personales. Un asunto que complementa este aspecto es el de hablarles de la diferenciación entre secretos “buenos” y “malos”.



SED SINCEROS/AS

Podemos utilizar algún tipo de metáfora para explicar algún funcionamiento, pero es importante llamar a las cosas por su nombre y, si algo no lo sabemos o tenemos dudas, podemos buscar la información con ellos/as, asegurándonos de que las fuentes sean fiables.



4

¿QUÉ SABES DE ESTE TEMA?

Podemos comenzar preguntándoles que saben ellos/as. Es un modo estupendo de coger carrerilla para tratar el tema en cuestión.

Es probable que se nos disparen las alarmas cuando vemos que se “toca”. No hay que asustarse, el tocamiento ni acarrea consecuencias futuras ni altera su desarrollo. Lo que hace es explorarse, conocerse y procurarse sensaciones agradables.

Puede ser un buen momento para hablar de límites, de las partes del cuerpo que son privadas y de que cuando se toca mejor hacerlo cuando está a solas. También hay que empezar a explicarle que ninguna persona – sea menor o adulta, incluida una familiar– debe tocar su cuerpo sin su consentimiento. Pero también que él/la tampoco ha de tocar a nadie sin pedir permiso, introduciendo así el término “consentimiento”.



5

ADAPTA TU RESPUESTA

Adaptar la respuesta a la edad y capacidad comprensiva. No debemos preocuparnos si pensamos que no lo entenderán, existen muchos recursos (libros y vídeos) para todas las edades a los que podemos recurrir como apoyo.

6

UTILIZA LO COTIDIANO

Utilizar la cotidianidad para tratar algunos temas (ante imágenes que vemos en la tele, cuando estamos en el baño, cuando alguien cercano está embarazada,...). La hora del baño puede ser un momento maravilloso para de la anatomía del cuerpo. Es importante que nombremos las partes del cuerpo por su nombre





CÉNTRATE EN LO POSITIVO

Debemos procurar no inculcar el sentimiento de asco hacia los genitales, puesto que se trata de un sentimiento que crea rechazo. Y no podemos permitir el rechazo hacia el propio cuerpo.

La parte de protección y riesgos es muy importante, pero es esencial que vean y sientan su sexualidad como algo placentero, satisfactorio y enriquecedor. De este modo entenderán muy fácilmente que todo lo que no sientan así, será otra cosa, pero no sexualidad.



PARA APRENDER A EDUCARLES

● RESPUESTAS FÁCILES A PREGUNTAS DIFÍCILES, Daniel Santacruz. Es un pdf creado por Save the children, que puedes bajarte en este enlace:

https://escuela.savethechildren.es/system/files/files/course/guide/respuestas_faciles_a_preguntas_dificiles_0.pdf

● LA EDUCACIÓN SEXUAL DE NIÑAS Y NIÑOS DE 6 A 12 AÑOS, Graciela Hernández Morales y Concepción Jaramillo Guijarro. Descargable en:

<https://sede.educacion.gob.es/publiventa/la-educacion-sexual-de-ninas-y-ninosde-6-a-12-anos-guia-para-madres-padres-y-profesorado-de-educacionprimaria/educacion/12059>



*"Nada en la vida debe ser temido,
solamente comprendido. Ahora es hora de
comprender más para temer menos"*

Marie Curie



ORGANIZA :



C.E.I.P.
María Yocasta Ruiz Aguilera

SUBVENCIONA :



Ajuntament de Sagunt

