

ACOMPANYAR EN LA SEXUALITAT I L'AFECTIVITAT

xerrada 11/12/2023 Mercè Cabot

- Les persones hem de tenir referents coeducadors.
- Les famílies som figures de referència. El nostre comportament els ensenya moltes coses tant a través del que fem com del que deixem de fer.
- L'educació afectivosexual no s'aprèn des del discurs, s'aprèn vivint-la.
- La família és el primer factor de socialització del gènere.

Què és l'educació afectiva i sexual?

L'educació afectiva i sexual o educació sexual integral (ESI), és un procés progressiu d'ensenyança i aprenentatge. Les persones van establint relacions afectives al llarg de tota la vida. Primer es produeixen dins l'àmbit familiar; després amb el grup d'iguals, mestres, amistats, parelles. Tots aquests processos de socialització influeixen en les persones des del seu naixement i en les seves diferents etapes vitals. Una persona és modelada per aquests agents de socialització. Depèn dels models als que s'exposi es desenvoluparà d'una manera o d'una altra.

El terme de sexualitat està influenciat per factors culturals, religiosos i socials, entre més. La sexualitat és un aspecte central de l'ésser humà, que ens acompanya al llarg de tota la vida, des que naixem fins que ens morim, i s'expressa tant en l'àmbit dels sentiments i les emocions com en el del comportament, i que inclou sexe, gènere, identitats i rols, orientació sexual, erotisme, plaer, intimitat i reproducció.

És per això, que la sexualitat s'ha de viure positivament i se situa com un element rellevant en la valoració de la qualitat de vida de les persones i que contribueix a generar una vivència de benestar, personal i relacional.

Per què l'educació afectivosexual?

L'educació afectiva i sexual és inevitable, necessària i insubstituïble.

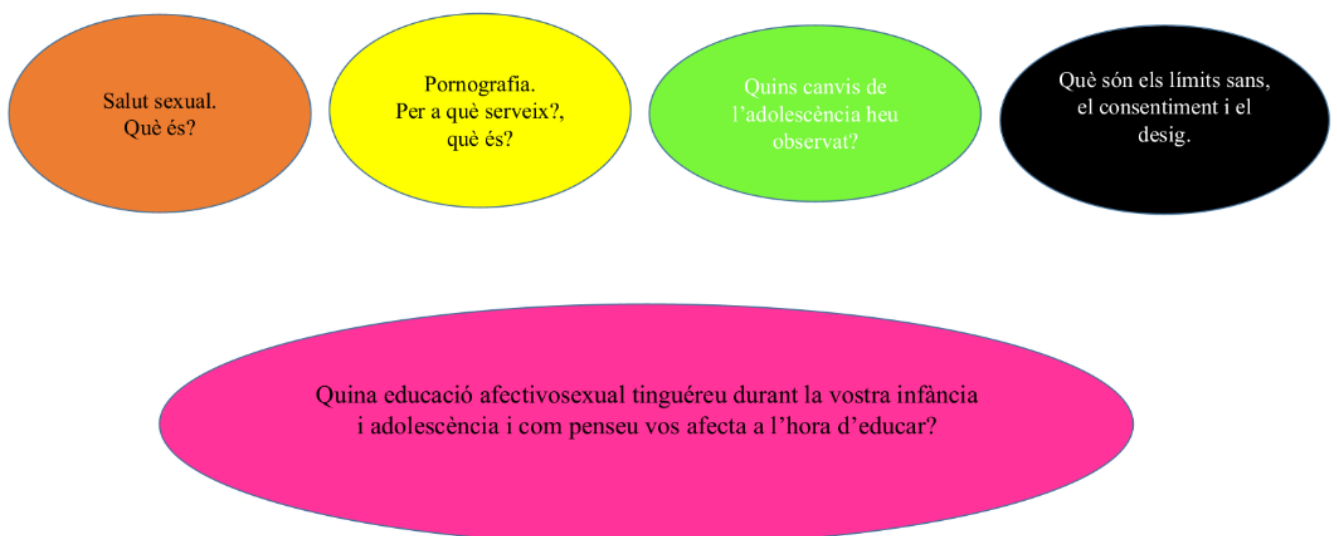
- Aporta coneixements, habilitats i actituds que els permetin reconèixer i gestionar relacions afectives.
- Facilita a infants i adolescents, d'acord amb la seva edat, el reconeixement dels diferents nivells de relació afectiva, assumir de

manera responsable la seva afectivitat i sexualitat, ser persones respectuoses amb elles mateixes i amb la resta, i prendre decisions informades, autònomes i conseqüents.

- És una eina per expressar límits i necessitats de forma clara, assertiva i respectuosa i adquirir autocontrol emocional.
- Per desenvolupar-nos adequadament, hem de mester cobrir les nostres necessitats afectives: seguretat emocional, el suport i l'afecte social i la intimitat.
- Si no estan cobertes hi ha més risc d'establir vincles negatius o tenir conductes de risc.
- Eina indispensable per a prevenir i abordar les situacions d'abús i totes les violències.

Com s'ha de realitzar?

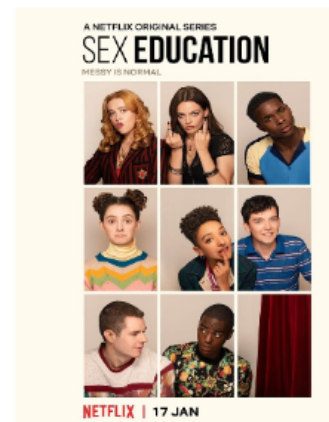
- Comunicació familiar.
- Donant eines per entendre el seu món i que puguin triar el seu propi camí en llibertat i amb autonomia.
- Cooperació amb el centre educatiu
- Coeducació.
- Revisant-nos i actualitzant-nos constantment



Quan puc parlar de relacions afectivosexuals?

- En qualsevol moment.
- Gran part del que fem a diari és educació afectivosexual.
- Parlant-ne potencieu l'autoestima i l'acceptació del cos.
- En el dia a dia, sorgeixen moltes oportunitats per parlar-ne.
- Satisfàs la seva curiositat.
- Transmets que poden parlar sense embuts sobre qualsevol tema.

Llibres recomanats:





MOLTES
GRÀCIES!!



vola vola



@pedagogavolavola



mercecabot@gmail.com