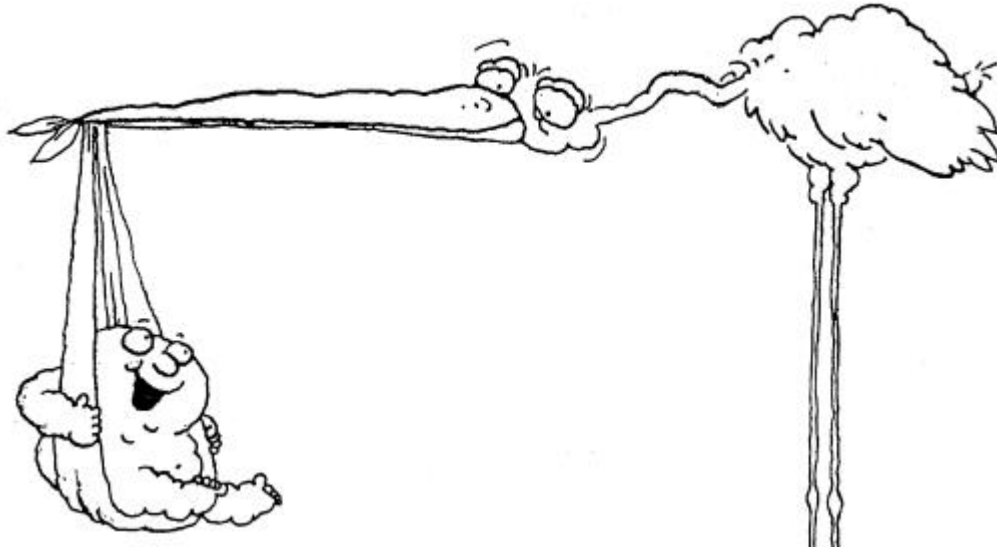


## full d'assessorament *de* *l'escola de pares de la* **FaPaC**



### EDUCACIÓ SEXUAL

0. Abans de començar, seria bo de plantejar-nos i de contestar mentalment preguntes com ara, ha estat bona l'educació sexual que hem rebut?, com la vam rebre i a través de qui?; quan érem "petits" vam haver de dissimular la nostra curiositat sexual...per què?. Segurament hauríem viscut millor la nostra sexualitat si haguéssim tingut una educació sexual racional i serena...Ara mateix, però quins comportaments sexuals considero que són els més adients?. L'opinió que ara en tinc, en què es basa? en la pròpia experiència, en informacions objectives, en els comentaris, o bé, és una barreja de tot això?.

És evident que no hi ha una resposta única; cadascú de nosaltres en donarà una o una altra, depèn de quina hagi estat la nostra història familiar o social.

Molt probablement el tema de la sexualitat ens produirà un seguit d'emocions contradictòries, de rebuig, amor, inseguretat, temor, vergonya, o fàstic, sensacions que ens allunyan de la visió objectiva i madura que hem d'esforçar-nos a tenir. Quan parlem d'educació sexual, barregem allò que és personal amb aspectes sociològics, culturals, psicològics, religiosos i amb d'altres que són instintius i biològics.

Sovint, quan preguntem als pares "com et sembla que eduques la teva mainada pel que fa a la sexualitat?", una resposta força normal sol ser "em sembla que no pas massa bé...perquè em caldria més formació i informació...és que no sé què dir quan em pregunten...i si els responc, no sé si ho he fet bé...la majoria de les vegades no sé què fer...".

La sexualitat té una part instintiva (que no cal aprendre) i una altra producte de l'ambient sòcio-cultural, que ens ha arribat mitjançant la família, l'escola...la societat. Cada persona assimila totes aquestes influències de manera més o menys harmoniosa o conflictiva, conscientment o inconscientment, i les aplica al seu comportament sexual.

A partir d'aquestes observacions, hem recopilat en aquest full alguns aspectes generals sobre l'educació sexual i una bibliografia orientativa que ens permeti d'ampliar la nostra informació.

## 1. L'EVOLUCIÓ DE L'INSTINT SEXUAL\*

### 1.1. 1er any (fase oral)

En aquest primer moment, el nadó contacta amb el món principalment a través de la boca, per tal de conèixer-lo, però també el contacte de qualsevol objecte li produeix plaer. Aquest període "d'erotisme bucal" se centra fonamentalment en el plaer immediat.

### 1.2. 2on i 3er any (fase anal i uretral)

La sensibilitat del nen s'adreçarà a la defecació, sense oblidar totalment el plaer bucal. Les funcions anal i urinària s'enllaçaran amb plaers de tipus físic i psíquic, expressats a través dels jocs. La necessitat d'explorar el seu cos el farà contactar amb els seus òrgans genitals, que manipularà per obtenir-ne plaer.

*\*Extret de la publicació "Educació Sexual" editat pel "Centro de Orientación a Padres" de la Dir. Prov. del MEC de Múrcia, 1985.*

### 1.3. 4art, 5è i 6è any (fase genital)

Ara, els infants van deixant d'interessar-se per les altres zones erògenes i s'orienten cap a les genitals. És un període d'intensa exploració sexual originada per la curiositat, que manifesten també a través de preguntes. En aquesta fase començaran a interessar-se en algú del sexe contrari, i apareixerà el conflicte conegut "complex d'Edip" en els nens i "complex d'Electra" en les nenes.

### 1.4. De 7 a 9 anys (fase latent)

Els nens entren en un període relativament estable de la seva evolució que durarà fins a la pubertat. La seva personalitat evoluciona (progressos intel·lectuals, afectius, de relació social...) i s'equilibra.

### 1.5. De 10 a 12 anys (pre-pubertat)

Importants canvis fisiològics, morfològics (maduració dels òrgans sexuals) i psicològics en què entren en conflicte categories mentals "més adultes" i "més infantils". Inestabilitat de l'afectivitat que es manifesta en reaccions contradictòries en la seva manera d'actuar, difícil de comprendre.

### 1.6. 13 anys i més (pubertat)

Una mica és el resum dels principals elements de l'evolució anterior, en què les dificultats aniran augmentant. El noi es desprèn de les vinculacions infantils a fi d'independitzar-se, de ser autònom. És també "l'edat de la fantasia". També és la fase en què cerca en la masturbació, a més de descarregar la tensió sexual, la definitiva identificació psicosexual.

## 2. AQUESTES PREGUNTES TANT DIFÍCILS...

L'educació sexual comença, de forma imperceptible, al mateix moment de néixer. El nostre cos és un dels instruments que tenim per expressar i rebre les emocions. Els contactes corporals amb la mare i amb el pare li produiran percepcions agradables o desagradables

que captarà a través de la pell, i que determinaran bona part del seu comportament futur.

Cap als tres o cinc anys, comencen les primeres preguntes, que en general són ben concretes i que sempre hauríem de contestar. De vegades, el nen no s'atreveix a preguntar-nos per por o per tímidesa; si aquest és el cas, hauríem d'aprofitar certes situacions familiars per intentar que expressessin els seus dubtes. No és convenient que arribin a la pubertat sense que tinguin un coneixement objectiu sobre aquest tema dins el marc de la família.

### 2.1. Com podem contestar-les

- Les respostes, per poc que puguem, haurien de:
- Basar-se en la veritat, d'acord amb cada realitat concreta.
- Estar d'acord amb la seva edat pel que fa al llenguatge i continguts.
- Informar, com a mínim, del que demanen.
- Ser naturals, senzilles, sense dramatismes, confusions o angoixes.
- Utilitzar el nom correcte dels òrgans genitals.
- Ser acompanyades d'afecte i d'atenció.
- Ser informatives i responsabilitzadores alhora.
- Haver estat preparades prèviament, a fi d'evitar-ne improvisacions.

### 2.2. Algunes d'aquestes preguntes

Us mostrem algunes de les preguntes més usuals, classificades segons l'edat. Totes poden ser contestades d'acord amb les recomanacions anteriors. Si necessitem "inspirar-nos" per a contestar-les, podem consultar el llibre de Françoise Cholette Perusse "La sexualidad explicada a los hijos", ed. ATE, Barcelona 1984.

#### 2.2.1. De 3 a 5 anys

Què és això? (el nen assenyala el seu penis), per què les nenes no en tenen? per què el del pare és més gran que el meu? per què la mama té això? (assenyala els pits) jo sóc un nen? d'on surten els nens? fa mal tenir un nen? per què els homes no tenen fills? per què els grans tenen pèl al cos?

#### 2.2.2. De 5 a 8 anys

Com s'hi fiquen els nens dintre les mares? com ho fan per unir-se les cèl·lules de la mare i del pare? per què l'ou no va a parar al cos del pare? com fan l'amor els pares? com respira el nen dintre de la mare? per què tinc llombrícol?

#### 2.2.3. De 8 a 13 anys

És dolent masturbar-se? perquè els nois taquen els llençols? com se'n diu quan el penis es posa dur i gran? què és això de "fer l'amor"? es té un nen cada vegada que es fa l'amor? com arriba a ser un nen, una cèl·lula fecundada? per què els nens s'assemblen als seus pares? fa mal, el part? les persones que no estan casades, poden tenir un fill? quan vau decidir de no tenir més fills? com ho vau fer per no tenir-ne més? què és la vasectomia?

#### 2.2.4. L'adolescència

Puc tenir una amiga (o un amic) per sortir junts? com s'agafa la SIDA? a partir de quina edat poden tenir relacions sexuals? què és la regla? què és l'orgasme? és dolent tenir relacions sexuals abans de casar-se? què és el control de la natalitat? puc fer servir anticonceptius? què és l'avortament? has avortat alguna vegada? què és l'homosexualitat? i el lesbianisme? quantes vegades heu fet l'amor? ho feu només quan voleu tenir fills o perquè us agrada?

Davant de preguntes com aquestes, segurament molts de nosaltres ens adonarem de la insuficiència, si més no en algun d'aquests temes, dels nostres coneixements. No és res d'estrany si pensem en les dificultats que teníem fins fa ben poc per obtenir informació fidedigna sobre la sexualitat. Avui dia, però, la tenim a l'abast mitjançant els llibres, o publicacions editades per diverses institucions com és ara les que faciliten els Centres de planificació Familiar, etc.

#### 2.3...I algunes respostes senzilles

##### QUE ÉS LA REGLA?

La regla és un fenomen completament normal i que no ha d'alterar el ritme de vida habitual. De vegades pot produir molèsties; si els trastorns són importants, cosa poc freqüent, caldrà consultar el ginecòleg.

##### ÉS EL MATEIX SEXUALITAT QUE REPRODUCCIÓ?

No, es tracta de dos conceptes diferents; sexualitat no ha d'implacar forçosament la reproducció. Cal saber què volem i en quin moment ho volem, assumint les responsabilitats que comporten.

Relacionar-nos, comunicar-nos, intercanviar afecte i plaer és bonic i és important. Tenir un fill, també. Què volem i quan? Aquestes són les veritables qüestions.

##### QUE VOL DIR PLANIFICAR LA NATALITAT,?

Planificar la natalitat vol dir poder decidir lliurement el nombre de fills que es volen tenir i el moment de tenir-los.

##### QUE ÉS L'ANTICONCEPCIÓ?

L'anticoncepció és la manera d'evitar que el coit condueixi a un embaràs, interferint en qualsevol dels mecanismes que el produeixen.

Cal saber que la dona que té relacions coitals de forma regular i no utilitza cap mètode anticonceptiu, té un 80% de possibilitats a l'any que es produeixi un embaràs. Per tant, si no es desitja tenir, cap fill, cal conèixer bé els mètodes anticonceptius existents, amb els seus avantatges i inconvenients, i utilitzar el mètode més adient a la realitat de cada persona.

##### A QUINA EDAT S'HAN DE COMENÇAR A UTILITZAR ELS MÈTODES ANTICONCEPTIUS?

No podem parlar d'una edat determinada, de la mateixa manera que no hi ha una edat per a l'inici de les relacions sexuals.

El primer que cal saber és que una sola relació coital pot produir un embaràs si no hem utilitzat cap mètode per impedir-lo. Per tant, caldria utilitzar algun mètode anticonceptiu des de la primera relació coital, de no ser que vulguem tenir un fill.

##### QUIN ÉS EL MILLOR MÈTODE ANTICONCEPTIU?

No existeix cap mètode anticonceptiu perfecte. Tots tenen els seus avantatges i inconvenients. Podríem dir que el millor mètode és aquell que respon més bé a les necessitats del moment.

A més a més, cal tenir en compte factors com l'edat, la situació personal, l'estat de salut, la freqüència de les relacions coitals, l'actitud de la parella, etc.

Els mètodes anticonceptius més corrents i més segurs són:

- La pastilla
- el dispositiu intrauterí (DIU)
- el diafragma

Aquests dos últims cal combinar-los amb substàncies espermicides.

#### 3. SUGGERIMENTS PER ALS PARES

-És important que veiem com una cosa normal, la curiositat sexual dels nens i per tant, cal que acceptem els seus jocs ja que formen part del seu desenvolupament.

-Donem una educació sexual clara i senzilla, d'acord amb cada etapa en què es troba el nostre fill.

-Si el nostre fill ja té cinc anys i encara no ha mostrat curiositat sexual, seria convenient de parlar-ne amb l'ajut de la bibliografia adient per a la seva edat.

-No convé que cap nen arribi a l'adolescència sense haver parlat amb els pares de temes com la menstruació, les pol·lucions nocturnes, la masturbació, els anticonceptius, l'ejaculació, etc.

-Les normes ètiques de la sexualitat són les mateixes que les del comportament humà: el respecte a les altres persones, als valors essencials de la vida, i assumir responsablement els propis comportaments.

-Hem d'intentar que no els apareguin sentiments de culpa, vergonya o por.

-Cal evitar-los complexos, prejudicis que interfereixen un desenvolupament sexual sa, natural i plaent.

-Recordem que els pares som els seus models de referència quan aprenen a estimar i a respectar.

-Tinguem cura a l'hora d'informar-los; un excés de detalls abans de temps pot confondre'ls i pot ser que els assimilïn de forma incorrecta.

-La tendresa i el respecte pel cos del nen i per les seves necessitats, són les primeres experiències del nen pel que fa a l'amor, i per tant, a l'educació sexual.

-Recordem que impartim educació sexual tant de paraula com amb les nostres actituds.

#### 4. SUGGERIMENTS PER ALS MESTRES

-L'educació sexual hauria de constar en el Pla Anual de centre a partir del parvulari de 4 anys i fins a 8è. Hauria de ser progressiva i continuada.

-S'hauria de procurar tenir sempre contacte amb l'Associació de Pares a fi de poder programar conjuntament xerrades o cursos adreçats als pares, per tal que la informació/formació sigui coherent per als fills.

-Cal tenir cura de no classificar els aspectes sexuals en "bons" i "dolents", i d'insistir en canvi en el respecte de la dignitat de la persona.

-S'hauria de fer servir un vocabulari adient, i acostumar-los perquè l'usin quan calgui. Sense descartar-ne la informació sobre els noms populars, s'ha de desaconsellar-ne el seu ús.

-És necessari ensenyar-los a conèixer el seu propi cos, des d'una perspectiva positiva, sense oblidar de desmitificar-ne els tabús.

-Cal que diferenciïn clarament sexualitat i reproducció.

-Convindria propiciar el diàleg, crear un ambient de llibertat i franquesa.

-Les respostes haurien de ser concretes i veraces, sense fugir d'estudi.

-Seria bo de treballar la fisiologia i l'anatomia a classe, i els aspectes afectius i socio-culturals de manera més àmplia.

## 5. EDUQUEM-LOS PERQUÈ SIGUIN MADURS SEXUALMENT

Els infants són persones sexuals i cerquen descobrir activament la seva sexualitat explorant els seus genitals. En aquest procés, descobriran que els seus òrgans sexuals són una font de sensacions agradables i de plaer. Aquest tipus d'exploració és natural, però cal adaptar-la a fi que el nen sigui acceptat socialment.

De com pares i escola els eduquem, en dependrà la maduresa sexual que tindran quan seran adults.

5.1. Un individu sexualment madur és aquell que:

-acompleixi el seu rol sexual independentment de què la seva "actitud" tingui un caire considerat com "masculí" o "femení".

-Té clars els seus desitjos, respecta els de la seva parella i es preocupa també del seu plaer.

-assumeix les responsabilitats derivades de la seva actitud sexual.

-decideix per sí mateix però té en compte l'opinió de la seva parella.

-és capaç d'estimar, de ser estimat i d'establir una relació d'intimitat amb l'altre.

## 6. BIBLIOGRAFIA

Per als nens...

-CLAESSON, B(1984): **Información sexual para niños.** Ed.Lóñez. Salamanca.

-MAYLE, P(1985): **¿Qué me está pasando?** Ed. Grijalbo

-MAYLE, P(1985): **¿De dónde venimos?** Ed. Grijalbo

Per als adolescents...

-ARTHUR, A(1981): **Els misteris de la vida a l'abast dels infants.** Ed. Nova Terra. Barcelona

-CLAESSON, B(1984): **Información sexual para jóvenes.** Ed.Lóñez.Salamanca.

-COMFORT, S(1980): **El adolescente.** Barcelona. Ed. Blume

Per a consulta de pares i mestres...

-A LO CLARO, Equipo (1983): **La sexualidad a lo claro.** Ed.Popular.Madrid.

-AULA ABIERTA, Equipo(1981): **Sexualidad y vida sexual.** Ed. Salvat. Barcelona.

-COSTA-PAU,R; VENDRELL,E(1980): **La vida comença.** Reforma de la Escuela. Barcelona.

-DEXEUS, S; RIVIERE,M(1976): **Anticonceptivos y control de la natalidad.** Gaya Ciència. Barcelona.

-TSCHORNE, P(1987): **La coeducació a la família.** Full d'Assess. núm.6. FaPaC.

On podem trobar més informació:

-A la col·lecció de fulletons (1981): **La sexualitat humana.** Ed. Àrea de Joventut de l'Ajuntament de Barcelona (Serveis d'Orientació i Informació):

-Núm. 1: "35 qüestions a l'entorn de la sexualitat per a nois i noies de 14 a 17 anys".

-Núm. 2: "Anatomia i fisiologia de la sexualitat".

-Núm. 6: "La sexualitat humana (3). 21 qüestions a l'entorn dels mètodes anticonceptius".

-En els centres de Planificació de la Natalitat. Informació de tots els que hi ha a Catalunya. Telf. 93- 423 56 62.

-En el Servei d'Informació i Orientació sobre Sexualitat de l'Àrea de Joventut de l'Ajuntament de Barcelona. Tlf. 301 12 21/301 14 59, ext. 213.

---

*Autora del text: Patricia Tschorne*