



L'EDUCACIÓ AFECTIVO-SEXUAL EN L'ADOLESCÈNCIA

Març 2023

Mireia Forner Puntonet

Psicòloga especialista en Psicologia Clínica. MsC en Psicologia i Psiquiatria de la Infància i l'Adolescència. Unitat d'atenció a les violències vers la infància i l'adolescència (Equip EMMA), Hospital Universitari Vall d'Hebron. CIBERSAM.

Continguts

- Elements bàsics en el treball de l'educació afectivo-sexual
- Adolescències
- Les relacions afectivo-sexuals en l'adolescència:
 - Característiques
 - Mites
 - Rols i estereotips de gènere
 - Senyals d'alarma per reconèixer relacions afectives no saludables
- Com influeix la pornografia en l'educació afectivo-sexual?
- Com influeix la tecnologia en les violències sexuals?
- Eines per abordar aspectes d'educació afectivo-sexual des de casa. Guies i materials.



Unitat d'atenció a les violències vers la infància i l'adolescència (Equip EMMA).



Resistències...

L'educació afectivo-sexual s'educa.

Ens acompanya al llarg de tota la vida.
És un dret sexual dels NNA.

L'educació afectivo-sexual ajuda a millorar les actituds respecte a la salut sexual i reproductiva, però a més a més contribueix en la prevenció i reducció de la violència i la discriminació de gènere (UNESCO, 2018).

Elements bàsics en el treball de l'educació afectivo-sexual



- No forçar a donar mostres d'afecte.
- Sentir sí, sentir no.
- Parts íntimes del cos.
- Secrets bons i dolents.
- Situacions bandera verda i vermella.
- Bon tracte versus mal tracte.
- Estratègies d'autoprotecció.
- Sexualitat saludable: respecte, confiança, comunicació, consentiment.



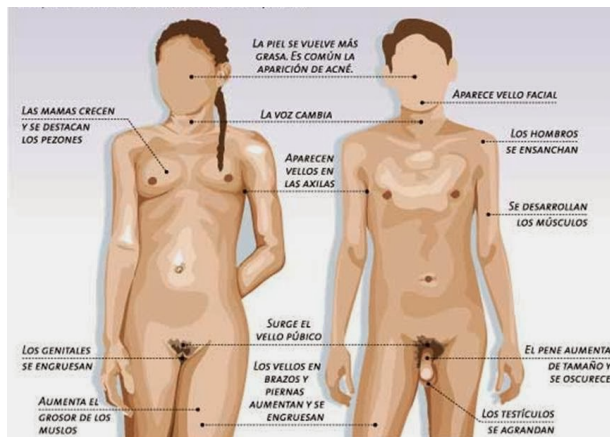
Adolescències

Etapa de canvi, de descobriment de la pròpia identitat i l'autonomia individual.

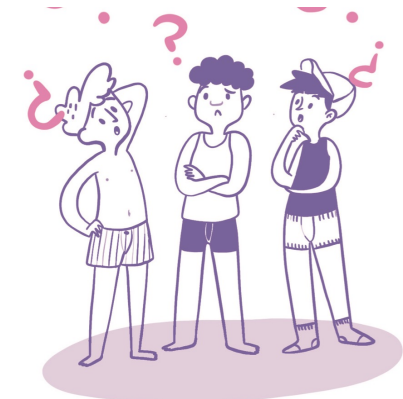
Fenomen biològic, psicològic, cultural i social.

Menarquia

Pubertat



Espermarquia



Adolescències: reflexions

- *Quina va ser la teva adolescència?*
- *Quins valors, espais i vincles van ser importants per a tu'?*
- *Rebies missatges diferents pel fet de ser un noi i una noia?*
- *Quins eren els teus o teves referents?*
- *Recordes alguna discriminació?*
- *Qui et va parlar de sexualitat per primera vegada?*
- *Quines idees sobre la sexoafectivitat vas rebre?*
- *Quins valors s'han mantingut i quins han canviat respecte a l'actualitat?*

Adolescències



- Espai cronològic d'incertesa. Incertesa que a vegades les persones adultes transformem en por i control.
- Molts canvis en poc temps.
- Dol respecte a la infància. Construcció de la identitat. Dirigir-nos a la part infantil o adulta?
- Espontaneïtat.
- Capacitat d'absorció de noves idees i valors (ex. diferents identitats, canvis).
- Plasticitat.
- Vincles amb les persones de la mateixa edat.
- Mirall dels valors imperants en el món adult.
- Necessiten espais propis i diferenciats del món adult (mostra de salut, estar presents tot i la distància).

Adaptació de [Coeducació SCCL i Candela \(2019\)](#)

Característiques de les relacions de parella en l'adolescència

- Intensitat
- Duració i entorn
- Xarxes socials
- A vegades, cicles de control creixents amb certa normalització.
- Falta d'autopercepció com a víctimes o agressors.



Les relacions afectivo-sexuals en l'adolescència



Lliure
Conscient
Segura
Pausada
Recíproca

Mites de l'amor romàntic



Amores sufridos son los más queridos

L'amor pot amb tot.

La mitja taronja.

La gelosia com a mostra d'amor.

Los que se pelean se desean

La fal·làcia del canvi per amor





Rols i estereotips de gènere

Elles



Els

Tasques de cura, reproductives i de submissió.

Socialització: amor al centre, dòcils i dolces.

S'adapata, objecte de consum.

Tasques de producció i protecció.

Amor: protecció, confonent protecció-control.

Poder-control.

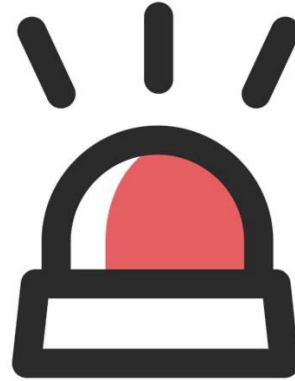
Tòpic del "noi dolent de bon cor".

Amagar el món emocional, la vulnerabilitat: menor comunicació.

Missatges desprotectors

- “No surtis, no hi vagis, queda’t aquí, a prop meu”
- “Fes-me cas a mi, jo sé millor el que tu necessites”, “Això que dius és una tonteria”, “No siguis exagerat/da”
- “Obeeix i calla”, “fes-ho perquè ho dic jo i soc el teu pare”.
- “Defensa’t sol”, “sigues fort”, “no et queixis”
- “No li diguis a la teva mare...”
- No legitimar la violència emocional com a part de les relacions.

Senyals d'alarma



Per reconèixer un vincle nociu (en la parella, la família o una altra relació profunda):

- Control
- Aïllament
- Violència

- Desigualtat

Com influeix la pornografia en l'educació af-sex?

Ficció

Cossos reals?
Actors/actrius?
No es cansen?

Violència

Prevenció ITS?
Anticonceptius?
Respecte?
Consentiment?

Masclisme

Estereotips de gènere:
homes explícita o
implícitament
violents.
Altres
discriminacions.

No afectivitat

No parlen?
No hi ha seducció?
Tot es redueix al
coit?



- *¿Què penses sobre el que estàs veient? ¿Com t'ha fet sentir?*
- Relacions eròtiques reals versus pornografia.
- Explicar els riscos d'utilitzar les tecnologies per lligar (mentides, fer-se passar per un altre...).
- Enviar material sexualment explícit (*sexting*) pot ser un comportament de risc (especialment amb desconeguts, parelles poc estables).

Com influeix la tecnologia en les violències sexuals?



Tips entorn a l'ús de les tecnologies

- **Comunicació oberta:** beneficis i riscos, reflexionar sobre els continguts que pengem, fer èmfasi en el respecte cap els demés (ex. bromes), petjada digital, exemples de situacions.
- **Sensibilitzar sobre continguts no adequats** (violència, discursos d'odi, pàgines pro-anorèxia, autolesions,...).
- **Normes consensuades** sobre l'ús d'internet (ex. contracte).
- Fixar un **temps** per l'ús de dispositius.
- **Sistemes de protecció informàtica:** contrasenyes, antivirus, perfils i configuració privada, controls de parentalitat.
- Recomana a les xarxes acceptar a persones que coneixem i de confiança (no amics/amigues d'altres amistats).
- Pensar abans de compartir, no es pot tornar enrere i perdem el control.



Tips entorn a l'ús de les tecnologies

- **No donar informació:** adreça personal/escolar, horaris, ubicació, targeta de crèdit, contrasenyes. Fotografies, no exposar (cos, parts íntimes). Tampoc penjar fotos dels demés sense el seu consentiment.
- *Youtubers* i publicitat.
- Ordinador en zones comunes.
- Segons l'edat, conèixer els e-mails i contrasenyes.
- **Navegar conjuntament** per conèixer les seves preferències. Compartir els seus coneixements en família.
- **Seguir-nos actualitzant en l'ús de les tecnologies.**
- **Saber dir que NO. Denunciar continguts abusius.**
- Parlar amb els progenitors si rebo alguna **informació que em fa sentir incòmode/a o amenaçat/da.**

Propostes: guies, llibres i webs

Contes/llibres:

- Serrano, L. **El teu cos és teu**
- Sánchez, J. (2022). **Aguamarina. Un conte per acompanyar la sexualitat en la primera infància.**
- Peitx, M. (2018). **El Bru es fa gran.**
- Peitx, M. (2022). **La Mia es fa gran.**
- Sánchez, J. (2020). **Espermarquia. Un conte sobre els canvis en la pubertat, les ejaculacions i el bon tracte.**
- **Estela grita muy fuerte.**
- Salvia, A i Torron, C. (2020). **La regla mola (si saps com funciona).**
- Salvia, A i Torron, C. (2022). **El semen mola (però necessites saber com funciona).**
- El Brian. (2020) **El consentimiento (para niños y niñas). Cómo poner límites, pedir respeto y estar a cargo de ti mismo.**

Contes on-line:

- **Kiko y la mano.** <https://pavlov.psyciencia.com/2016/12/Kiko-y-la-mano.pdf>
- **Ojos verdes.** <https://www.observatoriodelainfancia.es/oia/esp/descargar.aspx?id=4778&tipo=documento>
- **Cata y Benja.** <https://pavlov.psyciencia.com/2016/12/cata-y-benja.pdf>

Propostes: guies, llibres i webs

Guies:

- Ayuntamiento de Burgos, Pepa Horno (2021). **Guía de educación afectivo sexual. Atrévete a sentir, atrévete a cuidar y cuidarte.** https://www.observatoriodelainfancia.es/ficherosoia/documentos/7399_d_guia-educacion-afectivo-sexual-2021.pdf
- Cooperativa Candela **Guia Desaprenem.** Materials pràctics per treball grupal entorn respecte.
- Save The Children (2020). **Tenemos que hablar del porno.** Guía para familias sobre el consumo de pornografía en la adolescencia. https://www.savethechildren.es/sites/default/files/2020-09/Tenemos_que_hablar_del_porno.pdf

Pàgines web:

- **The porn conversation** www.theporconversation.org
- **A mi no m'enganyen InfoK** <https://www.aminomenganyen.cat/index.html>
- **Internet segura 4Kids** <https://www.is4k.es/de-utilidad/recursos/campana-di-no>.
- **Pantalles amigues** <https://www.pantallasamigas.net/canal-youtube-pantallasamigas/>



Conclusions

- L'educació sexual és un dret dels NNA.
- Comunicació oberta.
- Parlar de l'afectivitat i la sexualitat.
- **Prevenió:**
 - Educar en el bon tracte
 - Els drets dels infants
 - Co-educació
 - Educació afectivo-sexual
 - Ús de les tecnologies.
- Abordar aspectes complexos amb esperit constructiu, de diàleg, sense jutjar ni culpabilitzar.

Gràcies



Mireia Forner Puntonet

equipemma@vallhebron.cat

Salut/



C S B

Consorci Sanitari de Barcelona

Ens públic de la Generalitat de Catalunya
i l'Ajuntament de Barcelona