

ÍNDEX

Introducció	3
1. Objectius	3
2. Concepte de sexualitat	3
3. Influències de la cultura patriarcal judeocristiana en la nostra societat	4
4. Plaer i desplaer	5
5. Psicoerotisme	6
6. Característiques del psicoerotisme femení	7
7. Característiques del psicoerotisme masculí	7
8. Desig, atracció i enamorament	7
8.1 Orientació del desig	8
9. Teoria de les afeccions	8
9.1 Vincles afectius	10
9.2 Models bàsics dels vincles afectius	10
9.3 Acabar una relació. El dol	11
9.4 Fases de dol	12
10. Detecció i prevenció d'abusos i d'agressions sexuals a menors	12
10.1 Falses creences entorn dels abusos sexuals	13
10.2 Recomanacions en cas de detectar abusos	14
11. Manual de bones pràctiques. Orientacions i recomanacions	15
12. Recursos didàctics	16
13. Adreces web	19
14. Bibliografia	19

Introducció

L'educació afectivosexual i la coeducació són cada vegada més necessàries en una societat que, malgrat que sembla ben informada, continua mantenint fortes dosis de desconeixement i perpetuant unes relacions desigualtaries. Aquesta desigualtat impedeix que en els dos gèneres es produeixi un desenvolupament integral de la persona i que es fomentin relacions de domini-submissió que poden desembocar en violència de gènere.

Desculpabilitzar el plaer, fomentar la comunicació i el respecte, valorar les diferències, són fites que volem aconseguir amb aquest material. Animam que tot el professorat es converteixi en dinamitzador i transmissor d'aquests continguts.

1. Objectius

- Afavorir i fomentar canvis d'actituds i de valors enfront de la sexualitat potenciant i difonent la conceptualització de la sexualitat com a font de comunicació i plaer.
- Potenciar una construcció de la salut afectivosexual fora dels estereotips de gènere i desculpabilitzar-ne i afavorir-ne el desenvolupament integral.
- Identificar mites, creences i tabús, i destruir-los incorporant realitats i nous enfocaments de les relacions.

2. Concepte de sexualitat

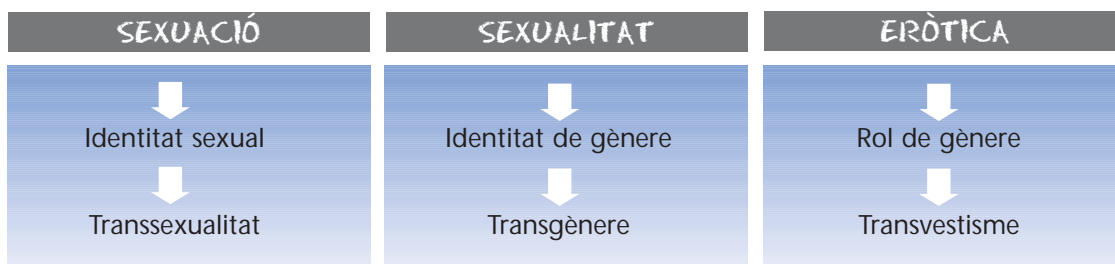
La sexualitat forma part de l'ésser humà (unitat biopsicosocial) des del naixement fins a la mort, i es viu i es manifesta en cada moment de la nostra vida d'un manera diferent.

En els animals la sexualitat té una finalitat reproductiva. En l'ésser humà té a més com a finalitats el plaer i la comunicació. El fi reproductiu en l'actualitat és una opció personal.

NIVELLS	MITJANS	FINALITATS
Biològic	Cos	Reproducció
Psicològic	Persona o persones	Plaer
Social	Codi	Comunicació

La sexualitat es conceptua des de l'experiència, les creences, la moral, la religió, la política, els costums... No hi ha, per tant, un sol concepte de sexualitat.

Totes les persones som éssers sexuals, sexuats i eròtics. És a dir, tenim un sexe biològic, ens vivenciam a través de sentiments i emocions (anomenat sexe biològic) i ens expressam eròticament a través de conductes, gests, comportaments...



Identitat sexual

A partir del sexe biològic, que es determina per uns caràcters físics concrets, cada individu va formant la seva identitat sexual. La construeix a partir del reconeixement i la identificació amb els membres del seu grup social. Som mascle, som femella. Parlam de transsexualitat quan la persona psicològicament se sent del sexe contrari al qual biològicament pertany.

Identitat de gènere

És l'experiència íntima de sentir-se dona o home: és el sexe psicològic. Em sent dona, em sent home. La persona transgènere no rebutja el seu sexe biològic, però s'identifica més amb el rol del sexe contrari.

Rol de gènere

Són els patrons conductuals que cada persona adopta per expressar la seva identitat social. La transvestida és la persona que en determinats moments es transforma en el sexe contrari mitjançant roba, maquillatge...

La persona transsexual, transgènere i transvertida pot tenir una orientació del desig heterosexual, homosexual o bisexual.

Mai no s'ha d'associar la identitat sexual i la identitat de gènere amb una determinada orientació del desig.

3. Influències de la cultura patriarcal judeocristiana en la nostra societat

La nostra cultura forma part de la tradició judeocristiana, que té unes característiques pròpies i que incideixen en la manera de viure la nostra vida quotidiana.

- Un dels aspectes interessants que cal destacar és la divisió entre el cos i l'esperit, i es valora més la part espiritual que la corporal.
- Exaltació del dolor. El dolor està associat a l'amor: "Qui t'estima et farà plorar", "pateix perquè t'estim".

En la dicotomia dolor-plaer, el dolor es valora i el plaer es penalitza. Hi ha por del plaer perquè se l'associa al pecat, a allò immoral, a la culpa, al càstig.



Així com hi ha models de dolor, la tradició no aporta models de plaer.

- És patriarcal i androcèntrica.
- En la tradició judeocristiana les figures estan jerarquitzades i són patriarcals. La màxima jerarquia és masculina i és una figura de llei, ordre, judici, premi i càstig.

La dona apareix com un símbol de seducció, de pecat, culpable de les desgràcies humanes i en el millor dels casos conciliadora i medidora.

Aquests arquetips es reproduïen entorn del mascle-pare, femella-mare en l'estructura familiar clàssica, responen a l'expectativa social quant als sexes, i constitueixen la base d'un sistema de domini-submissió.

Socialment el paper de domini és atorgat al mascle. Els genitals permeten la diferenciació sexual en néixer.

En aquest cas penis i testicles adquireixen un valor simbòlic de poder. És una societat fal·locràtica.

En una cultura de gènere com la nostra, els estereotips mentals, el modelatge afectiu i les actituds de prejudici típiques del patriarcat i del masclisme condicionen el desenvolupament d'una sexualitat sana, lliure, igualitària de totes les persones.

En aquesta societat, la sexualitat és emmarcada dins un model heterosexual, coitocèntric i fal·locràtic.

4. Plaer i desplaer

L'ésser humà per instint cerca situacions de plaer i la seva tendència és evitar les de desplaer.

El plaer i el desplaer són experiències individuals en les quals intervé la personalitat, el record de vivències passades i les influències culturals. Les sensacions de plaer i desplaer són modificables i reeducables, són sensacions susceptibles de canviar al llarg de la nostra vida.

Una de les finalitats de la sexualitat és l'obtenció de plaer, per això és imprescindible conèixer el propi cos, explorar-lo, experimentar diferents sensacions i reconèixer les que ens resulten agradables i desagradables. L'autoerotisme o masturbació és una pràctica que a més de proporcionar-nos plaer ens ajuda a l'autoconeixement.

Així doncs, podem obtenir plaer sexual de manera individual o compartida.

És important no oblidar que cada persona és responsable del seu propi plaer. La cultura de gènere de la nostra societat fomenta sobretot en la dona proporcionar plaer a l'altra persona i oblidar-se d'ella mateixa.

En les relacions igualitàries és essencial ocupar-se de la satisfacció personal i de la satisfacció de l'altra persona.

Per tant, és imprescindible crear espais de comunicació en els quals expressar els nostres desigs, gusts i expectatives que ens permetin un coneixement mutu real, i no basat en la imaginació o en la projecció dels nostres propis gusts.

Qualsevol pràctica sexual és acceptada i saludable sempre que sigui viscuda des de la llibertat, la igualtat i el respecte.

Per tot això és fonamental respectar els límits sota els paràmetres de l'ètica de les relacions amoroses.

L'ÈTICA

- **Ètica del plaer compartit:** ocupar-se de la satisfacció personal i de l'altra persona.
- **Ètica de consentiment:** el teu NO i el meu NO són respectats.
- **Ètica de la responsabilitat:** ser responsables a l'hora d'evitar riscos i d'assumir les conseqüències.
- **Ètica del compromís:** comunicar a l'altra persona el que realment sentim i el grau de compromís que adoptam.

Potenciant aquesta ètica de les relacions es corregirà el biaix de gènere desigualitari encara vigent en la nostra societat.

5. Psicoerotisme

La nostra cultura patriarcal i judeocristiana fa que dones i homes vivenciem la nostra sexualitat i la manera de percebre el món de forma diferent des de la infància.

El concepte de feminitat o masculinitat és una construcció sociocultural i s'hi aglutinen des de la bipolaritat valors, normes i rols; unes formes de percebre, en definitiva, tota una cosmovisió que ens porta a un món de dones i un món d'homes.

El procés de socialització és diferent per a ambdós, els valors que s'ensenyen a homes i dones com a propis de la masculinitat i la feminitat són distints i exclusius.

MASCULÍ = HOMES	FEMENÍ = DONES
fortalesa	debilitat
activitat	passivitat
propulsivitat	receptivitat
rapidesa	lentitud
agressivitat	tendresa

S'educa així ambdós sexes perquè acceptin un paper complementari dins la relació de poder que permeti mantenir-la.

També la ideologia dominant queda plasmada en les vivències corporals, i es desenvolupen, en línies generals, dues formes de percebre les sensacions, les emocions, de manifestar l'erotisme i de comportar-se sexualment.

En l'eròtica femenina i en la vida de la dona té gran importància el que denominam globalitat (sensacions que engloben totes les zones corporals) i en l'eròtica masculina la genitalitat.

La comunicació també té formes diferents. La identitat de l'home es construeix des de la identificació amb els genitals, amb el rol de dominació, amb allò extern, amb el poder que li dóna la seva paraula. És la paraula del poder.

La dona s'expressa amb el seu cos i amb la paraula, ambdós amb fort contingut emocional, i també des del silenci, des del cultiu dels seus sentiments i fantasies dins un espai intimista.

A la dona se li potencia i se li permet més que a l'home l'expressió corporal, la suavitat de moviments i la flexibilitat. El cos li serveix també per mostrar el seu desig, com una manera d'atreure. L'home, al contrari, sedueix més amb la paraula i sol ser rígid i inexpressiu emocionalment.

6. Característiques del psicoerotisme femení

- Gran sensibilitat corporal. Es gaudeix a través de les carícies i de l'afectivitat, i de la tendresa que se'n deriva.
- Desfocalització genital.
- Emocionalitat.
- Tenen molta importància els sentits i les fantasies sexuals. Els rols femenins i el seu paper de "mare" desenvolupen els sentits i se n'extrapola la importància a la vida eròtica. Les fantasies valorades són aquelles de contingut romàntic i sentimental.
- Cultiu de l'espai eròtic interior. Les dones recreen els seus records en la més estricta intimitat.

7. Característiques del psicoerotisme masculí

- La identitat de l'home. La societat patriarcal interpreta i valora de manera sexista el cos de l'home, i atorga simbòlicament als seus genitals un poder social.
- L'eròtica masculina i la percepció de la seva sexualitat se centren més en la genitalitat. El penis i els testicles són elements d'autoestima i poder.
- L'eròtica masculina global.
- Focalització genital. Això es concreta en la dificultat que es té per contactar físicament o rebre una carícia sense desitjar o pressuposar una relació genital.
- Les seves fantasies solen ser coitals, i de vegades valoren el cos de la dona com un objecte de satisfacció personal.

Per potenciar les relacions igualitàries és necessari incorporar una educació afectivosexual integradora, en què es fomenti la genitalitat en la dona i la globalitat en l'home.

8. Desig, atracció i enamorament

En l'adolescència, associats als canvis hormonals i físics, apareixen i es consoliden afectes o emocions amb contingut sexual. Aquests components afectius relacionats directament amb la sexualitat i que ens acompanyen al llarg de tota nostra vida són el desig, l'atracció i l'enamorament.

El **desig sexual** es percep com una necessitat d'obtenir plaer amb el contacte amb les altres o amb si mateix. Aquest interès suposa conductes d'apropament, fantasies, i comportaments que impliquin contacte, tocar i ser tocat, etc.

És molt important identificar, reconèixer i acceptar el nostre desig sexual, tenguí l'orientació que tenguí: homosexual, heterosexual o bisexual, com un procés natural i enriquidor, sense repressions basades en estereotips, expectatives morals, etc.

L'**atracció** implica desig, però s'orienta bàsicament cap a l'objecte del desig, sigui un objecte real o ideal. Sentim atracció quan un objecte sexual concret, sigui real o fantasiat, té una valència eròtica i el nostre desig s'hi dirigeix.

Certament, sentim atracció per molts d'objectes sexuals o persones, però per raons socials o morals ens controlam. O sigui: ens agraden, però no feim res per aconseguir-los. L'atracció

depèn de molts de factors com poden ser: l'orientació del desig, els estímuls programats o apresos socialment, el caràcter novedós, i els models socials dominants, entre d'altres. Tothom pot ser i sentir-se atractiu i eròtic i que l'atreguin models i formes diferents a les establertes socialment.

L'**enamorament** suposa el desig sexual i l'atracció, i és un estat d'encantament. És l'expressió màxima de l'entusiasme sexual i personal per l'altra persona. Aquesta es percep com a única i insubstituïble, i es converteix en l'eix de la seva vida psíquica.

L'enamorament té components sexuals (atracció, passió per posseir-la...), emocionals (desig d'unió íntima i reciprocitat, tendresa...), cognitius (atenció, fantasies, desig de conèixer...) i comportamentals (proximitat, contacte, compromisos...).

Aleshores, quan s'inicia l'enamorament vivim sensacions, emocions i una percepció "especial" de les persones i de les coses. És un període de moltes fantasies i desigs, i s'alteren la percepció de l'espai i del temps, en què el pensament es converteix en obsessiu i el comportament en compulsiu. Enamorar-se produeix plaer i augmenta la nostra autoestima, però també vivim una inseguretat emocional amb una recerca constant de sintonia.

Un factor decisiu de l'enamorament és la seducció, que moltes vegades es produeix de forma inconscient o involuntària; però també es pot mostrar com una cerca intencionada d'atracció eròtica, amorosa, amistosa... En tot cas, els afectes porten una gran riquesa, i és important que es visquin amb entusiasme, fora por i amb responsabilitat i respecte.

8.1. Orientació del desig

Els éssers humans podem tenir una atracció sexual i emocional cap a les persones del nostre mateix sexe (homosexual), del sexe contrari (heterosexual) o d'ambdós (bisexual). L'orientació del desig, amb possibles antecedents més o menys clars, s'especifica i es consolida en l'adolescència. L'atracció implica el desig sexual, les fantasies eròtiques, la vinculació emocional i les conductes sexuals desitjades.

Qualsevol de les orientacions és igual de natural i correcta malgrat els tabús culturals, les valoracions morals i el rebuig social. D'altra banda, l'orientació del desig pot canviar al llarg de la nostra vida.

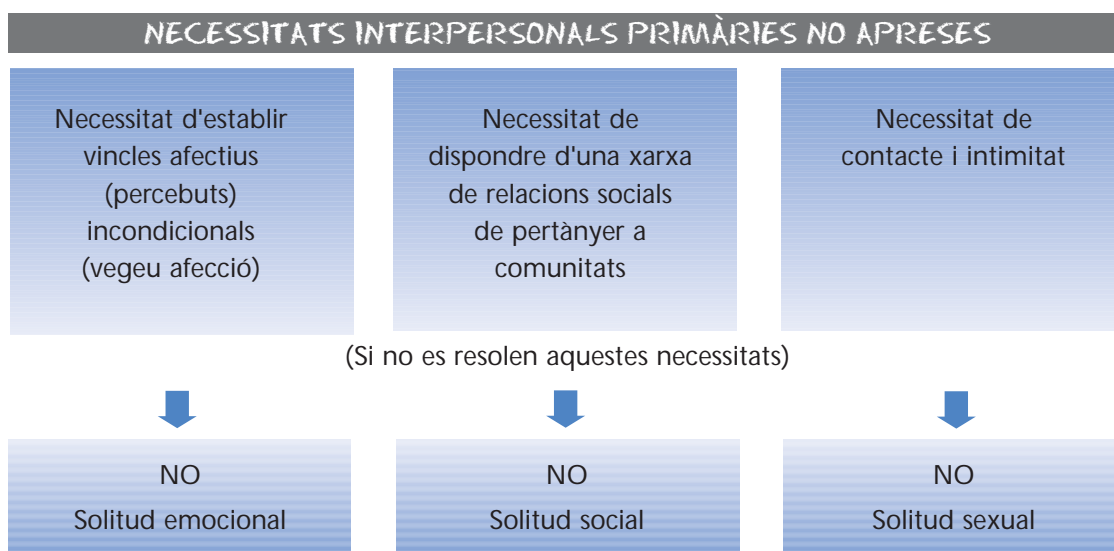
Quan l'orientació del desig no es correspon amb les expectatives socials tradicionalment heterosexuals, sorgeix un conflicte que impedeix viure l'orientació sexual d'una forma natural. La persona aprendrà a callar, a dissimular els seus sentiments, a fingir fins i tot atracció cap a persones del sexe contrari, per poder ser acceptada pel seu entorn. A més a més, tindrà sentiment de culpa, desenvoluparà una baixa autoestima i interioritzarà una valoració negativa de la seva orientació. Ens trobam enfront d'un sistema educatiu heterosexista, que no preveu altra possible orientació.

El sistema educatiu no compleix la seva finalitat d'assegurar un desenvolupament integral de l'alumnat si una part no pot desenvolupar allò més íntim de la seva personalitat, afectivitat i sexualitat en llibertat i responsabilitat. Quan la comunitat educativa no és capaç de respectar les diferents orientacions sexuals, la formació en els valors de respecte i tolerància fracassa.

9. Teoria de les afeccions

L'afecció és entesa com un patró relacional relativament estable. El procés amorós s'entén des dels patrons d'afecció que es formen en la infància i es mantenen al llarg del cicle vital, encara que l'estil d'afecció és dinàmic i pot anar canviant.

La sexualitat humana queda associada ineludiblement a la resolució de la necessitat de contacte i vinculació que forma part de la condició de l'existència humana.



La història afectiva mediatitza la forma en què es configura la parella sexual, com es viu la intimitat amb la parella i com continua o es trenca la relació.

Especialment significativa és la història d'afecció, perquè comporta la formació de patrons de conducta relativament estables que afecten totes les relacions socials i molt especialment les relacions íntimes.

La història i els estils d'afecció estan determinats pel grau de vinculació afectiva que hàgim tingut en la infància, amb les primeres figures, en relació amb el suport, la protecció, l'accessibilitat, la comunicació, les manifestacions d'afecte i l'atenció que ens varen brindar.

ESTILS D'AFECCIÓ: <i>història de l'afecció, model mental i característiques de l'experiència amorosa</i>			
MESURA O ASPECTE	Segur	Evitatiu	Ansiós
HISTÒRIA DE L'AFECCIÓ	Relacions càlides amb la família	Relació freda amb la família i rebuig d'aquesta	Manca de confiança en la família
MODEL MENTAL	Autoestima, les altres persones són ben intencionades, fàcils de ser reconegudes per les altres, l'amor romàntic existeix en la realitat	L'amor romàntic quasi mai no es dona i no dura	Baixa autoestima, no se sent una persona compresa, inicia fàcilment relacions amoroses, l'amor autèntic quasi mai es dona, les altres persones no es comprometen
EXPERIÈNCIA AMOROSA	Sentiments de satisfacció, amistat i confiança	Por de la intimitat, dificultat per acceptar la parella	Obsessió i gelosia, desig d'unió més gran, forta passió, sentiments extrems

9.1. Vincles afectius

L'estil d'afecció influeix en com ens vinculam a les relacions amoroses, a través del nostre grau de compromís, passió i intimitat.

El **compromís** és la decisió personal d'estimar l'altra persona, amb una voluntat expressa de mantenir allò que la parella ha consensuat.

La **passió** és el desig i gaudir de l'experiència sexual.

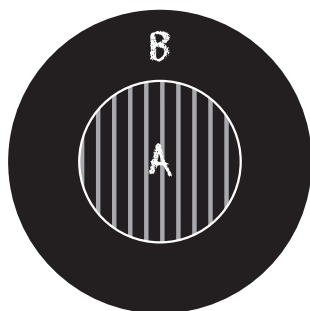
La **intimitat** suposa la comunicació, la comprensió, el respecte, el sentiment de vinculació, el suport emocional i el desig de benestar de l'altra persona.

Des de la perspectiva de gènere hem de tenir en compte que el caire sexista ha establert dos barems diferenciats a l'hora d'interpretar i de vivenciar aquests tres components. La societat, amb el seu sistema de valors patriarcal, consolida aquests barems i potencia amb això les relacions no igualitàries.

9.2. Models bàsics dels vincles afectius

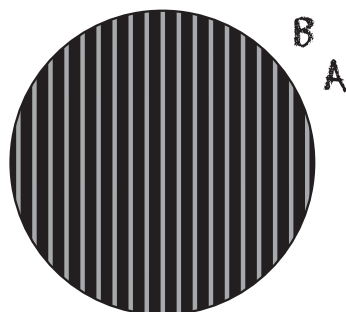
En una relació de dues persones, A i B, podrien establir-se els models de relació següents:

1. Model d'inclusió



En aquest model, A sent que està inclosa en l'espai de l'altra, englobada en el seu. Aquest és el model de rols que durant molt temps s'ha potenciat. Respon a les relacions tradicionals de parella. Aquesta estructura afavoreix les relacions de poder i estimula la dependència. A pot tenir una falta de sentit d'identitat i una dificultat per saber qui és, què vol, què li agrada.

2. Model fusional

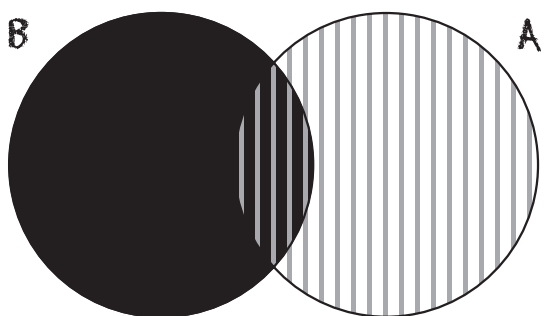


És el model idealitzat que es proposa socialment com a relació de parella durant l'enamorament. Representa la fusió d'una persona en l'altra. Es viu en moments concrets, però no pot

existir com a model de vida. Igual que el model d'inclusió, té poca llibertat personal, però en aquest cas no hi ha consciència d'aquesta falta de llibertat.

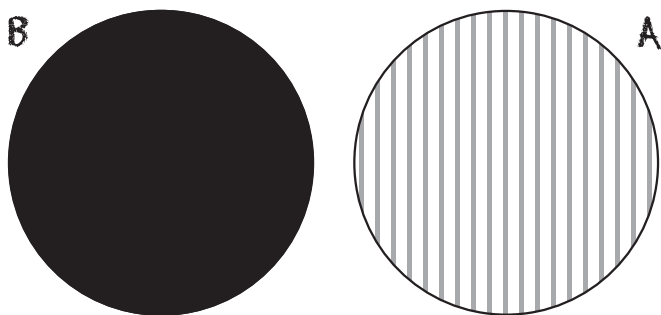
És el model inculcat des dels contes tradicionals de nines, com una imatge amorosa d'eterna felicitat, d'aquí que siguin les dones les que desitgin la consecució d'aquest amor absolut.

3. Model d'interdependència



Aquest model es planteja des d'una relació igualitària. Hi ha un desig de relacions horitzontals. Hi apareix un espai personal no compartit i un espai personal compartit. Implica saber fusionar-se i saber estar separada o separat, combinar la seguretat afectiva i el sentit de la llibertat.

4. Model de separació total



En el model de separació total es desitja mantenir tot l'espai personal, la qual cosa impedeix que hi hagi punts de contacte, cosa que impossibilita la relació. Sol ser l'ideal dels qui volen contactes eventuals i separació immediata.

9.3. Acabar una relació. El dol

El dol és el dolor de la pèrdua. El concepte de dol forma part també del procés amorós. Acceptar la transformació de l'enamorament idealitzat a la vivència d'un amor amb realisme implica un dol. Les crisis amoroses són situacions en què alguna cosa es trenca. El desamor està relacionat amb les expectatives afectives i amoroses. Quan aquestes expectatives es frustren, pot produir-se una ruptura. És un procés difícil, habitualment més llarg del que voldríem, en què es viu un doble dol: amb la parella i amb nosaltres mateixos.

Com més importància es dona al vincle i més dependència emocional hi ha més difícilment s'assumeix la ruptura, fins i tot preferint viure situacions humiliants, de submissió, etc. abans que desvincular-se.

Quan quelcom mor cal fer un comiat i un dol. Cal saber partir i deixar partir.

9.4. Fases del dol



10. Detecció i prevenció d'abusos i d'agressions sexuals a menors

La tendència al contacte i a la vinculació és consistent en l'espècie humana, i també ho és l'impuls d'usar el poder amb els altres éssers humans en benefici propi. El lloc que una persona ocupa en la jerarquia del poder depèn de factors com la força física, l'edat, el càrrec, el sexe, etc. Amb freqüència, es recorre a alguna d'aquestes formes de poder. Això passa en tots els camps, però de forma molt especial en les conductes sexuals, violant, empaitant o abusant servint-se de totes les maneres d'asimetria de poder.

Des del nostre punt de vista, els abusos sexuals són definits a partir de dos conceptes, el de coerció i el d'asimetria d'edat. La coerció (amb força física, pressió o engany) ha de ser considerada, per si mateixa, un criteri suficient perquè una conducta sigui etiquetada d'abús sexual del o de la menor, independentment de l'edat de la persona agressora. La asimetria d'edat suposa un poder que impossibilita una relació igualitària.

Es podria expressar en quatre tipus de categories:

- Incest: Contacte físic sexual realitzat per un familiar, tant si té vincle sanguini com si no.
- Violació: Si l'agressió la realitza un ésser adult, extern a la família.
- Vexació sexual: Quan es realitzen tocaments intencionats a les zones erògenes del o de la menor, o força que aquest ho faci a la persona adulta.
- Abús sexual sense contacte físic: S'hi inclouen els casos d'exhibicionisme d'òrgans o conductes sexuals en presència de l'infant, la seducció verbal i l'empaitament amb l'objectiu que la persona adulta rebi gratificació sexual.

10.1. Falses creences entorn dels abusos sexuals

Per afrontar socialment i professionalment aquest tema, és necessari abandonar les creences errònies que hi ha en forma de prejudicis i que contribueixen a ocultar el problema i a tranquil·litzar els qui no desitgen afrontar-lo:

- Els abusos tenen lloc només en ambients desfavorits.
- No hi ha abusos sense violència física.
- Els abusos només els pateixen les nines.
- Sempre que es descobreixen són denunciats.
- Si ocorreguessin en el nostre entorn ens n'assabentariem.
- Es tracta d'un afer privat en què és millor no ficar-se.
- Són infreqüents.
- L'agressor o l'agressora és una persona malalta psiquiàtricament.
- Són sempre desconeguts, de fora de l'entorn.
- Els familiars no cometem abusos.
- Un llarg etcètera.

Tot seguit us donam una taula en què queden reflectits els senyals que es manifesten en infants i adolescents, i que ens serveixen per detectar un possible abús sexual (segons López, F.).

CONDUCTES, EMOCIONS I INDICADORS FÍSICS DE L'ABÚS SEXUAL			
CONDUCTES	Ed. infantil (0-5)	Ed. primària (6-12)	Ed. secundària
Regressions	•		
Aïllament social	•	•	•
Obsessió per la sexualitat	•	•	•
Coneixement de conductes sexuals	•	•	•
Conducta de seducció	•	•	•
Masturbació excessiva	•	•	
Jocs sexuals amb altres	•	•	
Llenguatge sexual	•	•	•
Mostrar els genitals	•	•	
Agredir altres	•	•	•
Promiscuïtat - prostitució			•
Dificultat per separar-se	•		
Delinqüència		•	•
Robar		•	•
Fugir		•	•
Matrimoni precoç			•
Ús de drogues		•	•
Fer campana			•
Abandonament de l'escola			•
Dificultats per aprendre		•	•
Poca concentració o atenció		•	•
Repetir curs		•	•
Poques relacions amb els/les iguals		•	•

EMOCIONS	Ed. infantil (0-5)	Ed. primària (6-12)	Ed. secundària
Síntomes d'ansietat	•	•	•
Balanceig	•		
Temors nocturns	•	•	•
Por de les persones adultes		•	•
Fòbies		•	•
Obsessions		•	•
Tics		•	
Depressió	•	•	•
Culpa	•	•	•
Idees de suïcidi			•
Intentos de suïcidi		•	•
Baixa autoestima			•
Hostilitat/còlera	•	•	•
Ràbia	•		
Agressió	•	•	
Conflictes amb la família o les amistats	•	•	

INDICADORS FÍSICS	Ed. infantil (0-5)	Ed. primària (6-12)	Ed. secundària
Morats o sangrats genitals	•		
Dolor, picor i olor als genitals	•	•	•
Problemes per caminar o seure	•	•	•
Problemes de la son	•	•	•
Falta de gana	•	•	•
Manifestacions somàtiques	•	•	•
Enuresi	•	•	
Acropesi	•	•	
Mal de panxa	•	•	•
Mal de cap	•	•	•
Embaràs			•

(F. López: *Prevenció de los abusos sexuales de menores y educación sexual*. Pàg. 143-144.)

10.2. Recomanacions en cas de detectar abusos

1. Creure l'infant o l'adolescent i expressar-li afecte.
2. La responsabilitat és de la persona de més edat.
3. Mantenir la calma i valorar que ho hagi comunicat.
4. Posar l'accent que sortirà endavant creant un clima de serenitat i protecció.
5. Assegurar-se que no ha petit ferides.
6. Acceptar els sentiments de l'infant o adolescent.
7. Cercar ajuda i derivar a professionals especialistes o a la xarxa social de suport.

Per treballar la prevenció, hi ha diferents dissenys basats en un programa integral d'educació afectivosexual que preveuen el treball personal i col·lectiu de reforç i foment de l'autoestima,

l'assertivitat, el respecte i el desenvolupament integral del nin o de la nina, amb l'objectiu de reduir la vulnerabilitat de la infància davant les agressions sexuals i, quan no s'han pogut evitar, aconseguir que comuniquin els abusos i rebin ajuda per superar les seqüeles.

11. MANUAL DE BONES PRÀCTIQUES

Orientacions i recomanacions

- Crear espais en què es desenvolupi l'autoestima, assumir una identitat sexual lliure d'elements discriminatoris de gènere i adquirir les habilitats necessàries que els permetin viure la seva pròpia vida sexual de forma sana i responsable.
- Desenvolupar un programa d'educació afectivosexual basat en el respecte als drets i les llibertats de les persones.
- Fomentar un vocabulari precís i no discriminatori que afavoreixi el diàleg sobre temes sexuals a l'interior del grup d'iguals i amb les persones adultes.
- Conèixer tots els recursos existents en la comunitat, així com el protocol que cal seguir en qualsevol dels casos.
- Potenciar actituds d'acceptació enfront de les pèrdues i impulsar debats en què es treballi l'ètica del consentiment, els límits i la responsabilitat.
- Potenciar models relacionals que facilitin i fomentin la igualtat, i tenir en compte diferents cultures, religions, discapacitats, minusvalideses...
- Potenciar una ètica social adoptant actituds d'igualtat, de respecte i de responsabilitat en les seves relacions interpersonals.
- Crear un clima de confiança i confidencialitat en cas de detectar abusos cercant el suport d'altres professionals.
- Considerar algunes actituds com a indicadors de possibles abusos sexuals, tenint en compte que no hi ha símptomes específics que s'hi vinculen.
- Desculpabilitzar les vivències de plaer per poder gaudir del desenvolupament integral de la sexualitat.

12. Recursos didàctics

AD. (1998). *Educar en relación*. Cuadernos de Educación no Sexista, núm. 6. Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales. Instituto de la Mujer.

Recursos didàctics per treballar a educació primària i/o secundària.

AD. (2001). *Prevenir la violencia*. Cuadernos de Educación no Sexista, núm. 7. Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales. Instituto de la Mujer.

Recursos didàctics per treballar a educació primària i/o secundària.

AD. (1999). *En femenino y en masculino*. Cuadernos de Educación no Sexista, núm. 8. Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales. Instituto de la Mujer .

Recursos didàctics per treballar a educació primària i/o secundària.

AD. (2001). *Relaciona*. Una propuesta ante la violencia. Cuadernos de Educación no Sexista, núm. 11. Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales. Instituto de la Mujer.

Recursos didàctics per treballar a educació primària i/o secundària.

AD. (2002). *Tratar los conflictos en la escuela sin violencia*. Cuadernos de Educación no Sexista, núm. 14. Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales. Instituto de la Mujer.

Recursos didàctics per treballar a educació primària i/o secundària.

AD. (1999). *Programa de educación sexual en educación infantil*. Junta de Andalucía.

Contes. Recursos per treballar a educació infantil. Treballa el nostre cos, el nostre origen, les relacions, les joguines i jocs, i aporta una guia didàctica per al professorat.

ASSOCIACIÓ ARCOIRIS. *Què entenen els pares per homosexualitat?* [Fullet.]

BARRAGÁN MEDERO, FERNANDO. (1999). *Programa de educación afectivo-sexual: educación sexual, género y constructivismo*. Consejería de Educación y Ciencia, Junta de Andalucía, Instituto Andaluz de la Mujer.

Recursos didàctics per treballar la salut afectivosexual a educació secundària. Una proposta amb objectius, continguts, metodologia i avaluació. Glossari, bibliografia comentada i diagnòstic dels models d'educació afectivosexual al centre. Són 6 documents electrònics.

CONSELLERIA DE SALUT I CONSUM. *Viu i deixa viure*. Palma: Govern de les Illes Balears. [Fullet.]

EXPOSEX. Exposició itinerant sobre salut afectivosexual.

[Per a informació: Institut Balear de la Dona 971 775 116.]

Recursos per al professorat i per als centres educatius.

HARIMAGUADA. (1994). *Educación afectivo-sexual en la etapa infantil*. Madrid: Consejería de Educación, Cultura y Deportes del Gobierno de Canarias, en col·laboració amb el MEC, MSC i MAS.

Contes. Recursos per treballar a educació infantil. Recurs molt pràctic que conté una guia de formació de mares i pares, guia del professorat, propostes, unitats didàctiques, programació, recursos... Aquest material es troba a molts de centres educatius i als CEP.

HARIMAGUADA. (1994). *Educación afectivo-sexual en la etapa primaria*. Madrid: Consejería de Educación, Cultura y Deportes del Gobierno de Canarias, en col·laboració amb el MEC, MSC i MAS.

Contes. Recursos per treballar a educació primària. Recurs molt pràctic que conté una guia de formació de mares i pares, guia del professorat, propostes, unitats didàctiques, programació i recursos. Aquest material es troba a molts de centres educatius i als CEP.

HARIMAGUADA. (1994). *Educación afectivo-sexual en la etapa secundaria*. Madrid: Consejería de Educación, Cultura y Deportes del Gobierno de Canarias, en col·laboració amb el MEC, MSC i MAS.

Contes. Recursos didàctics per treballar la salut afectivosexual a educació secundària.

Recurs molt pràctic que conté una guia de formació de mares i pares, guia del professorat, propostes, unitats didàctiques, programació i recursos. Aquest material es troba a molts de centres educatius i als CEP.

INSTITUTO DE LA MUJER; MINISTERIO DE TRABAJO Y ASUNTOS SOCIALES. (2003). *Anticonceptivos y sexualidad.* Guías de Salud, I. Madrid: Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales. Instituto de la Mujer.

Recursos didàctics per treballar a educació primària i/o secundària.

INSTITUTO DE LA MUJER; MINISTERIO DE TRABAJO Y ASUNTOS SOCIALES. (2003). *Maternidad/paternidad: el embarazo.* Guías de Salud, II. Madrid: Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales. Instituto de la Mujer.

Recursos didàctics per treballar a educació primària i/o secundària.

INSTITUTO DE LA MUJER; MINISTERIO DE TRABAJO Y ASUNTOS SOCIALES. (2002). *Maternidad/paternidad: el parto.* Guías de Salud, II. Madrid: Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales. Instituto de la Mujer.

Recursos didàctics per treballar a educació primària i/o secundària.

INSTITUTO DE LA MUJER; MINISTERIO DE TRABAJO Y ASUNTOS SOCIALES. *La interrupción voluntaria del embarazo.* Guías de Salud, III. Madrid: Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales. Instituto de la Mujer.

Recursos didàctics per treballar a educació primària i/o secundària.

INSTITUTO DE LA MUJER; MINISTERIO DE TRABAJO Y ASUNTOS SOCIALES. (2002). *Enfermedades de transmisión sexual.* Guías de Salud, IV. Madrid: Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales. Instituto de la Mujer.

Recursos didàctics per treballar a educació primària i/o secundària.

INSTITUTO DE LA MUJER; MINISTERIO DE TRABAJO Y ASUNTOS SOCIALES. (2002). *La consulta ginecológica.* Guías de Salud, VI. Madrid: Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales. Instituto de la Mujer.

Recursos didàctics per treballar a educació primària i/o secundària.

INSTITUTO DE LA MUJER; MINISTERIO DE TRABAJO Y ASUNTOS SOCIALES. (2001). *La mujer y el sida.* Guías de Salud, VII. Madrid: Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales. Instituto de la Mujer.

Recursos didàctics per treballar a educació primària i/o secundària.

INSTITUTO DE LA MUJER; MINISTERIO DE TRABAJO Y ASUNTOS SOCIALES. (2003). *Chicas adolescentes.* Guías de Salud, VIII. Madrid: Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales. Instituto de la Mujer.

Recursos didàctics per treballar a educació primària i/o secundària.

INSTITUTO DE LA MUJER; MINISTERIO DE TRABAJO Y ASUNTOS SOCIALES. (2003). *Familia y reparto de responsabilidades.* Guías de Salud, X. Madrid: Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales. Instituto de la Mujer.

Recursos didàctics per treballar a educació primària i/o secundària.

INSTITUTO DE LA MUJER; MINISTERIO DE TRABAJO Y ASUNTOS SOCIALES. (2003). *Mujer y drogas.* Guías de Salud, XIII. Madrid: Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales. Instituto de la Mujer.

Recursos didàctics per treballar a educació primària i/o secundària.

INSTITUTO DE LA MUJER; MINISTERIO DE TRABAJO Y ASUNTOS SOCIALES. (2003). *La salud mental de las mujeres.* Guías de Salud, XV. Madrid: Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales. Instituto de la Mujer.

Recursos didàctics per treballar a educació primària i/o secundària.

INSTITUTO DE LA MUJER; MINISTERIO DE TRABAJO Y ASUNTOS SOCIALES. (2003). *Anorexia y bulimia*, Guías de Salud, XVI. Madrid: Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales. Instituto de la Mujer.

Recursos didàctics per treballar a educació primària i/o secundària.

INSTITUTO DE LA MUJER. MINISTERIO DE TRABAJO Y ASUNTOS SOCIALES. (2000). *¿Qué hacer en caso de malos tratos o agresión sexual?* Madrid: Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales. Instituto de la Mujer. [Fullets.]

Recursos didàctics per treballar a educació primària i/o secundària.

JAMES, KOTLER. (1986). *Mujer y publicidad en televisión*. [9 min. VHS/DVD. Vídeos. Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales. Instituto de la Mujer.]

Recursos didàctics per treballar a educació primària i/o secundària.

JUNTA DE ANDALUCÍA. *Programa de educación sexual*. Junta de Andalucía.

Una proposta amb objectius, continguts, metodologia i avaluació.

LIENAS, GEMMA. (2004). *El diari vermell de la Carlota*. Barcelona: Empúries.

MEBES, M. (2003). *Ni un besito a la fuerza*. Bilbao: Maite Canal, MTAS, Instituto de la Mujer. *Contes. Recursos didàctics per treballar a educació infantil i primer cicle d'EP. Molt pràctic per treballar l'ètica del consentiment, l'assertivitat, els límits. Material gestionat per l'IBD.*

PEÑA-MARIN, CRISTINA; BELMONTE, CARMEN. (1990). *La mujer en la publicidad*. [24 min. VHS/DVD. Vídeos. Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales. Instituto de la Mujer]

Recursos didàctics per treballar a educació primària i/o secundària.

PROGRAMA DE SALUT AFECTIVOSEXUAL DE L'INSTITUT BALEAR DE LA DONA

INFOSEX: Consisteix en la posada en funcionament d'un servei gratuït d'informació i d'orientació sexual a través del telèfon 901 500 101, mitjançant el qual les dones de les Illes podran plantejar els seus dubtes i les problemàtiques que afectin la seva sexualitat, amb total discreció i respectant l'anonimat de les consultes. Funciona els dilluns i dimecres de 10 a 14 hores, i els dimarts, dijous i divendres de 16 a 20 hores.

CONSULTA ELÈCTRONICA: Aquest servei és complementari a l'anterior i es realitza a través de correu electrònic dirigint-se a l'adreça infosex@terra.es. L'atenció és de 24 hores diàries.

ASSESSORAMENT INDIVIDUALITZAT: Suposa la realització d'entrevistes personals per atendre demandes que per la seva complexitat necessiten una atenció personal.

ELABORACIÓ DE MATERIALS: L'Institut Balear de la Dona edita fullets i díptics informatius amb l'objecte de difondre el programa.

XERRADES INFORMATIVES: De salut afectiva i sexual a instituts i escoles, s'adreça a l'alumnat de primària i secundària i a les associacions de mares i pares (AMPAS) amb demanda prèvia al Tele-Sex: 901 500 101.

FORMACIÓ:

- Cursos i tallers de salut afectius i sexuals (9 hores).

EXPO-SEX: Consistirà en una exposició itinerant arreu d'escoles, instituts, centres culturals, etc., amb una guia pràctica de propostes de feina.

SENDÓN, VICTORIA. (1987). *Ritos iniciáticos*. [15 min. VHS/DVD. Vídeos. Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales. Instituto de la Mujer.]

Recursos didàctics per treballar a educació primària i/o secundària.

URRUZOLA, M.J. (1991). *Aprendiendo a amar desde el aula*. Bilbao: Maite Canal.

Manual per a escolars escrit amb un llenguatge clar i no sexista.

VAZQUEZ, ANGELINA. (1991). *Vivo conmigo: reflexiones sobre sexualidad*. [38 min. VHS/DVD. Vídeos. Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales. Instituto de la Mujer.]

Recursos didàctics per treballar a educació primària i/o secundària.

13. Adreces web

INSTITUT BALEAR DE LA DONA

<http://ibdona.caib.es>

MATERIAL DIDÀCTIC PER TREBALLAR L'EDUCACIÓ AFECTIVOSEXUAL A L'AULA

http://www.juntadeandalucia.es/averroes/recursos/educacion_sexual.php3

http://www.juntadeandalucia.es/averroes/recursos/area_salud.php3

<http://www.juntadeandalucia.es/averroes/recursos/coeducacion.php3>

http://www.juntadeandalucia.es/averroes/publicaciones/3afectivo_sexual.php3

<http://www.xtec.es/~imarias/sexaf2.htm>

<http://www.xtec.es/~imarias/projecte.htm>

<http://www.xtec.es/~imarias/pagwebs2.htm>

<http://www.xtec.es/~imarias/bibsex2.htm>

MATERIAL DE JOVENTUT I SEXUALITAT

<http://www.mtas.es/injuve/index.htm>

<http://www.mtas.es/injuve/biblio/estadistica/sondeos>

<http://www.mtas.es/injuve/biblio/estadistica/sondeos>

http://www.mtas.es/injuve/biblio/estudio_injuve/estudiospdf/videojuegos/introduccion1.5.pdf

<http://www.cje.org/publicaciones.nsf>

<http://www.cje.org/publicaciones.nsf>

<http://www.cje.org/publicaciones.nsf>

<http://www.cje.org/publicaciones.nsf>

DOCUMENTS DONA I SALUT

<http://www.mtas.es/mujer/mcifras/principa.htm>

http://www.obsym.org/docsuser/rev2_4.pdf

<http://www.gencat.net/sanitat/depsan/units/sanitat/html/es/dir91/cssexu0.htm>

<http://www.eduso.net/MUJER/DOCUMENTACION/>

http://www.interactiva.org/Dir/I/Catal%C3%A0/Medicina_i_salut/Salut_de_la_dona/

<http://www.siicsalud.com/tit/1525.htm>

<http://www.mediweb.com.mx>

<http://forteza.sis.ucm.es/profes/maparicio/Mujer%20y%20Salud.htm>

<http://mys.matriz.net/>

<http://www.obsym.org>

ALTRES DOCUMENTS

<http://www.savethechildren.es/organizacion/abus.htm#materiales>

<http://www.psicopedagogia.com/articulos/?articulo=364>

<http://jcpintoes.en.eresmas.com/index1.html>

<http://fresno.cnice.mecd.es/respuestaenred/BIBLIOGRAFIA.htm>

<http://www.bienestarsocial.net//Documentos.htm>

<http://www.noah-health.org/spanish/sexuality/spsexuality.html>

<http://www.abcsexologia.estilismo.com>

<http://sexualud.terra.com/sexualud/scripts/index.cgi>

14. Bibliografia

AD. (2002). *Educar en valores. El respeto a la diferencia por orientación sexual. Homosexualidad y lesbianismo en el aula*. Gijón: Xenté Gai Astur.

Activitats molt concretes per treballar l'orientació del desig i la no-discriminació a l'educació secundària. Molt pràctic. Estudi i propostes per treballar el dol.

ALTABLE, CHARO. (2000). *Educación sentimental y erótica para adolescentes. Más allá de la igualdad*. Enfoques en Educación. Madrid: Miño y Dávila Editores.

Molt interessant per treballar en els darrers cursos d'EP i d'ES. Tallers i activitats per treballar l'afectivitat i la sexualitat no coitocèntrica.

ARRUABARRENA, M.I.; DE PAUL, J. (1999). *Maltrato a los niños en la familia. Evaluación y tratamiento.* Madrid: Pirámide.

Avaluació i tractament d'un maltractament.

BARRAGAN MEDERO, F. (1991). *La educación sexual. Guía teórica y práctica.* Barcelona: Paidós. *Conté mites sobre educació sexual, evolució, metodologia i objectius de l'educació sexual.*

BERDÚN, LORENA. (2000). *En tu casa o en la mía. Todo lo que los jóvenes quieren saber para un sexo sin duda.* Madrid: Aguilar.

Recull de preguntes i respostes per a adolescents i joves sobre sexualitat.

Continguts teòrics i indicadors per a la detectació i l'orientació per treballar el tema dels abusos sexuals a menors.

FERNÁNDEZ, JUAN. (coord.) (2000). *Intervención en los ámbitos de la sexología y de la gero- logía.* Madrid: Pirámide.

Discurs teòric descriptiu i històric sobre les dues ciències: generalogia i sexologia.

FERNÁNDEZ, JULIÁN. (2003). *Hombres sin temor al cambio.* Estudios de Sexología, núm. 9. Salamanca: Amarú.

Nous plantejaments d'un canvi en els rols masculins cap a unes relacions igualitàries. Teòric.

FUERTES, A.; LÓPEZ, F. (1997). *Aproximaciones al estudio de la sexualidad.* Estudios de Sexología, núm. 8. Salamanca: Amarú.

Contingut teòric del fet sexual humà, l'afectivitat i les relacions.

LÓPEZ, FÉLIX; et al. (1994). *Historia familiar y de apego.* Cuadernos de Medicina Psicosomática. Madrid: Nuevas Creaciones Médicas.

Formació de les afeccions i la seva tipologia. Teòric.

LÓPEZ, FÉLIX. (1999). *La inocencia rota. Abusos sexuales a menores.* Punto de Encuentro. Barcelona: Océano.

Indicadors pràctics per prevenir i detectar una agressió sexual a menors.

LÓPEZ, FÉLIX. (1999). *Prevención de los abusos sexuales de menores y educación sexual.* Estudios de Sexología, núm. 4. Salamanca: Amarú.

LÓPEZ SÁNCHEZ, F. (1995). *Educación sexual de adolescentes y jóvenes.* Madrid: Siglo XXI.

Treballa les habilitats de comunicació i l'autoestima.

PÉREZ, M.; BORRÁS, J.J. (1996). *Sexo a la fuerza.* Madrid: Aguilar.

Propostes per evitar violacions, abusos sexuals, agressions, etc. Teòric amb una succinta part pràctica.

SANZ, FINA. (2002). *Los laberintos de la vida cotidiana.* Barcelona: Kairós.

SANZ, FINA. (1995). *Los vínculos amorosos. Amar desde la identidad en la terapia de reen- cuentro.* Barcelona: Kairós.

Continguts teòrics i exercicis terapèutics de la formació dels vincles afectius, la seva tipologia, i del dol.

SANZ, FINA. (1990). *Psicoerotismo femenino y masculino. Para unas relaciones placenteras, autó- nomas y justas.* Barcelona: Kairós.

Analitza les diferències entre el psicoerotisme masculí i el femení en el marc de la cultura judeocris- tiana. Selecció d'exercicis d'autoajuda i de reforç de l'autoestima.

SORIANO, SONIA. (1999). *Cómo se vive la homosexualidad y el lesbianismo.* Estudios de Sexología, núm. 7. Salamanca: Amarú.

Discurs teòric amb indicacions per treballar el tema de l'homosexualitat.