

EDUCACIÓN AFECTIVO SEXUAL PROGRAMA PARA PADRES Y MADRES

Cada etapa evolutiva trae consigo diferentes retos educativos. Entendiendo a la familia como pilar principal en la educación de los menores, se propone una sesión formativa para aportar los conocimientos necesarios a la hora de conversar y educar a los chicos y chicas en esta etapa vital importante: la pubertad

La pubertad pone fin a la infancia y a su vez es la antesala de un periodo nuevo para la persona, la adolescencia, que le acercará a la vida adulta. La sexualidad acompaña al ser humano desde el nacimiento hasta la vejez, teniendo cada etapa sus características propias. Esto conlleva que conforme la persona evoluciona, vaya experimentando sensaciones e intereses diferentes respecto a su propia sexualidad. En esta etapa, se hace especialmente importante la educación en los cambios que se experimentan tanto a nivel físico como psicológico. Estar preparados como padres y madres para guiarles, nos convierten personas referentes frente a otras fuentes de información que en ocasiones no son deseables.

Los temas que se plantean con el objetivo de dar una formación adecuada son los siguientes:

1. La pubertad

Objetivos:

- Dar a conocer las características propias de esta etapa.
- Comprender los cambios físicos esperados.
- Abordar los cambios de pensamiento que surgen en la pubertad.

2. Los intereses

Objetivos

- :-Conocer los temas que más interés despiertan en esta edad.-
- Acompañar a los hijos e hijas en su curiosidad hacia la sexualidad.

3. La sexualidad en esta etapa

Objetivos:-

- Conocer las ideas que tienen acerca del sexo y el amor.-
- Educar en una sexualidad positiva.
- Entender las relaciones afectivas y sexuales en los jóvenes.

¿Qué deben saber a esta edad?

Objetivos:

Conocer la información necesaria que debemos aportar a los chicos sobre sexualidad.

Conocer la información necesaria que debemos aportar a las chicas sobre sexualidad.

5. La comunicación en la familia

Objetivos:

-Aprender técnicas de comunicación eficaces en el entorno familiar.-Instaurar un estilo de comunicación bidireccional en el hogar.

-Conocer los errores más típicos en la comunicación.6.Introducción a la adolescencia

Objetivos:

-Conocer las características actuales de la adolescencia

-Fomentar la empatía en el hogar.

-Mantener la comunicación con el adolescente para minimizar el distanciamiento propio de la edad.

Nuria Pozueta

Psicóloga infanto juvenil.