

ELENA CRESPI I ASENSIO

PARLEM DE SEXE A CASA

Guia per una bona educació sexual i afectiva

Eumo Editorial

© 2014, Elena Crespi i Asensio
© d'aquesta edició: Eumo Editorial
C. Dr. Junyent, 1. 08500 Vic
www.eumoeditorial.com - eumoeditorial@eumoeditorial.com
—Eumo és l'editorial de la UVic-UCC—

Primera edició: març de 2015
Segona edició: març de 2023

Il·lustració de la coberta: © turn_around_around - stock.abobe.com
Disseny de la coberta: Control Z - Comunicació

Maquetació: Víctor Igual
Imprès a Liberdúplex

Dipòsit legal: B 4239-2023
ISBN: 978-84-9766-802-6

Queda rigorosament prohibida sense autorització escrita de l'editor qualsevol forma de reproducció, distribució, comunicació pública o transformació d'aquesta obra, que serà sotmesa a les sancions establertes per la llei. Podeu adreçar-vos a Cedro (Centro Español de Derechos Reprográficos, www.cedro.org) si necessiteu fotocopiar o escanejar algun fragment d'aquesta obra (www.conlicencia.com; 91 702 19 70 / 93 272 04 47).
Tots els drets reservats.

Índex

1. Què hi trobareu, en aquest llibre?	7
Com està pensat aquest llibre?	9
Anècdotes, aprenentatges i reflexions	11
 2. Bases de l'educació afectiva i sexual	13
«Hem de parlar de sexe amb els nostres fills?» / Quan es fa educació afectiva i sexual?	15
«És o no és important la sexualitat per a l'aprenentatge de la canalla?» / L'educació afectiva i sexual: un pilar més de l'educació dels fills.	24
«L'educació afectiva i sexual només inclou el sexe?» / Els ingredients bàsics de l'educació afectiva i sexual	28
 3. Infantesa: l'inici de tot plegat	35
«Què passa quan els nostres fills són petits?» / Les fases de la infantesa	38
«Cada cosa pel seu nom» / Ser clars amb ells des de ben petits	43
«La meva filla petita es toca»	47
La descoberta de la sexualitat	48
«Els nens juguen a metges amb els amics» / La curiositat sexual.	53

«Ens ha enxampat al llit»	57
El joc de l'amor	58
«Com li explico... d'on vénen els nens?»	63
La reproducció, una de les funcions de la sexualitat	64
«No agafis caramels d'un desconegut»	68
Prevenció d'abusos	69
 4. Adolescència: quan la sexualitat es vol compartir	 75
 «Tinc un adolescent a casa... Què passarà ara?» / Pubertat i adolescència van agafades de la mà, però no són el mateix	 78
«Si li parlo de sexe... començarà abans?»	85
Diàleg i educació	86
«He vist la meva filla fent-se petons amb algú al portal de casa...»	91
De la incredulitat a la comprensió	92
«La meva filla ha tancat la porta de l'habitació, i no està sola...»	98
La intimitat dels adolescents	99
«He trobat preservatius a la motxilla del meu fill» . . .	105
La confiança entre pares i fills	106
«El meu fill no vol parlar de sexe amb mi»	113
Els límits de l'educació afectiva i sexual	114
«La meva filla s'ha quedat embarassada»	120
La gestió de situacions inesperades	122

5. Estereotips i prejudicis:	
situacions fora de l'habitual?	131
«Al meu fill no li agraden ni el futbol ni les motos» . .	134
Estereotips de gènere	135
«El meu fill m'ha dit que és gai».	145
L'orientació sexual dels fills	146
«La parella de la meva filla és d'una cultura	
molt diferent»	157
L'amor i les relacions interculturals	160
 6. El perquè de tot plegat	 169
«Per a què ens serveix la sexualitat?»	172
«Per què homes i dones vivim la sexualitat	
de manera tan diferent?»	176
«Els pares i mares hem de predicar amb	
l'exemple»	182
«El xoc de trens: la sexualitat d'avui i d'ahir... tan	
diferents?»	185
«Els mateixos dubtes de sempre»	189
«A quina conclusió arribem?»	192
 Bibliografia	 195

1

Què hi trobareu, en aquest llibre?

Aquest llibre pretén ser una petita guia de supervivència per encarar una faceta de la vida dels nostres fills que als pares, sovint, se'ns fa feixuga i per a la qual ens sentim inexperts: la seva educació afectiva i sexual.

A mesura que creixem, anem aprenent, de mica en mica, a fer tot allò que ens pertoca, però no tenim cap llibre d'instruccions. I això fa que ens sentim poc hàbils per enfrontar-nos a algunes àrees de la nostra vida, sobretot aquelles més íntimes.

La sexualitat forma part d'una d'aquestes esferes més íntimes de la nostra vida. Primer, com a persones, ens toca aprendre a moure'ns per aquest terreny d'arenas movedisses pel qual no ens ha ensenyat a moure'ns ningú. Un terreny en què juguen moltes parts del nostre cos però també del nostre cap. Després, hem d'ajudar els nostres fills a navegar-hi quan, molt sovint, nosaltres encara no hi sabem caminar amb pas ferm.

Aquí parlarem d'educació afectiva i sexual perquè intentarem mostrar que la sexualitat no només està formada per allò més explícitament sexual, sinó que també hi ha una part important dels nostres afectes barrejada en aquest còctel.

Com està pensat aquest llibre?

El llibre el construeixen cinc blocs que ens ajudaran a entendre com hem d'enfocar la sexualitat i l'afectivitat a

casa per tal que els nostres fills les visquin amb naturalitat i aprenguin a integrar el seu món afectiu i sexual de la millor manera possible. Els blocs que hi trobareu són:

- **Bases de l'educació afectiva i sexual.** On n'assen-tarem les bases: reflexionarem sobre la seva impor-tància i parlarem dels ingredients més importants que la configuren.
- **Infantesa: l'inici de tot plegat.** On enfocarem les primeres etapes de la sexualitat dels fills: la seva in-fantesa. I veurem quines coses ens poden passar i com les hem d'encarar per ajudar-los a superar aquesta fase.
- **Adolescència: quan la sexualitat es vol compartir.** On treballarem una de les etapes més importants en la vida d'una persona, sobretot quan parlem de descobriments sexuals. Veurem situacions que ens poden resultar familiars o que poden aparèixer quan els fills són adolescents, i donarem pautes per fer front a tot allò que està passant.
- **Estereotips i prejudicis: situacions fora de l'ha-bitual?** Bloc que reservem per a situacions que en-cara són especials o delicades i de les quals, sovint per la nostra mirada d'adults, en fem un judici que pot ser precipitat. Prejudicis o estereotips que ens espanten i que, si aprenem a encarar-los millor, po-den ajudar-nos a entendre més bé els nostres fills.
- **El perquè de tot plegat.** Bloc final on valorarem tot el recorregut fet, reflexionarem sobre la utilitat de la sexualitat i avaluarem per què és un terreny tan important en les nostres vides i en les dels fills.

Anècdotes, aprenentatges i reflexions

Una de les eines que utilitzarem seran les anècdotes, colleccionades al llarg de la meva experiència. Veient què pot succeir en cada etapa tindrem en compte com la podem viure sense por i amb pas ferm.

Hem recollit dubtes que ens han expressat mares i pares sobre l'educació afectiva i sexual dels seus fills, i els hem utilitzat per donar nom a alguns dels capítols i subapartats. Pensem que aquestes frases, que trobareu entre cometes, reflecteixen les pors i els interrogants de moltes famílies.

A més, entre les anècdotes i les explicacions, us proposem algun exercici de reflexió. Aquest llibre pretén ser interactiu i cal mobilitzar les vostres ganes d'aprendre més coses sobre l'educació dels vostres infants i adolescents. Per això és important reflexionar sobre les propostes que no fem i valorar com les podríeu aplicar en la vostra vida quotidiana i amb els vostres fills. Us deixem espais en blanc per als que vulgueu anotar les reflexions al llibre mateix i, per als qui no vulgueu guixar els fulls d'un llibre, us recomanem que busqueu paper i bolígraf i ho anoteu igualment. De vegades, quan apuntem les coses, les tornem a llegir, les repensem i millorem allò que havíem pensat i apuntat per primer cop. A més, el fet de deixar alguna cosa per escrit, ens permet recordar-la millor. Per tant, us convidem a personalitzar el llibre i fer-lo únic amb les vostres reflexions, aprenentatges i les propostes que vosaltres mateixos, com a pares i mares, vulgueu fer per als vostres fills.

Desitgem que gaudiu de la lectura i que en pugueu treure profit.