

COMO FALAR COS NOSOS FILLOS/AS DE SEXUALIDADE?

Normalmente, ante a pregunta de como falar cos nosos fillos/as de sexualidade a resposta máis frecuente vai encamiñada á información sexual, encamiñada sobre todo á adolescencia e á prevención de embarazos e enfermidades. Non obstante, isto non parece que estea sendo todo o eficaz que nos gustaría e é que a información sexual non é suficiente e non pode transmitir o máis importante: lograr que as persoas teñan condutas e actitudes positivas cara a sexualidade.

E isto faise desde a casa, facer educación sexual é máis formar, que informar, persoas responsables, capaces de asumir actitudes positivas nas súas relacións cos outros.

Educación sexual non é só falar de métodos anticonceptivos, masturbación ou enfermidades...

Educación sexual é comprender a sexualidade coma un valor positivo que temos todas as persoas, coma un proceso básico para a vida e o san crecemento das persoas, entender o feito de construírmonos como seres únicos, como home e como muller, entender o desexo, a autoestima, as emocións, a responsabilidade, o autocuidado, a erótica...

A sexualidade é unha faceta humana que forma parte da totalidade do individuo xa desde o momento do noso nacemento, a nosa parte biolóxica que se entrelaza coa psicolóxica e a social interactuando indivisiblemente e particularmente as unhas coas outras.

É por iso que a familia, constitúe o elemento máis importante na educación afectivo-sexual das persoas, pero non obstante tendemos a pensar que debemos comenzala na adolescencia sen ser conscientes de que **educamos sexualmente aos nosos fillos e fillas desde que nacen, aínda que non sexamos conscientes diso.**

Poderemos falar de como traballar o tema desde a casa, adaptándonos a cada unha das diferentes etapas evolutivas dos nosos pequenos/as.

Este tema adoita resultar dificultoso de tratar cos nosos fillos, é por iso que vos propoñemos un encontro para FAMILIAS no IES do Milladoiro o día 3 de decembro de 16.45 a 17.45 , co obxectivo de suscitar debate e reflexión e invitarvos a abordar este tema desde a casa xa que os auténticos protagonistas da educación sexual dos vosos fillos sodes vós, os que mellor os coñecedes.

Espero poder ter a oportunidade de coñecervos e compartir dúbidas e inquietudes sobre este tema tan importante no desenvolvemento dos vosos fillos/as, teñan a idade que teñan.

Belén Montesa Lou, Psicóloga, Sexóloga y terapeuta familiar Col : G - 4928