

HEZIKETA SEXUALA ETXEETAN/ LA EDUCACIÓN SEXUAL EN CASA INFORMAZIO LAGUNGARRIA/ INFORMACIÓN ÚTIL

1.
Se dice que ser natural es que no nos dé vergüenza hablar de ciertas cosas, pero ser natural es ser natural, ser como cada uno es. Si da vergüenza, y si no se sabe que decir no se sabe que decir, porque lo importante es que cada uno sea como es.
2.
Independientemente del tema, el mensaje analógico es importante que los-as jóvenes noten que "me importa lo que les pasa y voy a ayudarte siempre".
3.
Es interesante tener libros u otros materiales de educación sexual para que puedan ojearlos. Si le da su hijo-a un libro, léalo con él-ella.
4.
Cuando llegan las preguntas, es más importante QUIÉN pregunta que lo que pregunta. Si desconoce la respuesta, un recurso puede ser la búsqueda de información con su propio hijo-a.
5.
No se preocupe de transmitir demasiada información a su hijo-a. Usted puede contarles tanto como ellos quieran saber, sin más límites que la atención que deseen prestarle a usted.
6.
Una forma de conocer mejor lo que saben sus hijos-as puede ser adentrándose por un momento en su mundo y desde allí ir matizando aquello que han visto, han oído, han leído, etc.
7.
No se creen que si su hijo-a no pregunta es porque no tiene curiosidad. Si no hacen preguntas, háblele usted del tema. Aproveche momentos cotidianos (televisión, revistas, situaciones concretas,...)
8.
Los padres y las madres son un modelo de pareja del que los-as hijos-as también aprenden. Si usted demuestra p.e. cariño y apoyo a su pareja, el niño-a aprenderá a comportarse bien en las relaciones interpersonales. Cuando le hable de anatomía y de conductas sexuales, háblele también de afecto.
9.
Mostrarse abierto y disponible a las preguntas fomenta la curiosidad de los-as hijos-as. Diga a sus hijos-as que pueden preguntarle lo que quieran, incluyendo la sexualidad.

BIBLIOGRAFÍA

PARA PADRES Y MADRES

- ***Cómo hablar de sexualidad con sus hijos***. Viviane Hiriart (Ed Paidós, 2006)
- ***La educación sexual de los hijos***. Félix López (Ed. Pirámide, 2006)
- ***Para comprender la vida sexual del adolescente***. Félix López y Angel Oroz Torres (Ed. verbo divino, 1999)
- ***Educando en Sexualidades***. Carlos de la Cruz

PARA ADOLESCENTES

- ***La guía sexual de Titeuf***. Zep, helene Bruller (Ed. Salvat editores SA, 2002)
- ***El libro de la regla***. Karen Gravelle y Jennifer Gravelle (Ed. Medici)
- ***El diario rojo de Carlota***. Gema Lienas (Ed. Planeta, 2004)
- ***El diario rojo de Flanagan***. Andreu Martin (Ed. Planeta, 2004)

PARA NIÑOS Y NIÑAS

- ***Crhysalis guida didaktikoa***.
- ***Neskak eta mutilak liburua***
- ***Pirritx, porrotx eta Marimototsen familien kartak***

MATERIAL AUDIOVISUAL

- ***Mi sexo sentido*** (dokumentala)
- ***Neskak eta mutilak*** (bideoak)

Egilea:

BIKO ARLOAK

bikoarloak@gmail.com

www.bikoarloak.com