



# HABLAMOS DE EDUCACIÓN AFECTIVO-SEXUAL

## Formación para familias

Plan estratégico de Inteligencia Emocional y Bienestar Socioemocional de la comunidad educativa de Castilla-La Mancha



Castilla-La Mancha



Programa Financiado por el Ministerio de Educación y Formación Profesional

# SESIÓN 2

## RECORDATORIO

[actividades@sedra-fpfe.org](mailto:actividades@sedra-fpfe.org)

Plan estratégico de Inteligencia Emocional y Bienestar Socioemocional de la comunidad educativa de Castilla-La Mancha



Programa Financiado por el Ministerio de Educación y Formación Profesional

# RECORDATORIO

- La sexualidad es una dimensión **amplia**
- La sexualidad es una dimensión **educable**
- La educación afectivo-sexual tiene **objetivos ambiciosos**
- Las familias tenemos un **papel imprescindible** en la educación afectivo-sexual
- **No es posible no hacer** educación afectivo-sexual

Formal / No formal

Intencional / No intencional

Plan estratégico de Inteligencia Emocional y Bienestar Socioemocional de la comunidad educativa de Castilla-La Mancha



Programa Financiado por el Ministerio de Educación y Formación Profesional

# RECORDATORIO

## EDUCACIÓN AFECTIVO-SEXUAL es:

Ofrecer un mapa de valores  
Atender a lo estructural  
Hablar sobre temas  
Responder preguntas  
Acompañar en dificultades

## PARA:

- Ayudarles a responderse
- Ayudarles a tomar decisiones autónomas y coherentes
- Ayudarles a ser más felices

Plan estratégico de Inteligencia Emocional y Bienestar Socioemocional de la comunidad educativa de Castilla-La Mancha



Programa Financiado por el Ministerio de Educación y Formación Profesional

# RECORDATORIO

## MIRAR HACIA DENTRO



Mi propio mapa  
Conjugarlo con mapas de pareja, familiares, etc.  
Mapas sociales (convenidos y no convenidos)

**ESCENA: FUCKING AMAL**

Plan estratégico de Inteligencia Emocional y Bienestar Socioemocional de la comunidad educativa de Castilla-La Mancha



Programa Financiado por el Ministerio de Educación y Formación Profesional

## FUCKING AMAL

¿Cuál es mi **mapa**?

¿Qué mapa voy a **compartir**?

¿Cómo llevo/llevaría la **transgresión** de ese mapa por parte de mis hijos/as?

¿Existe **coherencia** entre lo que digo y lo que hago?

# LO ESTRUCTURAL

Plan estratégico de Inteligencia Emocional y Bienestar Socioemocional de la comunidad educativa de Castilla-La Mancha



Programa Financiado por el Ministerio de Educación y Formación Profesional

# LO ESTRUCTURAL

Contacto físico: imprescindible para el buen desarrollo de las personas (besos, caricias, abrazos, gestos de cariño). Nos relacionamos con las demás personas a través del cuerpo: intimidad.

**Enseñar a dar y recibir cariño, demostrar apoyo incondicional, hacerles sentirse seguros/as en sus pasos y decisiones, hacer que se sientan queridos/as y aceptados/as. Enseñarles a amar y dejarse amar, respetar, ilusionarse, tolerar la frustración, descubrir que las otras personas pueden sentir y desear cosas diferentes, intentar aprender a convivir, a respetar las diferentes, gestionar deseos, negociar preferencias, etc.**

Plan estratégico de Inteligencia Emocional y Bienestar Socioemocional de la comunidad educativa de Castilla-La Mancha



Programa Financiado por el Ministerio de Educación y Formación Profesional



# LOS TEMAS DE LOS QUE HABLAMOS

Plan estratégico de Inteligencia Emocional y Bienestar Socioemocional de la comunidad educativa de Castilla-La Mancha



Castilla-La Mancha



Programa Financiado por el Ministerio de Educación y Formación Profesional

# LO ESTRUCTURAL

- **Sexualidad amplia**

## **Temas relacionados con los aspectos biológicos, psicológicos y sociales de la sexualidad**

Identidad - Cuerpo - Genitales - Deseos - Placer - Amor - Enamoramiento - Orientación del deseo  
Encuentros eróticos - Primeras veces - Relaciones de pareja - Grupo de iguales - Maternidad/paternidad -  
Anticoncepción - Interrupción del embarazo - Infecciones de transmisión sexual - Derechos - Roles de género - Cuestiones legales

## **Componente conceptual / actitudinal / comportamental**

### **IMPORTANTE**

**Adelantarnos. A veces la pregunta no queda formulada y necesitan saber (necesidades)**

**Aprovechar lo cotidiano (tirar cañas)**

**Anticipar explicaciones a experiencias**

Plan estratégico de Inteligencia Emocional y Bienestar Socioemocional de la comunidad educativa de Castilla-La Mancha



Programa Financiado por el Ministerio de Educación y Formación Profesional

# SUS PREGUNTAS Y NUESTRAS RESPUESTAS

Plan estratégico de Inteligencia Emocional y Bienestar Socioemocional de la comunidad educativa de Castilla-La Mancha



Programa Financiado por el Ministerio de Educación y Formación Profesional

# SUS PREGUNTAS Y NUESTRAS RESPUESTAS

## - Preguntas que sabemos responder

Tenemos la información

Sabemos lo que queremos contar

Nos sentimos bien contándolo

Ejemplos: iguanodonte / cómo funciona la píldora

## - Preguntas que no sabemos responder

No tenemos la información

No sabemos lo que queremos contar

Nos sentimos bien contándolo

Ejemplo: menstruación / qué es follar

**Una pregunta que sepas contestar**  
**Una pregunta que no sepas contestar**

Plan estratégico de Inteligencia Emocional y Bienestar Socioemocional de la comunidad educativa de Castilla-La Mancha



Programa Financiado por el Ministerio de Educación y Formación Profesional

# SUS PREGUNTAS Y NUESTRAS RESPUESTAS

**Normalmente necesitamos “perchas” en las que apoyar lo que queremos contar**

**A veces necesitamos tantas “perchas” que no sabemos por dónde empezar**

¿Cómo puedo hacer que la persona que me gusta se fije en mí?

Plan estratégico de Inteligencia Emocional y Bienestar Socioemocional de la comunidad educativa de Castilla-La Mancha



Programa Financiado por el Ministerio de Educación y Formación Profesional

# SUS PREGUNTAS Y NUESTRAS RESPUESTAS

- Preguntas que no queremos responder
  - Porque son privadas
  - Porque no tienen respuesta
  - Porque la respuesta boicotea nuestros objetivos

¿Tú te masturbas?

¿Cuándo fue la última vez que papá y tú “lo hicisteis”

¿Cómo puedo elegir a quién dar mi primer beso?

¿Cuál es la edad adecuada para “hacerlo”?

Plan estratégico de Inteligencia Emocional y Bienestar Socioemocional de la comunidad educativa de Castilla-La Mancha



Programa Financiado por el Ministerio de Educación y Formación Profesional

# SUS PREGUNTAS Y NUESTRAS RESPUESTAS

- ¿Duele enamorarse de alguien?
- De media, ¿cuántas veces tiene relaciones sexuales una persona?
- ¿Cómo puedes saber si eres gay o lesbiana?
- ¿Cuál es la edad apropiada para “hacerlo” por primera vez?
- ¿Las chicas se masturban?
- ¿A qué edad se suelen tener relaciones?
- ¿Es normal que...?

Plan estratégico de Inteligencia Emocional y Bienestar Socioemocional de la comunidad educativa de Castilla-La Mancha



Programa Financiado por el Ministerio de Educación y Formación Profesional

# SUS PREGUNTAS Y NUESTRAS RESPUESTAS

## VIAJEROS Y TURISTAS



Plan estratégico de Inteligencia Emocional y Bienestar Socioemocional de la comunidad educativa de Castilla-La Mancha



Programa Financiado por el Ministerio de Educación y Formación Profesional



# SUS PREGUNTAS Y NUESTRAS RESPUESTAS

## TRANSFORMAR PREGUNTAS

- Todas mis amigas lo han hecho, ¿tendría que hacerlo ya?
- Llevo ya tres meses con él, ¿tenemos que hacerlo?
- Todos/as mis amigos/as se masturban, ¿yo también tengo que hacerlo?



- Todas mis amigas lo han hecho, ¿quiero hacerlo ya?
- Llevo ya tres meses con él, ¿me apetece hacerlo?
- Todos/as mis amigos/as se masturban, ¿yo también tengo ganas de hacerlo?

Plan estratégico de Inteligencia Emocional y Bienestar Socioemocional de la comunidad educativa de Castilla-La Mancha



Programa Financiado por el Ministerio de Educación y Formación Profesional

# SUS PREGUNTAS Y NUESTRAS RESPUESTAS

## CLAVES

Miedo a que surjan más preguntas comprometidas, a tener que exponernos demasiado o porque nos abochorna dar respuestas equivocadas.

- Darnos permiso para equivocarnos.
- Darnos permiso para reconocer nuestras emociones.
- Darnos permiso para no saber -> Sentirse respondido/a.
- La verdad por delante (traición).
- Igual cuando volvamos la respuesta ya no es necesaria pero demuestra que nos importa.

Plan estratégico de Inteligencia Emocional y Bienestar Socioemocional de la comunidad educativa de Castilla-La Mancha



Programa Financiado por el Ministerio de Educación y Formación Profesional

# SUS PREGUNTAS Y NUESTRAS RESPUESTAS

## CLAVES. Partir de...

- Nuestros marcos.
- Por qué lo quieren saber.
- Qué saben.

**ESCENA: Virgen**

Se aprende más cuando se sustenta sobre algo previo.

No parten de cero. Han experimentado multitud de sensaciones, sentimientos, deseos, han tenido que negociar prioridades, se han enfrentado a normas sobre cómo ser hombres y mujeres.

Plan estratégico de Inteligencia Emocional y Bienestar Socioemocional de la comunidad educativa de Castilla-La Mancha



Programa Financiado por el Ministerio de Educación y Formación Profesional

# SUS PREGUNTAS Y NUESTRAS RESPUESTAS

## CLAVES. Partir de...

- Capacidades
- Necesidades
- Intereses

Si les hablamos de aquello que saben sobradamente: aburrimiento

Si les hablamos de algo que no pueden integrar: desistimiento

ADELANTARNOS a experiencias

Plan estratégico de Inteligencia Emocional y Bienestar Socioemocional de la comunidad educativa de Castilla-La Mancha



Programa Financiado por el Ministerio de Educación y Formación Profesional

# SUS PREGUNTAS Y NUESTRAS RESPUESTAS

**¿Y SI NO PREGUNTAN?**

**¿Y SI NO COMPARTEN?**

- Hablar de los temas
- Tirar cañas
- ¿Es obligatorio que nos cuenten?

Plan estratégico de Inteligencia Emocional y Bienestar Socioemocional de la comunidad educativa de Castilla-La Mancha



Programa Financiado por el Ministerio de Educación y Formación Profesional

# ATENDER DIFICULTADES

Plan estratégico de Inteligencia Emocional y Bienestar Socioemocional de la comunidad educativa de Castilla-La Mancha



Programa Financiado por el Ministerio de Educación y Formación Profesional

# ACOMPañAR DIFICULTADES

- **ESTAR (tener la puerta abierta)**
- **RESPETAR LA INTIMIDAD)**
  - Camino corto: espiar el móvil
  - Camino largo: tener la puerta abierta
- **CONECTAR CON LOS RECURSOS**
  - De atención a la sexualidad
  - De lo cotidiano

Plan estratégico de Inteligencia Emocional y Bienestar Socioemocional de la comunidad educativa de Castilla-La Mancha



Programa Financiado por el Ministerio de Educación y Formación Profesional

# ADELANTARSE

Plan estratégico de Inteligencia Emocional y Bienestar Socioemocional de la comunidad educativa de Castilla-La Mancha



Programa Financiado por el Ministerio de Educación y Formación Profesional



# ADELANTARSE

**Ante la falta de información: internet**

- **AL PORNO**
- **A LOS MODELOS DE BELLEZA**
- **AL GRUPO DE IGUALES**
- **A LA INFORMACIÓN CONFUSA**
- **A LA PRESIÓN SOCIAL**
- **A LOS RIESGOS**
- **A LAS EXPERIENCIAS VITALES**
- **A LAS NORMAS DE GÉNERO**

Plan estratégico de Inteligencia Emocional y Bienestar Socioemocional de la comunidad educativa de Castilla-La Mancha



Programa Financiado por el Ministerio de Educación y Formación Profesional

# HERRAMIENTAS

Plan estratégico de Inteligencia Emocional y Bienestar Socioemocional de la comunidad educativa de Castilla-La Mancha



Programa Financiado por el Ministerio de Educación y Formación Profesional

# HERRAMIENTAS

## - No invalidar

No pasa nada, no importa = no tienes derecho a sentirte así

## - Buscar la simetría

Porque soy tu padre/madre

“Porque sí” o “Porque no” invitan a no volver a preguntar

## - No juzgar

Eso está mal, haces bien, deberías, tienes que...

## - La importancia del lenguaje

Riesgo, problema, todo, siempre, nunca

Lenguaje puente

Plan estratégico de Inteligencia Emocional y Bienestar Socioemocional de la comunidad educativa de Castilla-La Mancha



Programa Financiado por el Ministerio de Educación y Formación Profesional

# HERRAMIENTAS

- **No dar información y datos por supuesto. No generalizar (diversidad)**

Han mantenido o no han mantenido relaciones, que son heterosexuales. Todos los hombres, todas las mujeres...

- **Preguntas abiertas, autorrespuestas.**

Asegurar conocimientos (¿lo has entendido?), actitudes (¿qué te parece?) y herramientas (¿y tú qué harías?)

- **Naturalidad vs. Fingir naturalidad**

Ser uno/a mismo/a, con nuestros temores y convicciones

Plan estratégico de Inteligencia Emocional y Bienestar Socioemocional de la comunidad educativa de Castilla-La Mancha



Programa Financiado por el Ministerio de Educación y Formación Profesional

# HERRAMIENTAS

- **Modelado**

Somos referentes a imitar

- **Perchas y procesos**

- **Sinceridad, respeto y responsabilidad**

Vs. hipocresía, incoherencias o tabúes. Pensar cuáles son nuestras capacidades y limitaciones y asumirlas.

Plan estratégico de Inteligencia Emocional y Bienestar Socioemocional de la comunidad educativa de Castilla-La Mancha



Programa Financiado por el Ministerio de Educación y Formación Profesional

# HERRAMIENTAS

## - Reflexión.

Cada familia decidirá a partir de sus valores. Lo importante es que exista esa reflexión y se argumente el porqué de esas conductas a los/as hijos/as

- **La importancia de lo importante. Disponibilidad**
- **Vínculo para obtener respuestas**

Existen otras figuras que nos pueden complementar

Plan estratégico de Inteligencia Emocional y Bienestar Socioemocional de la comunidad educativa de Castilla-La Mancha



Programa Financiado por el Ministerio de Educación y Formación Profesional

# LO QUE NECESITAMOS

- TRABAJO ACTITUDINAL
- MAPA
- PERCHAS
- CAÑAS
- HERRAMIENTAS
- RECURSOS

Plan estratégico de Inteligencia Emocional y Bienestar Socioemocional de la comunidad educativa de Castilla-La Mancha



Programa Financiado por el Ministerio de Educación y Formación Profesional

# LO QUE NOS PREOCUPA

Plan estratégico de Inteligencia Emocional y Bienestar Socioemocional de la comunidad educativa de Castilla-La Mancha



Castilla-La Mancha



Programa Financiado por el Ministerio de Educación y Formación Profesional



# LO QUE NOS PREOCUPA

- Mis hijos no quieren hablar ni que les hable de estas cuestiones
- No saber responder de manera adecuada
- Cómo y cuando le empiezo a hablar de sexo
- No saber conectar con mi hija para que pueda preguntarme dudas
- Momentos para reflexionar con ellos

Plan estratégico de Inteligencia Emocional y Bienestar Socioemocional de la comunidad educativa de Castilla-La Mancha



Programa Financiado por el Ministerio de Educación y Formación Profesional

# LO QUE NOS PREOCUPA

- A mi me sacaron de dudas mis amigas, y fuimos compartiendo las historias de una a otras; así aprendimos. No quiero que esta sea la forma de aprendizaje de mi hija.
- Cómo saber detectar la orientación sexual de nuestros hijos
- La vergüenza propia para abordar el tema
- Cómo iniciar la conversación para que participe y no le de vergüenza
- Mis hijos no quieren hablar del tema. Dicen saberlo todo y cambian de tema rápidamente.

Plan estratégico de Inteligencia Emocional y Bienestar Socioemocional de la comunidad educativa de Castilla-La Mancha



Programa Financiado por el Ministerio de Educación y Formación Profesional

# ¡GRACIAS!

[actividades@sedra-fpfe.org](mailto:actividades@sedra-fpfe.org)

Plan estratégico de Inteligencia Emocional y Bienestar Socioemocional de la comunidad educativa de Castilla-La Mancha



Programa Financiado por el Ministerio de Educación y Formación Profesional