

“CÓMO HABLAR DE SEXUALIDAD CON MI HIJO/A”

Carmen Castillo Sánchez

carmencas3@hotmail.es

Queridas familias:

Ante todo **AGRADECEROS** de corazón vuestra asistencia y el interés y cariño que recibí el día de mi ponencia. Fue un auténtico placer compartir ese espacio con vosotros/as.

Como os comenté, me gustaría recomendaros una serie de materiales, enlaces y libros que pueden ayudaros en ese “proceso” que iniciamos el otro día para hacer Educación sexual de calidad desde la familia. **Recordad 4 cosas:**

- **Ya hemos empezado:** Desde que nacen y les mostramos afecto y que les queremos.
- Estamos perfectamente capacitados/as para hacer Ed. Sexual desde casa: basta tener **buena disposición** y que tu hijo/a lo sepan.
- NO hace falta forzar nada, cada cual debe seguir el ritmo que quiera y llevar a cabo esta labor de forma que se sienta **cómodo/a, de acuerdo a sus valores, creencias** y formas de pensar (COHERENCIA=bienestar). Pero respondiendo preguntas, contando lo que creamos necesario que sepan (aprovechad situaciones), sin mentir y argumentando siempre.
- NO somos expertos/a ni tenemos que serlo. Nuestro papel es otro y no sustituye al de los/as sexólogos/as: **Debemos apoyarnos en materiales y libros**. En Educación sexual cada cual tiene su función.

Existen numerosísimos **materiales BUENÍSIMOS** para ayudarnos en nuestra tarea. Os recomiendo:

- FELIX LÓPEZ SÁNCHEZ, Catedrático de Psicología de la sexualidad en la Univ. de Salamanca: Para mí, es el gran maestro en estos temas. Mirad en internet o en cualquier librería. Todos sus materiales son excepcionales. Recomendando especialmente: “*La Educación Sexual*” (2006)
El libro que os mostré se llama: “*Educación sexual y ética de la relaciones sexuales y amorosas*” (2017). Yo lo utilizo en mis Talleres, contiene actividades y reflexiones muy chulas. En el apéndice además hay cosas interesantes para mejorar nuestras propias sexualidades y experiencias...
- Por etapas:

Primera Infancia:

Apego y sexualidad (Javier Gómez Zapiain, 2009) hace un recorrido por los tipos de apego y su futura relación con la sexualidad adulta. Cuentos infantiles como Ni guau ni miao (Blanca Lacasa, 2017), Por cuatro esquinitas de nada (Jerome Reuillier, 2005), Elmer (David McKee, 1968), ¿De dónde vienen los niños? (Usborne, 2016) y series infantiles como Peppa Pig (Neville Astley y Mark Baker, 2004-...) ofrecen las primeras historias sobre diversidad.

Etapas de Infantil:

Existen libros y guías específicos para estas edades como *¿Cómo se lo explico? La educación sexual en la infancia* (Manuela Mateo-Morales, 2007) o *El gran libro de la sexualidad* (Pilar Migallón, 2001). Algunas películas y series permiten también empezar a hablarles de diversidad y tipos de familias como en *Fantastic Mr. Fox* (Wes Anderson, 2009), *Kubo y las dos cuerdas mágicas* (Travis Knight, 2016) o *Steven Universe* (Rebeca Sugar, 2013-...); o incluso sobre reproducción como en *Érase una vez la vida* (el capítulo 19 está dirigido al nacimiento)...

Etapas de Primaria:

Existen cuentos y libros específicos para este tramo de edad como *¡Es alucinante!* (Robie H. Harris, 2005) o *No es la cigüeña* (Robie H. Harris, 2006); la serie de *Preguntas al amor* (Virginie Dumont, 2005); *Mi cuerpo es mío!* (Dagmar Geisler, 2015), *El libro rojo de las niñas* y *El libro dorado de los niños* (Cristina Romero, 2014), *El libro de la regla* (Karen y Jennifer Gravelle, 1999)...

Etapas de Secundaria.

Existen libros dirigidos a hablar de sexualidad exclusivamente con adolescentes como *Padres desesperados con hijos adolescentes* (Juan Fernández y Gualberto Buela-Casal, 2007), *De sexo también se habla* (Jacqui Bailey, 2004) o *Guía sexual para adolescentes* (Alicia Gallotti, 2000). Dirigidos a las chicas y chicos adolescentes son recomendables *¡Ser chico es guay!* (Pedro Pires, 2006), *¡Soy chica y me encanta!* (Áurea de Ataíde, 2009) o *Este libro es gay* (James Dawson, 2015).

Por otro lado, ver algunas películas y series puede dar lugar a conversaciones importantes y necesarias con los/as adolescentes, como *La chica de mis sueños* (Jason Alexander, 1999) o *Ruby Sparks* (Valerie Faris y Jonathan Dayton, 2012) sobre la idealización de la pareja; *Virgen a los 40* (Judd Apatow, 2005) o *Dime con cuántos* (Mark Mylod, 2011) sobre los encuentros eróticos, *Fucking Amal* (Lukas Moodysson, 1998) o *Krámpak* (Cesc Gay, 2000) sobre orientación del deseo; *Tomboy* (Céline Sciamma, 2011) o *Mi vida rosa* (Alain Berliner, 1997) sobre identidad; *Te quiero, tío* (John Hamburg, 2009), *Chicas malas* (Mark Waters, 2004) o *La boda de mi mejor amiga* (Paul Feig, 2011) sobre roles de género; o series como *Modern Family* (2009-...), *Transparent* (2014-2016), *Orange is the new black* (2013-...) o *Girls* (2012-...) que ofrecen distintos modelos de sexualidad, parejas y familias.

- También son interesantes las **páginas oficiales de Ministerios, Consejerías y Concejalías** relacionadas con Educación e Igualdad. En los apartados de Documentación o Materiales/Publicaciones, podéis encontrar numerosos materiales interesantes.

Arriba os dejo mi correo personal. Estoy a vuestra disposición para lo que queráis. No solo como formadora para trabajar en Centros Educativos que estén interesados en mis Talleres con niños/as y adolescentes, sino para facilitaros cualquier otra cosa en que pueda servir de ayuda.

Muchísimas **GRACIAS DE NUEVO!!!** Un fuerte abrazo a cada uno/a.

Carmen.