

PAUTES PER EDUCAR EN SEXUALITAT A LA FILLA O EL FILL



Acompanyar des del respecte, l'escolta i l'amor

-Ser un model d'afectivitat sana i relacions respectuoses.



Afavorir el coneixement del propi cos

-Ajudar a identificar i anomenar les parts del cos, també els genitals, amb el seu nom real i amb naturalitat.

-Potenciar una relació positiva i respectuosa amb el propi cos.



Fomentar l'autoestima corporal i emocional

-Validar el que sent, reconèixer emocions i ajudar a posar-hi paraules.

-Acompanyar les curiositats i els canvis amb afecte i escolta.



Ensenyar el respecte pels límits

-Ajudar a identificar què és una carícia bona i què no ho és.

-Ensenyar que ningú pot tocar el seu ni tampoc poden tocar els de les altres persones sense permís.



Respondre amb sinceritat i honestedat

-Si tens un sentiment d'incomoditat és bo comunicar-ho, així i tot és convenient continuar responnent a les preguntes.



Promoure el concepte de consentiment

-Per exemple, respectant si no volen una besada o una abraçada.



Prevenir situacions d'abús o violència

-Donar eines perquè puguin expressar si alguna cosa els incomoda o fa por.

-Ensenyar que poden demanar ajuda i que mai és culpa seva si algú creua un límit.



Donar espais segurs per parlar (cos, emocions...)

-Obrir converses naturals a partir de preguntes o situacions quotidianes.

-Fer sentir al teu fill o filla que pot expressar dubtes, pors i sentiments.



Educar en igualtat

-Mostrar que no hi ha jocs, contes, colors ni emocions «de nin» o «de nina».

-Donar llibertat perquè cada infant expressi com és, sense imposicions socials.



Visibilitzar la diversitat

-Xerrar de la diversitat de cossos, famílies, gèneres i maneres d'estimar.

-Utilitzar contes i materials que reflecteixin aquesta diversitat d'una manera positiva i inclusiva.

