

# EDUCACIÓN AFECTIVO-SEXUAL

ETAPA DE LA PREADOLESCENCIA

## NUESTRO MUNDO AFECTIVO-SEXUAL



### Mundo afectivo-sexual en la pre-adolescencia



#### FÍSICO

- Comienzan a producirse cambios físicos visibles hacia el proceso de maduración, especialmente en las niñas.
- Despertar de los órganos sexuales (aumento hormonal).
- Suele haber auto-estimulación en privado.



#### PSICOEMOCIONAL

- Focalizan la atención en su desarrollo físico y la imagen corporal.
- Visión genital y centrada en el coito de la sexualidad.
- Interés por lo desconocido (masturbación, porno, etc.).
- Aparece el pudor y la necesidad de mayor intimidad.
- Se plantean si son "normales" respecto a su cuerpo y lo que sienten.
- Suelen manifestar estereotipos de género y de belleza.
- Pueden expresar inseguridades emocionales.
- Se manifiesta la orientación del deseo y la identidad de género.



#### SOCIAL

- El grupo de iguales comienza a ser un referente en la sexualidad.
- Su grupo de iguales se amplía.
- Comienzan a desear realizar actividades sin la supervisión constante de los progenitores.
- Preguntan menos sobre sexualidad a los progenitores.
- Muy permeables a las opiniones y conductas de sus iguales.



### Algunas pautas familiares en la pre-adolescencia



Prepárate para hablar con naturalidad y en positivo sobre el mundo afectivo-sexual a tus hijos/as con la pareja, amigos/as u otros progenitores.



Sé un modelo de comportamiento coherente y saludable.



Responde a sus preguntas de modo claro, sincero y realista.



Transforma mitos y estereotipos en realidades (las niñas lloran mucho, los niños son mejores en los deportes, el rosa es un color de niñas, las parejas son de distinto sexo, etc.).



Dialoga en el día a día sobre distintos temas: orientaciones sexuales, cambios en el proceso de crecimiento, aceptación de las diferencias, libertad en las relaciones, tipos de parejas y de familias, etc.



Fomenta vínculos sanos y estables en tus hijos/as basados en el respeto, cuidado, empatía, etc.



Transmíteles la idea de que las relaciones afectivo-sexuales son una forma de comunicación positiva, de disfrute mutuo, de relación elegida con libertad.



Muestra cercanía, accesibilidad y respeto hacia su intimidad.



Escúchales para entender y no para juzgar. Empatiza.



Promueve que expresen emociones, tomen decisiones y asuman las consecuencias, expongan ideas, digan que no, sean críticos, disfruten de experiencias positivas y placenteras, etc.