





L'ASSOCIACIÓ

DRETS SEXUALS

I REPRODUCTIUS

Com parlar de sexualitat a casa?

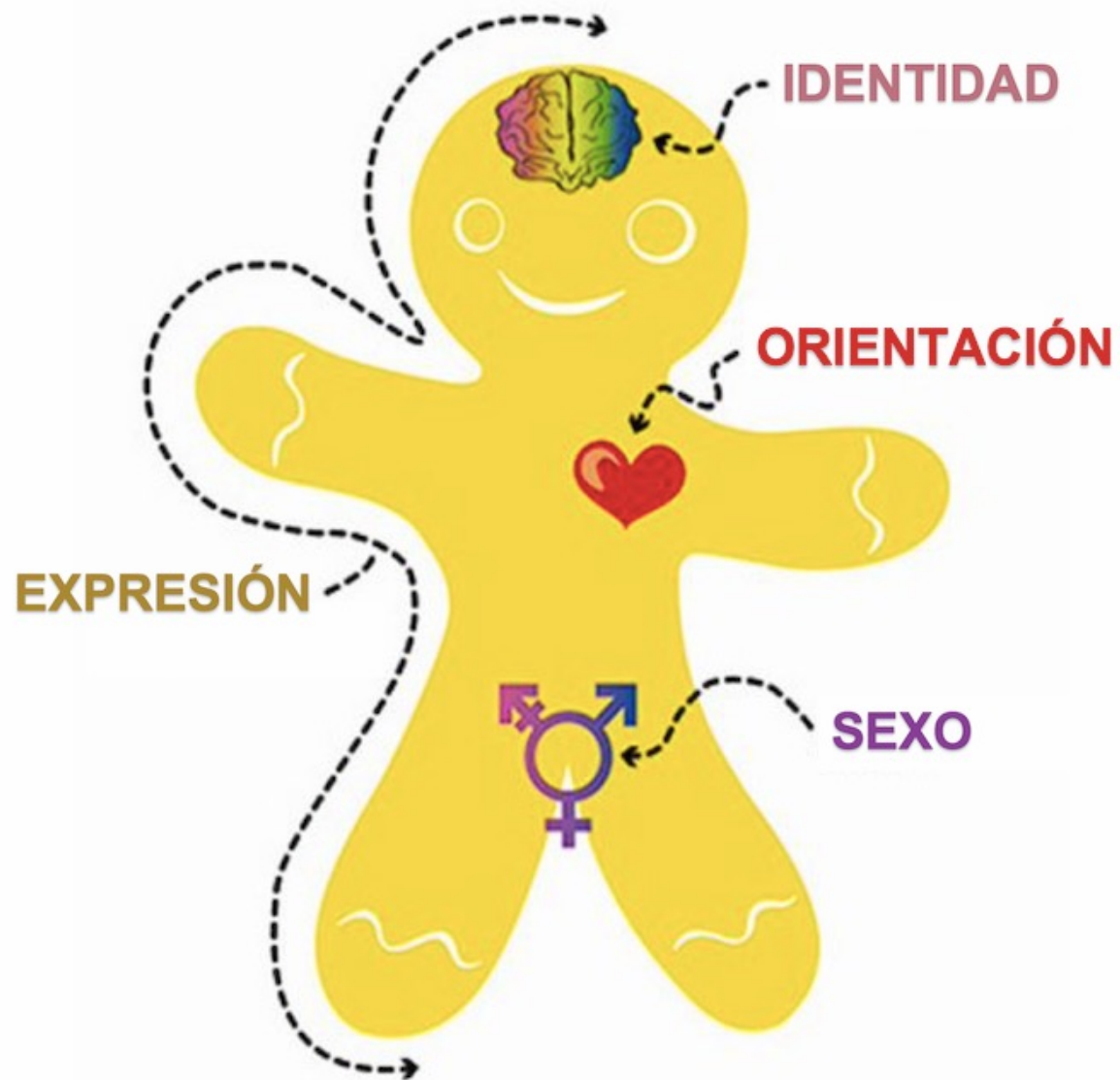
- L'Educació sexual i la seva importància per un creixement saludable.
- La “*generació Z*”, entre mites i realitats.
- Diversitat Afectivosexual i de Gènere.
- Parlar de sexualitat en família: el què i el com.
- El debat sobre la pornografia.

La Sexualitat és...



La Sexualitat és...

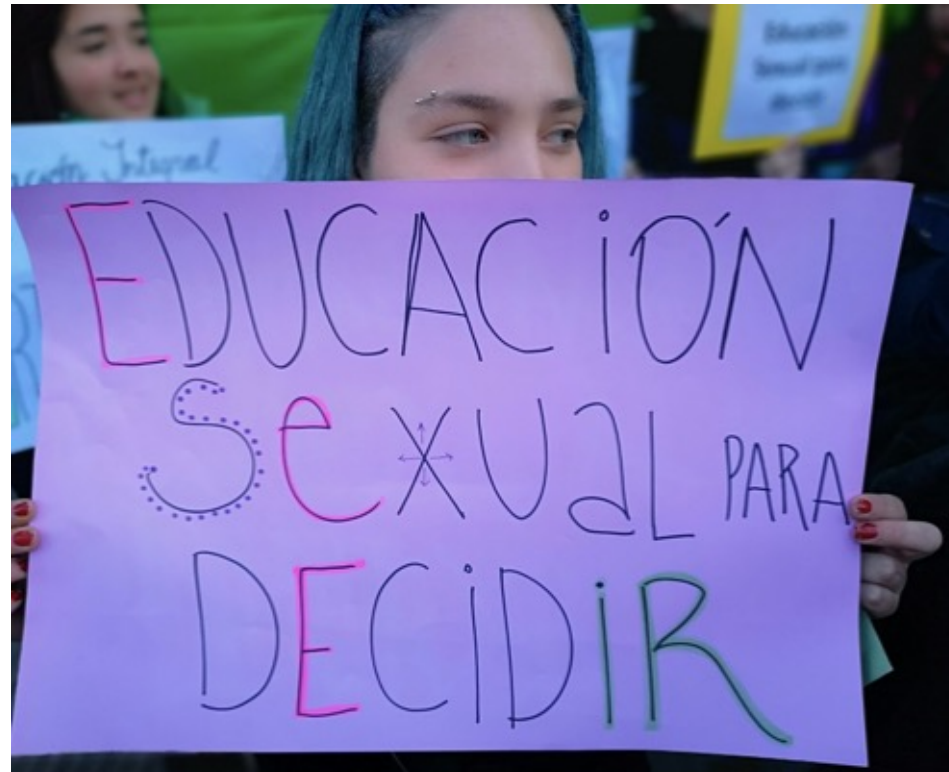
“Aspecte **central** de l'ésser humà present **al llarg de la seva vida** i engloba el sexe, la identitat de gènere i els rols, l'orientació sexual, l'erotisme, **el plaer**, la intimitat i la reproducció. La sexualitat **es viu i s'expressa** en pensaments, fantasies, desitjos, creences, actituds, valors, conductes, pràctiques, rols i relacions. Tot i que la sexualitat pot incloure totes aquestes dimensions, no totes elles s'experimenten o s'expressen sempre. La sexualitat **està influenciada** per la interacció de factors biològics, psicològics, socials, econòmics, polítics, ètics, legals, històrics, religiosos i espirituals.” (OMS, 2006)



“Bàsics” de la sexualitat

- Tenim sexualitat des que naixem fins que morim. Les persones naixem capacitades per manifestar una **gama il·limitada de comportaments sexuals**.
- Fruit de la interacció entre l'aprenentatge i la biologia.
- La **cultura selecciona aquells comportaments que es consideren normals**, tractant d'imposar-los a través de l'educació, la moral, la religió i la legislació vigent.
- **Es viu i s'expressa de moltes maneres.**
- **És un procés lent, gradual i complex.**
- Incorpora totes les dimensions de les persones: biològiques, socials, afectives, morals, psicològiques...
- **Clau per la nostra salut.**

I) Importància de l'educació afectivosexual.





**Comprehensive Sexuality Education:
Advancing Human Rights, Gender Equality and Improved
Sexual and Reproductive Health**



Part 2: Fundamentals: Core Principles and Characteristics of Effective Programmes14

A. CORE PRINCIPLES	14
B. EVIDENCE OF WHAT WORKS	19
C. CHARACTERISTICS OF EFFECTIVE, COMPREHENSIVE PROGRAMMES	25

El Fons de Població de les Nacions Unides ha pogut demostrar que els programes d'educació sexual **han retardat l'inici de les relacions sexuals en un 37%**, van **reduir la freqüència sexual en un 31%**, van **reduir el nombre de parelles sexuals en un 44%** i van **augmentar l'ús de preservatius i l'anticoncepció en un 40%**.

Segons la **UNESCO** existeixen proves significatives de l'impacte de l'educació en sexualitat sobre el comportament sexual i la salut:

- L'educació sexual té un impacte directe en **l'autoestima**.
- L'educació en sexualitat, tant a l'escola com fora d'ella, **no augmenta l'activitat sexual**.
- L'educació sexual **redueix els embarassos adolescents i els índexs d'ITS i VIH**.
- L'educació en sexualitat aconsegueix **millors** resultats quan els **programes escolars es complementen amb la participació de les famílies i docents, dels instituts pedagògics i els serveis de salut pensats per als joves**.

II) La “*generació Z*”, entre mites i realitats.

**Mites que impacten a la nostra
representació de la sexualitat
adolescent...**

... i que acaben impactant-hi.

- Ja no es cuiden, tot els hi és igual.
- Cada vegada comencen a mantenir relacions sexuals compartides més d'hora.
- Avui dia els i les joves lliguen més per xarxes.
- Tenen sexe per tenir-lo.
- Entre internet i les xerrades de l'escola ja ho saben tot.
- Necessiten el nostre consentiment, com a família, per a poder accedir als recursos i serveis de salut sexual (pastilla de l'endemà, anticonceptius, avortament...)

Ja no es cuiden, tot els hi és igual.

Diario de Sevilla

SOCIEDAD

SEVILLA PROVINCIA ANDALUCÍA SOCIEDAD ECONOMÍA DEPORTES CULTURA COFRADÍAS OPINIÓN

≡ TODAS LAS SECCIONES

SOCIEDAD

El 20% de los jóvenes no usa siempre preservativo

SEI2

PROGRAMAS Y PODCAST

EMISORAS

Madrid

10° / 7°

👤

🔍

☰

03 DE NOVIEMBRE DE 2020 ACTUALIZADO A LAS 07:13 CET

SOCIEDAD

SEXUALIDAD

Uno de cada cuatro jóvenes no utiliza anticonceptivos en sus relaciones

El 68,5% de los jóvenes considera que la formación que ha recibido sobre sexualidad "no es suficiente" y el 47,8% recurre a Internet para informarse, según la Encuesta Nacional sobre Salud Sexual y Anticoncepción entre los Jóvenes Españoles, realizada por la Fundación y la Sociedad Española de Contracepción (SEC)

Ús de mètodes anticonceptius en l'última relació sexual

Mètodes efectius (preservatiu, píndola, dispositiu intrauterí, implant subcutani o anell vaginal)

Noies

77,1%

100%

Nois

80,2%

100%

Mètodes no efectius (càlcul data o marxa enrere)

10%

100%

7,8%

100%

Cap mètode anticonceptiu

12,6%

100%

11,4%

100%

Les dades fan referència només a l'alumnat que declara haver tingut relacions sexuals amb penetració (N= 744).

- ▶ L'ús de mètodes efectius augmenta amb l'edat. En general s'observa una tendència descendent de l'ús del preservatiu en l'última relació sexual amb penetració.
- ▶ Utilitzar un mètode no efectiu o cap mètode és major als centres de barris de nivell socioeconòmic afavorit.

Noies

4t ESO
25,0%

50%

2n Batxillerat / CFGM
34,5%

50%

Nois**

4t ESO
18,1%

50%

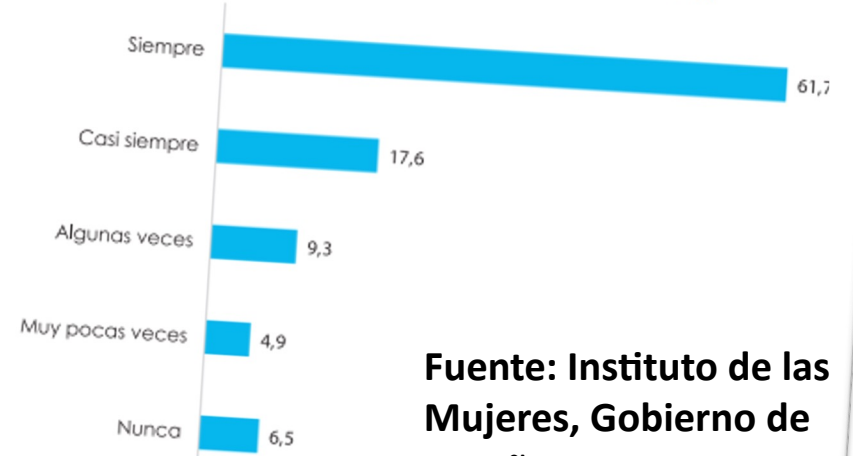
2n Batxillerat / CFGM
22,2%

50%

Anticoncepció y
anticoncepció
de urgencia.

Fuente: Ajuntament de
Barcelona, 2021.

¿utilizas métodos anticonceptivos para prevenir un embarazo no deseado o infecciones de transmisión sexual?



Fuente: Instituto de las
Mujeres, Gobierno de
España 2022.

**El percentatge d'ús de
mètodes és ampliament
majoritari!**

**#Cada vegada comencen a mantenir
relacions sexuals compartides més
d'hora.**

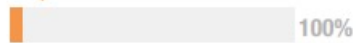


Relacions sexuals

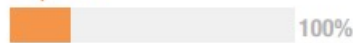
Percentatge d'alumnat que ha tingut alguna vegada relacions sexuals.

Noies

2n ESO
4,0%



4t ESO
21,5%

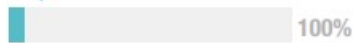


2n Batxillerat / CFGM
56,6%

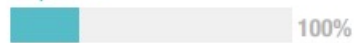


Nois

2n ESO
5,6%



4t ESO
24,7%



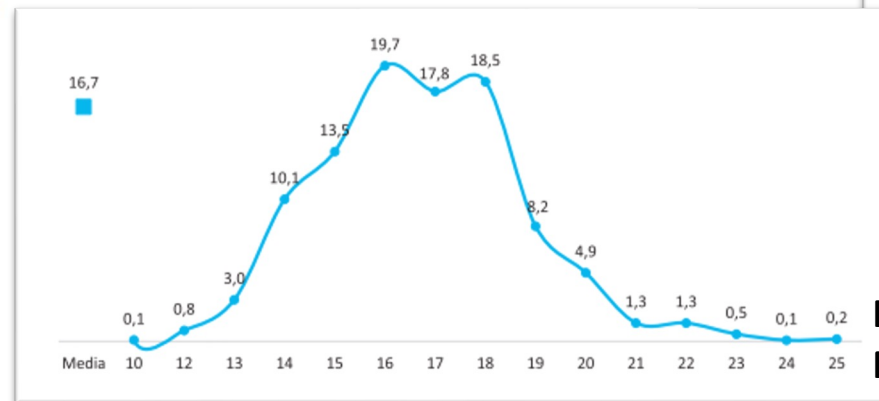
2n Batxillerat / CFGM
58,0%



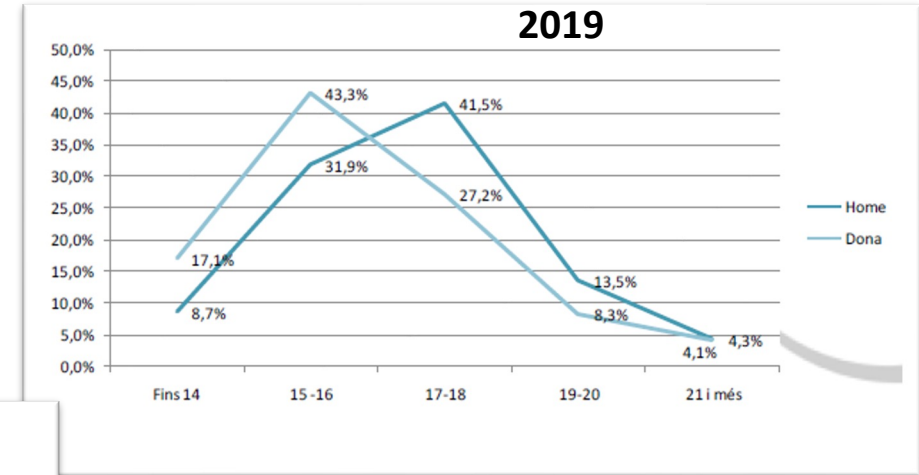
► En ambdós sexes, la mitjana d'edat de les primeres relacions sexuals (amb o sense penetració) se situa en els 15 anys.

Fuente: Ajuntament de Barcelona, 2021

L'inici sembla mantenir-se al voltant dels 15 anys.



Fuente: Encuesta Sexcat, 2019



Fuente: Instituto de las Mujeres, Gobierno de España 2022.

#Tenen sexe per tenir-lo.



#5 Tenen sexe per ~~tenir-lo.~~ plaer.

Satisfacció amb les relacions sexuals

Noies

Molt/bastant satisfeta

71,8%



Ni satisfeta ni insatisfeta

20,1%



Molt/bastant insatisfeta

7,1%



Nois

Molt/bastant satisfet

64,2%



Ni satisfet ni insatisfet

28,9



Molt/bastant insatisfet

6,1%



► No s'observen diferències per nivell socioeconòmic del barri on es troba el centre escolar.

Font: Ajuntament de
Barcelona, 2021



#Entre internet i les xerrades de l'escola ja ho saben tot.



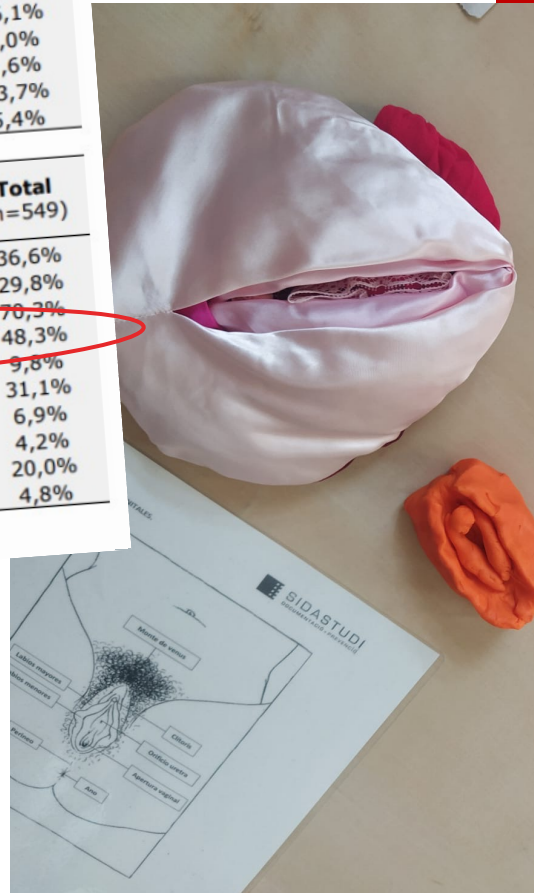
Taula 38. Font d'informació principal quan has necessitat informació sobre sexualitat, entre els i les adolescents i joves per edat i sexe

	16 o menys (n=207)	més de 16 (n=115)	Total (n=297)
Família*	27,1%	24,3%	26,1%
Parella*o	24,2%	40,0%	29,8%
Amics*	62,8%	62,6%	62,7%
Internet*o	53,6%	72,2%	60,2%
Nois	8,2%	12,2%	9,6%
TV	25,6%	27,0%	26,1%
Escola**	4,8%	5,2%	5,0%
llibres i revistes	1,4%	1,7%	1,6%
ONG*	14,0%	13,0%	13,7%
Centres de salut*	5,9%	4,3%	5,4%
Altres ^			

	16 o menys (n=265)	més de 16 (n=284)	Total (n=549)
Família*oo	40,8%	32,7%	36,6%
Parella*o	32,5%	40,0%	29,8%
Amics*	69,4%	71,1%	70,3%
Internet*o	41,1%	54,9%	48,3%
Noies	11,7%	8,1%	9,8%
TV	34,0%	28,5%	31,1%
escola	6,4%	7,4%	6,9%
llibres i revistes	1,9%	6,3%	4,2%
ONG*o	19,2%	20,8%	20,0%
Centres de salut*	5,4%	4,2%	4,8%
Altres ^			

* p<0,05; **p<0,1; °p<0,05; ^inclou CJAS

Fuente: Sexcat, 2019



S'acompanya poc i tard.

Informació basada en riscos i no en promoció del benestar.

No es donen eines per potenciar l'autonomia, les cures i l'autocura.

Accions preventivas basades en una concepció genitalista de la sexualitat.

No es potencia el desenvolupament del desig i el plaer.

No es potencia la mirada crítica i comunitària cap a la sexualitat.

No es posa en valor la diversitat, i s'estigmatitzen "conductes de risc".

Les preguntes anònimes de l'alumnat de 3r d'ESO, Maristes Champagnat, 2024:

Com es el sexe homosexual? Que passa si dues dones mantenen relacions sexuals?

Doncs a totes les preguntes que es generin a classe i sorgeixin en el moment per poder aprendre sobre aquest tema mes en fons

Quina creus que es l'edat adecuada? Quan és apropiat tenir relacions sexuals?

Com la pornografia afecta a les relacions sexuals?

Informació sobre les orgies

Doncs a mi m'agradaria saber mes sobre el plaer y com probocar-lo. Tambien sobre l'anatomia y con adaptarse a ella.

Com és apropiat tocar-se.

Masturbar-se és dolent?

Una miqueta de tot, per poder lliurarme totes les meves preguntes...

Com es pot tenir sexe anal?

Quins recursos o llibres recomanaries per a educar sobre la sexualitat de manera saludable?

Com mantenir relacions sexuals segures amb persones del teu mateix gènere.

Sobre l'embaràs y els anticonceptius

Que condones protegeixen més?

Com se pone un condon?

Què podem fer per mantenir una bona salut sexual?

Quins consells donaries per a mantenir una salut sexual òptima?

Com influeixen les expectatives socials a la teva percepció de la sexualitat?

Com influeixen les experiències passades a la teva intimitat actual?

Com maneges la pressió social en relació amb la sexualitat?



La orientació sexual és genètica o té a veure amb com creixes o com ets criat?

M'agradaria que parléssiu de la sexualitat bàsica per poder entendre-la. I que es parlés més sobre els gèneres

Com saber si formes part del col·lectiu LGTBQ...

Com és la transició dhome a dona? operacions etc..

El gènere masculí en general, accepta menys a les persones del col·lectiu LGTBQ+ que el gènere femení? Les noves generacions d'edat, entenen i saben més sobre el col·lectiu LGTBQ+, de manera, que accepten més que generacions més velles.?

Com sé com m'identifico?

Com saber amb quin gènere t'identifiques?

A quina edat la gent comença a preguntar-se sobre la seva identitat de genere?

Què es pansexual?

Com donar el pas de explicar si ets bisexual?

Quines son les dificultats que pot tenir una persona que es gay o lesbiana?

- Concepte de sexualitat des d'una visió pluridimensional.
- Potenciar l'autoestima, i el respecte cap a un mateix i els altres.
- Entendre les relacions sexuals d'una manera ampla, no només com a sinònim de relacions coitals o basades en la reproducció.
- L'orientació del desig i les primeres relacions compartides.
- Mites i falses creences en relació a la sexualitat.
- Anatomia i fisiologia dels genitals.
- Habilitats en l'ús correcte dels mètodes de prevenció de ITS o embarassos no desitjats.
- Habilitats de negociació a la comunicació per poder expressar les i reconèixer els propis límits i desitjos.
- Reconèixer la diversitat sexual des el positiu.
- Sexualitat i xarxes socials.

Avui dia els i les joves lliguen més per xarxes.



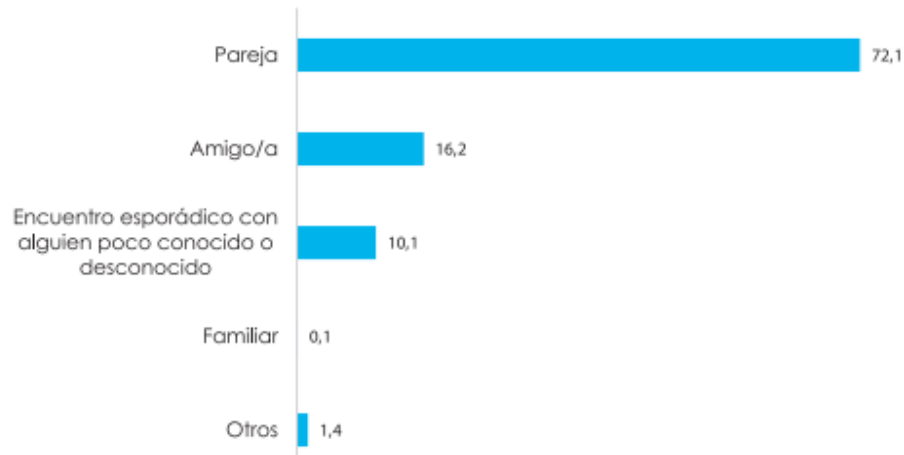
Taula 9. Ús d'apps i xarxes socials per lligar per part dels i les adolescents i joves per grup d'edat i sexe.

		16 o menys (n=251) ^o	més de 16 (n=121) ^o	Total (n=372)
Nois*	Sí	11,2%	21,5%	14,5%
	No	88,8%	78,5%	85,5%
		16 o menys (n=293) ^o	més de 16 (n=284) ^o	Total (n=577)
Noies*	Sí	5,5%	10,2%	7,8%
	No	94,5%	89,8%	92,2%

*p<0,05; ^o p<0,05

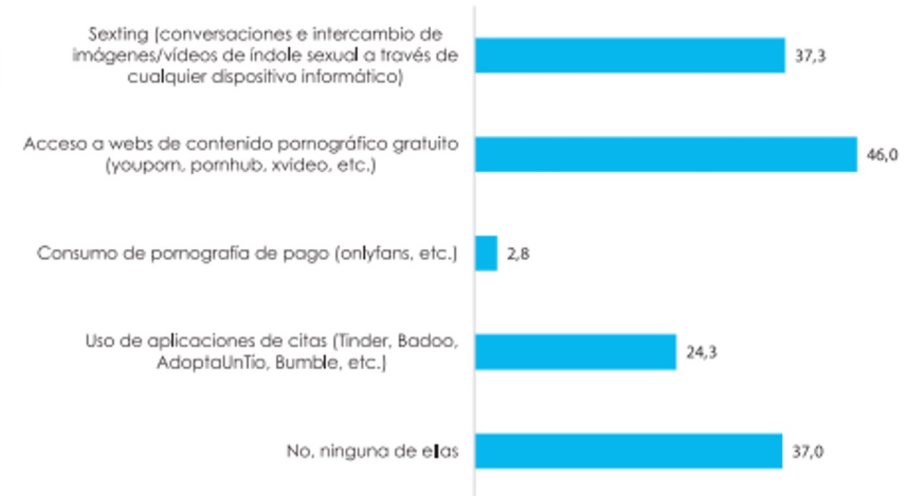
Fuente: Encuesta Sexcat, 2019

Gráfico 15. ¿Con quién tuviste esa primera relación sexual?



Font: Instituto de las Mujeres, Gobierno de España 2022.

Gráfico 23. ¿Has realizado alguna de las siguientes actividades en Internet? Respuesta múltiple.



Necessiten el nostre consentiment, com a família, per a poder accedir als recursos i serveis de salut sexual (pastilla de l'endemà, anticonceptius, avortament, visita ginecològica...)



De 16 anys en amunt: Adult a efectes de salut

Menys de 16: Entra en joc el concepte del/la menor madur. *“En l'àmbit sanitari significa tenir suficient competència i recursos personals per comprendre les alternatives possibles, avaluar les conseqüències de cadascuna d'elles i decidir en situacions que afecten la salut”*

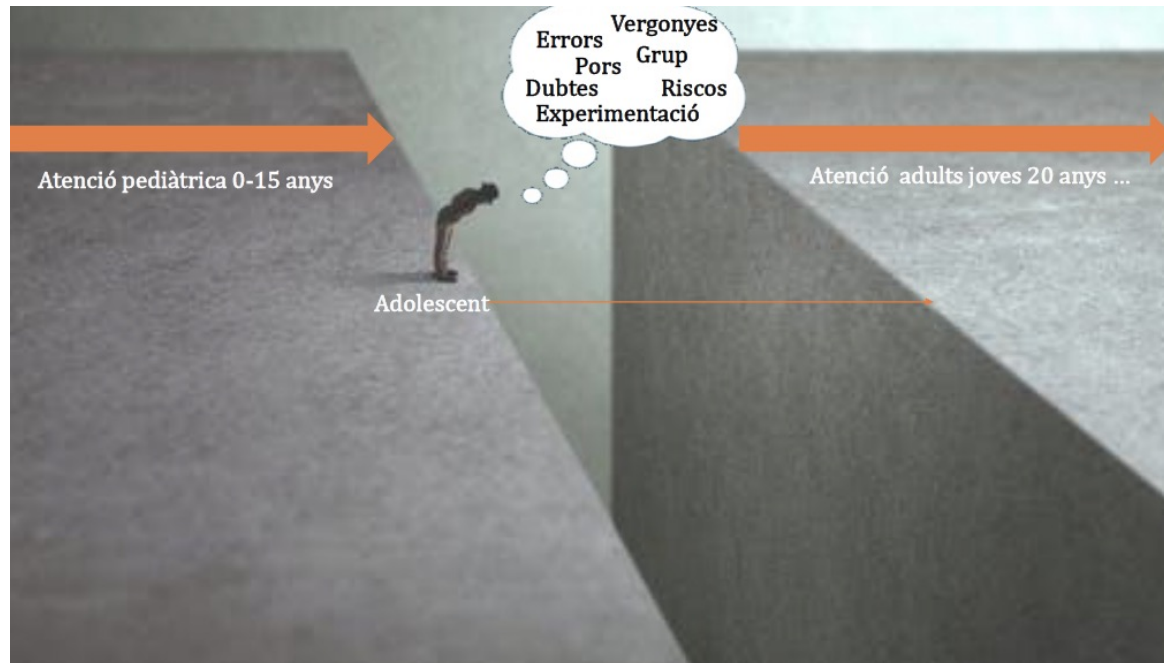
Caldrà valorar el seu grau de maduresa i de comprensió

La persona
menor d'edat
en l'àmbit de
la salut

Comitè
Bioètica
Catalunya

Què passa amb l'adolescència?

- Temps vital entre la infància i l'adultesa.
- Processos adaptatius que interaccionen
 - Fisiològic: inici de la pubertat, canvis corporals, emocionals i personals.
 - Social: pren major rellevància el grup d'iguals, pressió de grup.
 - Identitari: Construcció del seu propi "jo", apareix l'orientació sexual.
- Es produeix un interès per l'eròtica: curiositat, experimentació, comportaments de seducció (lligar), masturbació, etc.
- Les joves temen a les diverses reaccions de les persones grans: que subestimen el que els succeeix, que les "controlin" o que els llevin tota possibilitat **d'autonomia i llibertat**.
- Bona part del procés passa per enfrontar-se al món adult, a viure en estats emocionals amb pujades i baixades i a experimentar...i a **EQUIVOCAR-SE**.



EL QUE PRIMERO EYACULA, PIERDE

Qué es el 'juego del muelle' y por qué es tan peligroso para la salud

Esta práctica sexual entre adolescentes puede conllevar la transmisión de enfermedades, embarazos no deseados y vaginismo

3 alacarta

Què vols veure?



Últims dies

Tots els programes

GENERACIÓ PORNO

III) Què entenem per Diversitat Afectivosexual i de Gènere ?

CATALUNYA AL DIA

La bisexualitat, una tendència a l'alça entre les noies barcelonines

L'últim informe de l'Agència de Salut Pública de Barcelona revela un canvi de tendència en l'orientació sexual dels adolescents cap a una concepció més lliure i no tan encotillada

MAR RIERA

Periodista

[@marrierasola](#)

Lesbianes i bisexuals: les noies de la generació Z fan saltar pels aires la norma

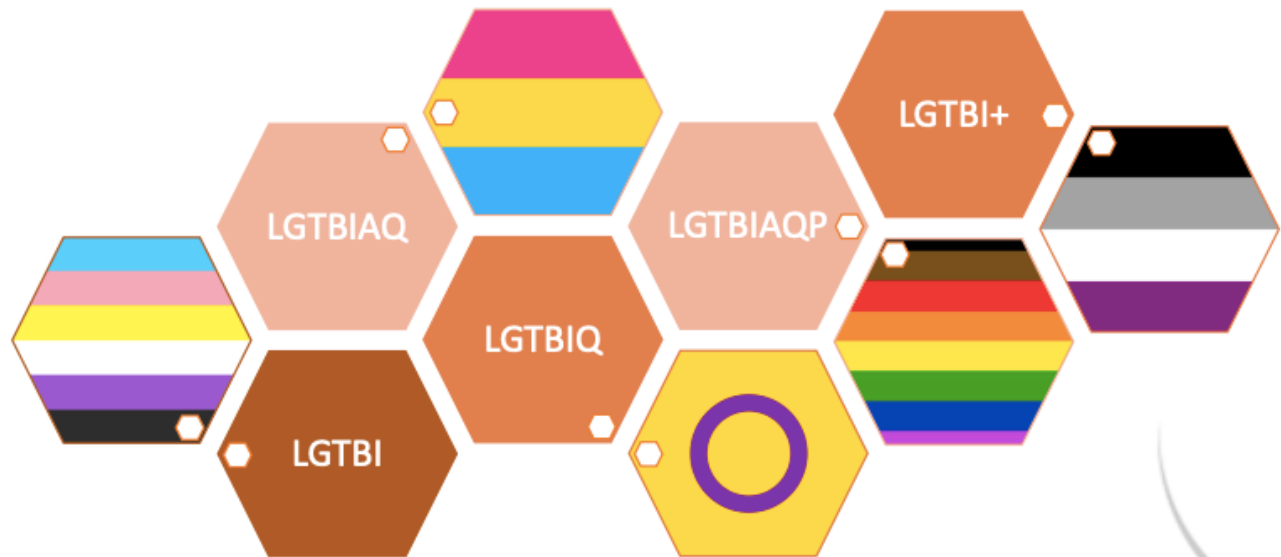


- El 50% de les alumnes de secundària de Barcelona es reconeixen com a bisexuals o lesbianes

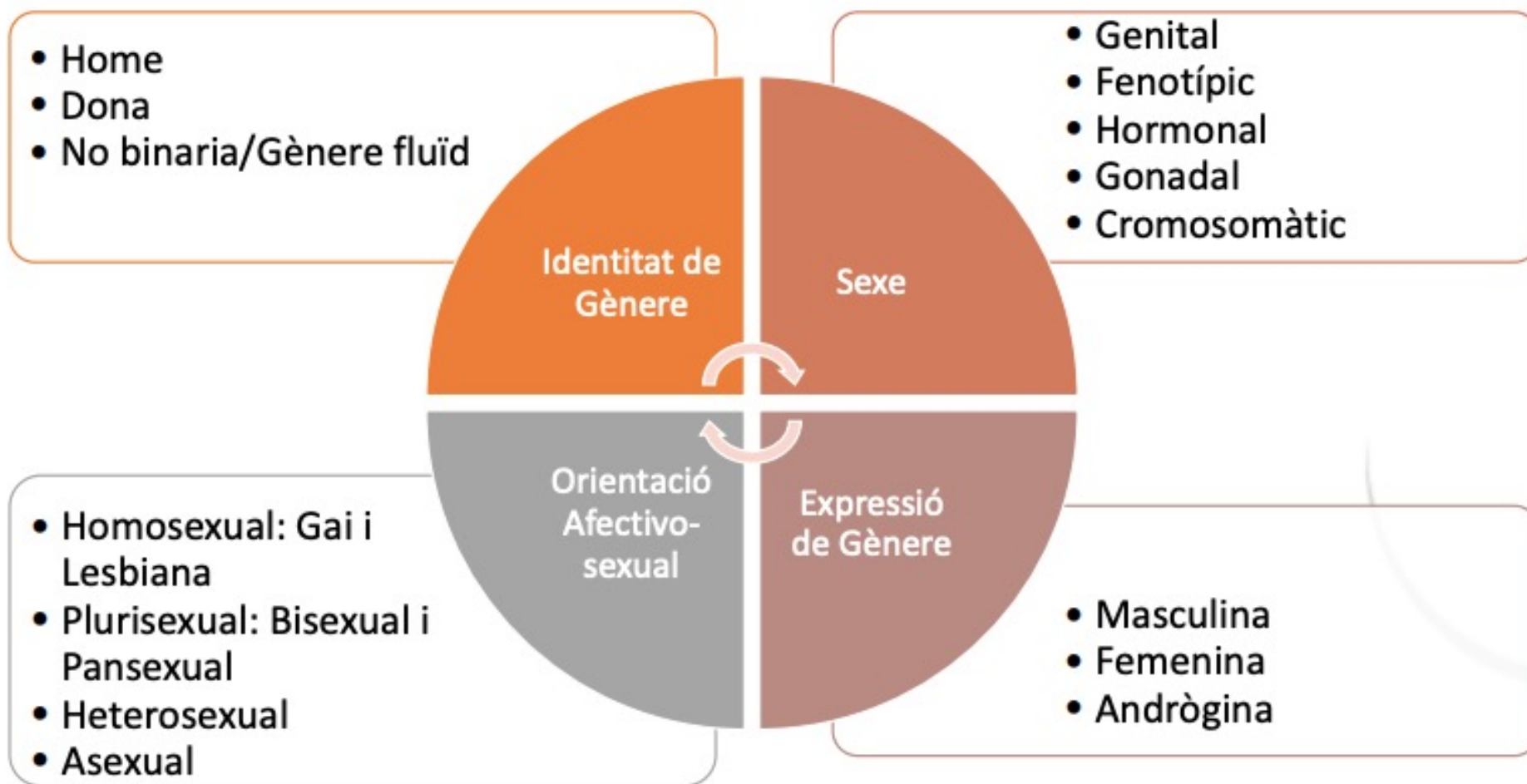
Què entenem per Diversitat Afectivosexual i de Gènere (DASiG)?

- Cis, cisgènere o cissexual
- Gènere no binari
- Transgènere/ transexual
- Asexual
- Pansexual/ omnisexual
- Bisexual

...



Per a saber més: <https://www.youtube.com/watch?v=1QbTZYiQ6BA&t=1s>



Asexual: Les persones asexuals són les que normalment no experimenten atracció sexual o desitjo de tenir relacions sexuals. No totes les persones asexuals són iguals quant a les seves experiències i preferències, i poden tenir tot tipus d'orientacions sexuals.

Cis, cisgènero o cissexuales: les persones que es mantenen dins de les normes socials del gènere que se'ls va assignar en néixer.

Gènere no binari: Aquest terme engloba diverses identitats de gènere que queden fora de la dicotomia home-dona.

Intersexualidad: Fa referència a una sèrie de trets o variacions físiques que es troben entre (o fora de) els ideals estereotipats d'home i dona. Les persones intersexuals neixen amb característiques físiques, hormonals o genètiques que no es reconeixen enterament com a femenines o masculines. Existeixen moltes formes d'intersexualitat: es tracta d'un espectre o un terme general, més que d'una categoria única.

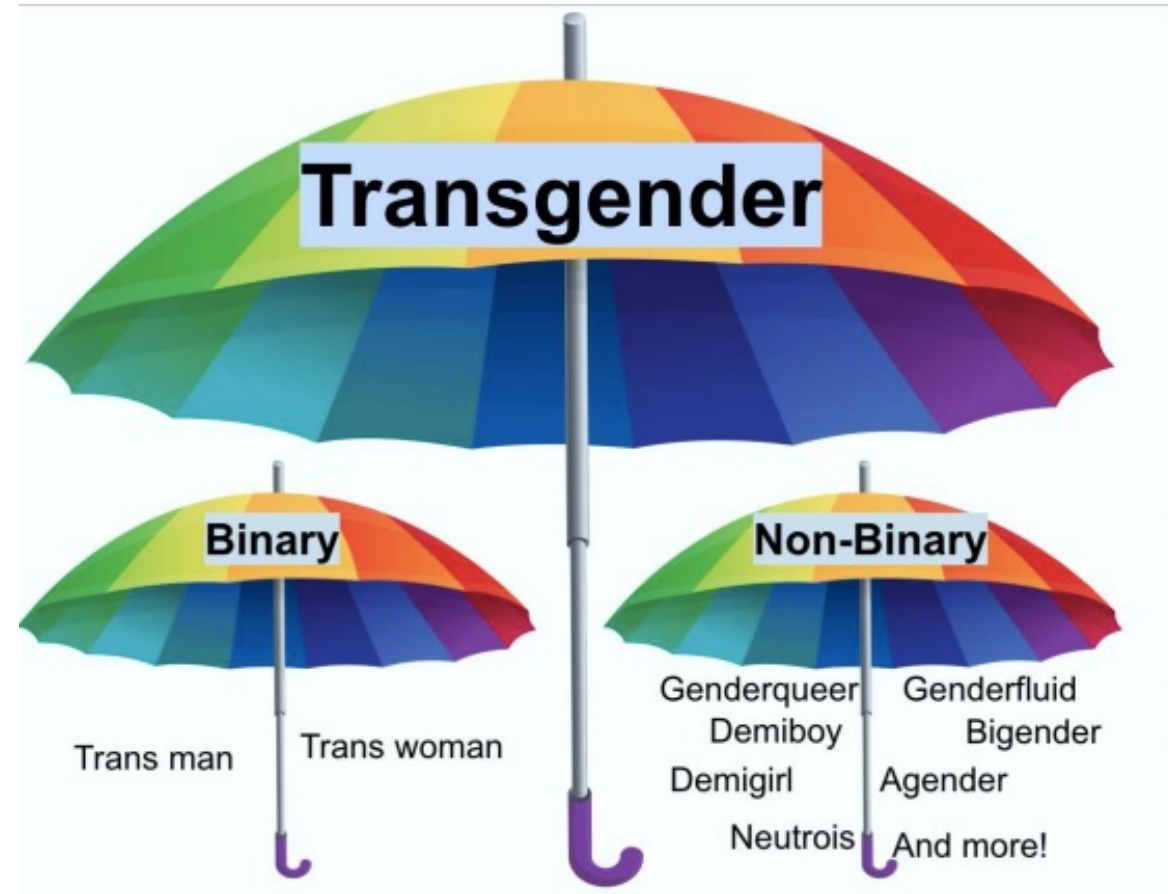
“Uno de nuestros problemas fundamentales de derechos humanos no es la existencia de géneros binarios, sino lo que se hace médicamente para hacer que nos adecuemos a esas normas.”

Morgan Carpenter, activista intersexual.



Trans: Es un término paraguas que se refiere a las personas cuya identidad de género y/o expresión de género difiere del sexo que se les asignó al nacer. Incluye, entre otras, personas que se identifican como trans, transexuales, transgénero, travestis, andróginas, genderqueer, agénero, de género no binario, o con cualquier otra identidad y/o expresión de género que no sea simplemente femenina o masculina.

Las personas trans expresan su género a través de la elección de su ropa, modificaciones corporales (incluyendo a veces procedimientos quirúrgicos) u otras formas de presentación de género.



IV) Parlar de sexualitat en família: el què i el com.

COM PARLEM DE SEXUALITAT A CASA?

- No hem d'esperar "la gran conversa"...
- No existeixen respostes correctes davant dubtes sobre la sexualitat.
- Parlar de sexualitat des de la infància. Des de la quotidianitat i la normalitat (aprofitar els moments oportuns d'aprenentatge).
- **Assegurar-nos que saben on poden trobar informació** i demanar ajuda.
- No allunyar el nostre discurs de la nostra pràctica.
- És tan important el que s'explica com el **to** que s'utilitza.
- Mai hem d'evitar, jutjar, o "criminalitzar" una pregunta.
- Acceptar que no sempre voldran recórrer a nosaltres.

L'EDUCACIÓ SEXUAL ÉS INEVITABLE



L'inici dels primers intercanvis eròtics i sexuals. Com enfocar la conversa?

- Analitzar conjuntament la idea de la "**virginitat**".
- Parlar de **les primeres vegades** i no de la primera vegada (la primera vegada que s'enamoren, que es besen, que es despullen...) → desgenitalitzar el sexe
- Visibilitzar **els diferents ritmes** de cada persona.
- Parlar del **consentiment desitjat** (contacte amb el plaer).
- Parlar que la sexualitat pot comportar riscos...Però no només ! Els hem de parlar **també de la part positiva** que comporten aquest tipus de relacions (la part més emocional i sentimental).
- No podem, ni hem, d'evitar-los ni els riscos ni els errors (IMPOSSIBLE!!!) però sí que hem **de vetllar perquè aprenguin de l'experiència**.
- Animar a l'fet que faci el que faci, **ho faci perquè ho desitja**, connectant els seus desitjos, plaers, expectatives...(pensament crític i connectar des del plaer).
- **Les nostres pors adultes no tenen per què ser les seves pors. Entenguem què busquen quan ho busquen.**

Com explicar el consentiment?



<https://www.youtube.com/watch?v=E4WTnJCMrH8>

V) El debat sobre la pornografia.

Que diuen les xifres?

Consum global:

→ **el 61% de consum es realitza per persona d'entre 18 i 34 anys.** Dels quals 36% tenen entre 25 i 34 anys i el 25% entre 18 i 24 anys. El 17% entre 44 i 54 anys.

Consum entre la joventut:

→ El consum de pornografia, almenys amb caràcter esporàdic, és notable entre la joventut. Només el 33% de la mostra total declara no haver-la vist mai.

Un 7% declara veure porno cada dia, un 11% apunta que 2 o 3 vegades per setmana i un 12% amb freqüència almenys setmanal.

Gairebé un 10% reconeix que ha mantingut relacions sexuals que no hauria volgut tenir i un 8% que ha fet coses durant la relació sexual de les quals no estava convençuda o convençut. Les noies pràcticament dobleguen aquesta última categoria.

Instituto Nacional de Estadística i Informe sobre la Juventud Española, INJUVE. 2020.

54% de les persones enquestades havien accedit al porno abans dels 13 anys, sent l'edat mitjana d'accés al contingut pornogràfic entorn dels 12 anys. L'accés per part dels nois sol ser molt major que el de les noies i la principal via d'accés és el *smartphone*.

El 62,5% d'entre 13 i 17 anys ha vist pornografia alguna vegada en la seva vida. En segregar per gèneres es troba que els nois dupliquen el consum.

Formes d'accés al porno: En un **51,2%** és a través del grup d'iguals, sent la via principal per la qual es té el primer contacte amb la pornografia. Aquest intercanvi es dona sobretot entre nois.

Per cerca activa un 28,5% i principalment els nois.

Sanjuá, Cristina. Informe Desinformación sexual-Pornografía y adolescencia, Save The Children España, 2020.
Datos recopilados en el libro Duque, Isa. Acercarse a la Generación Z. Una guía práctica para entender a la juventud actual sin prejuicios. Ed, Zenith, 2022.

El **36,8%** dels qui consumeixen amb **més freqüència** pornografia **no distingeix entre la ficció i les seves pròpies experiències sexuals**. Els i les adolescents homosexuals, lesbianes, bisexuals són els qui menys consideren que les pràctiques de la pornografia s'assemblen a la realitat.

Un **72% dels zoomers coincideix que la pornografia és a vegades violenta**.

El **55% de les noies i la majoria de les adolescents amb gènere no binari nega amb rotunditat que són igualitàries**, enfront del 31,1% dels nois.

El **72,5% reconeix que es donen pràctiques de risc**. Un 10,2% no les identifica i el 20% no sap expressar-ho. A major edat, major identificació.

El **52% dels qui veuen pornografia sovint** confirma que això ha **influït molt o bastant** en les seves relacions sexuals, enfront del 21,2% dels qui no la consumeix tan sovint.

Els nois manifesten haver posat en pràctica amb les seves parelles vistes en la pornografia amb una freqüència **molt superior a les noies**: 46,6% dels nois enfront del 22,8% de les noies.

Sanjuá, Cristina. Informe Desinformación sexual-Pornografía y adolescència, Save The Children España, 2020.

Datos recopilados en el libro Duque, Isa. Acercarse a la Generación Z. Una guía práctica para entender a la juventud actual sin prejuicios. Ed, Zenith, 2022.

El (no)-decàleg per a parlar de porno amb els teus fills i filles :

- Evitar començar per un *"hem de parlar"*.
- Evitar el "cara a cara".
- **Evitar un to massa seriós** i que el/la jove senti que està fent una cosa dolenta.
- **Evitar ser invasius**: no intentis saber què ha vist, perquè o qui li ha passat el contingut.
- Si mai has parlat de sexe amb el /ella pot ser que ens trobem davant una negativa. Si això passa, no hem de forçar la situació.
- Podem manifestar que nosaltres també estem nervioses per haver d'iniciar la conversa.
- **No criminalitzar la seva curiositat ni el seu desig**, al contrari: *"cariño, sentir curiositat i voler saber sobre aquest tema, a la teva edat, és normal"*.
- Ajudar-lo/la a **qüestionar** el que veu a les pantalles.

WHAT IS THE PORN CONVERSATION?



<https://theconversation.org>

Dels 9 al 12: primera exposició al porno i curiositat.

Com ho fan? Parlem d'«exposició» i no de cerca voluntària

Per què ho fan? No s'utilitzen per despertar o incrementar el desig.

Satisfer la seva curiositat sobre un tema que saben que és tabú, que desperta riures i pors al món dels adults.

“Que faig si al meu fill o a la meva filla li han ensenyat imatges pornogràfiques?”

- Conservar la calma
- Comença **recopilant més informació**, preguntant-li què ha vist i en quines circumstàncies, sense ser exigent o inquisitiu/iva.
- Pots preguntar-li també si entén el que estava veient, què pensa del que estava veient o com l'ha fet sentir
- **Evitar** comentaris del tipus «per què estaves veient això?», «com se t'ocorre veure això?» o «per a això vols l'ordinador?»
- Pots oferir-li alguna informació sobre la pornografia.
- Pot ser també un bon moment per explicar-li **què són les relacions sexuals i quins són els seus ingredients principals.**
- Pots preguntar-li si sap com fer-ho perquè altres persones no li ensenyin aquest tipus d'imatges i assajar amb ell o ella com fer-ho
- Posar un límit a aquest comportament

Dels 12 al 16: cerca deliberada

Què els explico sobre el porno?

- Més habilitats per entendre.
- Explicar-los que el porno és a les relacions sexuals el que el cinema a la vida (efectes especials) .
- Moment de parlar-los de la relació entre porno i violència.

Què he de fer si l'enxampo veient porno?

- Conservar la calma
- Recorda que, a certes edats, tant el despertar del desig eròtic com la maduresa sexual generen una sèrie de canvis i que les persones recorren al porno per satisfer la seva curiositat, per trobar plaer tots sols, en parella o en grup; per aprendre sobre erotisme i relacions, o per fer el mateix que fan la resta de noies i nois del seu entorn.
- **No es tracta de jutjar** o culpabilitzar.
- **Tenir el mateix comportament amb nois i noies.**
- Es pot preguntar què estava fent o veient, si entenia el que passava, si vol parlar del que estava veient, etc.
- Podem oferir una alternativa al porno “*mainstream*”.

A partir dels 16 anys: ús i fins i tot abús.

L'ús es fa més freqüent i el consum de pornografia d'una manera «més adulta».

Eina principal per despertar o augmentar el seu desig, millorar el seu coneixement sobre la sexualitat o masturbar-se.

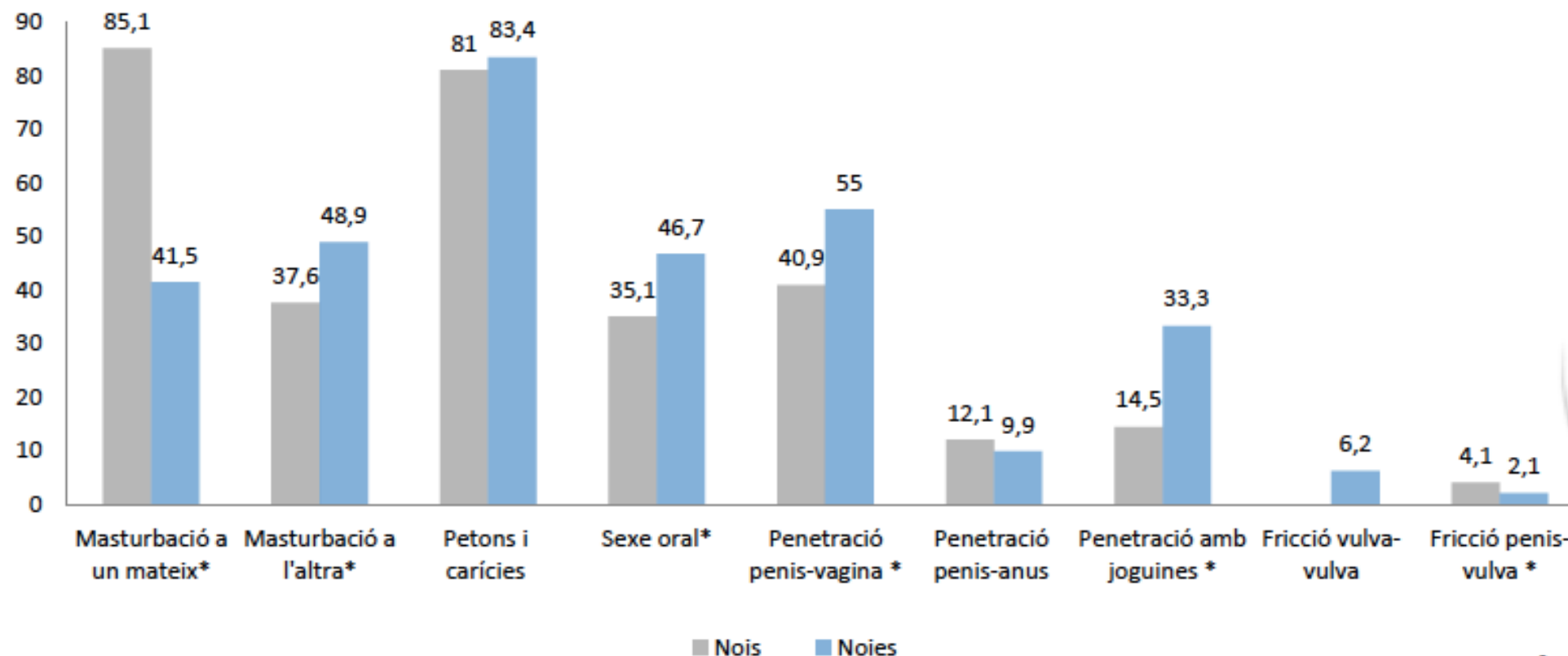
De què puc parlar amb elles i ells sobre el porno?

- Parlar del que hi ha darrera de la pantalla.
- Donar la nostra opinió (violència, racisme, rols de gènere).
- Recordar com són les relacions eròtiques «reals» (consentiment, comunicació, emocions, protecció...).
- Oferir una alternativa al porno “*mainstream*”

I si sospito que el meu fill o la meua filla té addicció al porno? S'ha enganxat al porno? Estic enganxat/ada al porno?

- És difícil diagnosticar una addicció
- Possibles símptomes: cada vegada necessita més quantitat de porno; si el desig d'utilitzar-lo es torna molest i/o incontrolable; si experimenta malestar en no poder accedir al porno; si abandona altres activitats (amics, amigues, feina o estudis), o si apareix una insensibilitat al plaer eròtic en les relacions «reals».
- Recórrer a un servei extern.

Tipus de pràctiques sexuals realitzades alguna vegada per sexe



Informe Sexcat 2019



Moltes gràcies