

YO TE **LO** EXPLICO



MAMEN JIMÉNEZ (LAPSIOMAMI)

QUÉ, CUÁNDO,
CÓMO Y DÓNDE
HABLAR DE
"ESO"
CON TU PEQUE



OBERON



MAMEN JIMÉNEZ (LAPSIOMAMI)

YO TE LO EXPLICO

OBERON

ÍNDICE

10 INTRODUCCIÓN, BIOGRAFÍA Y NOTA DE LA AUTORA... O TODO A LA VEZ

CAPÍTULO 1

15 TÚ SÍ QUE SE LO QUIERES EXPLICAR

- 17 ¿Qué es la sexualidad?
- 19 Sexualidad... ¿infantil?
- 21 ¿Qué es la educación afectivo-sexual?
- 23 ¿Por qué tengo que hablar de esto con mi peque?
- 25 Pues a mí no me contaron nada
- 26 Aunque crean que no, estamos de acuerdo en algo

CAPÍTULO 2

29 LOS «¿Y SI...?»

- 30 ¿Y si es demasiado pronto? ¿Y si es demasiado peque? Cuándo debemos empezar
- 34 ¿Y si le doy demasiada información? ¿Y si le doy ideas?
- 35 ¿Y si no lo hago bien?
- 36 ¿Y qué dirán los abuelos/tíos/nuestros amigos de que hablemos de estas cosas? ¿Y si mi peque lo cuenta y otros padres se molestan?
- 38 ¿Y si no se lo explico bien?

CAPÍTULO 3

41 PARA TI QUE ERES «MAYOR»

- 42 Quiero pero no quiero. (¿Por qué cuesta tanto hablar de estas cosas con nuestras criaturitas?)
- 51 Empieza por ti

CAPÍTULO 4

57 ¡CÓMO CRECEN! ¿CÓMO CRECEN? EL DESARROLLO AFECTIVO-SEXUAL DE 0 A 12 AÑOS

- 59 De 0 A 2 años
- 63 De 2 A 5 años
- 67 De 5 a 9 años
- 71 De los 9 a los 12

CAPÍTULO 5

75 LAS PREGUNTITAS

- 78 Cómo responder a sus preguntas sin sucumbir (de vergüenza o dudas) en el intento
- 81 De dónde vienen los niños y otras preguntitas que —casi seguro— te hará tu peque: ¡la chuleta que necesitas!
- 96 Cambiamos de nivel
- 101 ¿Y si no preguntan?

CAPÍTULO 6

- 105 INICIANDO LA CONVERSACIÓN...
CON NATURALIDAD
- 109 Nada de charlas
- 110 Esto va de hablar, sí, pero también —mucho—
de escuchar
- 113 Cómo iniciar la conversación sin forzar
locamente el tema
- 117 Nunca es tarde
- 119 Mensajes contradictorios
- 122 Dando ejemplo

CAPÍTULO 7

- 125 ¿PERO ESO QUÉ ES? ACTUALIZACIÓN
EXPRÉS EN SEXUALIDAD
- 126 Anatomía de los genitales
- 130 Breve diccionario

CAPÍTULO 8

- 141 ESTO NO VA SOLO DE PREVENCIÓN Y
REPRODUCCIÓN: TEMAS IMPORTANTES
A TRATAR EN CASA
- 142 La fiesta de la pubertad
- 154 Educar en igualdad y diversidad, en el respeto
- 157 Autoestima
- 159 Intimidad, privacidad y límites
- 160 Toma de decisiones
- 161 Relaciones saludables
- 162 El gustirrinín es lo más

CAPÍTULO 9

- 165 HACEN COSAS
- 167 Mi peque se toca
- 174 «Los juegos»
- 179 «Es mi novia/o»: el amor pequeño
- 183 Mi hijo juega «A cosas del otro género»,
¿eso significa algo?

CAPÍTULO 10

- 187 PEQUES A SALVO
- 188 ¿Qué es el abuso sexual?
- 193 Prevención: ¿qué podemos hacer desde casa?
- 201 Señales de alarma
- 202 En caso de sospecha...
- 203 Internet, porno y ponerle puertas al campo

CAPÍTULO 11

- 209 DUDAS DE ANDAR POR CASA:
TÚ TAMBIÉN TE HACES PREGUNTAS
- 211 De estas cosas, ¿es mejor que le hable papá o mamá?
- 212 Desnudez en casa: ¿pasa algo si nos ve desnudos?
- 215 ¿Está mal que nos duchemos/bañemos juntos?
- 216 Muestras de afecto en casa: ¿pasa algo si nos ve
besándonos?
- 218 He descubierto a mis hijos tocándose
- 219 Nos ha pillado... y no precisamente con el carrito
del helado
- 222 Extra «dudas complejas»

- 227 ANEXO, EPÍLOGO Y RECURSOS



CAPÍTULO

TÚ SÍ QUE SE LO QUIERES
EXPLICAR

¿EDUCACIÓN SEXUAL?

Nosotros creemos que de esos temas es mejor no hablarle a los niños.

Sí, protegerles, sobre todo eso, es que es una barbaridad hablarles de "eso".

Sí. Hay que protegerles del sexo. Son demasiado pequeños para eso.

¿Cómo váis, chicos?

¡GENIAL, PAPI!

Mira, éste me lo ha mandado Pedro...

Puaj, ¡qué asco!

SÍ, POR FAVOR 





¿POR QUÉ TENGO QUE HABLAR DE ESTO CON MI PEQUE?

Haciendo así una maniobra un poquito rollo «terrorismo emocional» podría decir que «porque lo quieres». Afortunadamente no tengo que recurrir a eso porque hay razones más que fundamentadas que te van a convencer:

- 1 Los seres humanos somos seres sexuados desde que nacemos**, es decir, no es algo que no tengamos y que se vaya adquiriendo: está ahí, porque SOMOS. De manera que no abordarlo es dejar abandonada una parcela completa, una enorme además, del desarrollo de tu peque. Es un error común pensar que la sexualidad empieza en la adolescencia, como si fuera la bella durmiente, que está ahí *sopa* y de pronto se despierta, con un beso de un muchacho, además, a los 16 años. La sexualidad existe desde el minuto uno de vida de tu peque, por eso hay que ocuparse de ella.
- 2 Los peques tienen curiosidad**, quieren saber cosas, están conociéndose a sí mismos y conociendo el mundo que los rodea. Responder a sus preguntas les muestra que pueden acudir a nosotros con lo que sea. Y eso es genial.
- 3 Si no se lo explicas tú, alguien lo hará por ti**: la información le va a llegar, pero... ¿qué información y cómo le llegará? La tele, Internet, otros niños y niñas... Tu peque no vive en una burbuja ni hay forma humana de evitar que esté expuesto/a determinadas cosas, así que más te vale ocuparte personalmente de que la información que le llega es saludable y buena para su desarrollo. Solo un dato: hay estudios que constatan que peques de tan solo 9 años ya han visto pornografía en Internet. No podemos no hacer nada, de verdad.



¿Y si es demasiado peque? ¿Y si le cuento demasiado? ¿Y si...? Ay, los «Y si...». Vamos a repasar los más habituales, los que más os suelen bloquear a la hora de hablar de estas cosas con vuestros/as peques. Porque no, no eres la única persona que se ha planteado estas cuestiones. ¡No estás sola/o!

30

¿Y SI ES DEMASIADO PRONTO?

¿Y SI ES DEMASIADO PEQUE?

Cuándo debemos empezar

¿Sabes qué pasa? Que en realidad ya has empezado, aunque no lo sepas. Lo hiciste incluso antes de que naciera tu peque. ¿Cómo? ¡Qué dice, señora! Desde que nos preguntan si queremos saber el sexo del bebé... y nos lo dicen ya estamos tomando decisiones y fabricándonos una idea de cómo será nuestra criatura... según su sexo (entre otras cosas, claro está).

¿NIÑO O NIÑA?

Mira, si te sale un niño mejor, porque los niños son de las madres

Ojalá sea niña, así tenéis quien os cuide.

Pues mira, a nosotros nos da igual, vamos a querer y criar a la criatura de la misma forma, "sea" lo que "sea"

Los niños son mucho más divertidos, y así te ahorras preocupaciones cuando sea adolescente, ¡no puede venir preñado a casa!

HASTA "EL PEPE" DE COMENTARIOS

Mejor una niña, que son más cariñosas

AÚN NO HA NACIDO Y YA TIENE ETIQUETAS DE TODOS LOS COLORES Y MODELOS

- ¿Consideras que educarías distinto a tu peque si fuera niño o niña?
- ¿Qué harías distinto?
- ¿Por qué?
- Dale una vueltecita a este tema, porfi.

