

0.0

Comentarios (0)

José Luis García

Pamplona, España

Conferencista | Capacitador | Docente

País de residencia: España

Nacionalidad: España

Idiomas: Español

Áreas de conocimiento

Riesgos sexuales y reproductivos en la adolescencia., Consumo de pornografía violenta en nuestros en menores, Educación sexual, Pornografía, Sexting, acoso y otrops riesgos sexuales en internet., Machismo y desigualdad de género, Educación sexual y afectiva en la discapacidad, Vida sexual en la pareja, Abuso Sexual, Acoso sexual, Prostitución: reto para el Siglo XXI, Agresiones sexuales.

Descripción del perfil

He trabajado, como psicólogo clínico especialista en Sexología, en consulta clínica de disfunciones sexuales y problemas de pareja durante 36 años en el Servicio Navarro de Salud, del Gobierno de Navarra. Además de la faceta clínica, he impartido y organizado numerosos programas de formación en materia de sexualidad y afectividad, para familias, profesionales y jóvenes. Fui director de los Centros de Planificación Familiar y Educación Sexual del Gobierno durante 5 años, durante los cuales se realizaron numerosos y originales programas de prevención y educación sexual. He sido miembro Comisión Escuelas Saludables de los Departamentos de Salud y de Educación del Gobierno de Navarra. He trabajado con cerca de 300 entidades publicas y privadas, impartiendo cursos y conferencias sobre sexualidad, educación sexual... en España e Iberoamérica He publicado centenares de artículos de divulgación y colaboraciones en prensa sobre educación sexual, así como otros muchos en revistas especializadas desde 1980. Soy invitado con frecuencia a Congresos y Jornadas Profesionales de Sexología. Fui fundador, en 1979, de la primera Federación de Sociedades de Sexología en España. Tengo 14 libros publicados, 19 vídeos didácticos realizados y otros materiales educativos. He tenido la fortuna de haber recibido 8 premios nacionales por mi trabajo de creación de materiales didácticos y de formación en educación sexual para jóvenes, familias y profesionales. Actualmente estoy trabajando en mi próximo libro sobre los efectos de la pornografía en los /as jóvenes.

Conferencias, Cursos o Talleres

Riesgos sexuales en internet: ¿ Qué podemos hacer desde la familia?

De 2 Horas a 4 Horas

Se analizan los diferentes riesgos sexuales que conlleva el uso excesivo de internet por parte de niños y jóvenes: sexting, acoso sexual, abusos sexuales, pornografía, juegos on line..etc

Cómo mejorar la vida sexual y afectiva en la pareja

De 2 Horas a 4 Horas

Se describen y analizan los diferentes factores que pueden promover la armonía sexual y afectiva en las relaciones de pareja.

Educación sexual en personas con discapacidad

Flexible

Se trata de ofrecer formación, contenidos, recursos y metodología en el área de la educación sexual en personas con discapacidad, tanto en la familia como en los centros educativos.

Machismo y desigualdad de género.

De 1 Hora a 2 Horas

Se analizan las características y consecuencias del machismo en el área de las relaciones de género. Se consideran los maltratos y agresiones, incluidas las sexuales, por parte de los varones hacia las mujeres, así como los costes que supone el machismo para los propios hombres.

Desafíos del S. XXI: prostitución, pornografía y agresiones sexuales.

De 2 Horas a 4 Horas

En la sociedad actual hay tres temas que requieren un abordaje prioritario: la prostitución, el consumo de pornografía y las agresiones sexuales de hombres hacia mujeres. Se trata de dar una respuesta integral y adecuada a estos tres desafíos en una sociedad moderna.

Educación sexual y afectiva en la familia y en la enseñanza

4 Horas o más

Se pretende ofrecer formación específica en la educación sexual y afectiva de niños/as y jóvenes, desde la familia y desde los centros de enseñanza, capacitando a los agentes implicados en este proceso: padres, madres y docentes.

¿Cómo prevenir los efectos del consumo de pornografía en niños/as y jovenes?

De 2 Horas a 4 Horas

Internet y los dispositivos móviles han provocado un aumento descontrolado del consumo de pornografía violenta, por parte de de niños y jóvenes y cuyos efectos todavía estan por valorarse. Se analizan y proponen recursos para prevenir, y en todo caso gestionar, un consumo abusivo de pornografía.

Sexualidad y afectividad en las personas mayores

De 2 Horas a 4 Horas

Ofrecer información científica y actualizada sobre la vida sexual y afectiva de las personas mayores, los cambios fisiológicos y psicosociales que se producen, en orden a un mayor bienestar y una mejor salud.

¿Cómo podemos ayudar a los/as adolescentes en la sociedad actual?

De 2 Horas a 4 Horas

Los cambios sociales, vertiginosos y complejos, están provocando una serie de efectos, en el area sexual, afectiva y de sociabilidad, en la juventud y en su relación con sus adultos cercanos, para los que muchas familias no tienen la adecuada preparación. Se trataría de comprender que es lo que está pasando en nuestra juventud y ofrecer recursos educativos en orden a un desarrollo positivo y saludable.

Experiencias

Psicólogo clínico especialista en Sexología

Gobierno de Navarra

1980 - 2016

Director centros de Planificacion Familiar del Gobierno de Navarra

Gobierno de Navarra

1995 - 2000

Estudios

Doctorado en Psicología

Universidad de Salamanca

1982

Master en Sexología

Universidad de Alcalá de Henares

1981

Licenciado en Psicología

Universidad de Salamanca

1978

Libros

Tus hijos ven porno 3 Manual para padres vergonzososla familia?

Volumen 3 de una serie de 3 sobre el consumo de pornografía en menores y jóvenes y la educación sexual. Aspectos esencialmente prácticos y sencillos para llevar a cabo en casa

MI segundo libro de información sexual y afectiva

Es un bello libro destinado a niños/as de 9-11 años, en el que se le ofrecen diferentes conocimientos e informaciones sobre aquellos aspectos e intereses que, según la Psicología Evolutiva y diferentes estudios científicos, los niños y las niñas a estas edades suelen manifestar. Entre otros muchos, en este libro se abordan: hacer el amor, diferentes formas de hacer el amor, tu familia, embarazo, Interrupción voluntaria de embarazo, primeros años de vida, adolescencia, anticonceptivos, enfermedades de transmisión sexual,,.etc. , usando un lenguaje adecuado, no sexista y adaptado a estas edades. Forma parte de la serie de libros de nuestro programa diseñados para cada edad y etapa evolutiva. Existe otro libro de ejercicios complementario y exclusivo a este libro, donde el niño/a tiene que hacer diferentes y divertidas tareas que pretenden reforzar el aprendizaje de lo leído en el libro previo. Entre otras: colorear, pintar, recortar, hacer puzles, sopas de letras..etc. Los maravillosos dibujos, han sido hechos, con una sensibilidad y cuidado extraordinario, por la conocida ilustradora española Pilarín Bayes. Hay un vocabulario adaptado a la edad al final del libro. Está publicado en castellano, euskera y gallego y fueron autorizados por el Departamento de Educación, Universidades e Investigación del Gobierno Vasco en febrero de

1994 Toda la serie de libros para niños y jóvenes, está complementada con otros recursos didácticos: vídeos, diapositivas, etc.

MI primer libro de información sexual y afectiva

Es un hermoso libro destinado a niños/as de 7-8 años, en el que se le ofrecen diferentes conocimientos e informaciones sobre aquellos aspectos e intereses que, según la Psicología Evolutiva y diferentes estudios científicos, los niños y las niñas a estas edades suelen manifestar: Los sentidos, higiene corporal, autoestima, diferencias sexuales, roles sexuales..etc. , usando un lenguaje adecuado, no sexista y adaptado a estas edades. Forma parte de la serie de libros de nuestro programa diseñados para cada edad y etapa evolutiva. Existe otro libro de ejercicios complementario y exclusivo a este libro, donde el niño/a tiene que hacer diferentes y divertidas tareas que pretenden reforzar el aprendizaje de lo leído en el libro previo. Entre otras: colorear, pintar, recortar, hacer puzles, sopas de letras..etc. Los maravillosos dibujos, han sido hechos, con una sensibilidad y cuidado extraordinario, por la conocida ilustradora española Pilarín Bayes. Hay un vocabulario adaptado a la edad al final del libro. Está publicado en castellano, euskera y gallego. Ambos libros están publicados en castellano, euskera y gallego y fueron autorizados por el Departamento de Educación, Universidades e Investigación del Gobierno Vasco en febrero de 1994 Toda la serie de libros para niños y jóvenes, está complementada con otros recursos didácticos:

vídeos, diapositivas, etc.

La educación sexual en la escuela. Algunos téminos de la polémica.

Es un ensayo que aborda algunos aspectos teóricos sobre la educación sexual, en particular ¿Quién tienen que hacerla? ¿ Cómo hay que hacerla? y ¿Cuándo hay que hacerla?. Se analizar diferentes modelos que proponen diferentes teóricos y expertos en educación sexual, y el debate existente sobre los aspectos más relevantes, en particular en el ámbito familiar y en los centros de enseñanza Este libro fue publicado por el Gobierno de la

Comunidad Autónoma de la Rioja.

Mi primer cuento de información sexual y afectiva

Es un bello y original cuento sobre el origen de la vida, la fecundación, el embarazo, el parto, a partir de una historia tierna entre un alcalde y una alcaldesa de un pueblo donde hay casitas donde viven los nadadores y las saltarinas. Se abordan tambien los deseos libres y responsables de los progenitores a la hora de decidir tener un bebé. Los maravillosos dibujos, han sido hechos, con una sensibilidad y cuidado extraordinario, por la conocida y prestigiosa ilustradora española Pilarín Bayes. Hay un vocabulario adaptado a la edad al final del libro. El texto forma parte de la serie de libros de nuestro programa diseñados para cada edad y etapa evolutiva. Está publicado en castellano, euskera y gallego y fue autorizado por el Departamento de Educación, Universidades e Investigación del Gobierno Vasco en febrero de 1994. Toda la serie de libros para niños y jóvenes, está

complementada con otros recursos didácticos: vídeos, diapositivas, etc.

Las aventuras sexuales de la panda de los 7.

Es una novela dirigida a chicos y chicas a partir de 15 años. Se trata de una historia de una pandilla de chicos y chicos que hacen un viaje juntos, en el transcurso del cual les ocurren diversas incidencias que tienen que ver con la sexualidad y las conductas sexuales. En sus 13 capítulos se desgranan diferentes informaciones sobre la sexualidad en los jóvenes. El formato novela ofrece posibilidades interesantes para transmitir la información

sexual y afectiva. Toda la serie de libros para niños y jóvenes, está complementada con otros recursos didácticos: vídeos, diapositivas, etc.

La sexualidad de los marginados.

Es un libro que incluye diferentes artículos periodísticos publicados en medios de comunicación sobre la "sexualidad invisible" de algunos sectores de la población: Personas mayores, personas con discapacidad física y/o intelectual, enfermos de sida, jóvenes y prostitutas. Todos los artículos publicados en este libro, fueron premiados en dos convocatorias nacionales por el INSERSO del Ministerio de Asuntos Sociales del Gobierno de España,

en el apartado de prensa, durante los años 1985 y 1987.

La educación sexual en la familia

Se trata de un libro destinado a los padres y madres de cara a ayudarles en la educación sexual de sus hijos e hijas. Propone el uso didáctico y metodológico de nuestro programa de 19 vídeos educativos, presentando su

contenido y las indicaciones didácticas de cada uno de ellos: edades y niveles educativos a los que va dirigido, técnicas metodológicas, juegos y ejercicios prácticos.

La educación sexual en la escuela: La polémica de nunca acabar

Pretendemos clarificar la polémica existente en torno a la educación sexual, analizando en detalle, los argumentos que tanto los detractores (libertinaje, mayor actividad sexual, peligrosa, carece de sentido, interés comercial...)como los que están a favor (derecho a la verdad, cambios sociales, avances científicos, salud sexual, desarrollo evolutivo...etc) , suelen considerar. Utilizamos cerca de 500 citas bibliográficas para apoyar cada

una de las argumentaciones.

Guía práctica de información sexual para el educador

Hace ya 40 años, cuando comenzamos a dar "charlas" sobre educación sexual, nos dimos cuenta, enseguida, que muchos de los que nos dedicábamos a tan "curiosos menesteres" en aquella España predemocrática (la mitad de la década de los años setenta), carecíamos de materiales didácticos, especialmente producidos en nuestro país, no sólo para nuestra formación, sino también para la práctica profesional. Por otra parte, padres, profesores y alumnos/as nos solicitaban aportaciones concretas -"dadnos algo para comenzar"- con el fin de romper la barrera que les impedía hablar de sexualidad y, además, hacerlo con una cierta seguridad en lo relativo a contenidos y metodología. En el caso de colectivos con discapacidad intelectual, las necesidades eran aún más acuciantes. Desde entonces, y durante los cinco años posteriores, nos propusimos elaborar un programa concreto de materiales didácticos que diera respuesta a algunas de esas necesidades. Allá por el año 1983 presentábamos las dos primeras aportaciones editadas y el conjunto de materiales a los medios de comunicación presentes en el acto informativo: 26 monografías, 8 libros, dos series de diapositivas, 22 guiones de vídeo y una extensa serie de materiales auxiliares. Parte de esos materiales fue gradualmente publicado, en ediciones muy modestas y distribuido fundamentalmente en el País Vasco y Navarra, con una acogida que podemos valorar globalmente como satisfactoria, si bien con los objetivos iniciales que nos llevaron a hacer este trabajo sin cumplir: que fuera asumido por alguna Institución u Organismo Público. No obstante, nos satisface enormemente constatar que los 13 primeros vídeos editados y algunas monografías han sido premiados por diferentes Organismos. En la actualidad diferentes aportaciones del programa han sido publicadas en castellano, euskera y gallego. Pues bien, nuestro libro "Guía práctica de información sexual para el educador", es el núcleo central de todo el programa realizado. Es un manual de trabajo tanto para los docentes como para las familias. Se detallan los contenidos, objetivos y metodología de la educación sexual que nosotros proponemos. Entre otros aspectos de interés que se abordan, son: El porqué de una educación sexual. Es probable que algunas personas puedan pensar: ¡Uf... más libros y vídeos sobre sexo! ¿Es que no hay suficientes? En efecto, no le faltará razón, ya que en los últimos años hemos asistido a una explosión, una invasión de libros, revistas y materiales informativos, diversos y variopintos sobre las cuestiones sexuales. Sin embargo, hay pocas aportaciones mínimamente serias y rigurosas dentro de ese maremágnum, de esa avalancha que, en muchos casos, no han hecho más que aumentar la confusión y, en otras personas, potenciar la angustia que ha producido la ignorancia sexual durante décadas. Nosotros pensamos que hay un gran hueco por cubrir dentro de la educación sexual. Si se nos apura, habría que decir que en nuestro país está casi todo por hacer. Nuestro programa de educación sexual y afectiva quiere, contribuir a llenar ese vacío que muchos adultos, educadores y alumnos/as tienen. La propuesta de nuestra aportación es un cambio de actitud. Una invitación a la reflexión y a la toma de decisiones por parte de los padres y de los educadores. Una sugerencia a que estos, poco a poco, vayan responsabilizándose de una tarea - la educación sexual - que legítimamente les compete y de la que no pueden ni deben inhibirse ya que, si no lo hacen, otros lo harán en su lugar. Como les pasó a ellos. En este sentido, nuestro deseo prioritario es ayudarles en este cambio, señalándoles los diferentes recursos personales que disponen y otros recursos de apoyo a su labor educativa. ¿Es necesaria la educación sexual? Si fuéramos por la calle, micrófono en mano, preguntando a las personas que piensan acerca de la educación sexual, seguramente nos llevaríamos algunas sorpresas al analizar las repuestas. Tal vez la primera sorpresa sería, que la mayoría de estas personas nos contestaría que la educación sexual es muy importante y necesaria. La segunda sorpresa podría ser, que una gran parte de ellas nos dirían que no suelen hablar con sus hijos/as de cuestiones sexuales de la misma manera con que hablan de otros temas. La tercera sorpresa es que nos justificarían esta situación con argumentos del tipo: "No sé cómo hacerlo", "No estoy preparado/a", "Me da una vergüenza horrorosa", "Me pongo nervioso/a" " No quiere hablar conmigo"... y otras similares. La cuarta sorpresa, por señalar otra más, podría ser que la gran mayoría nos afirma rotundamente: "No obstante no quiero que mis hijos/as sean educados como yo lo fui" o "No queremos que a ellos/as les pase lo que a nosotros nos pasó". ¿Cómo podemos entender estas contradicciones y ambigüedades? La respuesta es sumamente difícil y compleja, pero, a nuestro juicio, esas sorpresas son una realidad perfectamente constatable. Para empezar, hemos de partir de algo que todos sabemos: la sexualidad, el sexo, las cuestiones sexuales, han tenido un inadecuado tratamiento y escasa atención a lo largo de la historia. Esto del sexo, no ha estado muy bien visto en la historia reciente. Baste recordar la historia personal de cada uno para darnos cuenta de que las cosas no fueron muy satisfactorias. Afortunadamente desde hace algunos años se están observando cambios importantes en este terreno. El arraigo de la Sexología como ciencia del hecho sexual humano, está dado paso a enfoques y trabajos profesionales y rigurosos, dejando a un lado miedos infundados. Es una perspectiva más humana y real. Bien es verdad que el proceso está costando lo suyo, pero cada vez más se observan modificaciones. Lógicamente cuesta cambiar actitudes y creencias, métodos y criterios educativos. Hábitos mantenidos e impuestos durante siglos. La sexualidad es entendida como una dimensión global que afecta por entero a la totalidad de la persona. La sexualidad existe desde el nacimiento y está implicada activamente en el desarrollo, evolución, equilibrio emocional de la persona y en su estabilidad afectiva. En las relaciones interpersonales, en las parejas y matrimonios tiene una gran importancia. Por tanto, separar la sexualidad del resto de la personalidad, supone escindir a la persona de su realidad concreta y vivencial. Hasta hace pocos años la sexualidad era abordada únicamente como algo que servía para reproducir la especie, sobre todo en las mujeres. Los hombres podrían tener una consideración distinta, así como una conducta de mayor permisividad Esta doble moral es uno de los resultados de la educación sexual realizada durante siglos. Sin embargo, en la actualidad una nueva concepción de la educación sexual y afectiva va extendiéndose poco a poco hacia una mayor normalidad. Las graves consecuencias que comporta una mala información sexual y las actitudes negativas, por ejemplo, en el caso del sida, están haciendo que ese proceso se acelere. En otros países ese proceso ya se ha dado, de tal manera que, más que de prevención, ya se comienza a hablar de promoción de la salud sexual. No hay que olvidar que el sida es un problema de salud mundial que afecta enormemente a la población juvenil. La educación sexual, además de prevenir diversos problemas puede ser una forma útil y eficaz de promover una mejor salud y de mayor calidad. En nuestro país, muchos colectivos de enseñantes y sanitarios todavía siguen discutiendo y polemizando acerca de la conveniencia o no de la educación sexual. Nosotros estamos convencidos de que dirimir esa cuestión a estas alturas es una tarea condenada al fracaso. ¿Por qué es necesaria una educación sexual y afectiva? Veamos algunas razones: En primer lugar, hemos de considerar los cambios acontecidos en todos los órdenes en la sociedad que, además de generar nuevas necesidades (por ejemplo, el caso del sida o del embarazo no deseado en jóvenes), han puesto de relieve la necesidad de nuevos modelos de intervención. Nuevas necesidades que es preciso abordarlas con nuevos métodos de trabajo serios y rigurosos. En segundo lugar, diferentes investigaciones ofrecen datos de la realidad que muestran claramente las consecuencias de una inadecuada educación sexual y afectiva: problemas de relación, disfunciones sexuales en la pareja, desajustes personales.... En tercer lugar, habría que citar los avances científicos que han modificado los tradicionales conceptos de salud. La salud ya no es solo ausencia de dolor y enfermedad, sino que hay un enfoque más amplio y global que incluye la dimensión sexual y afectiva. Ya se habla de salud sexual, por ejemplo. En base a estas premisas, cabría considerar entre otros los siguientes argumentos: 1. Un primer argumento se basa en comparar la realidad española con la de otros países europeos y americanos. Es decir, si otros países más avanzados social y técnicamente han incluido la educación sexual como actividad obligatoria en la enseñanza, ¿Por qué no sucede en nuestro Estado?, ¿Por qué en la mayoría de los Centros educativos se elude este tipo de intervenciones? 2. Una segunda razón se basa en el derecho incuestionable que tienen todas las personas, también los niños y jóvenes, a saber y conocer la verdad. Una comisión internacional ya advertía en 1946 que "todos los niños/as tienen derecho a recibir una información sexual científica como parte de su educación general". 3. Existen, en tercer lugar, una serie de razones que se fundamentan en realidades y problemas concretos, particularmente en poblaciones juveniles y adolescentes. Sabemos, por ejemplo, que niños y jóvenes se informan de cuestiones sexuales a través de sus amigos/as; que, cada vez más y más precozmente, tienen relaciones sexuales y que la falta de información seria y científica, unida a la dificultad de acceso a los anticonceptivos, los lleva a vivir situaciones de riesgo, algunas de las cuales acaban en experiencias traumáticas: matrimonios forzados, madres solteras, abortos, enfermedades de transmisión sexual... etc. 4. Hay otros argumentos que hacen referencia a los efectos beneficiosos de la educación sexual en el plano interpersonal y en el de las relaciones sexuales. Por ejemplo, se sabe que muchos de los problemas sexuales que aquejan a

numerosas parejas y matrimonios se debe en gran parte a la ignorancia en cuestiones sexuales que ha generado unas actitudes negativas respecto a la sexualidad. En nuestro programa dedicamos 6 vídeos a la mejora de las relaciones sexuales de la pareja. 5. Por último, por señalar solo algunos de los más relevantes, uno de los principales argumentos - que no suele ser utilizado y defendido con todo el éxito y la energía deseable - es, a nuestro juicio, una de las claves de la educación sexual y afectiva. En síntesis, lo que se vendría a plantear es que la educación sexual, queramos o no admitirlo, existe desde el momento del nacimiento. Por consiguiente, lo que sería deseable plantearse, no es si es necesaria o no, sino si queremos que siga siendo como habitualmente es, o bien, preferimos cambiar. Sabemos perfectamente que el silencio, la evasión, la vergüenza, el demorar las respuestas...etc., son formas negativas de educar. En definitiva, preferimos que cada cual aprenda como pueda, en la calle, en la pandilla a través de los chistes verdes o los vídeos pornográficos, en relación la casualidad o bien de una manera más planificada y seria a partir del centro escolar y en colaboración con la familia. Algunas realidades de la educación sexual. Creemos que hay suficientes pruebas como para dejar de discutir sobre la necesidad de la educación sexual y comenzar a dar respuestas a las principales necesidades que tienen los educadores, los padres y los alumnos/as. Las evidencias actuales obligan a todos especialmente a padres y educadores a no eludir esta problemática. El futuro sexual de sus hijos/as y educandos puede estar mediatizado por los criterios educativos por los que en este momento se oriente su educación. Nadie duda de que la educación sexual es una parte de la educación general del niño y de la niña. Una de las propuestas de este programa de educación sexual y afectiva es la necesidad de dar recursos a los jóvenes para que sepan afrontar con éxito su sexualidad y sus relaciones de pareja en un mundo cambiante y crecientemente permisivo. Recursos también para que, si esa es su decisión, accedan a las relaciones sexuales de manera satisfactoria, positiva y sin riesgos. Es hora pues de afrontar, en nuestra modesta opinión, las legítimas responsabilidades. Porque si los padres y los educadores no lo hacen, ya lo hemos dicho, otros lo harán en su lugar (revistas, películas, comentarios morbosos, chistes... etc.) De ahí que nuestro principal objetivo con este método sea ayudar a los padres y educadores en la educación cotidiana con sus hijos/as. Para educar hay que estar primero bien informado y disponer de los recursos adecuados. Algunas preguntas sobre educación sexual En nuestras conferencias con familias y profesionales, solemos plantearles las siguientes cuestiones: ¿Tus hijos/as o alumnos/as te hacen preguntas de tipo sexual? ¿Te consideras suficientemente informado en sexualidad como para responderlas? ¿Cómo aprendiste tu este tipo de cuestiones en la infancia? ¿Cuándo eras joven, tenías alguna persona con la que hablar con naturalidad de sexo? ¿Quién crees que tiene la responsabilidad de hacer educación sexual a tus hijos/as- alumnos/as? ¿Te parece importante la formación de los jóvenes en esta materia? ¿Qué tiene que ver la educación sexual con la prevención del sida o del aborto en adolescentes? ¿La vida sexual de la pareja está relacionada con la educación sexual recibida en la infancia? ¿Por qué hay tantas parejas que tienen problemas sexuales y afectivos? ¿Cómo se puede ser más feliz y disfrutar del sexo? Estas son solo algunas de las preguntas que, a lo largo de nuestra experiencia profesional, hemos sabido que interesan a padres-madres, educadores y profesionales. De ahí que, en los últimos 20 años, hemos venido diseñando y realizando un programa de educación sexual y afectiva que surge con la pretensión de ser de utilidad para la práctica educativa ofreciendo, en los diferentes materiales que lo componen, orientaciones y recursos respecto de una temática que, seguramente, muchos de estos padres y educadores se han planteado en su vida cotidiana sin encontrar, a veces, respuestas satisfactorias: la educación sexual y afectiva. Sin embargo, hablar de sexualidad supone hacerlo de un tema que hasta hace pocos años ha venido de la mano del tabú y de la confusión. En efecto, la cuestión sexual ha sido y sigue siendo un tema diferente en la educación familiar y escolar. Existen todavía muchos obstáculos para que niños y jóvenes tengan una educación sexual completa y adecuada. No obstante problemas como el contagio del Sida o el embarazo no deseado en jóvenes nos obligan a superar esos miedos y temores. Probablemente no haya muchas áreas de la educación y de la salud, que hayan generado tanto interés como las cuestiones concernientes a la educación sexual. Bien es cierto que también han suscitado una especial controversia, en algunos sectores de población. A nuestro entender hay otros muchos temas, otras muchas cuestiones sociales y políticas que no suelen tener la consideración y trascendencia que suele concedérsele a la sexualidad. El sexo interesa prácticamente a todo el mundo. Sin embargo la educación práctica cotidiana, las preguntas y respuestas sobre sexo, los modelos que se ofrecen a niños y jóvenes tanto en casa, en la TV, como en la calle, la actitud ante las conductas sexuales, es decir la educación sexual y afectiva, parece seguir provocando en muchos padres y educadores cierta inquietud, fruto en parte, de la ausencia de una adecuada formación en este campo - hecho señalado por muchos padres y educadores - y de la confusión existente en torno a esta temática. Nuestra experiencia en este área durante varios años, en diferentes sectores y grupos de población, incluyendo numerosos cursos y seminarios de formación, tanto a padres como a educadores y profesionales de la salud, nos ha puesto de manifiesto lo predominante de esta confusión y , todavía en muchas familias, el miedo a iniciar un tema en el que, de una parte, no se tiene la preparación precisa y, de otra, su abordaje, supuestamente, puede originar algún tipo de polémica o , en algún caso, conductas poco deseables. Por contra los datos de investigaciones recientes indican que los jóvenes siguen sin tener una adecuada preparación ante las primeras relaciones sexuales y, en buena parte de casos, se enfrentan a situaciones de riesgo para las que, a menudo, no tienen la capacitación más idónea. Además, estas investigaciones sugieren que cada vez hay más jóvenes activos sexualmente, que se inician en el sexo cada vez más pronto. Pretendemos acercarnos, con una disposición eminentemente tranquilizadora y práctica a las cuestiones referidas a la sexualidad y afectividad a lo largo de la vida y a sus implicaciones educativas particularmente a los padres y educadores. Es frecuente que numerosos progenitores con hijos o hijas pre-adolescentes vivan con una cierta ansiedad el futuro inmediato de ellos o ellas. A menudo, a muchos de estos padres y madres, pueden asaltarles dudas acerca de los diversos problemas y peligros que a sus vástagos les acecharan en breve. Tal vez uno de esos peligros que se barruntan sea el sida y probablemente, más aún en el caso de las hijas, un embarazo no deseado. En este programa tratamos de clarificar ciertas cuestiones de interés, señalando algunos de los aspectos más relevantes que, a nuestro modo de ver, sería conveniente tener en cuenta al iniciar cualquier programa de educación sexual y afectiva. Esta propuesta de trabajo se compone de muy diferentes aportaciones para alumnos/as, educadores y padres, con la intención de proyectarse en el quehacer pedagógico cotidiano, al objeto de que sea posible conseguir una educación más integral y satisfactoria que contribuya a que las personas sean más felices en su vida sexual y afectiva y en sus relaciones. Nos daríamos por satisfechos si, con este programa realizado, suscitáramos la reflexión acerca de la educación sexual posibilitando, en alguna medida, el que padres y educadores fueran responsabilizándose de una tarea que les compete legítimamente y de la que no pueden inhibirse, fundamentalmente porque, si no lo hacen, quieran o no, otros lo harán en su lugar. Le proponemos que piensen, aunque sólo sea por un momento, en cómo le hubiera gustado a él/ella que le informaran y educaran sexualmente cuando fue niño/a o joven. Seguro que ello le anima, aunque sólo sea un poco, a asumir gradualmente su legítimo cometido como educador/a Este programa, por tanto, pretende ser una ayuda, un instrumento para ayudar a padres, educadores, profesionales y jóvenes a adquirir una mayor capacitación, unas mayores y mejores habilidades para hacer frente a los problemas que pueden plantearles su sexualidad en ese momento y en el futuro, tal vez la finalidad más importante de este programa podríamos resumirla en tratar de contribuir a que los niños/as y jóvenes dispongan de los recursos necesarios para afrontar positivamente las situaciones de riesgo que, en su vida cotidiana de manera inevitable, va a plantearles las relaciones afectivo-sexuales y, a la vez, puedan disfrutar saludablemente de las mismas. Situación actual. Como hemos señalado, con este programa de educación sexual y afectiva tratamos de abordar los aspectos pedagógicos de un tema de singular importancia en el ámbito de la salud y de la educación: la sexualidad y la afectividad. Desde hace algunos años, en particular con el problema del aborto o del sida en los jóvenes, así como todos los riesgos sexuales relacionados con internet, estamos asistiendo a una serie de reivindicaciones y demandas legítimas por parte de diversos colectivos profesionales, de grupos y sectores diversos, entre las que se incluye la necesidad de introducir la educación sexual en la enseñanza, apareciendo este hecho reflejado, en no pocas ocasiones, en los medios de comunicación. Diferentes medios, incluso algún programa de divulgación en televisión, han abordado algunos aspectos de la educación sexual. Incluso la LOGSE y la LOE hace ya algunos años, mencionaban esta actividad en los principios generales. En la actualidad la mayoría de los organismos internacionales sobre la salud y la educación, consideran necesaria la educación sexual. Ha habido pequeños cambios, pero, pensamos, que no hay todavía una voluntad real por parte de los poderes públicos - tanto en el mundo educativo como sanitario - de abordar de un modo decidido esta asignatura pendiente. Esta situación se planteó en su momento - en unos casos hace de esto varios años - en la mayoría de los países europeos y modernos. La oficialización y aplicación de programas de educación sexual en la enseñanza es ya una realidad en dichos países, aunque, lógicamente, cada uno de ellos ha resuelto esta tarea de diferente modo y manera. A juzgar por la información que disponemos, la consecución de este hecho no ha sido tarea fácil. En efecto, el proceso seguido en algunos países, desde la consideración por parte de sectores minoritarios de la necesidad de la educación sexual, primera etapa habitual, hasta que se asume oficialmente por parte de la instancia pública pertinente, no ha sido un camino fácil, sino más bien lleno de dificultades. ¿Cómo están las cosas en este momento en nuestro país? A nuestro entender este proceso está dando sus primeros pasos, aunque de una manera un tanto tímida. Si hiciéramos un análisis de la situación actual, cabría al menos considerar los siguientes parámetros: a. Una actitud positiva y favorable por parte de la mayoría de la población hacia la necesidad de la educación sexual. b. Muchos padres-madres y educadores señalan dificultades para abordar el tema en profundidad debido, en parte, a la gran confusión existente al respecto. c. El temor a iniciar algún tipo de intervención por si pudiera provocar consecuencias no deseables (rechazo y oposición de padres y educadores, incitación a conductas sexuales... etc.) d. Carencia de recursos teóricos y prácticos adecuados para los educadores. e. Carencia de una normativa legal e institucional que apoye y promueva la educación sexual en el ámbito escolar. Pensamos que es una situación un tanto ambigua y hasta contradictoria que no resuelve gran cosa ya que tiende a dejar las cosas tal y como están. La confusión existente, es un factor reforzador de la situación. La confusión comienza al analizar el concepto de educación sexual. En este sentido en nuestro programa hemos elaborado una serie de monografías para los educadores en donde se analizan las diferentes tendencias y orientaciones filosóficas. A partir de este hecho podrían explicarse las discrepancias que existen al plantear la necesidad o no de la educación sexual, así como los clásicos interrogantes de: ¿Quién?, ¿Cómo?, ¿Cuándo?, ¿Dónde?... etc. En este libro tratamos de dar respuesta a estas preguntas. Nuestro trabajo, pretende contribuir no solo a clarificar esta confusión, sino a ofrecer recursos didácticos concretos, instrumentos de trabajo, de apoyo y ayuda, a la vez que sugiere orientaciones para hacer una nueva educación sexual y afectiva tanto en el hogar como en el ámbito escolar, a partir de la elaboración de las unidades didácticas o temas de trabajo específico que pueda hacer el propio educador y en la eventual utilización de otros libros de trabajo realizados. Existen también vídeos para mejorar y enriquecer la vida sexual de la pareja. Padres y profesionales deben crear en niños/as y jóvenes s expectativas de que serán capaces de crecer y desarrollarse. Si les damos las herramientas para conseguirlo, estamos cimentando una mayor autoestima y un mayor control respecto de sus vidas. Nuestros jóvenes tienen que ser capaces por si mismos de afrontar la mayoría de los riesgos que van a tener a lo largo no solo de la etapa adolescente, sino de toda su vida. Ojalá que los padres y educadores ayuden a sus hijos adolescentes a hacerse adultos, respetando sus modos y maneras, capacitándoles para protegerse eficazmente de los problemas de salud y circunstancias negativas que, relacionadas con la sexualidad, inevitablemente tendrán que enfrentarse más tarde o temprano. Como les pasó a ellos, aunque sin esa preparación que pueden darle ahora a sus hijos e hijas, para que sean más felices afectiva y sexualmente en el futuro que se les avecina. Algunos comentarios de profesionales de prestigio en nuestro país sobre este programa de educación sexual: " Este método práctico de información sexual, es el fruto de un densísimo trabajo, unido a una admirable capacidad creadora, con una honda filosofía de base y una gran dosis de recursos plásticos y accesibles. Por otra parte, frente a las adaptaciones y traducciones importadas a las que hemos estado habituados, ésta es una de las pocas obras piloto producidas en nuestro país. Lo cual, aparte de ser admirable como estimulante, es una obra en la que se palpa la conexión directa con la realidad viva de las inquietudes de la sociedad española actual en transición. Sería muy de desear que muchos se formaran y supieran llevar adelante lo que José Luis García ha hecho con tanto gusto como empeño. Una obra abierta a las aportaciones de quien la utilice y un reto a enriquecer y continuar." Dr. E Amezua, Director del Instituto de Ciencias Sexológicas (España). " Nos llena de satisfacción apoyar una iniciativa enteramente española, de la magnitud e importancia como es el programa realizado por J.L. García. Estamos seguros de que esta extensa aportación, es una excelente vía para normalizar un área de la educación y de la salud, ausente hasta ahora, de la política educativa y sanitaria de nuestro país. Consideramos que es una importante contribución a la educación sexual, tanto por su finalidad pedagógica como por su calidad teórica ". Dr. Julián Fernández de Quero, Presidente de la Sociedad Sexológica Madrileña (España). " La documentación de esta obra la considero valiosa, tanto por su carácter pionero, como por la aportación que supone llenar un vacío existente en nuestro país, en relación con la educación sexual..." M. Patrocinio de las Heras Exdirectora General de Acción Social. Mº Trabajo y Social " Me parece sumamente interesante como punto de partida para una discusión profunda entre jóvenes a los que les llega desde este medio audiovisual el problema desdramatizado y encauzado. Es una forma de hacer desaparecer los ancestrales tabúes, no de forma iconoclasta sino absolutamente seria y constructiva." Dr. A Fresnadillo Jefe Servicio Obstetricia y Ginecología Hospital San Lázaro. Barcelona " Este programa de educación sexual no solo constituye la respuesta a una necesidad urgente, que por fin se cubre, sino también que por su contenido y extensión coloca esta obra entre los primeros trabajos de este orden en Europa. Recomendaría a cualquier profesional de la enseñanza que se interesa o se dedica al tema a estudiar este programa y considerarlo una guía práctica para la puesta en marcha de programas de educación sexual". Federico

Goyarts Socio fundador Sociedad Andaluza de Sexología Consultor para España de la IPPF

Educación sexual y afectiva en personas con discapacidad intelectual

Este libro fue editado por la Asociación Síndrome de Down Lejeune de la Federación de Instituciones S. Down de España de Cádiz,(España) Fue reseñado por el Doctor Emilio Garrido Catedrático Psicología Universidad pública de Navarra, con el siguiente contenido: El primer contacto, que tuvo el autor del libro que presentamos en esta sección, con la realidad concreta del tema que aborda, fue en Pamplona allá por el año 1980. Se trataba de dirigir un seminario de trabajo sobre la sexualidad de las personas con minusvalías psíquicas. El seminario estaba destinado a las familias y profesorado de un Colegio de Educación Especial (El Molino), de carácter privado, en el que era atendido un grupo numeroso de chicas y chicos con diferentes grados de minusvalías psíquicas, y de edades y condiciones diversas. Ese hecho ya nos parece indicativo de la valentía del autor de hincarle el diente a dos cuestiones más que explosivas en nuestro país: la sexualidad y, además, la sexualidad de las personas con minusvalías psíquicas en aquella época. A lo largo de estos 20 años ha seguido trabajando con rigor y entusiasmo en el área de la sexualidad tanto en la clínica como en el ámbito educativo, comunitario y de investigación en un Centro de Planificación Familiar del Gobierno de Navarra. También hace un año en la UPNA realizó un curso de doctorado sobre esta temática. Fruto de ese trabajo son sus numerosas publicaciones, artículos científicos y materiales didácticos elaborados por el autor y que han tenido el reconocimiento En este libro nos refiere su experiencia con las personas que tienen algún tipo de minusvalía psíquica. En su opinión, la sexualidad en el mundo de las personas con minusvalías psíquicas es una cuestión sobre la que pesa todavía un cierto tabú. También hay mucho de emoción y de sentimiento, en las dos dimensiones de la cuestión, razón por la que, con frecuencia, resulta difícil hacer un análisis objetivo. En su libro, José Luis García pretende, en primer lugar, contribuir al análisis y al debate de esta cuestión, sugiriendo algunas ideas y reflexiones que evidencian el hecho de que nos encontramos ante un problema de extraordinaria complejidad, que tiene unas conexiones insospechadas con determinadas actitudes y valores sexuales de amplios sectores sociales. En segundo lugar, nos aporta datos e informaciones, puntos de vista y propuestas que pudieran tal vez ser útiles para las personas interesadas, ya que alrededor de esta temática se suscitan no pocos interrogantes por parte de su familia y profesorado. A lo largo de sus 325 páginas el autor nos ofrece ideas y sugerencias que facilitan una mayor comprensión del problema. En algunos capítulos nos brinda determinadas actividades prácticas - sugerencias para un debate, como el las denomina -, que quieren incitar y provocar un positivo y fructífero intercambio de ideas y búsqueda de soluciones a situaciones concretas., ya que en su experiencia le han sido de gran utilidad, para reflexionar, debatir o trabajar en pequeños grupos. En la última parte José Luis García nos ofrece una propuesta de trabajo concreta, tanto para la formación de la familia como del ámbito profesional, así como un programa para estas chicas y chicos, más orientado al contexto educativo, a poner en marcha desde los centros donde están ubicados. Tenemos que decir que es una de las primeras propuestas que se hace en nuestro país en este campo. Y este hecho hay que destacarlo. El libro se inserta en un contexto de cambios en este sector de la población han sido espectaculares en los últimos 30 o 40 años, y se deben, entre otros factores, a un mejor tratamiento de los problemas de salud, unas actitudes más positivas de la familia y de los profesionales que les atienden, el

acceso a una educación de mayor calidad y un estilo de vida más socializada, un tratamiento interdisciplinario y sanitario preventivo, los cambios legales, una educación adecuada, un abordaje social más realista sobre estas personas... etc., han aumentado sus perspectivas de participación en la vida social y su integración en la comunidad. José Luis García no pierde de vista los procesos de integración y normalización y aunque considera que la actitud protectora hacia estas personas es muy comprensible, apuesta por alcanzar las mayores cotas de independencia y de autonomía que se aprenden y se desarrollan muy pronto. El autor les dice a las familias que tal vez una de los mejores regalos que pueden hacerles a sus hijas e hijos sea ese: hacerles lo más autónomos posibles. Porque el control y la vigilancia excesiva a la que muy a menudo son sometidas estas personas, consecuencia directa de una sobreprotección fundamentada en buena parte en la idea errónea de su falta de autocontrol, los lleva a una pérdida de la intimidad, esencial para la sexualidad, y le condena a la soledad en ese ámbito de su vida. Pero es preciso advertir que la trascendencia que comporta la sexualidad, tanto en el ámbito personal y familiar como social, obliga a las personas con minusvalías psíquicas a adoptar decisiones. Y para facilitar este proceso decisorio, requieren un apoyo claro e inequívoco tanto de la familia como del entorno. En opinión de José Luis García una de las contradicciones más gruesas en el momento actual tal vez pueda radicar entre, de una parte, los importantes y evidentes avances en muchos aspectos de la vida de estas personas y, de otra, la extremada lentitud con que se reconoce su dimensión sexual y afectiva. No hay problema para facilitarles trabajo, oportunidades educativas..., hacemos todo lo posible para ello. Pero cuando se trata de satisfacer algunas de las necesidades más básicas de los seres humanos, aquellas que nos hacen sentir emociones y sentimientos gratificantes, ponemos excesivas pegas Nunca se les protege de todos los riegos. Es imposible y probablemente no deseable. Tienen que aprender a “gestionarse los riesgos” con sus propios recursos y con lo que podamos haberles enseñado. Lo que no parece razonable es que un exagerado temor a los riesgos restrinja su libertad, su confianza en sí mismas/os y la capacidad para vivir su vida de la manera más independiente posible. Afirma José Luis que se sentiría satisfecho si con este libro pudiera contribuir en alguna medida, al reconocimiento de que las personas con minusvalías psíquicas son sexuadas, con necesidades afectivas y sexuales y que, como cualquier otra persona, requieren de una adecuada preparación y capacitación en orden a una positiva y fructífera integración de su sexualidad a lo largo de toda su vida y en sus relaciones. En síntesis, en este libro José Luis García se acerca, de una manera rigurosa y valiente, a uno de los temas más interesantes y controvertidos de los últimos años: la sexualidad en las personas con minusvalías psíquicas y lo hace desde una rica experiencia de cursos, contactos e investigaciones con numerosas Asociaciones de personas con minusvalías de toda la geografía española y de Iberoamérica, proponiéndonos muy diversas y lúcidas reflexiones y sugerencias, a la vez que una propuesta concreta para trabajar con éstas personas. Además de teoría hay experiencia humana, relación con muchas personas directamente implicadas en la atención a chicas y chicos con minusvalías psíquicas. José Luis les dice a las familias y a los profesionales que el resultado de su esfuerzo, de su ilusión y su esperanza, por sus hijas e hijos, a no dudar, ha merecido la pena: tienen hijas e hijos más sanos, que viven más tiempo, más capaces, más integrados e integradas y un poco más felices. Dejémosles autonomía, autoridad para decidir, amarse, equivocarse, disfrutar de su cuerpo y de la ternura de las relaciones humanas... El futuro, si siguen con ese entusiasmo, está por hacer, pero, seguramente, redundará en una situación mucho más satisfactoria todavía para estas mujeres y estos hombres diferentes. Mucho más satisfactoria también para todas las demás personas.

Un gran reto, nos dice, para este milenio que comienza.

Tus hijos ven porno 1. ? Qué vas a hacer?

Volumen 1 de una serie de 3 sobre el consumo de pornografía en menores y jóvenes y la educación sexual. Aspectos teóricos.

Mamá: ¡ Estoy embarazada!

Este libro “Mamá: ¡Estoy embarazada!, fue publicado por la Editorial Biblioteca Nueva de Madrid, de 220 páginas, dentro de su colección de sexología. Está destinado a las familias para ayudar a sus hijos/as a prevenir estos riesgos de la salud sexual y reproductiva y afrontar de manera positiva su sexualidad. Contenido del libro Entre otras, las razones que justifican la realización del libro son, según el autor que en las dos últimas décadas se constata un incremento progresivo del número de embarazos en jóvenes, número de abortos y de contagios de infecciones sexuales, a pesar de que el aumento extraordinario del uso de la píldora postcoital, ha podido evitar un número importantísimo de casos. (más de 350.000 mujeres utilizan esta píldora al año. 1 de cada 5 tiene menos de 17 años) Hay que hacer referencia igualmente al consumo de drogas, incluyendo el alcohol, en nuestra juventud por cuanto ambas cuestiones parecen estar relacionadas. El autor señala entre otras cuestiones relevantes que: El embarazo no deseado en los jóvenes y los contagios sexuales, siguen siendo una epidemia en nuestra sociedad que es incapaz de frenar su incremento Las familias deben recuperar el protagonismo educativo en esta área, ofreciendo información, dialogo y modelos educativos adecuados a sus hijos/as sobre estas cuestiones, desde muy pronto, y legitimando el uso del preservativo. Es preciso un pacto social contra estos problemas de salud. El uso del preservativo ha de ser considerado socialmente como un rasgo de inteligencia y responsabilidad. Su experiencia de más de 25 años de trabajo en el campo de la Sexología y de la educación sexual le lleva a considerar que: 1. Nuestra sociedad, al igual que genera un importante y constante número de parados, crea las condiciones para que haya numerosos riesgos y costes en la salud sexual y reproductiva en el sector juvenil, sin duda más vulnerable. Los riesgos de salud en la juventud, vinculados al mundo afectivo y sexual (anorexia, consumo de drogas, embarazo no deseado, interrupción de embarazo, contagio de sida, problemas de pareja-separaciones, disfunciones sexuales…etc.) siguen siendo una epidemia en nuestra sociedad, resultando extremadamente difícil, controlar y disminuir su número. Los programas de prevención en estas áreas de salud no parecen dar frutos significativos. Según la asociación Española de Pediatría, 18.000 menores de 19 años quedan embarazadas. Tienen el doble de riego de contagio sexual, y el 28,5% de los jóvenes ha tardado más de un año en usar métodos contraceptivos seguros. Según un informe del Centro de Investigaciones Científicas (CIS) el aborto en jóvenes menores de 18 años, desde 1990 al 2001, se ha incrementado un 140%. La tasa de embarazo en menores era del 7,10 en 1991, y en 2002 de 10,49 (casi un 50% más) La mitad de las menores embarazadas, abortan. Según informe de la Asociación Española de P. Familiar, en 2004, el 40% de los jóvenes entre 15 y 24 años no usa ningún método anticonceptivo. 2. Una parte importante de los jóvenes no disponen de los recursos necesarios (informativos, formativos, habilidades…etc.) para afrontar positivamente las situaciones de riesgo que, en su vida cotidiana de manera inevitable, van a derivarse de sus primeras relaciones afectivo-sexuales. No puede decirse que, estas primeras relaciones para muchas chicas, sean una experiencia gratificante, que disfruten de una manera saludable, que sea resultado de una decisión libre y que las tengan en las condiciones más adecuadas. 2.1. La presión del grupo de iguales sigue siendo un elemento poderoso a la hora de iniciar relaciones afectivas y relaciones sexuales. Por ejemplo, algunas chicas “tienen relaciones sexuales” para conseguir un novio, y ser como sus amigas. 2.2. Además, hay características propias de la adolescencia vinculadas a los afectos que condicionan también los riesgos: una joven enamorada puede tener relaciones sexuales sin condón porque su chico se lo pide. O puede iniciarse en el consumo de éxtasis por esa misma razón. 2.3. El consumo de drogas, particularmente el alcohol y la coca en jóvenes de Navarra, es un elemento peligrosamente asociado a la actividad sexual de nuestros jóvenes, a la comunicación y al inicio de las relaciones entre ellos/as. A nuestro juicio estamos en una situación alarmante que no parece generar una actuación valiente y decidida por parte de las autoridades pertinentes. El 27% de los adolescentes admite que se emborrachó el último mes (un 40% más que hace 2 años) según la encuesta 2004 del Plan Nacional sobre drogas, y que la edad de inicio ha bajado al 13,7 2.4. Existe un importante número de jóvenes que rompen sus parejas lo que ocasiona sufrimientos afectivos y problemas emocionales, que es preciso considerar muy seriamente. 3. Ya franqueado el nuevo milenio, no puede decirse que exista una “normalización” en la comunicación sexual o en el aprendizaje sexual, ni en los centros educativos, ni en las familias. Resulta paradójico que tanto el sexo como las drogas sean los dos temas que mayor interés tienen en la familia y, sin embargo, los que menos se hablan en ese contexto. El aprendizaje de la calle y de los medios de comunicación sigue siendo determinante en los jóvenes. La universidad, los institutos y los centros escolares siguen estando ajenos a esta necesidad. No ha de extrañar, por tanto, que los padres probablemente serán los últimos en enterarse si sus hijos tienen algún problema en este ámbito y, probablemente también serían los últimos a los que sus hijos recurrirían en ese caso. ¿Podría decirse que la brecha existente entre los jóvenes y los adultos parece cada vez más grande? ¿Es cierto que cada vez hay más padres desesperanzados en el sentido de que “ya no puedo más”, “tiro la toalla”, “haz lo que quieras”?? 5. Por consiguiente tenemos que considerar que un importante sector de jóvenes, sigue sin tener una adecuada preparación ante las primeras relaciones sexuales y, en buena parte de casos, se enfrentan a situaciones de riesgo para las que, a menudo, no tienen la capacitación más idónea. Los diferentes estudios e investigaciones disponibles sugieren que cada vez hay más jóvenes activos sexualmente, que se inician en el sexo cada vez más pronto. Tanto chicos como chicas. Incluso nos advierten del cambio altamente significativo de actitudes y conductas sexuales que se está produciendo en el grupo de chicas. 6. Diferentes informes indican, que sigue existiendo un importante número de nuevos casos de contagio de VIH-sida en jóvenes, a través de las relaciones sexuales, en virtud de que parece que están bajando la guardia contra el sida. Según un informe de ONUSIDA del 2004, el 80% de los nuevos contagios tienen menos de 30 años. El informe del INE español en 2004, concluye que el 41% de los españoles no utiliza el condón en las relaciones sexuales ocasionales. El 49% de las mujeres que se infectaron por el VIH en 2003, consecuencia de tener relaciones sexuales sin preservativo. En España se producen 5. 000 infecciones cada año, muchas de ellas por relaciones sexuales entre jóvenes. Es probable que una confianza excesiva en el tratamiento y que se haya convertido en una enfermedad crónica, propicie comportamientos sexuales de riesgo. La propuesta del libro es que las familias deben recuperar el protagonismo educativo en esta área, ofreciendo información y dialogo a sus hijos/as sobre estas cuestiones, desde muy pronto, y legitimando el uso del preservativo. El libro sienta las bases para esa nueva orientación. En el libro colaboran tres adolescentes que han opinado sobre diferentes cuestiones que se

plantean en el mismo, opiniones que se incorporan al texto.

Sexo, poder, religión y política.

Reseña del libro en la revista internacional de Psicología PSICONETWORK: https://psiconetwork.com/libro-sexo-poder-religion-y-politica/ Este libro, el número 14º del autor, publicado en 2019 por Amazon y solo disponible en esta plataforma, es una aproximación histórica al poder político y religioso y su influencia en iniciativas en torno a la educación sexual y al aborto, así como el control y la censura sexual sobre determinadas conductas sexuales. Hacemos una revisión de algunos de los episodios más polémicos –en concreto analizamos 20 iniciativas- protagonizados por decisiones políticas y medidas de censura sexual, que han tenido lugar en las cuatro últimas décadas, generando una gran controversia. Es una visión personal de lo que ha ocurrido en los últimos 40 años, a tenor de que he vivido intensamente y en primera persona esas iniciativas formativas, apoyándome en las crónicas y el seguimiento informativo que hicieron los medios de comunicación respecto de esos 20 hitos. Nos planteamos preguntas como: ¿Por qué sigue sin normalizarse la educación sexual, a pesar de los riesgos sexuales y reproductivos que corren los/as jóvenes? ¿A pesar del número creciente de disfunciones sexuales en adultos? ¿Por qué todavía existen broncas y polémicas sobre el aborto y la educación sexual? ¿Por qué todos los partidos políticos, siguen sin abordar, de una manera valiente y profesional, los servicios de salud sexual y reproductiva? ¿Hay en España una excesiva ideologización-politización de la sexualidad? ¿Por qué un mal uso del poder excita a algunos hombres y los lleva a agredir sexualmente a una mujer? ¿Por qué aumentan las agresiones sexuales a mujeres en grupo? ¿Por qué el poder religioso y el político han tenido una cierta obsesión por la sexualidad? ¿Por qué instrumentalizan el sexo y que interés tienen en ello? ¿Existe la erótica del poder? ¿Por qué la pornografía es uno de las principales fuentes de información sexual de la juventud? Es sabido que, a lo largo de la historia, la política y la religión han ido de la mano en el control y la censura de la sexualidad, constituyendo un tándem poderoso y eficiente. En buena parte de las culturas y en diferentes momentos históricos el poder político y el religioso han permanecido extremadamente vigilantes en lo que concierne a las actitudes y conductas sexuales de las/os ciudadanas/os. Refiriéndonos a España, se acepta que la censura, y la censura sexual en particular, fueron elementos característicos del franquismo y el postfranquismo que afectaron, no solo a la esfera cultural y social, sino sobre todo a la vida cotidiana de la ciudadanía. Nos proponemos mostrar que, estas actitudes prohibitivas y de control, permanecieron muchos años en todo el Estado Español, incluso después del advenimiento de la democracia y, más en concreto, en Navarra. Incluso podía decirse que no han desaparecido del todo. Este libro habla de las conexiones entre el poder y el sexo y se plantea desde una visión crítica contra el poder, político y religioso que, a menudo, toma decisiones poco adecuadas en torno a las cuestiones sexuales. Abordamos temas como la erótica del poder y el uso del poder contra actividades formativas de esta naturaleza. El libro toma como referencia lo ocurrido en Navarra en los últimos 40 años, si bien hay otras referencias a otras Comunidades Autónomas, ya que esta comunidad presenta elementos diferenciales en estos temas. No conocemos ninguna otra región española donde se hayan producido tantas «broncas», en lo concerniente a asuntos sexuales, no solo a la cantidad, sino también a la magnitud o profundidad de estas controversias. Hay una excesiva politización de la sexualidad institucional. Pero, también, aunque resulte paradójico, Navarra es la comunidad que mayores recursos públicos dispone en el área de la salud sexual y reproductiva. Los grupos políticos de derechas se llevan la palma en el ranking de las decisiones políticas en las que tiende a primar la ideología conservadora frente a los criterios profesionales. Los grupos de izquierdas también han tomado decisiones ideológicas si bien tienden a tener una mayor concordancia con lo profesional, pero han cometido algunos errores y parecen olvidarse de sus propuestas de cambio cuando llegan al poder. El poder, bien sea religioso o político, ha instrumentalizado el sexo y lo utiliza con frecuencia con fines ideológicos. Todos los partidos políticos lo hacen en mayor o menor medida. Un arma que se ha usado antes y que se sigue usando ahora. Han cambiado los procedimientos y la intensidad del control, pero sigue existiendo ese particular interés por los asuntos sexuales. Los partidos políticos cuando llegan al poder, remodelan los servicios públicos de Planificación Familiar y Educación Sexual, con fundamentos, estrategias y resultados desiguales. ¿Por qué? Todo ello nos lleva a concluir que, en España y particularmente en Navarra, hay una excesiva ideologización y politización de la sexualidad y de la educación sexual, en detrimento de un enfoque más profesional y científico. Y ello es un hándicap para la normalización de la educación sexual. Cada nueva controversia es un freno para el proceso de normalización anhelado. Cabe sospechar que, estas polémicas, están orquestadas por los grupos ultraconservadores con la finalidad de obstaculizar el proceso de normalización. Da la impresión que, más que interesarle la salud sexual de la ciudadanía, prefieren mantenerse en el poder y disfrutar de sus prebendas. El libro, en sus cerca de 400 páginas, trata de aproximarse a las relaciones entre poder y el sexo. Sabemos que el poder atrae sobremanera a muchas personas. ¿Por qué? Cuando hay más de dos personas ya existe una relación de poder. ¿Existe una erótica del poder? ¿Determinadas decisiones políticas excitan sexualmente a aquellas/os que las toman? Es muy probable, que tal aserto sea cierto en algunas personas, aunque no lo sabemos a ciencia cierta, pero, a juzgar por lo que son capaces algunas/os de trepar hasta estar arriba y, una vez ahí, en lo más alto, disfrutar de la capacidad de decidir sobre cuestiones que afectan a otras/os, les debe merecer la

pena. No incluimos el «llevárselo crudo», las prebendas del cargo o meterse en el fango de la corrupción, que también debe dar «gustirrinin», a tenor de lo generalizado de tales conductas. Quizá la de ser elegida/o. O la de estar en los medios de comunicación a diario. O la de tener las prebendas del cargo. O de ser admirada/o. A lo mejor es que, teniendo poder, tienes más posibilidades de tener sexo. En fin, lo cierto es que a no pocas/os políticas/os parece que “les va la marcha” con esto del sexo y que, el poder, aunque sea minúsculo, no solo transforma a algunas criaturas, sino que también genera adicción. También abordamos el hecho de que, el poder, es determinante en la mayoría de los abusos sexuales, -particularmente a menores- y de las agresiones sexuales a mujeres, cuya frecuencia ya es alarmante y desde todo punto de vista insostenible. Hablando de abusos sexuales a niñas/os y jóvenes, los anchos muros de la Iglesia católica esconden vergüenzas inaceptables desde hace demasiado tiempo. ¿Por qué no se plantea, por ejemplo, lo injusto que es el hecho de que la sociedad civil pague los costes, -en la salud mental y sexual de las/os niñas/os abusados sexualmente- por normas incomprensibles en las sociedades actuales, como el celibato sacerdotal. Con todo, este uso deleznable del poder, no hay duda de que excita y transforma a la persona-en su inmensa mayoría hombres- en un individuo egoísta, sin ningún tipo de empatía, que lo único que persigue es excitarse y correrse. Decir (y sentir) por ejemplo: “te tengo”, “te poseo”, “eres mío/a”, “te domino”, “estas a mi disposición” …. excitan enormemente a determinadas personas. También sugerimos algunas aportaciones relativas a la igualdad de género y la educación sexual, que resumen

nuestra posición a este respecto y proponemos algunas medidas relativas a la educación sexual basadas en nuestra experiencia de 40 años.

Cómo evitar el embarazo no deseado y el contagio del sida en nuestros jóvenes

Es un análisis detallado de las características fisiológicas y psicológicas de los jóvenes en la sociedad actual y los riesgos sexuales y reproductivos a los que se enfrenta. ¿Qué es lo que nos proponemos con este libro? Pretendemos acercarnos, con una disposición eminentemente tranquilizadora y práctica, a la juventud-adolescencia en concreto a las cuestiones referidas a su sexualidad y afectividad. Tal tarea nos ha resultado de extremada complejidad no solo por la carencia, todavía, del suficiente conocimiento sino también por la sensibilidad peculiar que parece provocar en amplios sectores de la sociedad. En efecto y a pesar del tópico y de las apariencias de liberalismo y modernidad, el sexo de los jóvenes sigue siendo un tema donde todavía emerge un cierto tabú En este libro nos referiremos en términos genéricos a los adolescentes o los jóvenes, entendiendo por tales y en igual medida, tanto a chicos como a chicas, por considerar que a ambos les afecta este problema, si bien el embarazo no deseado les afecta de forma bien distinta a las chicas, por cuanto ellas tienen un mayor coste que pagar. No hay duda de que la temática que vamos a abordar es muy compleja y que en un libro no está la solución a los problemas que aquí se pergeñan. Esta es una primera aproximación y como tal no pretende en modo alguno concluir, antes bien al contrario abrir nuevas vías de trabajo. Una invitación a diseñar y realizar actividades correctamente estructuradas con jóvenes, para plantear la necesidad de una adecuada intervención en educación sexual y afectiva con este sector de población. En el libro nos aproximarnos a algunos de los factores psicológicos y sociales que parecen estar implicados en el embarazo adolescente y sus consecuencias, así como con el contagio de VIH u otras ETS, problemas de salud de gran importancia en todos los países del mundo, sugiriendo algunas medidas de actuación, tendentes a la prevención de este problema. Más en concreto nos detenemos en una propuesta de trabajo con grupos de adolescentes, estableciendo las características principales de la misma, si bien reconocemos que probablemente las medidas más efectivas, aunque también en este momento más idealistas, serían aquellas que consideren todos los espacios educativos: la familia, el centro educativo, el ámbito sanitario...etc. Esta propuesta habrá de enmarcarse en un contexto de promoción de salud que va más allá de la mera prevención (García Fernández, 1984, 1988), es decir promover actitudes y estilos de vida saludables que no se circunscriben solo a la propia conducta sexual: evitar conductas agresivas, insolidarias, xenófobas y favorecer personas autónomas, independientes y críticas En cualquier caso, la complejidad del problema es extraordinaria por lo que cualquier esfuerzo en investigar con una mayor profundidad este ámbito será, sin duda, bienvenido. Respecto de la oportunidad y pertinencia de abordar esta cuestión en jóvenes, quisiéramos plantear el problema de la manera más objetiva y clara posible haciendo constar nuestra preocupación por el mismo, motivada fundamentalmente por un contacto cotidiano desde nuestro trabajo en un Centro de Planificación Familiar de Navarra, con ese drama que afecta a un importante número de jóvenes españoles. Este libro como todos los demás materiales didácticos que hemos publicado, pretenden ser un recurso, una ayuda, un instrumento para ayudar a padres, educadores, profesionales y jóvenes a adquirir una mayor capacitación, unas mayores y mejores habilidades, términos estos - los de recurso, capacitación y habilidad - a los que nos referiremos continuamente porque en ellos está la clave de nuestra propuesta. Además, están suficientemente experimentados dentro de la Psicología y la Sexología científicas disciplinas en las que ocupan un lugar destacado. Tal vez la finalidad más importante de este libro podríamos resumirla en tratar de contribuir a que los jóvenes dispongan de los recursos necesarios para afrontar positivamente las situaciones de riesgo que, en su vida cotidiana de manera inevitable, va a plantearles las relaciones afectivo-sexuales y, a la vez, puedan disfrutar saludablemente de las mismas. Contenido del libro. El contenido del libro es tan extenso como interesante. En la primera parte se plantean las características del problema y algunos limites numéricos del mismo, así como sus implicaciones en la salud de los jóvenes. En un segundo momento se abordan ciertos rasgos de la conducta sexual juvenil: la sexualidad de los adolescentes y las circunstancias que rodean su desarrollo, sea este controlado o no, va a ser uno de los aspectos centrales de este libro. También el deseo sexual es otro componente fundamental del problema. Deseo sexual y reproducción son así dos elementos determinantes de la ecuación, que tiene otro componente más integrador: la sexualidad humana. Por eso dedicaremos un capítulo a ello no sin antes plantear el problema que hemos mencionado líneas atrás, así como su extensión enfatizando los costes de salud que suele ocasionar. La propia adolescencia y los cambios que acontecen en este momento evolutivo, son un factor a considerar como marco general de comprensión por lo que dedicaremos un apartado a su análisis. Por otra parte, la conducta sexual adolescente, la información sexual de la que disponen y el uso o no de métodos contraceptivos son tres elementos que se han estudiado detenidamente como variables asociadas al embarazo no deseado. Se ha venido asumiendo que el incremento de la actividad sexual en los jóvenes, la ausencia (o inadecuada) de información y dificultades de acceso a los anticonceptivos - o del mal uso que se haga, de ellos - suele traer asociada un incremento de la tasa de embarazos no deseados en la juventud y de sus consecuencias psicosociales. Cada una de estos apartados tendrá su espacio en estas páginas. Es preciso advertir que, si bien los diferentes elementos están perfectamente engarzados y relacionados, por razones didácticas vamos a separar cada uno de ellos dedicándoles un capítulo. Como quiera que esos tres factores no son suficientes para explicar y prevenir este problema indagaremos sobre algunas variables psicológicas y sociales que parecen estar altamente implicadas en el proceso. Por último, partiendo de que este problema, muy probablemente, se incrementará en el futuro, señalamos algunas vías de actuación tanto en el hogar, en la enseñanza como en el ámbito sanitario, deteniéndonos fundamentalmente en una propuesta concreta para grupos de adolescentes. Como se ha advertido, aunque la sugerencia teórica e ideal va a ser una actuación multidisciplinar, desde las diferentes agencias educativas y de manera coordinada. Sin embargo, nos vamos a centrar en la propuesta de organizar grupos de trabajo específicos con adolescentes por ser esta más realista y pragmática. Probablemente se requeriría un pacto social contra el sida que comprometiera a las diferentes agencias educativas y comunitarias. No obstante, mientras llega ese compromiso, proponemos ir trabajando con jóvenes. Quisiera incluir en esta solicitud, un texto realizado por la Organización Mundial de la Salud, en el informe que realizó en 1986, hace ya muchos años de esto, sobre los objetivos de salud en el año 2000. (editado en castellano por el Ministerio de Sanidad con el título: " Los objetivos de la salud para todos"). Es decir, lo que cabría esperar conseguir para un nuevo lustro para todas las personas de la Comunidad Euro-pea. Esos objetivos de salud, en particular para los niños y jóvenes, tenderían a conseguir entre otras metas: - " Nacer sanos de padres que les han deseado y disponen de tiempo, los medios y las aptitudes precisas para educarlos y cuidarlos convenientemente". - " Ser educados en sociedades que tienen asumidos los valores fundamentales de un modo de vida sano, que potencien las opciones individuales y permitan ejercerlas libremente". - " De tener aseguradas las premisas esenciales de la salud y de estar protegidos eficazmente contra las enfermedades y los accidentes". Un mensaje que, desde nuestra perspectiva, sería conveniente transmitir a los jóvenes es que su salud sexual y reproductiva depende de ellos. Fundamentalmente de ellos. Si han decidido tener relaciones sexuales de coito, o las van a tener en breve, es imprescindible usar preservativos. El uso de preservativos no quiere decir en absoluto que él o ella sean fáciles o lo "lleven previsto y sea anti-natural". Es una señal inequívoca de que son personas inteligentes que cuidan de sí mismos/as y de su salud. La adolescencia es un tiempo de cambios importantes cuyas repercusiones en los años posteriores son conocidas. La familia y los profesionales, por citar dos agencias educativas de gran efecto socializador, pueden ayudar a que los chicos y las chicas asuman con alegría esos cambios, reconozcan las implicaciones sexuales que conllevan, los acepten positivamente y tengan la competencia suficiente como para afrontar las situaciones que puedan derivarse de ello. También a que tomen sus decisiones relacionadas con la sexualidad de un modo libre y responsable. Es su vida. Son sus decisiones. Pero para que esto sea posible y tengan los menores riesgos requieren una capacitación específica. Padres y profesionales pueden dotar de recursos efectivos a los jóvenes para que sean capaces de afrontar las inevitables situaciones, que, relacionadas con la sexualidad, se encontraran en ese momento de su vida y con posterioridad. La existencia o no de problemas, particularmente en lo que respecta al nivel de gravedad, depende en parte de la vulnerabilidad que los jóvenes tienen a ese respecto. Quizá el hecho de conocer de antemano los riesgos y las dificultades probables, permitirá que se puedan afrontar con más tranquilidad y eficacia. Para que esto sea posible, es muy conveniente que los jóvenes sepan que pueden hacerlo, porque tienen las capacidades necesarias para aprender. Hay que favorecerles el caldo de cultivo adecuado. Saber que se les puede ayudar y que esa ayuda les será de utilidad. El tránsito a la etapa adulta será más armónico y le ayudará a crecer más. De lo contrario la probabilidad de que aparezcan desajustes y sufrimientos es más elevada. Cuantos más recursos dispongan menos vulnerables serán a las adversidades. Si hablamos de responsabilidad individual en rigor, habremos de admitir que para que esta sea posible, los jóvenes deben estar en condiciones de utilizar sus recursos (tanto los propios como los que la sociedad les ofrece) de forma efectiva, en el momento oportuno y en circunstancias adecuadas. Esta es la filosofía que ha presidido las actividades que hemos realizado y seguimos realizando para jóvenes, en las que se pretende entre otros objetivos, capacitar a los jóvenes para establecer relaciones de pareja satisfactorias y promover una mayor comunicación entre las parejas de jóvenes sobre sexo y uso de métodos de prevención, marco extraordinariamente positivo para incluir objetivos de prevención de riesgos de salud sexual. En ocasiones algunos padres optan por una postura intransigente, imponiéndoles sus criterios normativos. Cuando trabajamos con padres tratamos de transmitirles la idea de que pueden y deben decir lo que piensan al respecto expresando a sus hijos e hijas sus puntos de vista y sus valores. Sin embargo, esto habría que hacerlo de manera adecuada y con la misma energía reconocer que su hijo/a es distinto, vive en otras circunstancias y tiene que hacer su propio camino. Una actitud positiva, en un marco de afecto, que transmita confianza y seguridad, junto a una razonable permisividad, probablemente esté en la base de las pautas educativas adecuadas para jóvenes por parte de sus padres. Padres y profesionales deben crear en ellos expectativas de que serán capaces de crecer y desarrollarse. Si les damos las herramientas para conseguirlo, estamos cimentando una mayor autoestima y un mayor control respecto de sus vidas. Nuestros jóvenes tienen que ser capaces por si mismos de afrontar la mayoría de los riesgos que van a tener a lo largo no solo de la etapa adolescente, sino de toda su vida. Ojalá que los padres y educadores ayuden a sus hijos adolescentes a hacerse adultos, respetando sus modos y maneras, capacitándoles para protegerse eficazmente de los problemas de salud y circunstancias negativas que, relacionadas con la sexualidad, inevitablemente tendrán que enfrentarse más tarde o temprano. Como les pasó

a ellos, aunque sin esa preparación que pueden darle ahora a sus hijos e hijas, para que sean más felices afectiva y sexualmente en el futuro que se les avecina.

Tus hijos ven porno 2. ¿Qué puede hacer la familia?

Volumen 2 de una serie de 3 sobre el consumo de pornografía en menores y jóvenes y la educación sexual. Aspectos prácticos y educativos en la familia y en la enseñanza

Serie de 6 videos de conducta sexual y terapia.

Hemos colaborado en la realización de una serie de 6 vídeos de conducta sexual, titulada "Sexo, placer en la vida", orientados específicamente a la terapia sexual. Se trata de una excelente aportación técnica y científica, realizada en Holanda por LENOX Holding y SAV editora (Barcelona). Nosotros participamos en la presentación de los vídeos, así como en la supervisión y adaptación de los contenidos a la versión en castellano. Cada vídeo, con un despliegue extraordinario de calidad técnica, aborda un tema diferente: disfunción eréctil, eyaculación precoz, armonía sexual, falta de deseo, enriquecimiento de la vida sexual en la pareja y masturbación femenina.

Inicialmente estaban diseñados para un uso individual y/o en pareja, si bien la utilización de estos vídeos en programas de terapia sexual ha sido un éxito, a tenor de la ausencia de este tipo de recursos terapéuticos.

La educación sexual en el marco de la educación para la salud.

Se trata de un libro que pretende abordar la educación sexual dentro de la educación para la salud. Partiendo de la de definición de la Organización Mundial de la Salud (OMS) de "Salud sexual" y "Sexualidad sana". Se parte del principio de que las cuestiones sexuales son cuestiones de salud y, por ello, las actuaciones e intervenciones deben considerar ese marco fundamental, tanto en la prevención de los riesgos de salud sexual y reproductiva,

como en aquellas que promueven una mejor salud sexual y un mayor bienestar en las relaciones interpersonales y en las relaciones de pareja,.

Serie de 14 vídeos educativos

Hemos elaborado una serie de 14 vídeos didácticos, que complementan al resto de aportaciones realizadas (libros, novelas, cómics, monografías, diapositivas...etc.). Los 14 están dirigidos a chicos/as desde lo 6-7 años. hasta los 18, por lo que habrán de trabajarse según la edad y las necesidades de los chicos y chicas. Existe un libro específico explicativo de cada uno de ellos, orientado a los padres y los docentes, para toda la serie de vídeos, donde se explicita su contenido, a quienes va dirigido y la metodología a seguir para su visionado. Los temas son muy diversos y cada vídeo aborda monográficamente cada uno de ellos: anticoncepción, infecciones sexuales, primeras relaciones sexuales, roles sexuales, pubertad, Sida, aborto, conductas no heterosexuales, sexualidad en la tercera edad...etc. El conjunto de la colección. así como algunos de ellos de manera individual,

han recibido importantes galardones y premios nacionales. Existe una versión en euskera, subvencionada por el Gobierno Vasco de la colección.

Un viaje muy sexual

En este caso, proponemos un cómic, destinados a chicos y chicas a partir de 15- 16 años, que complementa a la novela (Las aventuras sexuales de la panda de los 7). El formato cómic podría ser una propuesta atractiva para estas edades. Se abordan algunos temas de interés en la juventud, sus intereses sexuales y preguntas habituales. Se hace hincapié en las cuestiones de prevención de embarazos, aborto e infecciones sexuales, con un amplio apartado en torno a los métodos contraceptivos y las visitas de los jóvenes a las consultas de Planificación Familiar. Los dibujos e ilustraciones han sido realizados por P. Osés y L. Garrido. Como el resto de las

aportaciones elaboradas, se complementa con otros recursos didácticos como vídeos, diapositivas,

Serie de 20 monografías de información sexual para padres y madres.

Se trata de una serie de 20 monografías informativas destinadas a padres y madres que pretenden ofrecerles información relevante de los temas más destacados del desarrollo sexual, de las personas en orden a su propia formación personal y tambien de cara a transmitir información adecuada a sus hijos e hijas. Los temas son muy diversos: Anatomía, fisiología, embarazo y parto, sexualidad infantil, adolescencia, anticoncepción, sexualidad en la tercera edad, discapacidad, pornografía, prostitución, conductas sexuales non heterosexuales, la pareja...etc. La serie de monografías se complementa con otras aportaciones didácticas del programa: vídeos, libros,

diapositivas...etc.

Mi tercer libro de información sexual

En este caso, hemos elaborado un libro en un formato de novela ilustrada dirigido a chicos chicas de 11 a 13 años, por considerar que es un recurso atractivo y útil en estas edades. Toda la serie de libros para niños y jóvenes, forma parte de nuestro programa diseñados para cada edad y etapa evolutiva y se complementa con otras aportaciones didácticas: vídeos, diapositivas...etc. Contamos la historia de una pandilla de chicos y chicas que hacen excursiones muy interesantes. Una de ellas la hacen a un zoo, circunstancia que les permite abordar diferentes temas que tienen que ver con los cambios corporales y psicológicos que tienen lugar antes y durante la pubertad. Entre otros se abordan temas relativos a la primera eyaculación, la primera menstruación, hormonas sexuales, primeras relaciones sexuales, anticoncepción, masturbación...etc. ,La pretensión es que, además de que el chico o la chica lo puedan leer, pudiera establecerse algún tipo de conversación y dialogo con sus padres y madres. Incluso cada capitulo del libro podría utilizarse como material de trabajo en una clase. Se propone un

lenguaje adecuado y adaptado a estas edades. El ultimo capitulo contempla un vocabulario relevante. Las ilustraciones son obra de Paco López.

Artículos

Serie de 17 artículos de divulgación sobre temas sexuales actuales: pornografía, prostitución, agresiones sexuales...

Se trata de una serie de diversos artículos de divulgación sobre temas actuales de interés: pornografía, prostitución, agresiones sexuales, machismo, salud sexual..etc, publicados en diferentes medios de comunicación en

2019

https://www.naiz.eus/eu/iritzia/busqueda?author=Jos%C3%A9+Luis+Garc%C3%ADa&query=&scope=opinion

Serie de 14 artículos sobre educación sexual en la familia publicados en la revista digital especializada GAPTAIN

Son 14 articulos de educación sexual, escritos de forma sencilla, destinados a padres y madres, al objeto de ofrecerles informaciones y contenidos específicos, sugerencias y recursos didácticos, con el fin de facilitarles esta

tarea en el hogar. Se abordan algunos de los temas más relevantes y prioritarios en el momento actual. Publicados en 2019

https://gaptain.com/blog/educacion-sexual/

Prostitución y pornografía

Articulo de divulgación publicado en la revista digital "Dale una vuelta".

https://www.daleunavuelta.org/prostitucion-y-pornografia-de-la-mano/

El gatillazo y la disfunción erectil

Articulo de divulgación que aborda la problemática de la disfunción eréctil y su relación con el "gatillazo"

Sexualidad y afectividad en personas con discapacidad

Son dos artículos que resumen nuestra experiencia de 40 años en la formación de familias y profesionales en el área de la sexualidad y la discapacidad.

https://psiconetwork.com/sexualidad-y-afectividad-en-personas-con-discapacidad-intelectual-segunda-parte/

Menores y consumo de porno de violaciones

Se abordan algunas de las consecuencias del consumo de porno en menores a partir de la detención de 34 menores en España

https://www.eldiario.es/navarra/contrapunto/menores-consumo-porno-violaciones_132_6713662.html

? Qué es un niño (y niña)pornográfico?

Se describen algunas características de lo que denominados generación de niños y niñas pornográficos.

https://www.psiconetwork.com/que-es-un-nino-y-nina-pornografico-ii/

Publicación de 130 artículos de divulgación en medios decomunicación

A lo largo de mi vida profesional, he publicado en torno a 130 artículos de divulgación e diferentes medios de comunicación, sobre sexualidad y educación sexual

Publicación de 70 artículos sobre sexualidad y educación sexual en diferentes revistas científicas y profesionales.

A lo largo de los años 1980 a 2020, he publicado al menos 70 artículos en diferentes revistas científicas y/o profesionales sobre temas de mi especialidad.

Perfil en Mentes a la Carta

https://mentesalacarta.com/conferencistas-capacitadores-coaches/jose-luis-garcia