

## **Càpsula “Com acompanyar la sexualitat dels infants” Sigues tu en família de Dipsalut**

### **Definició de sexualitat**

La sexualitat és molt més que les relacions sexuals.

Totes les experiències humanes tenen quatre dimensions:

- Física
- Emocional
- Mental
- Espiritual

### **Els éssers humans som éssers sexuals**

Tenim sexualitat durant tota la vida. Si treballem amb mainada i adolescents, la sexualitat serà present des del naixement.

### **La sexualitat es construeix**

La sexualitat no és quelcom natural i immutable sinó que està modelada per:

- 1- L'entorn: la cultura, l'educació, la socialització.
- 2- Les vivències.

### **Els 4 objectius de l'educació sexual**

- 1- Conèixer-se.
- 2- Acceptar-se i acceptar la diversitat.
- 3- Expressar l'eròtica amb el màxim de plaer i el mínim de riscos.
- 4- Mantenir el canal de comunicació obert.

### **Bibliografia i recursos**

[Annasalvia.com](http://Annasalvia.com)

[Sigues tu en família](#)