

1

2016

# **Criteris de qualitat de les intervencions d'educació afectiva i sexual implementades als centres educatius de la ciutat de Barcelona**

---

Document de l'Estratègia per a la salut sexual i reproductiva  
Grup de treball de l'àmbit educatiu (escolar)

Ajuntament de  
Barcelona





**Aquest document ha estat elaborat en el marc de l'Estratègia de salut sexual i reproductiva pel Grup de Treball de l'Àmbit Educatiu (escolar), coordinat per M. José Cesena Santiago, Olga Juárez Martínez i María Salvador Piedrafita.**

**Equip de treball:**

- M. José Cesena Santiago (Consorti d'Educació de Barcelona)
- Olga Juárez Martínez (Agència de Salut Pública de Barcelona)
- Aida Ruiz (Serveis Socials, Ajuntament de Barcelona)
- Ana Cobacho (Departament de Joventut, Ajuntament de Barcelona)
- Anna Zaragoza Marfa (ASSIR Muntanya)
- Blanca Albillos Mingorance (ASSIR Esquerra)
- Casimir Macià Costa (Institut Municipal d'Educació)
- Clara Santamaria Jordana (Institut Municipal de Persones amb Discapacitat)
- David Paricio Salas (SIDA STUDI - Comitè 1r Desembre)
- Maria Salvador Piedrafita (Agència de Salut Pública de Barcelona)
- Marta Gibernau (Departament de Joventut, Ajuntament de Barcelona)
- Mirta Lojo Suárez (Departament de Feminismes i LGTBI, Ajuntament de Barcelona)
- Montse Fabrés (Serveis Socials, Ajuntament de Barcelona)
- Paqui Jurado Luque (referent Salut i Escola, àmbit d'Atenció Primària)
- Sílvia Aldavert García (Associació de Planificació Familiar de Catalunya i Balears - Comitè 1r Desembre)
- Núria González Pratdesaba (Institut Municipal de Persones amb Discapacitat)
- Pilar Solanes Salse (Departament de Salut, Ajuntament de Barcelona)
- Núria Espriu Tercero (Departament de Salut, Ajuntament de Barcelona)
- Núria Fustier García (consultoria)



# Índex

<b>1</b>	<b>Introducció</b>	<b>6</b>
<hr/>		
<b>2</b>	<b>L'educació afectiva i sexual a les escoles</b>	<b>7</b>
<hr/>		
<b>3</b>	<b>Criteris basats en la qualitat del contingut de les intervencions</b>	<b>9</b>
3.1	Basat en un enfocament dels drets humans	9
3.2	Basat en la perspectiva de gènere i el respecte a la diversitat sexual i la diversitat funcional	9
3.3	Enfocament positiu de la sexualitat	9
3.4	Enfocament sensible des del punt de vista cultural i social	9
3.5	Basat en teories i models teòrics	10
3.6	Intervencions dirigides a les diferents etapes educatives i adaptades a l'edat	10
3.7	Contingut integral	10
3.8	Valoració de les necessitats del grup diana	11
3.9	Necessitat d'avaluació	11
<hr/>		
<b>4</b>	<b>Criteris basats en la qualitat de la implementació de les intervencions</b>	<b>12</b>
4.1	Implementació de la intervenció	12
4.2	Formació de persones educadores	12
4.3	Relació amb altres serveis comunitaris	12
<hr/>		
<b>5</b>	<b>Bibliografia</b>	<b>13</b>
<hr/>		
<b>6</b>	<b>Annex 1 - Matriu</b>	<b>14</b>

## 1 Introducció

Aquest document l'ha elaborat el grup d'educació en el marc de l'Estratègia compartida de salut sexual i reproductiva impulsada per l'Ajuntament de Barcelona com a resposta a la necessitat d'arribar a un consens sobre els criteris de qualitat que cal que incloguin les intervencions d'educació afectiva i sexual implementades als centres educatius de la ciutat de Barcelona. Aquest es basa en els darrers documents en educació sexual publicats per l'OMS a la regió europea, The European Expert Group on Sexuality Education, el Ministerio de Educación, Política Social y Deporte i el Ministerio de Sanidad y Consumo; articles de revisió, i la investigació "L'educació afectiva i sexual: un dret, una prioritat", elaborat recentment a Barcelona.

La introducció de l'educació sexual als centres educatius no sempre ha estat fàcil. Els temors, el desconeixement de com plantejar el tema i l'acolliment que puguin manifestar l'alumnat i les seves famílies són la base d'algunes de les resistències a implementar-ho. En aquest sentit, cal destacar la importància d'iniciar l'educació afectiva i sexual des de la infància, si bé les diverses intervencions s'han d'adequar a les etapes evolutives a les quals s'adrecin. A més, les autoritats d'Educació i Salut, així com de les organitzacions comunitàries han de col·laborar i donar suport a l'educació afectiva i sexual als centres educatius.

L'objectiu del present document és establir de manera consensuada uns criteris mínims de qualitat que permetin potenciar les intervencions d'educació afectiva i sexual implementades als centres educatius de la ciutat de Barcelona, en les quals aquests criteris siguin presents, i impulsar mesures de millora pel que fa a les intervencions en què aquests criteris no quedin recollits.

## 2 L'educació afectiva i sexual a les escoles

L'educació afectiva i sexual als centres escolars s'ha de concebre com a una part constitutiva i ineludible de l'educació integral d'infants i joves. És un aspecte fonamental de la promoció de la salut, de prevenció de situacions de risc i d'atenció precoç dels problemes relacionats amb la salut, que es porten a terme als centres educatius de la ciutat, en col·laboració amb els serveis comunitaris presents al territori.

El sistema educatiu estableix, com a molts altres estats europeus, que l'educació obligatòria és dels 6 als 16 anys. No obstant això, a Barcelona, hi ha una majoria d'infants que comencen l'escolaritat amb 3 anys, i un percentatge important que l'inicia a edats més primerenques, a l'escola bressol. El context escolar i el familiar és on la població més jove es desenvolupa tant individualment com socialment. Els centres educatius proporcionen un escenari que, potencialment, permet adoptar accions destinades a reduir les desigualtats en l'àmbit de la salut. Per això, han estat alguns dels escenaris prioritaris per desenvolupar projectes de promoció i educació per a la salut (1).

Al llarg dels últims anys s'han portat a terme multitud d'intervencions de promoció i d'educació per a la salut, i actualment s'estan desenvolupant diverses iniciatives molt prometedores en aquest camp. A l'hora de considerar les intervencions, és necessari valorar i planificar la metodologia més adequada per aconseguir que els infants i joves adquireixin tant el coneixement com la motivació, així com les habilitats i la capacitat per adoptar conductes de vida saludables en qualsevol context vital. Cal, doncs, en aquests moments, revisar la qualitat d'aquestes intervencions.

Segons la definició de l'OMS del 2010(2), l'educació sexual integral significa "aprenentatge sobre els aspectes cognitius, emocionals, socials, interactius i físics de la sexualitat. L'educació sexual comença en la infància i progressa a través de l'adolescència i l'edat adulta. El seu objectiu és donar suport i protegir el desenvolupament sexual. Es proveeix de forma gradual els infants i joves de la informació, de les habilitats i els valors positius per comprendre i gaudir de la seva sexualitat, poder tenir relacions segures i satisfactòries i assumir la responsabilitat per la pròpia salut sexual i el benestar de la resta de les persones." L'enfocament principal està en la sexualitat com un element positiu del potencial humà i una font de satisfacció i plaer.

L'educació sexual és un dels drets reconeguts en la Declaració dels drets sexuals i reproductius, (3) que es fonamenta en la Declaració dels drets humans, aprovats per les Nacions Unides, i es reconeix concretament el dret d'accés apropiat a la informació relacionada amb la salut.(4) Les organitzacions internacionals, en el marc de les Nacions Unides, han seguit desenvolupant aquests drets. L'any 2015 es va aprovar l'Agenda 2030 per al desenvolupament sostenible (ODS), que inclou els drets sexuals i reproductius entre els disset objectius per al 2030, i també el dret a l'educació (5)(6). A més del dret fonamental a l'educació, en general, i a l'educació sexual en particular, l'Oficina Regional per a Europa de l'OMS afegeix quatre altres raons per a l'educació sexual integral (2):

- La sexualitat és una part central de l'ésser humà.
- L'educació sexual informal és inadequada per a la societat moderna.
- La joventut està exposada a informació d'una varietat de fonts, algunes de les quals són inadequades.

- La necessitat de promoció de la salut sexual.

Els centres educatius poden exercir un paper important en la promoció de la salut afectiva sexual, especialment si disposen dels recursos necessaris per oferir intervencions amb prou qualitat dels programes i de la seva implementació.

Així mateix, els centres educatius han de promoure una educació que potenciï la igualtat real d'oportunitats i l'eliminació de tota mena de discriminació per raó de sexe, així com la integració de forma explícita i amb continguts d'aprenentatge de la perspectiva de gènere. L'acció educativa es fonamenta en el reconeixement de les potencialitats i individualitats dels infants i joves, independentment del seu sexe o orientació sexual, i es potencia, així, la igualtat real d'oportunitats.

En aquest sentit, el model de coeducació ha d'incloure aquests criteris de qualitat en l'educació social i, a la inversa també, tot allò que es faci com a educació sexual i afectiva ha de tenir com a fonament la coeducació.



### **3 Criteris basats en la qualitat del contingut de les intervencions**

#### **3.1 Basat en un enfocament dels drets humans**

L'educació sexual s'ha de basar en els drets humans i, més concretament, en els drets sexuals i reproductius de les persones. S'ha de considerar el dret a la informació, així com a l'autodeterminació sexual i al tracte igualitari. Aquest enfocament ha d'incloure els drets sexuals i reproductius garantits en la Convenció dels drets de les persones amb discapacitat.

#### **3.2 Basat en la perspectiva de gènere i el respecte a la diversitat sexual i la diversitat funcional**

L'educació afectiva i sexual ha de promoure la igualtat, l'equitat i la justícia, sense discriminacions, entre els gèneres, i treballar per desconstruir mites i creences sobre la sexualitat masculina i femenina. Integrar la perspectiva de gènere pot influir a reduir la violència i l'assetjament per raó de gènere i promoure relacions més equitatives.

La inclusió de la diversitat sexual i les identitats de gènere serà preventiva d'altres tipus de violència com les fòbies a col·lectius LGTBI. I també la diversitat funcional (cognitiva, motora i/o sensorial) per tal de reduir les discriminacions basades en aquesta situació.

#### **3.3 Enfocament positiu de la sexualitat**

Tradicionalment, l'educació sexual s'ha centrat en els riscos potencials de la sexualitat, com ara l'embaràs no desitjat o no planificat i les infeccions de transmissió sexual (ITS). Aquest enfocament de caire negatiu sovint atemoreix infants i adolescents. I d'altra banda, no respon a la seva necessitat d'informació o adquisició d'habilitats, i en molts casos, simplement, no té cap rellevància en les seves vides.

Un enfocament holístic basat en la comprensió de la sexualitat com una àrea de potencial humà ajuda l'alumnat a desenvolupar habilitats essencials perquè pugui construir la seva pròpia sexualitat, així com les seves relacions en les diferents etapes de creixement. Es tracta d'habilitar l'alumnat perquè visqui la sexualitat i les relacions de forma lliure i responsable. Aquestes habilitats també són essencials per autoprotegir-se de possibles riscos i per tenir cura de la seva persona i de les altres amb les quals es relaciona.

#### **3.4 Enfocament sensible des del punt de vista cultural i social**

L'educació afectiva i sexual s'ha d'adaptar al context i centrar-se en les necessitats de l'alumnat, i ha de respondre de manera adequada a la diversitat de gènere, cultural, funcional, social i familiar. Aquestes necessitats són molt diferents segons l'origen social, familiar o cultural, per la qual cosa cal reflectir adequadament les diversitats (no hi ha un model únic). Les realitats culturals i socials existents no es donen per fet, sinó que són objecte de reflexió crítica i discussió. Els programes s'han de poder adequar a les necessitats específiques.

S'han d'utilitzar activitats, metodologies d'aprenentatge i missatges adequats a la cultura de l'alumnat, el seu desenvolupament i la seva experiència sexual, i mantenir els continguts adequats al desenvolupament maduratiu de l'alumnat, amb l'objectiu de no incrementar les desigualtats.

### 3.5 Basat en teories i models teòrics

En el marc general de l'educació afectiva i sexual cal partir del reconeixement que la persona és canviant i està en interacció constant amb el seu entorn i, per tant, s'ha d'utilitzar el model autobiogràfic. (10).

Per als programes de promoció de la salut a l'escola s'han d'utilitzar estratègies de planificació com l'Intervention Mapping (11), que ens guien al llarg de tot el procés. Per dissenyar els materials educatius de programes recomanen utilitzar models teòrics de canvi conductual que han demostrat efectivitat, com el model ASE (12). És important que als models teòrics s'expliqui com es poden obtenir els resultats en salut sexual i afectiva que es pretenen per mitjà de les intervencions. Els temes s'han d'abordar amb una seqüència lògica. A més, s'han d'emprar mètodes docents reconeguts institucionalment que impliquen activament les persones participants i les ajuden a personalitzar la informació. Tenint en compte la dificultat en arribar als canvis conductuals, és adequat incloure múltiples activitats que atenguin els aspectes de la persona, les relacions i els determinants de la conducta i que tinguin una continuïtat en el temps.

### 3.6 Intervencions dirigides a les diferents etapes educatives i adaptades a l'edat

L'educació afectiva i sexual és la integració d'un ampli conjunt de continguts que canvien en funció del període maduratiu. Cal tenir en compte l'especificitat del desenvolupament psicosexual, el desenvolupament físic, emocional, cognitiu i social corresponent a cada moment de la vida, fent especial atenció a l'alumnat amb diversitat funcional.

Cada intervenció ha de tenir en compte l'edat de l'alumnat a qui s'adreça específicament. El document Standars for sexuality education in Europe, publicat el 2010 per l'oficina regional de l'OMS per a Europa i la Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) (2) estableix una matriu amb els diversos aspectes sobre coneixements, habilitats i actituds que cal tenir en compte en cada grup d'edat, des de la infància fins a la joventut (vegeu annex 1). També cal tenir en compte les recomanacions en matèria d'educació sexual emeses per la UNESCO i altres institucions (13)(14).

### 3.7 Contingut integral

Es dirigeix a múltiples factors psicosocials de risc i de protecció que afecten les conductes sexuals (com ara coneixements, riscos percebuts, valors, actituds, normes percebudes i autoeficàcia). L'educació sexual no consisteix, només, en informació, cerca també donar suport a l'adquisició d'habilitats i competències, així com facilitar el desenvolupament dels propis punts de vista i actituds sobre la pròpia sexualitat. Per tant, es tracta de contribuir al fet que infants, adolescents i joves desenvolupin la seva autonomia en un marc de relacions d'interdependència i tinguin competències per a la presa de decisions i la cura.

### **3.8 Valoració de les necessitats del grup diana**

L'alumnat no és un receptor passiu, al contrari, té un paper actiu en la planificació, l'organització, el desenvolupament i l'avaluació de l'educació sexual. D'aquesta manera, es garanteix que l'educació sexual s'orienta a les necessitats de l'alumnat i no simplement al seguiment d'una planificació determinada programada per les persones docents o institucions sense tenir en consideració les característiques del grup. És important preveure l'establiment d'un ambient social segur i de confiança per a l'alumnat participant.

### **3.9 Necessitat d'avaluació**

Les intervencions han de ser avaluades tant pel que fa a procés com a resultat. Han d'obtenir un resultat d'impacte positiu en salut sexual i reproductiva segons els grups diana a qui van adreçades. Tenint en compte la complexitat per obtenir indicadors d'impacte en salut afectiva i sexual, els objectius de les intervencions s'han de poder especificar en indicadors més fàcilment mesurables, per exemple la intenció de conducta o l'apoderament o la capacitat per identificar i resoldre situacions no desitjades (autoeficàcia i habilitats) i que es poden relacionar teòricament amb els objectius finals i bona competència en salut afectiva sexual.

## 4 Criteris basats en la qualitat de la implementació de les intervencions

### 4.1 Implementació de la intervenció

És important diferenciar entre accions breus i puntuals (xerrades, conferències) amb objectius exclusivament vinculats a aspectes de sensibilització, i les intervencions amb objectius educatius. Les actuacions educatives específiques sobre aquest àmbit haurien de tenir una durada no inferior a 4-6 hores, dur-les a terme de forma no consecutiva, i recomanem que cada sessió no tingui una durada inferior a 1 hora (o temps de classe que tingui establert el centre escolar).

El desenvolupament de les intervencions preveu uns objectius que es concreten en uns continguts per a cada sessió i que són necessaris perquè l'alumnat arribi a les competències afectives i sexuals que ens hem plantejat.

La manera d'implementar la intervenció ha de quedar clarament explicada en un manual que s'ha de facilitar al professorat o les persones educadores que el desenvolupin (persones en contacte habitual amb l'alumnat, personal docent i personal dinamitzador i facilitador). Els manuals, juntament amb guies o llistes, han d'ajudar a valorar la fidelitat amb què es desenvolupen les intervencions.

### 4.2 Formació de persones educadores

Les persones professionals que implementin les intervencions a l'aula haurien de tenir una formació prèvia que els permetés desenvolupar les competències necessàries per implementar la intervenció. En cas que l'equip de professionals no tingui aquesta formació, s'hauria de facilitar per part de la institució pertinent. Caldria garantir poder disposar de persones expertes que actuïn com a consultores o assessores i que al llarg de tot el procés puguin donar suport en la implementació del programa.

També caldria que l'equip de professionals mostri motivació per tractar la temàtica, habilitats pel tracte cordial i a fable, facilitat per empatitzar, tracte respectuós i mentalitat oberta, capacitat de potenciar les relacions de confiança i predisposició positiva pel treball en equip i en xarxa, sempre d'acord amb els criteris recollits en aquest document.

### 4.3 Relació amb altres serveis comunitaris

Els vincles entre les intervencions o programes i els serveis de salut i benestar de la comunitat o del territori són necessaris, almenys, per dos motius.

En primer lloc, aquests serveis són importants proveïdors de recursos per a la formació sobre temes especialitzats i, alhora, poden facilitar el suport i l'acompanyament a l'equip de docents, ja que ens referim a un tema altament sensible per portar-lo a terme sense un treball en col·laboració i en xarxa. El treball en xarxa és una eina clau per facilitar l'assoliment dels objectius adreçats a atendre les necessitats de la població diana.

En segon lloc, l'alumnat ha de poder saber a on, com i quan pot accedir als diferents serveis de salut o socials que la comunitat ofereix, com ara recursos especialitzats en salut sexual i reproductiva.

## 5 Bibliografía

1. **Salvador T., Suelves J.M., Puigdollers E.** Guía para las administraciones educativas y sanitarias. Criterios de calidad para el desarrollo de proyectos y actuaciones de promoción y educación para la salud en el sistema educativo. Mepsyd y Msc [internet]. 2008, 202 p. Disponible a: [www.msssi.gob.es](http://www.msssi.gob.es)
2. **WHO for European Region.** Standards for Sexuality Education in Europe Estándares de Educación Sexual para Europa. Oficina Regional de la OMS para Europa y BZgA. WHO, BZgA, editors, 2010, 84 p.
3. **IPPF. Sexual rights : an IPPF declaration Who we are** [internet]. Londres: IPPF, 2008, 32 p. Disponible a: [www.ippf.org](http://www.ippf.org)
4. **Companys Alet, Mar, Nebot Ventura, Mercè.** L'educació afectiva i sexual: un dret, una prioritat. Barcelona: Creación Positiva: CooperAcció: Associació de Planificació Familiar de Catalunya i Balears, 2016, 60 p. Disponible a: [agendessexuals.files.wordpress.com](http://agendessexuals.files.wordpress.com)
5. **Organización de las Naciones Unidas.** Transformar nuestro mundo: la Agenda 2030 para el desarrollo sostenible [internet]. Naciones Unidas, 2015, p. 1-17. Disponible a: [www2.ohchr.org](http://www2.ohchr.org)
6. **VVAA.** Desenvolupament sostenible [internet]. Barcelona: APFCIB; CooperAcció; Creación Positiva, 2016, p. 17. Disponible a: [agendessexuals.files.wordpress.com](http://agendessexuals.files.wordpress.com)
7. **WHO, BZgA.** Standards for Sexuality Education in Europe: Guidance for Implementation. Colònia, 2013.
8. **Ketting E., Friele M., Michielsen K.** Evaluation of holistic sexuality education: A European expert group consensus agreement. Eur J Contracept Reprod Heal Care [internet]. Taylor & Francis, 2 de gener de 2016, 21(1): 68-80. Disponible a: [www.tandfonline.com](http://www.tandfonline.com)
9. **Kirby D.B., Laris B.A., Rollieri L.A.** Sex and HIV Education Programs: Their Impact on Sexual Behaviors of Young People Throughout the World. J Adolesc. Health. 2007, 40 (3): 206-17.
10. **López Sánchez F.** Juventud y Drogadicción (Educación Afectivo Sexual). Estud Juv, 2001, (55): 83-110.
11. **Bartholomew L.K., Parcel P.G., Kok G., Gottlieb N.** Intervention Mapping: designing theory and evidence based health promotion programs. Mountain View: Mayfield, 2001.
12. **De Vries, H., Dijkstra M., Kuhlman P.** Self-efficacy: the third factor besides attitude and subjective norm as a predictor of behavioral intentions. Health Education Research, 1988, (3): 273-28.
13. **UNESCO.** Orientaciones técnicas internacionales sobre educación en sexualidad. Enfoque basado en evidencia orientado a escuelas, docentes y educadores de la salud. [internet]. París: UNESCO, 2010, 133 p. (vol. 1-2). Disponible a: [www.unesco.org](http://www.unesco.org)
14. **UNESCO.** VIH y SIDA [internet]. [Citat el 30 de novembre de 2016]. Disponible a: [www.unesco.org](http://www.unesco.org)

## 6 Annex 1 - MATRIU

0 - 4	<b>Informació</b> Aportar-ne sobre:	<b>Habilitats</b> Adquirir-ne per:	<b>Actituds</b> Desenvolupar-les per:
<b>El cos humà i el seu desenvolupament</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ <b>totes les parts del cos i les seves funcions</b></li> <li>▶ <b>diferents cossos i diferents sexes</b></li> <li>▶ <b>higiene corporal</b></li> <li>● <i>la diferència entre un mateix i les altres persones</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ <b>anomenar les parts del cos</b></li> <li>▶ <b>pràctiques d'higiene (rentat de cada part del cos)</b></li> <li>▶ <b>reconèixer les diferències del cos</b></li> <li>▶ <b>expressar les seves necessitats i desitjos</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ <b>una imatge positiva del cos i d'un mateix: autoestima</b></li> <li>▶ <b>respecte per les diferències</b></li> <li>▶ <b>apreciar els seus propis cossos</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>la d</i></li> </ul> </li> <li>● <i>apreciar quan ens sentim bé, creant proximitat i confiança cap a l'experiència corporal i cap a l'experiència afectiva (emocional)</i></li> <li>● <i>respecte per la igualtat de gènere</i></li> </ul>
<b>Fertilitat i reproducció</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ <b>embaràs, part i nadons</b></li> <li>▶ <b>conceptes bàsics de la reproducció humana (d'on vénen els nadons)</b></li> <li>● <i>diferents maneres de formar part d'una família (exemple: adopció)</i></li> <li>● <i>el fet que algunes persones tenen nadons i d'altres no</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ <b>parlar d'aquests temes proporcionant-los el vocabulari correcte</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>acceptació de les diferents maneres d'arribar un nen o nena a una família</i></li> </ul>
<b>Sexualitat</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ <b>el plaer quan toquem el nostre propi cos; la masturbació de la primera infantesa</b></li> <li>▶ <b>el descobriment del propi cos i dels genitals</b></li> <li>▶ <b>el fet que el plaer físic és una experiència pròpia (propera) i normal de vida</b></li> <li>▶ <b>la tendresa i la proximitat física (contacte) com una expressió de l'amor i l'afecte</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ <b>prendre consciència de la identitat de gènere</b></li> <li>▶ <b>parlar sobre el (des) plaer que sentim en/ amb el nostre propi cos</b></li> <li>▶ <b>expressar les nostres necessitats, desitjos i límits, per exemple en el context de "jugar a metges"</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ <b>una actitud positiva cap al nostre cos amb totes les seves funcions = imatge corporal positiva</b></li> <li>▶ <b>respecte envers altres persones</b></li> <li>● <i>curiositat respecte al nostre cos i al d'altres persones</i></li> </ul>



0 - 4	<b>Informació</b> Aportar-ne sobre:	<b>Habilitats</b> Adquirir-ne per:	<b>Actituds</b> Desenvolupar-les per:
<b>Emocions</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ <b>diferents tipus d'amor</b></li> <li>▶ <b>sentiments: "sí" i "no". (Assertivitat)</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>paraules per als sentiments</i></li> <li>● <i>sentiments que necessiten privadesa</i></li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ <b>sentint i mostrant empatia</b></li> <li>▶ <b>dir sí/no</b></li> <li>▶ <b>expressar i comunicar les nostres emocions, desitjos i necessitats</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>expressar les nostres necessitats en privat</i></li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ <b>el coneixement que les emocions s'expressen de maneres diferents</b></li> <li>▶ <b>sentiments positius cap al seu propi sexe o gènere (és bo ser nena i és bo ser nen)</b></li> <li>▶ <b>l'actitud positiva cap a les nostres experiències i l'expressió de les nostres emocions</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>una actitud positiva cap a les diferents emocions en diferents circumstàncies</i></li> </ul> </li> </ul>
<b>Relacions i estils de vida</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ <b>diferents tipus de relació</b></li> <li>▶ <b>diferents relacions familiars</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ <b>parlar sobre les nostres relacions i la família</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ <b>un sentiment de proximitat i confiança basat en l'experiència (dels llaços afectius) emocional</b></li> <li>▶ <b>una actitud positiva cap a diferents estils de vida</b></li> <li>▶ <b>consciència que existeixen relacions diverses</b></li> </ul>
<b>Sexualitat, salut i benestar</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ <b>bones i males experiències del seu cos/què els agrada? (escoltar el seu cos)</b></li> <li>▶ <b>si l'experiència / sentiment no són bons, no sempre han d'acceptar-ho</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ <b>confiar en els seus instints</b></li> <li>▶ <b>aplicar el model dels tres passos (dir no, fugir, parlar amb algú de confiança)</b></li> <li>▶ <b>aconseguir sentiments de benestar</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ <b>apreciació del seu propi cos</b></li> <li>▶ <b>consciència que és bo demanar ajuda</b></li> </ul>



0 - 4	<b>Informació</b> Aportar-ne sobre:	<b>Habilitats</b> Adquirir-ne per:	<b>Actituds</b> Desenvolupar-les per:
<b>Drets i sexualitat</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ <b>el dret a la seguretat i la protecció</b></li> <li>▶ <b>la responsabilitat de les persones adultes a proporcionar protecció als nens i nenes</b></li> <li>▶ <b>el dret a preguntar sobre la sexualitat</b></li> <li>▶ <b>el dret d'explorar la identitat de gènere</b></li> <li>● <i>el dret a explorar la nuesa i el cos, la curiositat</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ <b>dir "sí" i "no"</b></li> <li>▶ <b>desenvolupar habilitats de comunicació</b></li> <li>▶ <b>expressar necessitats i desitjos</b></li> <li>● <i>diferenciar entre "bons" i "mals" secrets</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ <b>una consciència dels seus propis drets liderant la seva pròpia confiança</b></li> <li>▶ <b>l'actitud "el meu cos em pertany a mi"</b></li> <li>▶ <b>el sentiment que poden prendre les seves pròpies decisions</b></li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>la d</i></li> </ul>
<b>Determinants socials i culturals de la sexualitat (normes i valors)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ <b>regles socials i culturals normes/valors</b></li> <li>▶ <b>rols de gènere</b></li> <li>▶ <b>la distància social que es manté amb algunes persones</b></li> <li>● <i>la influència de l'edat en la sexualitat i l'edat apropiada per a cada comportament</i></li> <li>● <i>normes sobre la nuesa</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ <b>diferenciar entre el comportament privat i públic</b></li> <li>▶ <b>respectar les normes socials i culturals</b></li> <li>▶ <b>comportar-se adequadament segons el context</b></li> <li>● <i>saber on es pot tocar</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ <b>el respecte del seu propi cos i el dels altres</b></li> <li>▶ <b>acceptació de les normes socials sobre privadesa i intimitat</b></li> <li>▶ <b>pecte al "no" o "sí" de les altres persones</b></li> </ul>



4 - 6	Informació Aportar-ne sobre:	Habilitats Adquirir-ne per:	Actituds Desenvolupar-les per:
<b>El cos humà i el seu desenvolupament</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ totes les parts del cos i les seves funcions</li> <li>▶ diferents cossos i diferents sexes</li> <li>▶ la higiene del cos</li> <li>● <i>les diferències d'edat en els òrgans i el seu desenvolupament</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ <b>anomenar les parts del cos</b></li> <li>▶ <b>pràctiques d'higiene (rentat de cada part del cos)</b></li> <li>▶ reconèixer les diferències del cos</li> <li>● <i>expressar les seves necessitats i desitjos</i></li> <li>● <i>reconèixer la necessitat de privadesa pròpia i la de les altres persones</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ <b>una identitat de gènere positiva</b></li> <li>▶ <b>una imatge positiva del cos i d'un mateix: autoestima</b></li> <li>▶ <b>respecte per les diferències</b></li> <li>▶ <b>apreciar els seus propis cossos</b></li> <li>▶ <b>respecte per la igualtat de gènere</b></li> </ul>
<b>Fertilitat i reproducció</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ <b>mites relacionats amb la reproducció (per exemple, en alguns països, als nens se'ls diu que als nadons els porta la cigonya)</b></li> <li>▶ la vida: embaràs, part i nadons; la finalitat de la vida</li> <li>▶ reproducció humana bàsica</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ parlar d'aquests temes proporcionant-los el vocabulari correcte</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>respecte de les diferències: algunes persones tenen fills i d'altres no</i></li> </ul>
<b>Sexualitat</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ el plaer quan toquem el nostre propi cos; la masturbació de la primera infantesa</li> <li>▶ el descobriment del propi cos i dels genitals</li> <li>● <i>el significat i l'expressió de la sexualitat (per exemple, expressar els sentiments d'amor)</i></li> <li>● <i>el llenguatge sexual</i></li> <li>● <i>sentiments sexuals (la proximitat, el gaudi, l'emoció) com a part de tots els sentiments humans (han de ser sentiments positius; no han d'incloure la coacció o el dany)</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ <b>parlar sobre assumptes sexuals (habilitats de comunicació)</b></li> <li>▶ <b>consolidar la seva identitat de gènere</b></li> <li>● <i>utilitzar un llenguatge sexual de manera no ofensiva</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ una imatge corporal positiva</li> <li>▶ respecte pels altres</li> </ul>



4 - 6	Informació Aportar-ne sobre:	Habilitats Adquirir-ne per:	Actituds Desenvolupar-les per:
<b>Emocions</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ gelosia, ira, agressió, decepció</li> <li>▶ l'amistat i l'amor cap a persones del mateix sexe               <ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>la diferència entre l'amistat i l'amor</i></li> <li>● <i>amors secrets, el primer amor (enamoriscament, enamorament i amor no correspost)</i></li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ <b>controlar les decepcions</b></li> <li>▶ <b>expressar i comunicar les pròpies emocions, desitjos i necessitats</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>ionar les seves pròpies necessitats de privadesa i les dels altres</i></li> <li>● <i>anomenar de manera adequada els nostres sentiments</i></li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ <b>l'acceptació que els sentiments d'amor (com una part de totes les emocions) són naturals</b></li> <li>▶ l'actitud que la seva pròpia experiència i expressió de les emocions és correcta i important (la valoració dels seus propis sentiments)</li> </ul>
<b>Relacions i estils de vida</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ <b>amistat</b></li> <li>▶ <b>relacions del mateix sexe</b></li> <li>▶ diferents tipus de relació (família)               <ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>diferents conceptes d'una família</i></li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ <b>relacionar-se entre si i amb persones de la família i amistats de manera adequada</b></li> <li>▶ <b>convivència en les famílies basada en el respecte mutu</b></li> <li>▶ <b>construir i mantenir relacions</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ <b>acceptació de la diversitat</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>la d</i></li> </ul> </li> <li>▶ respecte pels diferents estils de vida</li> </ul>
<b>Sexualitat, salut i benestar</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ bones i males experiències del seu cos/ què els agrada? (escoltar el seu cos)</li> <li>▶ si l'experiència/sentiment no són bons, no sempre han d'acceptar-ho</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ confiar en els seus instints i aplicar el model dels tres passos (dir no, fugir, parlar amb algú de confiança)</li> <li>▶ aconseguir una sensació de benestar</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ <b>l'actitud que ells i elles poden triar</b></li> <li>▶ <b>una presa de consciència dels riscos</b></li> <li>▶ una apreciació del seu cos</li> <li>▶ la consciència que està bé demanar ajuda</li> </ul>



4 - 6	<b>Informació</b> Aportar-ne sobre:	<b>Habilitats</b> Adquirir-ne per:	<b>Actituds</b> Desenvolupar-les per:
<b>Drets i sexualitat</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ <b>abús; hi ha algunes persones que no són bones; pretenen ser amables, però poden ser violentes</b></li> <li>▶ <b>els seus drets (inclosos el dret a la informació i el dret a la protecció)</b></li> <li>▶ la responsabilitat de les persones adultes de proporcionar protecció als nens</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ <b>fer preguntes</b></li> <li>▶ <b>dirigir-se a algú de la seva confiança si tenen problemes</b></li> <li>▶ expressar les seves necessitats i desitjos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ l'actitud: "el meu cos em pertany"</li> <li>▶ la consciència dels seus drets</li> </ul>
<b>Determinants socials i culturals de la sexualitat (normes i valors)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ <b>diferències de gènere, culturals, d'edat</b></li> <li>▶ <b>valors i normes diferents per país i cultura</b></li> <li>▶ <b>tots els sentiments estan bé, però no totes les mesures adoptades com a resultat d'aquests sentiments</b></li> <li>▶ regles socials i culturals normes/valors</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ <b>reconèixer i fer front a diferències en els valors</b></li> <li>▶ <b>respectar les regles socials i les normes culturals</b></li> <li>● <i>parlar sobre les diferències</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ <b>comportament socialment responsable</b></li> <li>▶ <b>una actitud oberta, sense prejudicis</b></li> <li>▶ <b>acceptació de la igualtat de drets</b></li> <li>▶ <b>respecte per les diferents normes referents a la sexualitat</b></li> <li>▶ el respecte del seu propi cos i el de les altres persones</li> </ul>

6 - 9	Informació Aportar-ne sobre:	Habilitats Adquirir-ne per:	Actituds Desenvolupar-les per:
<b>El cos humà i el seu desenvolupament</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ <b>canvis al cos, la menstruació, l'ejaculació, variació en el desenvolupament individual</b></li> <li>▶ <b>les diferències (biològiques) entre homes i dones (internes i externes)</b></li> <li>▶ la higiene del cos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ <b>conèixer i ser capaços d'utilitzar les paraules correctes per a les parts del cos i les seves funcions</b></li> <li>● <i>avaluar els canvis al cos</i></li> <li>● <i>examinar el seu cos i cuidar-lo</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ <b>l'acceptació de les inseguretats derivades de la seva imatge corporal</b></li> <li>▶ <b>una imatge positiva del cos i d'un mateix: autoestima</b></li> <li>▶ una identitat de gènere positiva</li> </ul>
<b>Sexualitat</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ <b>amor, estar enamorat o enamorada</b></li> <li>▶ <b>sensibilitat</b></li> <li>▶ <b>sexe en els mitjans de comunicació (inclòs l'internet)</b></li> <li>▶ satisfacció i plaer quan toquem el nostre propi cos (masturbació/ autoestimulació)</li> <li>▶ llenguatge sexual adequat</li> <li>● <i>relacions sexuals (amb penetració)</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ <b>acceptar la nostra necessitat de privadesa i la de les altres persones</b></li> <li>▶ <b>tractar el sexe en els mitjans de comunicació</b></li> <li>▶ utilitzar el llenguatge sexual de manera no ofensiva</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ <b>una comprensió de "sexe acceptable" <sup>●</sup> la d (consensuat, voluntari, igual, apropiat per a l'edat, apropiat per al context i que es respecti)</b></li> <li>● <i>la consciència que el sexe es representa de diferents maneres en els mitjans de comunicació</i></li> </ul>
<b>Emocions</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ <b>la diferència entre l'amistat, l'amor i la luxúria</b></li> <li>▶ gelosia, ira, agressió, decepció</li> <li>● <i>l'amistat i l'amor cap a persones del mateix sexe</i></li> <li>● <i>amors secrets, el primer amor (enamorcament, enamorament i amor no correspost)</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ <b>expressar i comunicar emocions, desitjos i necessitats</b></li> <li>▶ <b>controlar les decepcions</b></li> <li>● <i>anomenar de manera adequada els nostres sentiments</i></li> <li>● <i>gestionar la seva necessitat de privadesa pròpia i la dels altres</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ <b>l'acceptació que els sentiments d'amor (com una part de totes les emocions) són naturals</b></li> <li>▶ l'actitud que la seva pròpia experiència i expressió de les emocions és correcta i important (la valoració dels seus propis sentiments)</li> </ul>



6 - 9	Informació Aportar-ne sobre:	Habilitats Adquirir-ne per:	Actituds Desenvolupar-les per:
<b>Relacions i estils de vida</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ <b>diferents relacions en relació amb l'amistat, l'amor, etcètera</b></li> <li>▶ diferents relacions familiars</li> <li>● <i>el matrimoni, el divorci, la convivència</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ <b>expressar-se dins de les relacions</b></li> <li>▶ <b>ser capaços de negociar compromisos, mostrar tolerància i empatia</b></li> <li>▶ <b>establir contactes socials i fer amistats</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ <b>l'acceptació del compromís, la responsabilitat i l'honestetat com a base per a les relacions</b></li> <li>▶ <b>respecte per les altres persones</b></li> <li>▶ acceptació de la diversitat</li> </ul>
<b>Sexualitat, salut i benestar</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ <b>la influència positiva de la sexualitat en la salut i el benestar</b></li> <li>▶ <b>malalties relacionades amb la sexualitat</b></li> <li>▶ <b>la violència sexual i l'agressió</b></li> <li>● <i>on aconseguir ajuda</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ <b>límits establerts</b></li> <li>▶ confiar en els seus instints i aplicar el model dels tres passos (dir no, fugir, parlar amb algú de confiança)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ <b>un sentit de responsabilitat per a la seva pròpia salut i benestar</b></li> <li>▶ una presa de consciència de les opcions i les possibilitats</li> <li>▶ una presa de consciència dels riscos</li> </ul>
<b>Drets i sexualitat</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ <b>el dret a la lliure expressió</b></li> <li>▶ <b>els drets sexuals dels nens i nenes (informació, sexualitat, educació, integritat física)</b></li> <li>▶ abús</li> <li>▶ la responsabilitat de les persones adultes de proporcionar protecció als infants</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ <b>demanar ajuda i informació</b></li> <li>▶ <b>dirigir-se a algú de la seva confiança si tenen problemes</b></li> <li>● <i>anomenar els seus drets</i></li> <li>● <i>expressar necessitats i desitjos</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ <b>sentiments de responsabilitat per a un mateix i per a les altres persones</b></li> <li>▶ coneixement dels drets i les opcions</li> </ul>
<b>Determinants socials i culturals de la sexualitat (normes i valors)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ <b>els rols de gènere</b></li> <li>▶ <b>diferències culturals</b></li> <li>▶ diferències d'edat</li> <li>▶ diferències de edat</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ <b>parlar sobre les experiències pròpies, desitjos i necessitats en relació amb les normes culturals</b></li> <li>▶ <b>reconèixer i fer front a les diferències</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ <b>respecte dels diferents estils de vida, valors i normes</b></li> </ul>

9 - 12	Informació Aportar-ne sobre:	Habilitats Adquirir-ne per:	Actituds Desenvolupar-les per:
<p><b>El cos humà i el desenvolupament humà</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ <b>la higiene del cos (menstruació, ejaculació)</b></li> <li>▶ <b>canvis primerencs en la pubertat (mentals, físics, socials i emocionals, i la variabilitat que presenten)</b></li> <li>● <i>òrgans sexuals i reproductius interns i externs i les seves funcions</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ <b>Integrar aquests canvis a les seves pròpies vides</b></li> <li>▶ <b>conèixer i utilitzar el vocabulari correcte</b></li> <li>● <i>comunicar els canvis en la pubertat</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ <b>la comprensió i l'acceptació dels canvis i les diferències en els cossos (la mida i forma del penis, els pits i la vulva poden variar significativament, els cànons de bellesa canvien amb el temps i difereixen entre les cultures)</b></li> <li>● <i>una imatge positiva del cos i d'un mateix; la d'autoestima</i></li> </ul>
<p><b>Fertilitat i reproducció</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ <b>la reproducció i la planificació familiar</b></li> <li>▶ <b>els diferents tipus d'anticonceptius i el seu ús; mites sobre l'anticoncepció</b></li> <li>▶ <b>els símptomes de l'embaràs, riscos i conseqüències de les pràctiques sexuals insegures (embarassos no desitjats)</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ <b>entendre la relació entre la menstruació/ l'ejaculació i la fertilitat</b></li> <li>▶ <b>ús dels condons i anticonceptius de manera efectiva en el futur</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ <b>entendre que l'anticoncepció és responsabilitat d'ambdós sexes</b></li> </ul>
<p><b>Sexualitat</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ <b>primera experiència sexual</b></li> <li>▶ <b>orientació de gènere</b></li> <li>▶ <b>el comportament sexual de la joventut (la variabilitat del comportament sexual)</b></li> <li>▶ <i>estimar, estar enamorat</i></li> <li>● <i>el plaer, la masturbació, l'orgasme</i></li> <li>● <i>diferències entre la identitat de gènere i el sexe biològic</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ <b>comunicar i entendre els diferents sentiments sexuals i parlar de la sexualitat d'una manera correcta</b></li> <li>▶ <b>prendre una decisió conscient de tenir o no tenir experiències sexuals</b></li> <li>▶ <b>rebutjar les relacions sexuals no desitjades</b></li> <li>● <i>diferenciar entre la sexualitat en la vida real i la sexualitat en els mitjans de comunicació</i></li> <li>● <i>ús de les tecnologies (mòbils, internet) i tenir en compte els riscos i beneficis associats a aquestes eines</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ <b>acceptació, respecte i comprensió de la diversitat en la sexualitat i orientació sexual (les relacions sexuals han de ser amb el consens mutu, voluntàries, iguals, apropiades per a l'edat, apropiades per al context i amb respecte)</b></li> <li>▶ <b>la comprensió de la sexualitat com un procés d'aprenentatge</b></li> <li>▶ <b>acceptació de les diferents expressions de la sexualitat (fer petons, tocar, acariciar, etcètera)</b></li> <li>● <i>comprensió que tothom té el seu propi calendari de desenvolupament sexual</i></li> </ul>



9 - 12	Informació Aportar-ne sobre:	Habilitats Adquirir-ne per:	Actituds Desenvolupar-les per:
<b>Emocions</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ <b>diferents emocions, per exemple, curiositat, enamorament, ambivalència, inseguretat, vergonya, por i gelosia</b></li> <li>▶ <b>diferències en les necessitats individuals d'intimitat i privadesa</b></li> <li>▶ la diferència entre l'amistat, l'amor i la luxúria</li> <li>● <i>la amistad y el amor hacia personas del mismo sexo</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ <b>expressar i reconèixer diverses emocions pròpies i de les altres persones</b></li> <li>▶ <b>expressar les seves necessitats, desitjos i límits i respectar els dels altres</b></li> <li>▶ <b>gestió de decepcions</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ <b>una comprensió d'emocions i valors (per exemple, no sentir vergonya o culpabilitat pels sentiments sexuals o desitjos)</b></li> <li>▶ <b>el respecte per la privadesa de les altres persones</b></li> </ul>
<b>Relacions i estils de vida</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ <b>diferències entre l'amistat, la companyonia i les relacions i diferents maneres de citar-se</b></li> <li>▶ <b>diferents tipus de relacions agradables i desagradables (influències de gènere la desigualtat en les relacions)</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ <b>expressar l'amistat i l'amor de diferents maneres</b></li> <li>▶ fer contactes socials, fer amics, construir i mantenir relacions</li> <li>● <i>comunicar les expectatives pròpies i les necessitats dins de les relacions</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ <b>una actitud positiva amb la igualtat de gènere en les relacions i la lliure elecció de parella</b></li> <li>▶ l'acceptació del compromís, la responsabilitat i l'honestetat com a base per a les relacions</li> <li>▶ respecte per les altres persones</li> <li>● <i>una comprensió de la influència de gènere, edat, religió, cultura, etcètera, en les relacions</i></li> </ul>
<b>Sexualitat, salut i benestar</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ <b>síntomes, riscos i conseqüències de les experiències sexuals insegures, desagradables i no desitjades (infeccions de transmissió sexual (ITS), VIH, embaràs no planificat, conseqüències psicològiques)</b></li> <li>▶ <b>la prevalença i els diferents tipus d'abús sexual, com evitar-los i aconseguir suport</b></li> <li>▶ la influència de la sexualitat positiva en la salut i el benestar</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ <b>responsabilitzar-se de les relacions sexuals segures i agradables pròpies i de les altres persones</b></li> <li>▶ <b>expressar els límits i desitjos i evitar experiències sexuals insegures o no desitjades</b></li> <li>● <i>demanar ajuda i suport en cas de problemes (la pubertat, relacions, etcètera)</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ el coneixement d'opcions i possibilitats</li> <li>▶ la consciència dels riscos</li> <li>● <i>un sentiment de responsabilitat mútua de la salut i el benestar</i></li> </ul>



9 - 12	<b>Informació</b> Aportar-ne sobre:	<b>Habilitats</b> Adquirir-ne per:	<b>Actituds</b> Desenvolupar-les per:
<b>Sexualitat i drets</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ <b>drets sexuals</b>, tal com els defineixen l'IPPF i la WAS<sup>63</sup></li> <li>● <i>lleis i reglaments nacionals (l'edat del consentiment)</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ <b>actuar dins d'aquests drets i de la responsabilitat</b></li> <li>● <i>demanar ajuda i informació</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ <i>consciència dels drets i opcions</i></li> <li>● <i>acceptació dels drets sexuals per a un mateix i per als altres</i></li> </ul>
<b>Determinants socials i culturals de la sexualitat (valors/normes)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ <b>influència de la pressió del grup, els mitjans de comunicació, la pornografia, la cultura, la religió, el gènere, les lleis i la situació socioeconòmica en les relacions sexuals, l'associació i el comportament</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ <b>discutir aquestes influències externes i prendre decisions personals</b></li> <li>▶ <i>adquirir competències en les noves tecnologies (mòbils, internet, fer front a la pornografia)</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ <i>el respecte pels diferents estils de vida, valors i normes</i></li> <li>▶ <i>acceptació dels diferents punts de vista, opinions i comportaments sexuals</i></li> </ul>



12 - 15	Informació Aportar-ne sobre:	Habilitats Adquirir-ne per:	Actituds Desenvolupar-les per:
<p><b>El cos humà i el desenvolupament humà</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ <b>coneixement del cos, la imatge corporal i la modificació del cos (mutilació genital femenina, circumcisió, himen i la reparació de l'himen, l'anorèxia, la bulímia, pircings, tatuatges)</b></li> <li>▶ <b>cicle menstrual; les característiques sexuals secundàries del cos, la seva funció en homes i dones i els sentiments associats</b></li> <li>● <i>els missatges de la indústria cosmètica en els mitjans de comunicació; canvis al cos durant tota la vida</i></li> <li>● <i>els serveis als quals poden dirigir-se les i els adolescents per als problemes relacionats amb aquests temes</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ <b>descriuen com els sentiments de les persones sobre els seus cossos poden afectar la seva salut, la seva autoimatge i el seu comportament</b></li> <li>● <i>arribar a un acord amb la pubertat i resistir la pressió de grup</i></li> <li>● <i>ser crític amb els missatges dels mitjans de comunicació i la indústria de la bellesa</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>pensament crític relacionat amb la modificació del cos</i></li> <li>● <i>acceptació i estima de les diferents formes del cos</i></li> </ul>
<p><b>Fertilitat i reproducció</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ <b>l'impacte de la maternitat i la paternitat en adolescents (és a dir, de cria dels fills, la planificació familiar, projecte de vida/estudis, l'anticoncepció, la presa de decisions i la cura en el cas d'embarassos no desitjats)</b></li> <li>▶ <b>informació sobre serveis d'anticoncepció</b></li> <li>▶ <b>anticoncepció ineficaç i les seves causes (ús de l'alcohol, efectes secundaris, oblit, desigualtat de gènere, etcètera)</b></li> <li>▶ <b>embaràs (també en relacions del mateix sexe) i la infertilitat</b></li> <li>▶ <b>fets i mites (fiabilitat, avantatges i desavantatges) relacionats amb els diferents anticonceptius (inclosa l'anticoncepció d'emergència)</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ <b>reconèixer els signes i els símptomes de l'embaràs</b></li> <li>▶ <b>obtenir anticoncepció en un lloc adequat, per exemple, visitant professionals de la salut</b></li> <li>▶ <b>prendre una decisió conscient sobre tenir o no tenir experiències sexuals</b></li> <li>● <i>comunicar sobre anticonceptius</i></li> <li>● <i>fer una elecció conscient dels anticonceptius i utilitzar l'anticonceptiu triat de manera eficaç</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ <b>les actituds personals (normes i valors) sobre la maternitat i la paternitat (jove), l'anticoncepció, l'avortament i l'adopció</b></li> <li>▶ <b>una actitud positiva cap a la presa de responsabilitat mútua d'anticonceptius</b></li> </ul>



12 - 15	Informació Aportar-ne sobre:	Habilitats Adquirir-ne per:	Actituds Desenvolupar-les per:
<b>Sexualitat</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ <b>rol de les expectatives i el comportament en l'excitació sexual i en les diferències de gènere</b></li> <li>● <i>la identitat de gènere i l'orientació sexual, inclosos els qui declaren obertament la seva orientació sexual / l'homosexualitat</i></li> <li>● <i>com gaudir de la sexualitat de manera adequada (prenent-se el seu temps)</i></li> <li>● <i>primera experiència sexual</i></li> <li>● <i>el plaer, la masturbació, l'orgasme</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ <b>desenvolupar habilitats en comunicació íntima i negociació</b></li> <li>● <i>prendre decisions lliures i responsables després d'avaluar les conseqüències, els avantatges i els inconvenients de cada possible elecció (parelles, comportament sexual)</i></li> <li>● <i>gaudir de la sexualitat d'una manera respectuosa</i></li> <li>● <i>diferenciar entre la sexualitat en la vida real i la sexualitat en els mitjans de comunicació</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ <b>la comprensió de la sexualitat com un procés d'aprenentatge</b></li> <li>● <i>acceptació, respecte i comprensió de la diversitat en la sexualitat i orientació sexual (les relacions sexuals han de ser amb el consens mutu, voluntàries, iguals, apropiades per a l'edat, apropiades per al context i amb respecte)</i></li> <li>● <i>la d</i></li> </ul>
<b>Emocions</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ <i>la diferència entre l'amistat, l'amor i la luxúria</i></li> <li>▶ <i>diferents emocions, per exemple, curiositat, enamorament, ambivalència, inseguretat, vergonya, por i gelosia</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ <i>expressar l'amistat i l'amor de diferents maneres</i></li> <li>▶ <i>expressar les seves necessitats, desitjos i límits i respectar els dels altres</i></li> <li>● <i>fer front a diferents emocions, sentiments i desitjos</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ <b>acceptació que les persones se sentin de manera diferent (pel seu gènere, cultura, religió, etcètera, i la seva interpretació d'aquestes circumstàncies)</b></li> </ul>
<b>Relacions i estils de vida</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ <b>influència de l'edat, el gènere, la religió i la cultura</b></li> <li>● <i>diferents estils de comunicació (verbal i no verbal) i com millorar-los.</i></li> <li>● <i>com desenvolupar i mantenir relacions.</i></li> <li>● <i>l'estructura familiar i els canvis (per exemple, la paternitat individual)</i></li> <li>● <i>diferents tipus de relacions (agradables i desagradables), famílies i formes de vida</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ <b>dirigir la injustícia, la discriminació, la desigualtat</b></li> <li>▶ <i>expressar l'amistat i l'amor de diferents maneres</i></li> <li>▶ <i>fer contactes socials, fer amics, construir i mantenir relacions</i></li> <li>● <i>comunicar les expectatives pròpies i les necessitats dins de les relacions</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ <b>aspiració a crear igualtat i complir els compromisos en les relacions</b></li> <li>● <i>una comprensió de la influència de gènere, edat, religió, cultura, etcètera, en les relacions</i></li> </ul>



12 - 15	<b>Informació</b> Aportar-ne sobre:	<b>Habilitats</b> Adquirir-ne per:	<b>Actituds</b> Desenvolupar-les per:
<b>Sexualitat, salut i benestar</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ <b>higiene del cos i autoexamen</b></li> <li>▶ la prevalença i els diferents tipus d'abús sexual, com evitar-los i on aconseguir suport</li> <li>● <i>conductes de risc (sexuals) i les seves conseqüències (l'alcohol, les drogues, la pressió, la intimidació, la prostitució, els mitjans de comunicació)</i></li> <li>● <i>síntomes, transmissió i prevenció de les ITS, inclòs el VIH</i></li> <li>● <i>els sistemes i serveis de salut</i></li> <li>● <i>influència positiva de la sexualitat en la salut i el benestar</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ <b>prendre decisions responsables i ben informades (en relació amb el comportament sexual)</b></li> <li>▶ <b>demanar ajuda i suport en cas de problemes</b></li> <li>● <i>desenvolupar la negociació i les habilitats de comunicació a fi de tenir sexe segur i agradable</i></li> <li>● <i>rebutjar o deixar contactes sexuals desagradables sense protecció</i></li> <li>● <i>obtenir i utilitzar preservatius i anticonceptius amb eficàcia</i></li> <li>● <i>reconèixer situacions de risc i ser capaços de tractar-les</i></li> <li>● <i>reconèixer els símptomes</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ un sentiment de responsabilitat mútua de la salut i el benestar</li> <li>● <i>un sentit de responsabilitat respecte a la prevenció d'ITS/VIH</i></li> <li>● <i>un sentit de responsabilitat en matèria de prevenció d'embarassos no desitjats</i></li> <li>● <i>un sentit de responsabilitat en matèria de prevenció dels abusos sexuals</i></li> </ul>
<b>Sexualitat i drets</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ drets sexuals, com els que defineixen l'IPPF i WAS</li> <li>● <i>lleis i reglaments nacionals (l'edat de consentiment)</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ <b>reconèixer els drets sexuals per a un mateix i les altres persones</b></li> <li>▶ manar ajuda i informació</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ l'acceptació dels drets sexuals propis i de les altres persones</li> </ul>
<b>Determinants socials i culturals de la sexualitat (valors/normes)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ influència de la pressió del grup, els mitjans de comunicació, la pornografia, la cultura (urbana), la religió, el gènere, les lleis i la situació socioeconòmica en les relacions sexuals, l'associació i el comportament</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ <b>fer front als conflictes entre normes i valors personals en la família i en la societat</b></li> <li>▶ adquirir la competència dels mitjans de comunicació i fer front a la pornografia</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ <b>una visió personal de la sexualitat (ser flexible) en una societat canviant o un grup</b></li> </ul>

15 i més	Informació Aportar-ne sobre:	Habilitats Adquirir-ne per:	Actituds Desenvolupar-les per:
<p><b>El cos humà i el seu desenvolupament</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ <b>els canvis psicològics en la pubertat</b></li> <li>▶ coneixement del cos, la imatge corporal i les seves modificacions</li> <li>● <i>la circumcisió, la mutilació genital femenina, l'himen (pèrdua i reparació)</i></li> <li>● <i>anorèxia i bulímia</i></li> <li>● <i>els missatges sobre la bellesa en els mitjans de comunicació; canvis al cos durant i per a tota la vida</i></li> <li>● <i>serveis als quals les persones adolescents amb problemes relacionats amb aquests temes poden dirigir-se i sol·licitar ajuda per solucionar-los</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ <b>identificar les diferències entre les imatges presentades en els mitjans de comunicació i la vida real</b></li> <li>▶ acceptar la pubertat i resistir la pressió social</li> <li>▶ criticar els missatges dels mitjans de comunicació i els anuncis de la indústria de bellesa pels riscos potencials de la modificació del cos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ <b>una visió crítica de les normes culturals relacionades amb el cos humà</b></li> <li>▶ <b>acceptar i apreciar les diferents formes corporals</b></li> </ul>
<p><b>Fertilitat i reproducció</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ <b>canvis en la fertilitat amb l'edat (mares de lloguer, de reproducció assistida)</b></li> <li>▶ embaràs (també en persones que tenen relacions amb el mateix sexe) i infertilitat, avortament, anticoncepció, anticoncepció d'emergència (més informació i en profunditat)</li> <li>▶ anticoncepció ineficaç i les seves causes (ús d'alcohol, efectes secundaris, oblit, desigualtat de gènere, etcètera)</li> <li>▶ informació sobre serveis d'anticoncepció</li> <li>▶ Planificació familiar i el projecte futur de vida</li> <li>▶ conseqüències d'un embaràs per a persones adolescents joves (dones i homes)</li> <li>● <i>Nadons de "disseny",</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ <b>comunicar-se amb les parelles en termes d'igualtat; discutir les possibles opcions i dificultats per les diferents opinions</b></li> <li>▶ <b>utilitzar habilitats de negociació</b></li> <li>▶ <b>prendre decisions informades respecte a l'anticoncepció i els embarassos no planificats</b></li> <li>● <i>fer una elecció conscient de l'anticoncepció i escollir un mètode anticonceptiu eficaç</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ <b>assumir les diferències de gènere pel que fa a la fertilitat, la reproducció i l'avortament</b></li> <li>● <i>una visió crítica de les diferents</i></li> <li>● <i>normes culturals i religioses relacionades amb l'embaràs, la maternitat, etcètera</i></li> <li>● <i>prendre consciència de la importància d'un rol positiu dels homes durant l'embaràs i el part; influència positiva dels pares compromesos</i></li> <li>● <i>adquirir una actitud positiva cap a la responsabilitat mútua en matèria d'anticonceptius</i></li> </ul>

● la d



15 i més	Informació Aportar-ne sobre:	Habilitats Adquirir-ne per:	Actituds Desenvolupar-les per:
<b>Sexualitat</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ <b>el sexe com alguna cosa més que el coït</b></li> <li>▶ <b>significat del sexe en les diferents edats, les diferències de gènere</b></li> <li>▶ <b>sexualitat i discapacitat: la influència de la malaltia (diabetis, càncer, etcètera) en la sexualitat</b></li> <li>▶ <b>les relacions sexuals comercials (prostitució, però també sexe a canvi de petits regals, menjar / sortides nocturnes o petites quantitats de diners), la pornografia, la dependència sexual</b></li> <li>● <i>les variacions del comportament sexual; diferències en la resposta sexual humana</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ <b>discutir les maneres de tenir relacions i la raons per tenir o no tenir sexe</b></li> <li>▶ <b>obrir-se als "altres" (admetre l'homosexualitat, la bisexualitat i altres opcions)</b></li> <li>▶ <b>desenvolupament d'habilitats per a la comunicació i la negociació en la intimitat</b></li> <li>● <i>gestionar les dificultats en les relacions personals i la resolució de conflictes</i></li> <li>● <i>ser capaços d'expressar amb respecte els nostres desitjos, els límits i tenir en compte els de les altres persones</i></li> <li>● <i>reflexionar sobre les dimensions de poder en la sexualitat</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ <b>una actitud positiva cap a la sexualitat i el plaer</b></li> <li>▶ <i>acceptació de la diferència en l'orientació i la identitat sexual</i></li> <li>● <i>acceptar que la sexualitat en les seves diferents formes és present en tots els grups d'edat</i></li> <li>● <i>un canvi des dels possibles sentiments negatius, de la repugnància i odi a l'homosexualitat cap a l'acceptació, i sentiments positius de les diferències sexuals</i></li> </ul>
<b>Emocions</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ <i>diferents tipus d'emocions (l'amor, la gelosia). Diferència entre sentiments i conductes</i></li> <li>● <i>conèixer la diferència entre pensaments racionals i sentiments.</i></li> <li>● <i>inseguretat a l'inici d'una relació</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ <b>provar de gestionar de manera adequada l'enamorament, les contradiccions, la decepció, la ira, la gelosia, la traïció, la confiança, la culpa, la por i la inseguretat; discutir les diferents emocions</b></li> <li>● <i>provar de gestionar les diferències i els conflictes entre emocions, sentiments i desitjos</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ <i>acceptar que la gent se senti de manera diferent (pel seu gènere, cultura, religió, etcètera). Interpretar per què passa</i></li> </ul>
<b>Relacions i estils de vida</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ <b>El paper dels rols de gènere en el comportament, expectatives i mals entesos</b></li> <li>● <i>L'estructura familiar i els canvis, ser mare soltera, el matrimoni forçat, homosexualitat/bisexualitat/aseexualitat/pansexualitat</i></li> <li>● <i>Com desenvolupar i mantenir relacions</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ <b>causes de la desigualtat, la discriminació i la injustícia</b></li> <li>● <i>reptes per eliminar la injustícia (cap a la mateixa persona i les altres) eliminant el llenguatge i les bromes sexistes i degradants</i></li> <li>● <i>explorar el significat de la maternitat i paternitat</i></li> <li>● <i>buscar com aconseguir relacions equitatives i equilibrades</i></li> <li>● <i>convertir-se en un suport i cuidar la parella (home o dona)</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ <b>obrir-se a diferents estils de vida i relació; comprendre els determinants històrics i socials de les relacions</b></li> </ul>



15 i més	Informació Aportar-ne sobre:	Habilitats Adquirir-ne per:	Actituds Desenvolupar-les per:
<b>Sexualitat, salut i benestar</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ els sistemes i els serveis de salut</li> <li>▶ comportaments sexuals de risc i l'impacte que poden tenir sobre la salut</li> <li>▶ higiene i autoexploració corporal</li> <li>▶ influència positiva de la sexualitat en la salut i el benestar general</li> <li>● <i>la violència sexual, l'avortament insegur; mortalitat materna; delictes sexuals</i></li> <li>● <i>el VIH/SIDA i les ITS: transmissió, prevenció, tractament, atenció i suport</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ <b>habilitats d'autodefensa contra l'assetjament sexual</b></li> <li>▶ <b>demanar ajuda i suport en cas de problemes</b></li> <li>● <i>obtenir i utilitzar preservatius de manera eficaç</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ <b>interiorització de les responsabilitats en salut sexual, tant pròpies com de la parella</b></li> </ul>
<b>Drets i sexualitat</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ els drets sexuals: accés, informació, disponibilitat, conculcació (violació) dels drets sexuals</li> <li>● <i>concepte de titular de drets de deures</i></li> <li>● <i>la violència de gènere</i></li> <li>● <i>el dret a l'avortament segur</i></li> <li>● <i>les organitzacions de drets humans i el Tribunal Europeu de Drets Humans</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ <b>entendre el llenguatge i el significat dels drets humans</b></li> <li>▶ <b>ser competents per reclamar els drets humans</b></li> <li>▶ <b>reconèixer la violació dels drets i parlar en contra de la discriminació i la violència de gènere</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ acceptar els drets sexuals per a un mateix i per als altres</li> <li>● <i>consciència de la importància de ser titular de drets i deures</i></li> <li>● <i>sentit de la justícia social</i></li> </ul>
<b>Determinants socials i culturals de la sexualitat (normes i valors)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ <b>límits socials; normes i valors hegemònics en la comunitat</b></li> <li>● <i>la influència de la pressió de grup, els mitjans de comunicació, la cultura, el gènere, les lleis, la religió i la situació socioeconòmica en la presa de decisions, les relacions i les conductes relatives a la sexualitat</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ <b>definir els valors i les creences personals</b></li> <li>▶ fer front als conflictes entre les normes i els valors personals en la família i la societat</li> <li>● <i>arribar a les persones en exclusió social, i facilitar que visquin amb el VIH, en equitat dins de la comunitat</i></li> <li>● <i>adquirir competència per gestionar els mitjans de comunicació</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ <b>conscienciació de les influències socials, històriques i culturals de les conductes sexuals</b></li> <li>● <i>respecte per diferents valors i sistemes de creences</i></li> <li>● <i>millora de l'autoestima i autosuficiència en l'entorn cultural propi.</i></li> <li>● <i>sentit de la nostra responsabilitat i rol en els canvis socials</i></li> </ul>



