

ÍNDEX

Introducció	5
La sexualitat	6
La sexualitat.....	7
El procés de sexuació	8
La salut sexual	15
Els drets sexuals	17
L'afectivitat i la sexualitat a la infància i a la pubertat	20
L'afecte	21
Les necessitats afectives	24
Els vincles afectius	27
Els afectes sexuals	29
Les habilitats per a la vida	36
Les deu habilitats bàsiques per a la vida.....	37
L'autoconcepte i l'autoestima	41
Les emocions i els sentiments	46
L'assertivitat	50
Les relacions interpersonals.....	55
A estimar-nos i a estimar també s'aprèn	64
Les experiències ens ensenyen	65
Els referents afectius incondicionals.....	68
L'abús sexual	70
Les creences ens condicionen.....	78
La informació ens influeix.....	84
El desenvolupament psicosexual a la infància i a la pubertat	90
El desenvolupament psicosexual a la infància	91
El desenvolupament psicosexual a la pubertat	98
Els comportaments sexuals habituals i els que ens han d'alertar.....	107
Com educar aprofitant els comportaments sexuals	111
Annexos	116
Annex 1. L'anatomia dels genitals.....	117
Annex 2. La higiene dels genitals.....	125
Annex 3. El cicle menstrual	126
Annex 4. El cicle dels espermatozoides.....	130
Annex 5. La fecundació i l'embaràs.....	131
Annex 6. La resposta sexual	132
Bibliografia	135
Recursos	140