

Setzè Congrés de Metges i Biòlegs de Llengua Catalana
Llibre de Ponències (2000), p. 131-139

ADOLESCÈNCIA I SEXUALITAT. II.

M^a ROSA ALMIRALL

Programa d'atenció a la Dona Baix Llobregat centre. Institut Català de la Salut.

INTRODUCCIÓ

La pubertat és l'inici d'una etapa de transformacions que tindran lloc al llarg de tota l'adolescència. Tots aquests canvis van lligats a noves experiències que trasbalsen, en gran mesura, la manera de sentir de l'adolescent. Es tarda un cert temps a acostumar-se a un nou cos i a les seves noves sensacions. El cos canvia i la manera de sentir també, però sovint això no passa en el mateix moment. A vegades el cos es queda petit i senten i pensen com una persona gran, i en altres moments és a la inversa. També és per a ells i elles començar a veure que l'afectivitat i la relació amb els altres els/les implica com a persones i han de saber molt bé què els agrada i què no. Això significa començar a assumir la responsabilitat i la independència, que de mica en mica aniran assolint.

L'ADOLESCÈNCIA COM A ETAPA VITAL

Tot un seguit de canvis emocionals condicionen aquesta etapa i defineixen en major o menor mesura el ser adolescent:

Superació del pensament concret i aparició del pensament abstracte. Despertar de la curiositat i la importància per coses que fins ara no les tenien.

Inseguretat davant del canvi del cos i necessitat d'adaptar-se a aquests canvis. Tendència a observar els altres i comparar-s'hi per tal de veure si el seu desenvolupament és normal.

Conversió en éssers atractius sexualment, cosa que crea un cert desconcert tant en ells mateixos com en els altres.

Sentiment profund d'autonomia. Afany d'experiències noves.

Descobriments de l'altre com a complement vital.

Assaig de les primeres experiències afectives i sexuals.

Aparició i despertar del desig sexual.

Sentiments d'enamorament que envaeixen bona part de la vida amb dificultats de concentració en altres coses.

Pressions per part dels adults perquè defineixin els seus projectes de vida.

Responsabilitats davant del futur: s'ha d'elegir carrera, professió, començar a treballar, etc.

Rebel·lia davant les normes i els valors dels adults. Creació de valors propis basats fonamentalment en els interessos del grup, amics, etc.

Importància del grup: Volen assemblejar-se als seus amics i no volen que se'ls consideri diferents i se'ls expulsi del grup.

Els adults es comporten amb ells de manera diferent. Els demanen que siguin a vegades adults i a vegades nens, o les dues coses al mateix temps.

Es fa necessari un canvi de relació amb els pares per créixer.

És un període en què es dona una gran importància als ideals.

Veuen que als pares els costa acceptar el seu creixement.

Té un coneixement i reconeixement de si mateix des del coneixement i reconeixement que en fan els altres.

Senten la necessitat de demostrar la masculinitat, "ser home", els nois, i la femineïtat, "ser dona", les noies.

Experimenten la pèrdua de la condició de nen/a i assumeixen la seva orientació sexual (homo/heterosexual).

Experimenten canvis de mentalitat, sentiments i interessos. Això pot generar variacions d'humor molt sobtades, sentiments de solitud o de tristesa, moments d'eufòria, canvis de relació amb els pares, moltes ganes d'estar amb els amics i de fer coses.

És l'època de la construcció de l'estil personal: és a dir, una manera de moure's, de caminar, d'estar amb els altres, de parlar, de comportar-se, de veure la vida, de vestir-se... Això vol dir moltes provatures i molts canvis fins que van trobant aquells elements que els agraden i els identifiquen.

LA DESCOBERTA DE LA SEXUALITAT: LES PRIMERES EXPERIÈNCIES

Els preadolescents tenen certes dificultats per entendre què és el que passa en els diferents aspectes de la sexualitat adulta. Troben que és una cosa rara físicament, emocionalment inintel·ligible i misteriosa. En la preadolescència les primeres trobades amb experiències sexuals no són planificades: pol·lució nocturna, masturbació, etc...

Els adolescents solen experimentar la força del desig sexual, tenen una gran curiositat per iniciar les pràctiques sexuals, i molt sovint tot això està envoltat per una certa ambivalència i un cert grau d'ansietat. Poden sorprendre's per sentiments i sensacions que no entenen ni controlen. Tenen molts dubtes sobre el seu atractiu i com relacionar-se amb els altres i solen trobar dur posar-se límits. També els sol resultar difícil verbalitzar tot això, sobretot als adults. D'altra banda molts adults també es troben incomòdes quan es verbalitzen les necessitats dels adolescents en temes sexuals.

És per tot això que les primeres experiències sexuals dels adolescents, quasi sempre inesperades, van envoltades d'un gran nombre de sensacions contradictòries: il·lusió, por, plaer, culpa, satisfacció, ansietat, novetat, vergonya, afecte, timidesa, etc. S'esperen grans plaers i resultats sexuals impressionants. Es vol estar a l'alçada. No decebre ni ser decebut.

Moltes vegades les primeres experiències sexuals es viuen com passar un examen i no com un camí d'aprenentatge en què es tracta de descobrir, de comunicar-se amb l'altre amb confiança, de compartir unes sensacions noves amb algú a qui agrada i a qui s'ha escollit. L'emoció, l'atordiment i el desconeixement sobre el funcionament del cos solen fer viure aquestes primeres experiències amb una gran ambivalència.

Apareixen interrogants de moltes menes, que centren l'atenció de l'adolescent, que li treuen la son i que, fins i tot, poden fer-li la mala passada de transformar la seva manera de viure.

La major part dels dubtes, l'adolescent sols els aclarirà amb la seva pròpia activitat sexual, perquè la sexualitat no és informació, no és saber. És una activitat, que com tota activitat humana requereix un coneixement però també un aprenentatge, una manera de relacionar-se i d'autoconèixer-se.

A més, s'ha de tenir en compte que tots aquests interrogants i les fonts d'informació que aconseguixin per donar-los resposta estan condicionats, encara, per tota mena de supersticions, creences errònies, malentesos i gairebé sempre, per una determinada concepció de la sexualitat que encarrila els nois i les noies en el tipus de societat en què han de viure.

A partir de tots aquests fets cada adolescent haurà de buscar la seva manera d'ésser sexual i sigui quina sigui, sentir-s'hi còmode. Haurà d'anar aprenent que és la seva, ni millor ni pitjor que la de qualsevol altre.

A mesura que es vagi relacionant sexualment amb altres persones, anirà aprenent a respectar la llibertat i els gustos de l'altre i mirar que respectin i estimin els seus. S'anirà relacionant sexualment d'acord amb la seva manera d'ésser i la de la persona o persones amb qui estableixi relacions afectives i sexuals.

L'aprenentatge sexual sol iniciar-se amb l'adolescència i continuarà tota la vida, amb l'aprenentatge de la responsabilitat en l'activitat sexual, aprenent a ser espontanis i creatius, aprenent a controlar les pròpies emocions i molts altres aspectes. Com tot aprenentatge serà molt variable d'adolescent a adolescent i en funció d'aquest aprenentatge adquirirà una determinada capacitat personal de relacionar-se sexualment, amb un major o menor grau de satisfacció.

Aquest aprenentatge també dependrà del bagatge en educació sexual que hagi rebut cada adolescent al llarg de la infància. Per això és important parlar de l'educació sexual.

EDUCACIÓ SEXUAL DURANT LA INFÀNCIA I L'ADOLESCÈNCIA

Durant la infància i l'adolescència es reben múltiples influències a partir de l'entorn immediat que condicionen una sèrie de coneixements, actituds, normes i valors propis, diferents per a cada ésser humà i que en major o menor mesura van perfilant el sentir i la manera de viure la sexualitat de cada adolescent. Hi ha diferents vies d'educació sexual que poden arribar a l'adolescent:

L'educació sexual intencional formal (explícita i programada a l'escola) és molt escassa avui per avui al nostre medi i per tant molt pocs adolescents tindran accés a aquest tipus d'educació.

L'educació sexual intencional no formal que és l'educació sexual impartida amb

objectius pedagògics prèviament i explícitament definits, portats a terme per agents amb un rol educatiu institucionalment o socialment reconegut, però que no formen part del sistema educatiu. Solen ser intervencions puntuals per part de professionals sanitaris, psicòlegs, sexòlegs, associacions de joves, etc. L'accés d'alguns, encara que pocs, adolescents a aquest tipus d'educació sexual depèn de la motivació respecte a aquest tema de determinades persones i col·lectius del seu entorn.

Els continguts de l'ensenyament intencional formal o no formal, completen, interpreten amb millor o pitjor encert el que succeeix i afegeixen informacions acadèmiques a tot el que s'aprèn experiencialment en matèria de sexualitat, però estan lluny de ser l'instrument educatiu fonamental.

És més, si l'educació intencional està en contradicció amb el que s'aprèn experiencialment i per observació, el seu efecte educatiu, serà amb tota probabilitat molt escàs.

L'educació sexual no intencional, incidental (difosa, paral·lela, espontània etc.) és la via més freqüent d'aprenentatge dels aspectes més importants de què depèn la forma de viure la sexualitat de cada persona. L'acceptació de la pròpia identitat, l'adquisició dels rols de gènere, l'actitud positiva o negativa cap als estímuls sexuals, la seguretat o inseguretat emocional, la capacitat per expressar tendresa en les relacions, els estils i instruments de la comunicació íntima i un llarg etcètera s'aprenen de l'experiència relacional amb els pares, germans, companys, mestres i mitjançant els models que s'observen al llarg de la vida.

PRINCIPALS AGENTS DE L'EDUCACIÓ SEXUAL NO INTENCIONAL

Els principals agents de l'educació sexual no intencional són els pares, els companys i la televisió sense desmerèixer el paper del llenguatge, dels valors socials i culturals i dels models apresos en la interrelació amb l'entorn.

Els pares exerceixen nombroses influències educatives espontànies o no clarament intencionals. L'activitat sexual exigeix capacitat d'intimitat i confiança relacional, i aquests s'aprenen bàsicament en les relacions amb les figures paternes. També les formes d'interacció física, interaccions verbals i no verbals i la comunicació s'aprenen durant la infància. Així la relació amb les figures paternes té molta influència en la sexualitat posterior.

També els pares són models reals d'imitació i identificació constants en la vida del nen (identitat sexual, rol de gènere, etc.) exercint continuament una influència difosa que impregna tota la seva vida.

Els pares, per altra banda, regulen, controlen, organitzen i decideixen la relació que els seus fills tenen amb molts altres elements, que tenen també una influència educativa sexual. Els models intermediaris que utilitza el nen (joguines, vestits, etc.), l'accés als models simbòlics (literatura infantil, televisió, etc.) i la valoració social dels models exemplars depenen en bona manera de la pràctica educativa, moltes vegades no conscient, dels pares.

També amb el sistema de premis i càstigs modulen la conducta dels seus fills amb missatges implícits relacionats amb la sexualitat. Així doncs, els pares continuadament fan educació sexual no intencional o espontània.

Els companys són en l'etapa de l'adolescència agents educatius de primer ordre. Ells són la principal font d'informació sexual com demostren totes les investigacions. N'obtenen moltes

informacions directes, perquè entre ells hi ha una complicitat que permet parlar d'aquests temes obertament i sobretot, es reben contínues influències i informacions indirectes. S'hi solen tenir les primeres activitats sexuals d'exploració, imitació o fins i tot recerca directa del plaer, a través de jocs o interaccions de diverses classes. Aquestes primeres experiències especialment si són significatives i repetides deixen unes empremtes profundes en les pautes de les relacions sexuals posteriors. Hi ha una veritable subcultura de valors, normes socials i pautes de conducta, a partir de la informació del grup i la denominada cultura juvenil, que inclou la visió de la sexualitat que solen amagar als adults perquè saben que aquests no les accepten.

Si hi ha escissió entre l'educació formal i l'educació espontània que reben dels seus companys, els límits de l'educació formal són molt grans, quasi insalvables, entre altres coses perquè l'educació que reben dels seus companys és normalment més significativa.

La televisió o mitjans de comunicació és un altre element d'educació no incidental al llarg de la vida. En el cas de la sexualitat com també en el de l'agressivitat, els efectes de la televisió són grans, ja que les conductes hi són més explícites que en la vida real. La televisió juga un rol de gran importància en la conceptualització de la sexualitat i en la regulació de les conductes sexuals.

ELS PROFESSIONALS SANITARIS I ELS ADOLESCENTS

La comunicació entre els professionals sanitaris i els adolescents és un dels eixos cabdals en l'atenció d'aquest col·lectiu. Els professionals han d'utilitzar instruments que facilitin aquesta comunicació i afavoreixin que l'adolescent potenciï els seus recursos interns i d'aquesta manera es donin les condicions ideals perquè ell mateix trobi la manera de conviure amb noves decisions, noves responsabilitats i noves experiències.

Per a aquest col·lectiu serà de gran ajut que els professionals li donin suport, l'escoltin amb empatia i li facin preguntes que li facilitin la reflexió.

Per tractar amb els adolescents, els professionals necessiten unes habilitats i actituds específiques. El professional ha de col·laborar amb l'adolescent perquè aquest s'ajudi ell mateix, sense dirigir ni jutjar.

Assumir que un adolescent és culpable d'una determinada situació en què es troba, pel fet de tenir una manera de ser, de pensar o actuar respecte a la sexualitat, dificulta molt l'establiment d'una relació d'ajuda amb aquest adolescent.

Dir que una actuació o una conducta és "normal" o no ho és, és una comparació amb l'estil de vida propi. El concepte de "normalitat" en sexualitat és tremendament subjectiu i depèn de les pròpies creences, valors, vivències i actituds. Sols si com a professionals som capaços d'ampliar el nostre propi concepte de normalitat podrem establir una bona relació d'ajuda amb els adolescents.

L'adolescent no pot rebre informacions ni consells de forma passiva, sinó que amb el suport que se li dona desenvoluparà formes d'adaptar-se millor als reptes de l'adolescència segons les seves necessitats, les seves realitats i els seus objectius.

En el sistema sanitari hi ha una tendència lleugerament contrària al plantejament que presentem aquí i ben sovint intentem donar solucions i consells. És important esforçar-se

per frenar la tendència a arreglar la vida dels adolescents i s'ha d'acceptar que per aquesta etapa no hi ha solucions màgiques, sinó opcions que funcionen més o menys bé, segons la persona i el moment.

Davant el retard d'una menstruació després de relacions coitals no protegides, l'adolescent tindrà por. No hi ha cap solució a aquesta por, però amb el suport del professional l'adolescent pot desenvolupar estratègies per viure millor amb aquesta ansietat i fer un aprenentatge positiu a partir d'aquesta experiència.

Basant-nos en els treballs de Carl Rogers, fundador de la psicologia humanista, hem de reconèixer que els éssers humans som bàsicament bons i tenim capacitat per créixer, evolucionar i conèixer-nos i, si es donen les condicions ideals, trobar respostes als nostres problemes. Sense interferències som creatius, espontanis, oberts, confiats i acceptem els altres i ens acceptem nosaltres mateixos.

En el tracte amb l'adolescent el paper del professional és escoltar, donar suport, ajudar i acompanyar l'adolescent en tots aquells moments en què sol·liciti els nostres serveis.

La comunicació dels professionals sanitaris amb l'adolescent en els aspectes relacionats amb la sexualitat (demanda i elecció de mètodes anticonceptius, tractaments postcoitals, embarassos no desitjats, etc.) estarà sempre condicionada per les vivències, conductes, normes, creences i actituds respecte a la sexualitat de l'adolescent i del propi professional sanitari.

MILLORANT LA VIDA AFECTIVA I SEXUAL DE L'ADOLESCENT DES DEL MÓN SANITARI

Les tasques principals del professional sanitari per ordre de prioritat en el tracte amb l'adolescent són les següents:

Mostrar empatia o respecte

L'empatia és l'element més important en el tracte amb l'adolescent. Consisteix en el fet que el professional comuniqui comprensió cap al que sent i expressa l'adolescent, tenint en compte aquests sentiments i pensaments, és a dir, que es posi al lloc de l'altre. Per mostrar empatia el professional hauria de comunicar verbalment i no verbalment a l'adolescent que el que pensa i sent és important.

La poca empatia demostrada per molts professionals sanitaris, especialment en els serveis d'urgències, per a la prescripció del tractament postcoital als adolescents, considerant aquesta demanda com a no urgent, i derivant-la, en el millor dels casos, a les unitats d'atenció a la dona, deixa de banda la possibilitat de fer una intervenció adequada, tant des del punt de vista preventiu com educatiu, en un moment molt concret i crea una reticència important en aquest col·lectiu per fer noves demandes a aquests professionals.

Treballar amb l'adolescent significa de vegades tractar temes difícils i privats de la seva sexualitat. Aquestes qüestions poden suscitar en el professional, com en tot ésser humà, sentiments incòmodes i ambivalents. El fet de reconèixer aquest tipus de sentiments, en lloc d'ésser un obstacle, pot facilitar l'acceptació per part de l'adolescent.

Etiquetar impedeix l'empatia. Quan s'etiqueta es crea una distància. No es dona l'oportunitat a l'adolescent de ser escoltat realment i la relació que hauria de ser d'ajuda queda malmesa.

El paternalisme és una actitud que preval en el sistema sanitari i consisteix a tractar els

adolescents com a éssers indefensos. És cert que l'adolescent té un paper molt diferent que el professional: un és l'ajudat i l'altre és el que ajuda, però això no vol dir que el professional hagi de tractar l'adolescent com si fos una persona incapaç.

La confidencialitat és un altre aspecte bàsic del tracte amb l'adolescent. Aquest ha de tenir en tot moment la seguretat que el professional no compartirà les seves confidències amb altres persones.

Escollar activament

És la millor ajuda per a l'adolescent. L'escolta activa és més que escoltar amb calma i respecte. És part d'un procés que implica escoltar el que diu l'adolescent i comunicar-li el que el professional ha sentit i entès.

Sols amb l'escolta activa podem aconseguir que els adolescents ens verbalitzin les seves dificultats en l'ús del preservatiu que són essencials per a fer una bona intervenció preventiva tant de malalties de transmissió sexual com d'embarassos no desitjats.

La manca de temps és un problema real per als professionals sanitaris. Per això és molt important que el poc temps que es té s'utilitzi de forma eficaç. L'adolescent més que rebre llargues explicacions i consells de professional, necessita que se l'escolti i que el professional faci breus intervencions.

Deixar que l'adolescent expressi les seves emocions

Tractar temes de sexualitat per als adolescents comporta un impacte emocional. Per això és important que el professional entengui i sàpiga treballar amb les emocions.

Les emocions són reaccions a pensaments o interpretacions. Cada persona pot fer interpretacions diferents de la mateixa cosa. Per això no és possible generalitzar sobre com s'ha de sentir l'adolescent davant les diferents situacions. Dir-li a un adolescent que no senti por o la senti menys davant d'una relació no protegida, davant d'un embaràs no desitjat, davant la primera relació, etc. (ex: No n'hi ha per tant!) és minimitzar els seus afectes. Quan se li minimitzen les emocions l'adolescent se sent pitjor que abans i segurament es posarà a la defensiva.

L'adolescent pot viure diversos esdeveniments de la seva vida sexual amb connotacions positives i negatives. Tot això pot crear alts i baixos en l'estat emocional de l'adolescent que el professional haurà d'acceptar i entendre.

Les emocions són part de l'ésser humà i no s'han d'evadir ni intentar "arreglar". És recomanable acceptar les emocions, sentir-les, viure-les i aprendre'n. L'important és sentir les emocions, admetre que se'n tenen, acceptar-les i escollir la forma d'exterioritzar-les (com, on, amb qui, de quina manera i amb quina intensitat).

Els professionals, com éssers humans, també senten emocions. Tanmateix, quan s'estableix una relació d'ajuda amb l'adolescent, no és el moment adequat per expressar-les. Quan està escoltant un adolescent i li fa molta pena o sent ràbia o té por, és aconsellable que deixi de banda aquesta emoció i la consideri després. Si el professional es centra només en l'adolescent i no en la pròpia emoció li serà més fàcil deixar-la de banda.

Ajudar l'adolescent a definir les seves necessitats

Per estar segur del que necessita l'adolescent cal preguntar-li quines són les seves necessitats. Ajudar-lo a definir el que necessita. És important dir a l'adolescent que l'objectiu no és tenir totes les seves necessitats cobertes (la qual cosa estaria molt bé, però no és realista), sinó

identificar-les per tal d'organitzar-se. Si l'adolescent coneix les seves necessitats podrà ajudar-se millor un cop preses les decisions.

Ajudar l'adolescent a prendre decisions després de fer la reflexió

Els comportaments dels adolescents provoquen moltes vegades reaccions ambivalents o negatives en els professionals. És important que el professional pugui adonar-se de les reaccions i actituds que ell mateix té i que li impedeixen acceptar determinades conductes de l'adolescent. A part de respectar-lo és important que s'acceptin les seves decisions, la qual cosa no vol dir que el professional no s'impliqui en el procés de decisió. Una de les tasques del professional és ajudar-lo a prendre decisions després de fer la reflexió i animar-lo a tenir en compte totes les opcions i les seves conseqüències abans de decidir-se. Una vegada l'adolescent ha pres una decisió, el professional l'ha de respectar encara que no hi estigui d'acord.

El professional pot ajudar l'adolescent a prendre decisions animant-lo a:

Definir els seus problemes i les seves necessitats

Buscar totes les opcions possibles per a cada problema o necessitat

Començar per l'opció més realista per a ell

L'adolescent defineix el problema a la seva manera i intenta afrontar-lo. El professional l'anima en aquest procés, però no ho fa per ell o ella, ja que la responsabilitat del procés és de l'adolescent.

El paper del professional que tracta amb l'adolescent no és donar consells, sinó oferir informació, animar l'adolescent a reflexionar, a expressar el que sent, a buscar petits canvis en la forma de vida i ser conscient de la seva realitat, per tal de sentir-se més còmode en totes les decisions que afecten la seva vida afectiva i sexual.

Dir a l'adolescent com ha de veure les coses o què ha de fer, li crearà una resistència. És més útil fer-li preguntes obertes i no prendre partit, per tal que pugui reflexionar.

La decisió sobre l'elecció d'un mètode anticonceptiu per un adolescent ve condicionada per una infinitat de factors tals com necessitat d'eficàcia, comoditat, no interferència amb la pròpia activitat sexual, tipus de conductes sexuals que té, por a les malalties de transmissió sexual, vivència que té l'altre dels diferents mètodes anticonceptius, confiança en si mateix o en l'altre, disciplina pròpia i de l'altre, racionalitat o irracionalitat de les seves conductes sexuals, capacitat de ser responsable i un llarg etcètera que si no entren en la reflexió prèvia a la decisió contribuiran a una decisió probablement poc encertada pel seu estil de vida afectiu i sexual.

S'haurà de donar temps perquè l'adolescent pugui aprendre a fer petits canvis en el seu estil de vida afectiva i sexual i assumir l'ús d'algun dels mètodes anticonceptius que requereixen més autodisciplina o més responsabilitat.

Si l'adolescent s'adona que el professional pensa que és capaç de fer els canvis que es proposa, és possible que augmenti la seva autoestima i pugui aconseguir allò que es proposa. Els éssers humans no poden canviar fins que no accepten el que són i com són. I això encara és més difícil si el professional no accepta l'adolescent.

El professional hauria de recordar a l'adolescent que qualsevol petit canvi que es proposi, es fa a poc a poc i no de sobte. Els canvis de comportament o d'hàbits que es fan dràsticament no duren gaire i ben aviat es torna a la forma de fer d'abans. L'avantatge de canviar gradualment és que en tenir èxit, els canvis poden animar l'adolescent a intentar-ne d'altres. S'ha de donar temps al temps, tenir paciència.

CONCLUSIONS

Massa sovint oblidem les etapes prèviament viscudes. Tots hem estat adolescents i tots hem fet el nostre propi aprenentatge dels nostres estils de vida afectiva i sexual. Aquest aprenentatge ha estat un camí amb irracionalitats, errors, dubtes... Els aprenentatges d'aquests estils no es poden ensenyar: s'aprenen amb la pròpia vivència. No podem esperar que els adolescents amb les nostres intervencions tinguin tots els aspectes de la seva vida afectiva i sexual resolts. Per més informacions que els donem cometran errors, com els adults també en cometem, i hauríem d'intentar fer d'aquests errors una font de creixement personal en el terreny de la seva vida afectiva i sexual i, fins i tot, podem arribar a fer un aprenentatge nosaltres mateixos a partir de les seves vivències.

BIBLIOGRAFIA

- ARAMBURU, P; JULIÀ, E. (1995) *Sexualitat i Afectivitat*. Barcelona: Institut d'Edicions de la Diputació de Barcelona
- BARRAGÁN, F. (1991) *La educación sexual. Guía teórica i práctica*. Barcelona: Ediciones Paidós.
- BRÍA, LL. et al. (1991) *Educación sexual en el cole*. Madrid: Nuevas Didácticas. Diseño Editorial.
- CAMARERO, C. et al. (1985) *Sexualidad en la escuela. Manual para educadoras/es*. Barcelona: La Sal, Edicions de les Dones.
- CLAËSSON, B. H. (1978) *Información sexual para jóvenes*. Salamanca: Lóguez ediciones.
- COMFORT, A.; J. COMFORT (1990) *El adolescente. Sexualidad vida i crecimiento*. Barcelona: Naturart SA.
- FONT, P. (1991) *Pedagogia de la Sexualitat*. Barcelona: Graó ICE Universitat de Barcelona
- GOLDSTEIN, A. et al. (1989) *Habilidades sociales i autocontrol en la adolescencia*. Madrid: Martínez Roca.
- HASS, A. (1979) *Sexualidad i adolescencia*. Barcelona: Grijalbo.
- LÓPEZ, F.; A. FUERTES (1989) *Para comprender la sexualidad*. Navarra: VD. Estella.
- LÓPEZ SÁNCHEZ, F. (1990) *Educación sexual*. Madrid: Fundación Universidad-Empresa.
- XAMBÓ, R. (1988) *Sexualitat provisional*. València: El Grill. Tres i Quatre.