

“El gran riesgo es pensar que nuestros hijos ya no necesitan ayuda”

“La plataforma emocional se construye mediante pequeños actos de amor: acariciar, sonreír, elogiar...”

“La educación sexual ha de ser objetivo prioritario en casa”

## HABLAR DE SEXUALIDAD

# ASIGNATURA PENDIENTE DE LOS PADRES

**GABRIEL DÁVALOS PICAZO**

PSICÓLOGO Y TERAPEUTA FAMILIAR

gdavalos@ceu.es

**E**n cierta ocasión una profesora me comentó la siguiente anécdota: “Diseñé una actividad para mis alumnos de primero de la ESO con el propósito de ilustrar aquello que, estaba convencida, habían escuchado muchas veces en su corta vida: aprender a cuidar el propio cuerpo. Me dirigí a ellos con estas palabras: *“Hoy seréis los protagonistas de un gran desafío, os entrego un sobre con las instrucciones”*.”

**“Querido/a:**

**Pongo en tus manos un objeto muy valioso, has de llevarlo contigo durante tres días, no puedes separarte de él ni de día ni de noche, incluso mientras duermes. El desafío consiste en conseguir que el objeto no se rompa. Debes estar muy atento, no bajes la guardia porque un pequeño despiste te puede privar del privilegio de ser uno de los pocos héroes que lo ha conseguido”.**

Como puedes imaginar, continuó la profesora, la curiosidad iluminó aquellos rostros ingenuos. Un alumno no pudo contenerse más y preguntó: - ¿Qué nos va a entregar, profe?

En ese momento, saqué un embase con varios huevos y entregué un huevo a cada alumno intentando que no se me escapara una sonrisa. Hubo tantos finales como alumnos en el aula, muchos huevos sobrevivieron al segundo día, sin embargo, pocos consiguieron llegar sanos y salvos al tercero. Recuerdo un alumno que, en cuanto tuvo el huevo en sus manos, empezó a hacer malabarrismos con él y, como era de esperar, terminó estrellándose en el suelo. Quienes habían conseguido el objetivo narraban, con todo lujo de detalle, los artilugios, trucos y peripecias empleados para conseguir el desafío”.

Como en esta anécdota, los padres tenemos varios desafíos, uno de ellos es la educación sexual de nuestros hijos, tarea que lleva consigo conseguir un equilibrio entre cuerpo, inteligencia y voluntad. En otras palabras, cuidar el

cuerpo, cultivar la inteligencia y fomentar la voluntad son tres dimensiones importantes del triángulo mágico en educación, cuyas sinergias positivas y negativas influyen en la misión de los padres a la hora de ayudar a crecer a los hijos. Por este motivo, es conveniente promover actividades físicas y lúdicas encaminadas a fomentar su salud y bienestar corporal en armonía con la naturaleza, así mismo es necesario potenciar sus dones, habilidades, competencias, capacidades cognitivas, afectivas y de relación interpersonal para que dispongan de una gama de recursos que les ayude a desenvolverse con soltura en la sociedad; al mismo tiempo, es sumamente importante fomentar su autonomía de manera sean responsables en la toma de decisiones, distingan y elijan valores de excelencia, sean valientes ante el no y prudentes ante el sí.

Desde nuestro punto de vista, educar en la sexualidad es una asignatura pendiente por parte de los padres. Quizás no estéis de acuerdo con esta afirmación porque hoy, en comparación con épocas pasadas, se habla más de este tema con los hijos; sin embargo, hablar, aunque es un paso importante, no es suficiente.

La educación sexual de los hijos es una aventura compleja y apasionante, un viaje que discurre por un terreno escabroso no sólo en lo que se refiere al exceso o carencia de información, donde surgen muchas dudas, por ejemplo, cómo abordar el tema, qué deben saber, a qué edad empezar, qué lenguaje utilizar, qué medidas emplear ante internet, etc., sino, porque de alguna manera, transmitimos nuestra vivencia de la sexualidad y eso no siempre refleja una postura objetiva, creíble y coherente. Los hijos perciben, a través de nuestras



palabras y gestos, seguridad, claridad, espontaneidad o, por el contrario, impotencia, frustración, miedo, vergüenza o culpa.

Foucault, en su genealogía de la sexualidad, recomienda tener en cuenta tres ejes de investigación que son, "la formación de los saberes que a ella se refieren, los sistemas de poder que regulan su práctica y las formas según las cuales los individuos pueden y deben reconocerse como sujetos de su sexualidad" (2).

Profundicemos en este aspecto. Es evidente que existe un gran interés en distintas esferas de la sociedad porque los hijos, los alumnos, los ciudadanos reciban información encaminada a asumir su responsabilidad en todo lo que conlleva una vida sexual activa. Sin embargo, también observamos que la sexualidad continúa rodeada de mitos, de medias verdades, de palabras tabú, de información confusa o tergiversada que ejercen cierta influencia en la consolidación del denominado "ciclo de la ignorancia", un fenómeno cuya consecuencia extrema lleva consigo episodios de ansiedad, síntomas de disfuncionalidad, presencia de conductas represivas así como posturas relativistas con fines utilitaristas, donde cada uno de ellos, o la

combinación de varios, desfiguran un elemento importante de la dignidad humana reduciéndolo a simple objeto que se compra, se utiliza y se deshecha.

Informes recientes sobre infancia (3) y juventud (4) en España merecen una reflexión profunda porque algunos de sus datos revelan necesidades actuales, por ejemplo, el sentimiento de soledad experimentado por algunos menores, el inicio de las relaciones sexuales o el número de embarazos no deseados por parte de los adolescentes.

### JUEGOS DE PODER

La sexualidad puede ser motor o síntoma de la relación, es motor cuando dinamiza el encuentro y la vida, cuando impregna de afectividad el horizonte de un proyecto común, cuando, en actitud de respeto y confianza, dos seres autónomos se miran a los ojos y contemplan la dimensión de su elección-donación. Por otra parte, es síntoma cuando, reducida a la genitalidad, es vivida como protesta, como reclamo de diferenciación, como guerra fría, como queja infructuosa que empuja a quemar etapas, a confundir abrazos y a poner barreras para evitar más dolor y sufrimiento. De nuevo dos caras de la moneda, la

## Que nuestro hijo sea consciente y responsable del valor de la sexualidad y del largo camino que tiene por recorrer es nuestra asignatura pendiente como padres.

sexualidad como encuentro de persona con persona versus la sexualidad como expresión anónima de cuerpo con cuerpo.

### PRIORIDAD EN EL SALÓN

Que nuestro hijo sea consciente y responsable del valor de la sexualidad y del largo camino que tiene por recorrer es nuestra asignatura pendiente como padres. La información no garantiza la formación auténtica, es necesario construir una plataforma emocional para que la generación que educa y la generación que es educada, con la confianza como compañero de viaje, se sientan acogidas, se vean reconocidas, se escuchen con apertura, dialoguen y proyecten el futuro, su futuro. Por este motivo, proponemos una serie de pautas que pueden resultar útiles para construir la plataforma emocional que hemos enunciado:

La plataforma emocional se construye mediante pequeños actos de amor, por ejemplo, elogiar, acariciar y sonreír todos los días, establecer límites claros o saber decir no con ternura y firmeza.

La educación sexual ha de ser objetivo prioritario en casa. La información se puede obtener de distintas fuentes, sin embargo, la familia es el lugar privilegiado para que los hijos aprendan a reconocerse como sujetos de su sexualidad. Sabemos que el espacio familiar no es el único lugar donde se fragua la personalidad pero sí el más privilegiado, por tanto, es infinitamente

mejor que los hijos se enteren en casa a que lo hagan a través de un tercero, generalmente un amigo que, muchas veces, presenta la misma carencia de formación.

Recomendamos estar atentos a las señales enviadas por los hijos, por ejemplo, preguntas, comentarios, expresiones, canciones, chistes, etc. con contenido sexual, o sin él, y aprovechar esas pequeñas ventanas para hablar con ellos. Necesitamos padres protagonistas y no simples espectadores. Hemos de estar convencidos de la necesidad de una formación permanente, es decir, a la experiencia de vida hay que sumar la oferta de recursos a nuestro alcance porque no conviene improvisar.

Es necesario dar respuestas nuevas a situaciones nuevas y ser capaces de anticiparnos a las ellas. En educación es fundamental llegar antes, prevenir y, de esta forma, evitar "quebraderos de cabeza" que hubieran tenido mejor solución.

Cada etapa tiene sus características: La infancia goza de ingenuidad, es una etapa para hablar con espontaneidad, sin embargo, hay que evitar que nuestro afán de transmitir conocimientos les robe su inocencia. Es importante no perder de vista que tenemos delante niños y no pequeños adultos, por tanto, hay que llamar a las cosas por su nombre evitando sustantivos o adjetivos que provoquen risa o rocen el absurdo.

En el caso de los adolescentes es recomendable estar cerca sin agobiar, ellos tienen que saber que estamos ahí. En ocasiones, los adolescentes reclaman su espacio utilizando herramientas de etapas anteriores, por ejemplo, las ya olvidadas rabietas. La adolescencia es una etapa especial para educar en la sexualidad por varios motivos, los cambios son eviden-

tes, la capacidad de comprensión y abstracción es mayor, el riesgo suele ser infravalorado, existe una imperiosa urgencia por sentirse mayor, observamos también carencias a la hora de asumir su propia responsabilidad así como la influencia de terceros que también están deseando ser diferentes o el gran impacto de la moda en los patrones de relación, todo ello les hace más vulnerables.

Los jóvenes se sienten dueños de su vida y de su cuerpo, digamos que en parte tienen razón cuando, a las puertas de la frontera de su madurez, asumen libremente su responsabilidad; sin embargo, cuando se cierran en banda y no se dejan ayudar pierden aquello que han ganado.

Con los hijos adultos vuelve de nuevo el silencio, se sobreentien- de todo, se vuelve implícito todo justificado desde el respeto y se evita hablar de determinados temas. El gran riesgo es pensar que ya no necesitan ayuda.

Por último, es fundamental no contagiar nuestras preocupaciones y miedos, para ello recomendamos elaborar previamente aquellas cuestiones que nos bloquean a nivel personal. En este aspecto, la colaboración de la pareja, si está presente y participa, es de un valor incalculable.

Hablar es importante, actuar lo es más. La educación sexual de nuestros hijos no debe ser una asignatura que se deje para septiembre.■

### PARA SABER MÁS:

<sup>(2)</sup> Foulcault (1990). The History of Sexuality: The use of pleasure. (Vol 2).

<sup>(3)</sup> Vidal, F. y Mota, R. (2008). Encuesta de Infancia en España.

<sup>(4)</sup> Informe Juventud en España (2008). INJUVE.