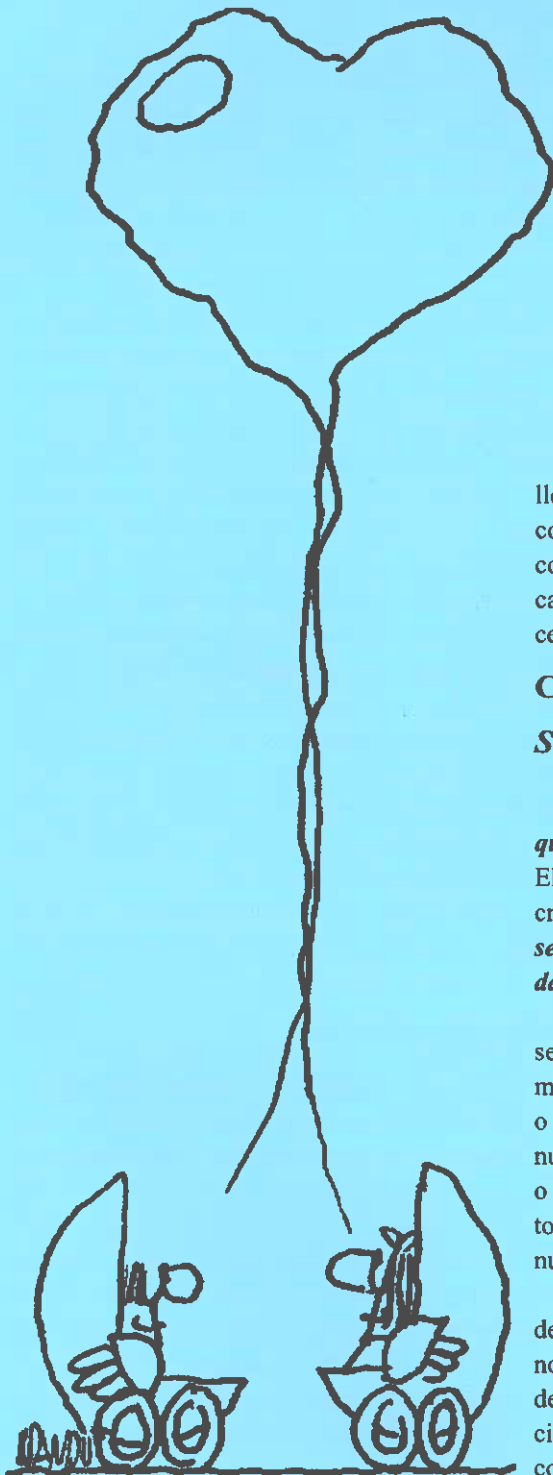


# Educación afectiva-sexual

Fernando de la Puente



En el número anterior hemos descrito los pasos del desarrollo evolutivo de la afectividad y sexualidad. Abordamos ahora, como complemento de lo anterior, nuestro modo de proceder como educadores. Antes de señalar estas orientaciones prácticas, nos parece conveniente realizar una clarificación de conceptos.

## Conceptos básicos

### *Sexo y sexualidad*

*El sexo está determinado por los órganos sexuales con los que nacemos. Según estos órganos, nacemos hombre o mujer. El sexo está íntimamente relacionado con la genitalidad, la procreación y el placer sexual. Con el sexo se nace. La sexualidad se hace y se aprende. Es parte integrante de nuestra personalidad.*

*a. Dimensión intrapersonal de la sexualidad.* Así como el sexo con el que nacemos determina el que seamos hombre o mujer, la sexualidad determina el que seamos un ser masculino o femenino. La sexualidad impregna a toda la persona. Todo nuestro ser está condicionado por el hecho de nuestra feminidad o nuestra masculinidad. Nuestro mundo afectivo, los sentimientos, emociones y vivencias más íntimas están impregnados por nuestra sexualidad.

*b. Dimensión interpersonal de la sexualidad.* Otro aspecto de la sexualidad es la de comunicación, la manera de relacionarnos, de salir de uno mismo para entrar en comunicación con las demás personas de ambos sexos, con los que cada uno nos relacionamos. Desde nuestra propia sexualidad nos relacionamos y comunicamos con la pareja.

**c. Identificar sexo con peligroso o vicioso es un grave error.** Estas palabras hay que cambiarlas por normal y saludable, sin olvidar que somos nosotros los que podemos desvirtuarlo o hacerlo peligroso.

**d. El impulso sexual humano difiere del animal.** Éste se basa en comportamientos instintivos, dictados por la naturaleza, mientras que en el ser humano está subordinado a la voluntad y, en consecuencia, sometido al dinamismo específico de su libertad. Por el acto de amor, la tendencia sexual va más allá del orden biológico, situándose al nivel de la persona, es decir, de la totalidad del ser. Por esta razón, las manifestaciones sexuales en el ser humano han de juzgarse en el plano del amor. Los actos que de ellos se derivan son objeto de responsabilidad, lo que es posible porque el impulso sexual deja un campo de acción a la libertad personal.

### Enamoramiento y amor

#### a. Enamoramiento

Muchas parejas de jóvenes o adolescentes de ambos sexos se sienten atraídas y entusiasmadas mutuamente. Lo expresan con el término "enamoramiento". Estar enamorado es un acontecimiento que se apodera de la persona y lo recorre de "pies a cabeza". Si es correspondido, se siente infinitamente feliz, y los demás pueden darse cuenta de ello, pues anda más libre, los ojos le brillan, el estado de ánimo es alegre y optimista.

Estar enamorados lo experimentan no sólo como un gran descubrimiento, sino como un "destino". Se sienten destinados el uno para el otro. Se elaboran imaginaciones de que "para mí sólo existes tú". Se desea conocer al otro sin reservas de ninguna clase. No se ve más que lo que se quiere ver en el otro, es decir, lo que entra en la imagen ideal.

Con el tiempo, a veces, caen en la cuenta de la verdadera personalidad del otro y de algunos aspectos de carácter que no les gustan. Surgen pequeños incidentes, discusiones, etc. Por diversas causas el enamoramiento se apaga e incluso desaparece, dejando un doloroso sentimiento de vacío o de irritación. Pero en algunos casos, mucho menos frecuentes, el enamoramiento que surge antes de los 20 años logra continuar y progresar positivamente hasta convertirse en amor auténtico.

#### b. El amor

En el enamoramiento hay algunos elementos positivos del amor como el calor humano, la ternura, la sensación de vivir el uno para el otro, la pasión. Lo que en un principio fue estar enamorados, puede convertirse en amor.

El amor exige una buena dosis de madurez emocional, perseverancia y voluntad. Comienza el proceso de intentar desprenderse del egoísmo, de la intolerancia y de una susceptibilidad exagerada. Es algo que se construye lentamente. Uno empieza a conocer las particularidades y las rarezas del otro y aprende a aceptarlas. Las dos partes desarrollan poco a poco la tolerancia, la lealtad y la capacidad para el trabajo en común. Estas relaciones no se hacen nunca aburridas, como pudieran pensar muchos. Al contrario, aparecen nuevos intereses, que hacen la relación nuevamente atractiva.

El amor sexual humano es la más plena expresión de amor en una pareja. Comprende tres niveles:

1) **Nivel físico**, a través de expresiones multiformes (mirada, voz, tacto...) y cuya expresión plena es la relación sexual conyugal.

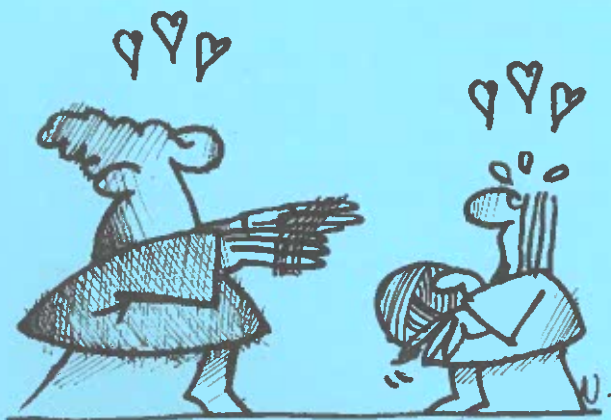
2) **Nivel psico-afectivo y emocional**, que se manifiesta en el sentimiento amoroso, la emoción, la ternura, el interés afectivo por el otro, etc.

3) **Nivel espiritual**, que se traduce en el compartir un proyecto y comunidad de vida, en sentirse responsable de los problemas e intereses de la otra persona, etc.

### La madurez afectiva

**a. El niño muy pequeño es plenamente egocéntrico.** Es encantador y atrae la simpatía y el cariño de toda la familia, pero su madurez afectiva es mínima porque es un ser egocéntrico, centrado exclusivamente en sí mismo. Al ir avanzando en la infancia, comenzará poco a poco a madurar afectivamente, e irá abriendo el cerco aislado de su yo para interesarse por otros, ser útil a otros y hacer algo por los demás (tendencias altruistas).

**b. Dejar de ser egocéntrico para llegar a ser altruista es el camino normal** de la evolución afectiva del hombre y de la mujer. Muchas personas no logran



suficientemente esa evolución afectiva normal y, por ello, encontrarán dificultades en el desarrollo de la amistad y el amor; sus relaciones personales serán una fuente de conflictos y fracasos.

**c. La madurez afectiva consiste en el pleno desarrollo de las tendencias altruistas:** la capacidad de amar y hacer feliz a otros; la capacidad de quererse a sí mismo sin complejos, sintiéndose feliz de ser así; de lograr unos sentimientos internos de confianza, serenidad y control emocional; de entender serena y emocionalmente los valores humanos y morales ante los que se siente responsable y que dan sentido a su vida.

Madurez afectiva es por tanto de capacidad de amar y de hacer feliz a otros, de compasión del otro, de sus dificultades y frustraciones. Sentir responsabilidad por los otros. Supone quererse a sí mismo sin complejos; confianza en sí mismo y capacidad de confiar en los otros; entender y asumir valores humanos. Es un proceso lento. Muchas parejas se casan, desgraciadamente, sin haber alcanzado un nivel mínimo de esta madurez.

## Líneas de acción educativa

### 1. Dar informaciones

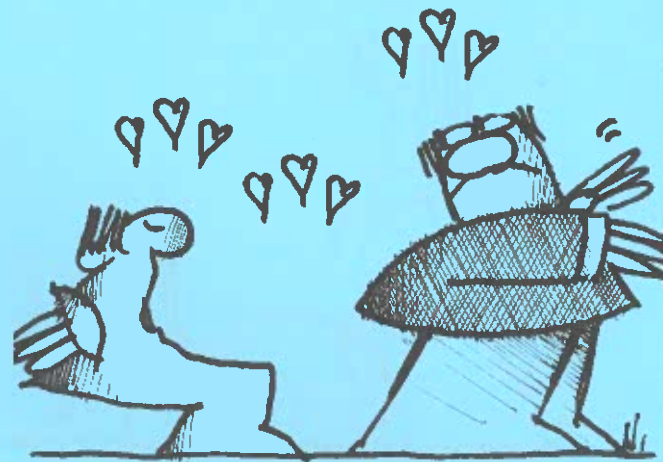
Verdaderas, claras, sencillas. No mentiras o comparaciones que no son correctas o inducen a error. Aunque puede darse parte de la información. A cierta edad no les interesan todos los detalles. Con tono amable y no dogmático. Información adecuada, sana y sistematizada sobre todo aquello que sientan curiosidad.

Dos condiciones: dar respuestas adaptadas al ritmo y profundidad de sus preguntas; tener en cuenta la curiosidad propia de cada edad como señalamos en el número anterior.

**A los niños/as de 2 a 7 años:** información elemental, clara y sencilla sobre el origen de los niños y la diferencia entre sexos.

**A los niños/as de 8 a 11 años:** información adecuada y sistematizada sobre anatomía de los caracteres sexuales primarios y secundarios; el proceso de la reproducción humana (fecundación, embarazo, parto); algunas alusiones a lo que significa la violación y agresiones sexuales. En estas informaciones se deberán incluir algunas orientaciones éticas, sobre amor y responsabilidad, la reproducción humana...

**A los preadolescentes de 12 a 14 años:** información sistematizada, clara, sobre el aborto, algunos peligros y dificultades en el proceso de embarazo y parto; la masturbación; los cambios de la pubertad; la violación, las agresiones sexuales y los comporta-



mientos adecuados ante estas agresiones. También, informaciones más amplias sobre valores morales acerca de la reproducción y sexualidad humana, los conceptos de amor y enamoramiento.

**A los adolescentes de 15 a 18 años:** informaciones más completas sobre anatomía y fisiología de los órganos genitales; los cambios fisiológicos internos y externos provocados por la erupción hormonal; la importancia de la higiene personal en relación con la menstruación, ejercicio físico, enfermedades venéreas; las fases evolutivas normales de la sexualidad (autoerotismo, relación interpersonal, primer amor, amistad comprometida); diferencias psicológicas y afectivas entre chicos y chicas; relaciones sexuales (aspectos y problemas psicológicos y morales); autoerotismo o masturbación (aspectos fisiológicos, psicológicos y morales); pornografía y erotismo; prostitución.

Hay que transmitir principios ético-morales bien razonados y procurar que estos motivos morales se apoyen en razones biológicas y psicológicas válidas.

### 2. Ayudarles a desarrollar hábitos según la edad

**Niños de 1 a 7 años.** Control de esfínteres; limpieza del cuerpo; el pudor (frente a exhibicionismos).

**Niños de 8 a 11 años.** Actitudes y comportamientos de respeto al otro sexo y a sí mismos; respeto a la intimidad del sexo; respeto a los niños que aparecen algo afeminados o niñas algo hombrunas; consolidar hábitos de higiene en relación con el sexo; orientaciones claras y prudentes sobre comportamientos adecuados frente a la agresividad sexual. Reforzar actitudes altruistas en las relaciones con los demás, frente al egocentrismo espontáneo.