



¿Cuándo educamos en afectividad y sexualidad?



La sexualidad es esencial en el ser humano y, por lo tanto, debe ser educada y acompañada. Educar la sexualidad no es otra cosa que acompañar el corazón e iniciar al niño, al joven, al adolescente en una propuesta llena de sentido y significado. Conectar su cuerpo con su persona. Conectar con sus propias emociones y afectos, a la vez que lo acompañamos a descubrir e interpretar su deseo profundo de ser feliz, de amar y ser amado, nos llevará a encontrarnos con nuestra propia paternidad que se despliega y crece en cada pequeño gesto cotidiano.



Eva María
Martínez Asensio



Universidad Francisco de Vitoria | Instituto Desarrollo y Persona

eva.martinez@ufv.es

WEB: <https://aprendamosaamar.com/>



¿Cuándo educamos en afectividad y sexualidad?

La sexualidad es, entre otras cosas, la capacidad que toda persona posee de amar, pero... ¿qué sabemos de ella y de sus grandes significados? ¿Cuándo comenzar a educar esta capacidad? ¿Cómo podemos hacerlo? ¿En qué consiste esta educación y qué abarca exactamente? Estas son preguntas que todo educador debería plantearse.

Nuestro cuerpo en toda su dimensión llama constantemente a una tarea grandiosa: la gran tarea de amar y curiosamente esto es lo que configura profundamente nuestra maternidad y nuestra paternidad en todos los campos de juego de nuestra vida. Sin embargo, el cuerpo es ese gran desconocido: nos expresamos a través de él, amamos a través de él, vivimos a través de él, pero no nos resulta fácil vincularlo a nuestra persona. Como dirá Pascal en su obra *Pensamientos*: "estamos compuestos de dos naturalezas: alma y cuerpo, pero nos resulta muy difícil concebir de qué forma se unen, aunque eso es la persona". Desde esta inquietud, hay un primer movimiento que todos podemos aprender: vincular nuestro cuerpo con nuestra persona.

El cuerpo tiene un lenguaje muy específico, nos lanza señales a cada momento, ya que es el lugar donde la persona se expresa. Si pensamos por ejemplo en el preciso instante en el que llegamos a la existencia, ya acontece un precioso intercambio bioquímico con su propio lenguaje entre la madre y el hijo (se influyen de manera recíproca siendo todavía un misterio para la ciencia, el modo en el que acontece). El hijo se forma dentro de su cuerpo, como el alumno está en constante crecimiento dentro del aula. La madre lo percibe desde el primer instante dando lugar a una relación de pertenencia e influencia mutua. El vínculo con el padre es igual de intenso, pero completamente distinto. Requiere otro movimiento, puesto que no es de origen biológico, sino cultural; el padre ha de hacer un trabajo impresionante nombrando al hijo como suyo, esto es, dándole entrada en el mundo aprendiendo



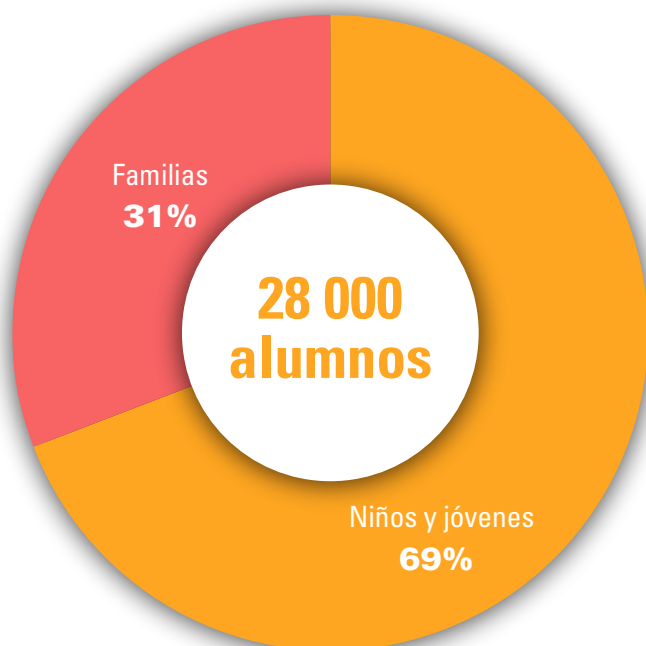
a separarlo progresivamente de su madre. La mujer, la madre, hace un espacio en su interior que deberá aprender a ir desdibujando para dar espacio al crecimiento y cambio constante, mientras que el padre, libre y maduro afectivamente hablando, ayuda al hijo a entrar en el mundo, colaborando activamente en la relación. De esta forma, a través de los gestos corporales más potentes que las palabras, el padre fortalecerá el vínculo entre él mismo y el hijo, pero también entre el hijo y la madre. La entrada de esta tercera persona en la relación madre-hijo no supone un conflicto, sino un refuerzo necesario para el sano desarrollo del bebé. Este proceso no se planifica ni se piensa demasiado, sino que simplemente acontece en nuestra relación con el otro.

¿Hasta qué punto somos padres? ¿Hasta qué punto somos maestros?

No podemos separar ambos roles, puesto que ambos son afluentes de un mismo río que brota del mismo manantial: nuestra capacidad para el amor, capaz de expresarse a través de un cuerpo que es sexuado y que posee un extraordinario lenguaje. Estamos por tanto llamados, independientemente de cuál sea nuestra profesión, a aprender este lenguaje y a encarnar la llamada que nuestra sexualidad nos hace para el amor y la vida.

Un primer mensaje que nos lanza el cuerpo es que recibimos el regalo de la existencia a través de nuestra corporeidad.

Y toda la persona por la profunda unidad que la constituye, se irá consolidando a medida que desarrolla su crecimiento y maduración junto a otros



El Programa Aprendamos a Amar acompaña a padres, alumnos y docentes en el marco del amor y la belleza de la sexualidad humana

Esta vocación al amor la cumplimos a diario, pero ¿cómo? De una manera muy sencilla: siendo padres, viviendo un amor total, fiel y fecundo en lo cotidiano, a través de esos gestos pequeños que conforman nuestro día a día. Cada amanecer se presenta como una magnífica oportunidad para crecer como personas a través de nuestra sexualidad, masculina o femenina, ya sea en el matrimonio como en la vida consagrada, en casa como en el aula. Sin duda alguna, somos la condición de posibilidad del crecimiento de otros y, a la vez, siempre necesitamos a esos otros para poder crecer. A través de nuestros actos y nuestras decisiones y, sobre todo, mediante la manera en la que las expresamos corporalmente, no solo nos vamos edificando cada día el hombre o la mujer que estamos llamados a ser, sino que también ayudamos a los otros en su camino propio.

Nuestros hijos y alumnos aprenden a través de nosotros el valor del perdón, el valor de la fidelidad, del amor incondicional, de la entrega; es a través de nosotros como entenderán el valor infinito del cuerpo como lugar en el que la persona puede expresar el misterio inabarcable de su interior, el valor infinito de cada beso y caricia, y de las relaciones sexuales que nos hablan del deseo de amar y ser amados, de vivir y transmitir la vida. Pero también nosotros aprendemos como buenos discipulos, ante la pregunta o comentario de un

alumno. Muchas veces, al sentirse interpelado a través de nuestros hijos o alumnos, ese niño que habita dentro de todos nosotros conecta con su historia y crece cuando busca, y siempre busca cuando otro ha puesto delante de él esa posibilidad.

Ser maestros, ser padres, es una tarea grandiosa, pero también muy esforzada, nos consta. Requiere de paciencia muchas veces con nosotros mismos, requiere esperar a que se cumpla el tiempo del otro, requiere escuchar, requiere sobre todo mirada. Nuestros hijos y alumnos tienen derecho a recibir la propuesta que más coincida con el ideal de vida que conduzca a su plenitud.

Es preciso acompañar a los niños, estar atentos a sus inquietudes, ser punto de referencia y acogida, y afrontar sin temores la educación del afecto y la sexualidad. Solo así podemos poco a poco ir dando sentido a cada uno de nuestros actos, ya que la vocación al amor es lo que llena de sentido cualquiera de nuestras acciones por pequeña que sea. Sin embargo, como todo lo demás en la vida, cuando realmente se aprende esto es viendo a aquellos que lo cumplen.

Descubrir el valor del cuerpo y los grandes significados de la sexualidad no es algo que esté al alcance de cualquier niño

Madurar la identidad requiere recorrer un camino, y necesita tiempo y acompañamiento. Hoy más que nunca está en juego la identidad de la persona, y con ella su vocación. Si no se ha recibido el regalo de unos padres y también maestros, adultos afectivamente hablando, que han experimentado la vivencia de una sexualidad desde sus grandes significados, que han descubierto el valor de ser hombres y mujeres o que, en definitiva, han sido capaces de recibir el propio cuerpo uniéndolo como expresión de su persona, difícilmente podrán entrar en el desarrollo pleno de su identidad, realizando su propio recorrido hasta hacer suya esta realidad. Por eso es tan importante la labor del maestro, que ejerce en tantas ocasiones su paternidad dando sentido a la vida del





alumno a través de pequeños gestos cotidianos. El hijo aprenderá a amar no tanto desde las ideas que se le intenten transmitir, sino sobre todo desde los ejemplos que tenga en su entorno próximo.

Nuestra misión en el Instituto Desarrollo y Persona-UFV, desde hace más de veinte años, es de tratar de vincular la vocación de la persona con el aprendizaje del lenguaje del cuerpo. Lamentablemente, aunque no exista ninguna disciplina en el currículo escolar cuyo contenido se centre en la afectividad, no hay nada más urgente que esta formación.

Al igual que en el seno del útero, la familia y el aula contienen innumerables ocasiones para que florezca una adecuada relación entre padres e hijos, profesores y alumnos, entre los propios profesores.

En ocasiones encontramos familias y docentes conscientes de este valor, pero son pocos los que valoran y asumen que lo que educa en afectividad y sexualidad es esta conciencia de la unión profunda de cuerpo y persona. Amamos a través de nuestro cuerpo, afrontamos los problemas a través de nuestro cuerpo, corregimos a un alumno o a un hijo a través de nuestro cuerpo. Siempre es un cuerpo sexuado que nos recuerda que nuestra presencia en el aula proyecta lo que hay en nuestro corazón. Y este es justamente nuestro reto: vivir una maternidad y

una paternidad en casa y en el aula como correspondencia al regalo de la vida. El docente educa con toda su persona, el padre, la madre, cuando vive la belleza, la transmite, casi siempre sin palabras, puesto que lo hace a través de su entusiasmo por la vida, a través de la forma en la que se conmueve ante la presencia de su hijo, o de sus alumnos.

No es fácil pasar por encima de nuestra herencia cultural actual, que parece ignorar que todo el cerebro intelectual se construye sobre el cerebro emocional. Vivimos inmersos en una cultura tradicionalmente emotivista, pero que en realidad no entiende de las pasiones e incluso las ignora. Muchos alumnos experimentan impotencia al no comprender o poder gobernar/integrar sus propios sentimientos y manifestaciones emocionales. En una palabra, no hay educación de los afectos y sin embargo vivimos una cultura atravesada por el emotivismo. ¿Qué podemos hacer?

¿Qué hará felices realmente a nuestros hijos y contribuirá a su bienestar?

Alcanzar este equilibrio emotivo-cognitivo, donde la capacidad que desarrollen para relacionarse con otras personas no dependa exclusivamente de lo que sientan, sino de la capacidad para entregarse completamente. Esta es la necesaria y urgente educación en afectos

“La educación sexual brinda información, pero sin olvidar que los niños y los jóvenes no han alcanzado una madurez plena. La información debe llegar en el momento apropiado y de una manera adecuada a la etapa que viven”.

AL 281



CAMINANDO JUNTOS

Hablar de sexo con tus hijos tendrá siempre dos consecuencias inmediatas:

- Desarrollarán el sentido de su sexualidad
- Reforzaréis la relación padres-hijos. Le abriréis la posibilidad de confiar en vosotros aún más, hablar sobre sus dificultades o curiosidades en el tema de la sexualidad

Siempre en positivo, porque la sexualidad es un bien; enamorarse es muy bello; amar es el motor de la vida. Siempre con la verdad y respetando el momento evolutivo por el que atraviesan.

Proponed una vivencia del sexo y la afectividad a la altura del valor de vuestros niños y adolescentes. Esto significa que no tenemos que ser perfectos, ni encontrar la respuesta más acertada, sino transmitirles amor incondicional, cariño, seguridad y comprensión. Ellos inaugurarán una nueva generación que hable de amor y sexo con sus hijos. Tened presente que esta educación es constante, requiere esfuerzo, pero empecemos por lo pequeño para llegar a lo grande.

Nuestras Escuelas de Familia tienden un puente real favoreciendo el diálogo padres-hijos. La educación afectivo-sexual es la educación para el amor y, por tanto, una tarea que nos va a llevar toda la vida. Nos dirigimos a los padres como educadores primeros y fundamentales, que, en tantas ocasiones, por dificultades nacidas de la propia educación, optan por el silencio ante la curiosidad de niños y jóvenes. La familia es una realidad abierta, generadora de sociedad, que se hace presente en los centros educativos, universidades, asociaciones, parroquias y que enriquece y, a su vez, precisa ser acompañada para llevar adelante su gran misión. Si los padres no asumen esta preciosa tarea, como parte integrante de la formación de la personalidad, otros lo harán por ellos, posiblemente con una visión reduccionista de la sexualidad.

Es importante que los padres nos hagamos las siguientes reflexiones para poder acompañar a nuestros hijos adecuadamente:

- ¿Tenemos la certeza de los grandes significados de la sexualidad y su belleza, asentados en nuestra vida? ¿Sabemos generar el diálogo sobre estas cuestiones en casa?
- ¿Estamos capacitados para acompañar la curiosidad sexual de nuestros hijos?
- ¿Sabemos responder a sus preguntas? ¿Qué significan sus preguntas? ¿Por qué las tememos tanto?



Nuestro camino metodológico consiste en partir de las preguntas y descubrir la belleza que hay en ellas. Acogemos a los alumnos, enseñamos a acoger, recibiendo sus preguntas e inquietudes, que nos regalan permanentemente el privilegio de dialogar con la cultura contemporánea que en ellas se refleja. Es en las preguntas, de las que tantas veces no somos conscientes o pretendemos huir, donde nuestro yo más profundo se despierta y refleja. Pero necesitamos la formación adecuada. Cualquier pequeño detalle puede ser generador de un gran momento de encuentro, cada día podemos volver a comenzar. Esta es nuestra experiencia.

que necesitan, unida a la educación del corazón, entendido como centro capaz de integrar todas las dimensiones de la persona. Inteligencia, voluntad, afectividad pueden integrarse y expresarse en el amor a través del cuerpo.

La sexualidad impregna todo en la persona, es necesario formarse, entender el cuerpo y sus procesos, acercarnos a la dimensión psíquica, hay que conocer el proceso de maduración de los niños y los adolescentes, sumergirse en esta nueva era que sociológicamente nos afecta. No es lo mismo educar ahora que hace escasamente cinco años, porque el contexto en el que viven nuestros alumnos, nuestros hijos, es completamente distinto.

La educación en afectos o en sexualidad no consiste simplemente en mantener una conversación, llegado el momento. Nuestra responsabilidad como padres es hacer precisamente que su mirada se abra a un mundo lleno de belleza, que le llevará toda la vida explorar, poco a poco, a través del asombro, a través de la mirada amorosa de sus padres hacia el regalo de su propia vida. Será a través de los ojos de sus padres como aprenderá a escuchar, a esperar, a comer, a dormir, a mirar, a acariciar..., en definitiva, a vivir. La educación afectiva y sexual, que coincide plenamente con la educación del corazón, se ha de concebir como todo un proceso que se desarrolla en la vida y que debemos aprender a acompañar en sus diferentes etapas.

Descubrir el deseo de Bien, de Verdad y Belleza que llevamos inscrito en el propio corazón es la clave para que nuestros hijos se vean sorprendidos por ese lugar al que están invitados a llegar y al que incansablemente apunta nuestra vida. Porque, ante todo, ¡nuestros hijos desean ser felices! Nuestra paternidad se funda en ese deseo que compartimos con ellos, porque nuestros hijos, nuestros alumnos, desean ser y tener amigos, desean saber quiénes son, encontrar su lugar en la vida, conocer su valor; esta es la verdadera educación en afectividad y sexualidad, la que nace en su corazón, porque rescata sus deseos y los acoge y les da la posibilidad de responder frente a ellos.



ÁGORA DE PROFESORES

Decía Ortega y Gasset que “la afectividad es el viento que empuja las velas del pensamiento, y el timón es la razón, y sin ella no se llega a ningún destino. Pero el timón solo no basta. Es preciso que las velas sean empujadas por el viento de los deseos y las pasiones”.

¿Quién de nosotros no desea ser feliz? O ¿quién no desea esta felicidad para sus hijos o alumnos?

Pues hay un inicio, un principio para ponerse en camino: volver a unir cuerpo con persona y descubrir el corazón humano en toda su grandeza, unido al lenguaje de nuestro cuerpo.

Cada edad, cada etapa evolutiva requiere de un acompañamiento especial, pero siempre habrá un factor común a todos: abrazarlos como maestros e iluminar su camino. Desde la sencillez de nuestra propia vivencia, de nuestra forma de relacionarnos con la realidad. Muchas veces se nos presentará esa gran oportunidad de vincularnos a ellos y aprender juntos, de formas muy diversas, aunque en muchas ocasiones bajo la forma de preguntas formuladas: ¿de dónde vengo? ¿Por qué soy chica? ¿Por qué me enamoro? Generalmente, estas preguntas, formuladas desde la más pura inocencia, suponen una oportunidad de encuentro estupenda para ahondar en el misterio de su corporeidad.

A través de nuestras formaciones en el programa Aprendamos a Amar, compartimos con las familias el método para acoger y suscitar sus preguntas. Facilitamos los cómo y mostramos siempre que una pregunta o un comentario es una ocasión de oro para proponer o para iluminar un camino, el camino de su vida que habrán de recorrer desde el regalo de su cuerpo sexuado.

Proponemos una vivencia del sexo y la afectividad a la altura del valor de nuestros niños y adolescentes. La educación afectivo-sexual es la educación para el amor y, por tanto, una tarea que nos va a llevar toda la vida, porque madurar es un camino para toda la vida. Así, somos primero alumnos, ya que somos acompañados por otros que nos muestran el camino, pero a su vez somos también

Aprendamos a Amar también se dirige a los docentes de enseñanza reglada y no reglada y a los agentes de pastoral que trabajan con niños, jóvenes y adultos. Ofrecemos acompañamiento formativo para crear grupos de trabajo para que recibiendo las didácticas diferenciadas puedan: bien apoyar la labor que realiza nuestro equipo desde **Aprendamos a Amar** en su centro escolar, bien, formar su propio equipo insertando esta formación en la programación general anual de su propio centro educativo.

Ahondar en esta tarea transforma al educador que se va descubriendo a sí mismo en la medida en la que actúa y se compromete. En cualquier caso, va tomando una conciencia cada vez mayor de su propia dimensión afectiva y de la grandeza del sentido esponsal de su cuerpo expresado en la maternidad o la paternidad que ejerce cada día en el aula. Crece el respeto por sus alumnos, su amor por ellos, el necesario abrazo a las heridas que le muestran cada día, casi sin palabras y que siempre le ponen frente a su propia humanidad.

El padre y maestro, cada vez que se arriesga frente al alumno, reconoce su propio camino como un bien inmenso para él y también para el mundo. Es su humanidad la que posee la autoridad suficiente para que el joven, el niño, pueda dar un paso al frente. Necesitamos maestros que presenten incansablemente la belleza de la sexualidad en el marco del amor, maestros que a través de su experiencia iluminen el camino, necesitamos maestros que, firmes en la misericordia, sean capaces de asumir el límite del otro y engrandecerlo.



El programa **Aprendamos a Amar** está pensado para acompañar a toda la comunidad educativa desde infantil hasta la universidad en el bellissimo camino de la sexualidad y afectividad

acompañantes de aquellos que quieren crecer en su conocimiento y vivencia del amor y la sexualidad.

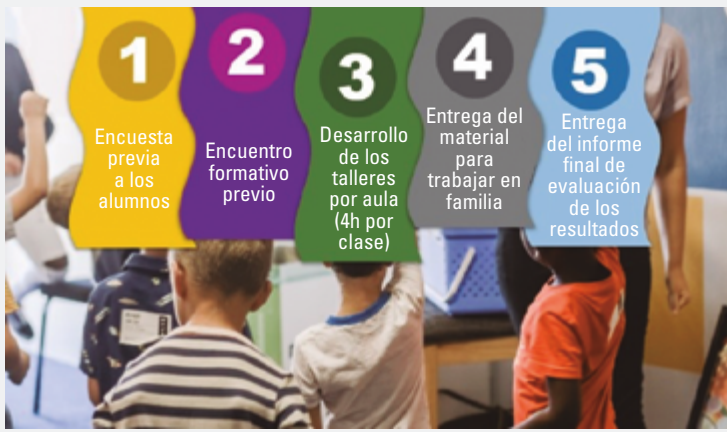
Programa **Aprendamos a Amar**: nuestra propuesta

Nuestro objetivo es instruir formadores que sean capaces de llevar al mundo esta buena noticia de una sexualidad vivida en plenitud, vinculando los grandes deseos del corazón a los grandes gestos de los que es capaz la persona. Vincular la sexualidad con la vida es el gran reto y tras más de veinte años, vamos viendo los frutos en tantos centros educativos y tantas familias que nos apoyan.



ACTIVIDADES DE AULA

Cada curso escolar, nuestros profesores tienen el privilegio de impartir talleres presenciales a más de 23 000 niños y adolescentes en numerosas entidades educativas de toda España. Talleres en educación primaria, secundaria y bachillerato que nos regalan una certeza cada vez mayor de la esencialidad de esta vocación y misión. Y en ella la clave es una mirada conmovida ante la presencia del otro, sea quien sea, sea como sea, como el método más eficaz para generar un cambio cultural que no puede desarrollarse solo desde el ámbito de las ideas. Porque la inteligencia busca, pero es el corazón quien se encuentra con alguien que nos sorprende al presentar una novedad que despierta un deseo de adhesión y nos muestra que lo más bello de la vida es volver a comenzar. Contando con la familia, trabajando con las preguntas de los chicos, nuestros docentes a lo largo de las cuatro sesiones que componen nuestros talleres hacen llegar a los alumnos respetando su momento evolutivo, la belleza de su sexualidad.



▲ Metodología Talleres destinados a alumnos en los centros escolares

Como padres tenemos un gran reto: mostrar la ternura a nuestros hijos, acogéndolos incondicionalmente, regalando un **SÍ** mayúsculo a su vida, aunque no seamos perfectos, somos los mejores padres porque hemos sido pensados para ellos y ellos para nosotros. No podemos mirar hacia otra parte y pensar que serán otros los que les hablen de la Verdad, la Bondad y la Belleza. Lo hacemos cada mañana desde que pisamos la puerta del colegio o compartimos el desayuno en casa.

Familias que quieran y puedan vivir ese "sí", centros educativos que favorezcan

este tipo de formación a través de su acogida y entrega diarias deben y pueden ser acompañados. Sabemos de la gran dificultad de esta realidad hoy en día, de la necesidad de ayudar al matrimonio y a la familia y de la necesidad que tienen los docentes de acompañamiento. Pero aún con sus dificultades (nadie está libre de ellas) son testigos de que es posible vivir con amor y unidad en el mundo, vinculando el don de su vida al regalo de un cuerpo sexuado.

Por resumir

Es necesaria vuestra presencia, vuestro tiempo junto a vuestros hijos, pero no es suficiente. Hablamos de una presencia plena que escucha, que mira, que se silencia y que es capaz de generar relaciones de encuentro valiosas y verdaderas con sus hijos, con sus alumnos... que vaya a la búsqueda constante e incansable de espacios de escucha y acogida, donde las preguntas nos vinculen a nuestra historia y a la del que tenemos delante como terreno sagrado, independientemente de la edad que tenga. Es el amor de los padres y de los maestros la mejor educación en afectividad y sexualidad, pero este amor crece y se forma cuando comprende, cuando renuncia, cuando acoge, cuando perdona, cuando ama.

Nuestro programa *Aprendamos a Amar* tiene como objetivo apoyar a la familia, facilitar conocimientos y herramientas que ayuden en el camino compartido para una vivencia conforme a la altura humana con que podemos vivir el amor y la sexualidad.

Si quieres conocernos un poco más <https://aprendamosaamar.com/>



PARA SABER MÁS

- BELTRAMO, C. (2018). *Apasionados por amar el mundo. Educación del carácter y emocional para las nuevas generaciones*. EUNSA.
- GONZÁLEZ RICO, N. (2015). *Aprendamos a Amar. La misericordia en la educación afectiva y sexual*. Editorial CEPE.
- MEMBRINI, F. (2014). *El arte de educar de padres a hijos*. Encuentro.



HEMOS HABLADO DE

Unión de cuerpo-persona; formación; sexualidad; corazón.

Este artículo fue solicitado por PADRES Y MAESTROS en septiembre de 2023, revisado y aceptado en diciembre de 2023.