

*Para orientar una sana y segura
educación de la sexualidad y
afectividad de mis hijos e hijas*

Educación de la Sexualidad y Afectividad		No. 1
	Herramientas de Pedagogía Social	

Se trata de una indagación personal o auto indagación sobre nuestra comprensión de sexualidad, pero también de una búsqueda grupal, colectiva, cuyo objetivo sea conocernos mejor y valorar y/o transformar las percepciones que tenemos de nuestra sexualidad como padres y madres, sin culpabilizarnos, sin culpabilizar a nadie, atendiendo a la pregunta: ¿qué comprendo de mi sexualidad y la de los demás?

Alejar la desinformación, la ignorancia, los pensamientos confusos que han rodeado siempre el tema de la sexualidad son necesidades urgentes a la hora de acompañar y orientar la educación sexual de nuestros hijos e hijas. Cuando las personas hablamos de sexualidad, por lo general, quedamos atrapadas en nuestras propias emociones y opiniones, y éstas en muchas ocasiones, no parecen ser suficientes para garantizar una orientación saludable en la educación de la sexualidad hacia nuestros hijos e hijas, por esto es imperativo, trabajar en favor de una mayor comprensión y aceptación de nosotros mismos.

Gran parte del lenguaje de la sexualidad es parcial y emocionalmente cargado. Muchas veces nos atrevemos más a hablar “debajo de la mesa”, que sobre ella. Existen muchas zonas oscuras y confusas. Por eso, ampliar nuestros recursos emocionales como padres y madres es una tarea imprescindible, en el sentido de observar, valorar y guardar las experiencias que tienen nuestra aceptación interna, buscando que las dificultades experimentadas en nuestra vida sexual, no nos sigan lastimando con la culpa y la vergüenza.

Se trata de posicionarnos desde un nuevo lugar como padres y madres para la educación de la sexualidad de nuestros hijos e hijas, alejando emociones de culpabilidad, prácticas de descuido o abandono de las necesidades de orientación que ellos y ellas demandan en esta área de su vida. Necesitamos tomar conciencia, que no es por falta de amor que motivamos estos abandonos, sino por **dificultades de vinculación** con nuestros hijos. Las más comunes que se viven como padres y madres, suelen ser, el miedo a abordar temas de sexualidad con los hijos, resistencias ocultas a que ellos y ellas “pierdan la inocencia”, escasa empatía con los cambios de su crecimiento y maduración, desconfianza, e infructuosa lucha por el control del movimiento de los hijos e hijas, entre otras.

Es hora de motivarnos a construir entornos de apoyo: familiares / redes de padres, entre otros. Estar disponibles para socializar, para aprender, para buscar información confiable. Considerando que no se está solo/a; hay muchos padres en la misma situación, muchos niños/as y adolescentes también, en espera de padres orientadores y receptivos.

Pasos de la Herramienta:

Los siguientes pasos pueden ayudarme y ayudarnos en esta indagación para construir una adecuada comprensión de la sexualidad, para que desde ella podamos orientar mejor a nuestros hijos e hijas.

1.-

Resentir, recordar y reconocer experiencias acerca de la sexualidad en nuestras historias personales

Este paso consiste en “resentir” (volver a sentir) situaciones y vivencias personales ocurridas cuando fuimos niños, niñas o adolescentes, a partir de las cuales pudimos tener un ingreso o contacto al mundo de la sexualidad. Básicamente, el resentir consiste en recordar situaciones recientes o pasadas que cada uno tuvo, comprender los sentidos de algunos hechos destacados en la memoria y establecer una conexión con el tema de exploración. El proceso toma los siguientes momentos:

Con base a preguntas, los padres y madres describen sus recuerdos, lo más fielmente como sea posible, destacando una sola historia personal en la que aprendió un comportamiento de otros, una **buena actuación** hacia usted o hacia otros, o una actuación en la que usted motivó algún aprendizaje de principios o buenas costumbres respecto de su sexualidad, o experiencias que motivaron insatisfacción o sufrimiento.

Apoye el registro de sus recuerdos con preguntas como estas: ¿Cómo me sentí y cómo me siento ahora? ¿Qué aprendieron en esas situaciones? ¿Qué creencias o valores se transmitieron? ¿Cómo fue nuestro ingreso al mundo de la sexualidad y afectividad?

Con apoyo de un facilitador, usted puede reconstruir con los insumos que nos deja la descripción de la experiencia, las prácticas usuales en familia, como el ejemplo que le mostramos:

Experiencias de aprendizaje	Prácticas usuales en Familia
Ej.: Me acostumbraron a no preguntar sobre este tema.	Ej.: En mi casa de esto no se hablaba.
Ej.: Tuve una tía que fue una bendición, me explicó sobre mi menstruación, la higiene que debía tener, por ejemplo.	Ej.: Mis padres eran menos abiertos en estas cosas, pero hubo tías o abuelas más entendidas.
Ej.: Mi padre tuvo un gesto maravilloso, al mostrar su orgullo por haber tenido una hija mujer.	Ej.: Algún miembro de la familia siempre valoro explícitamente, a las mujeres por ser mujeres.

2.-**Analizar nuestras comprensiones en MESAS DE ALERTA**

Ustedes pueden organizarse en grupos de padres y madres para conformar “mesas de reflexión/identificación” de las Prácticas de Familia que están detrás de las noticias de los últimos meses, con respecto a violencia intrafamiliar, embarazos no deseados y violencia sexual contra niños, niñas y adolescentes, al interior de sus familias.

El propósito es revisar nuestras comprensiones de la sexualidad a partir de los hechos cotidianos que la prensa o las investigaciones destacan, que se ligan con “alertas” frente a la necesaria integridad que deben nuestros hijos e hijas, para tener oportunidad de plantearse individualmente y también en grupo, qué es lo que está pasando en las familias en relación a los hechos que ocurren. Por ejemplo:

NOTICIAS PARA TRABAJAR	PRACTICAS DE FAMILIA IDENTIFICADAS
<p><i>Las niñas embarazadas por violación son forzadas a ser madres en Ecuador (El Comercio)</i></p> <p><i>Cada año se registran alrededor de 2 000 casos de niñas menores de 14 años con embarazos en Ecuador. Las víctimas enfrentan graves afectaciones de salud física, mental y social. Las dos últimas con mayor fuerza. Esto sostiene la investigación Vidas robadas: entre la omisión y la premeditación (la situación de la maternidad forzada en niñas del Ecuador), que fue presentada la noche de hoy 27 de octubre, en el hemiciclo de la Facultad Latinoamericana de Ciencias Sociales (Flacso).</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> • Adultos familiares, vecinos o conocidos abusan de niñas, niños y adolescentes en los contextos de hogar. • Familias desconocen y no aplican medidas de prevención.

El sentido de identificar estas prácticas familiares, es motivar en los participantes un estado de **ALERTA** de lo que está sucediendo o puede suceder en las familias con las que nos relacionamos o trabajamos. Siguiendo con el propósito de “Romper el silencio”, presentar la necesidad de no ocultar e ignorar estas realidades cercanas. La importancia de unir esfuerzos entre familia y escuela para sostener convivencias familiares protectoras para nuestros hijos.

3.-**Desmantelando Tabús y Mitos**

En este paso, lo que vamos a confrontar y analizar ya no son noticias o hechos, sino rasgos de la cultura en la que vivimos y somos parte, y que en relación con la sexualidad algunos de esos rasgos se han convertido en tabús y mitos, que llegan a presidir las comprensiones

que tenemos y decisiones que tomamos. Es importante que tengamos conciencia de ellos y que actuemos a favor de una sexualidad sana y segura.

A modo de ejemplo se puede revisar una matriz como la siguiente:

Tabús: Lo que no podíamos hablar	Mitos: Las respuestas que se construían o construyen para explicar lo prohibido	Lo que me hubiera gustado saber
No se debe y no se puede hablar de sexualidad en casa.	En la primera relación sexual no es posible quedarse embarazada.	Me hubiera gustado saber más acerca de los métodos anticonceptivos.
No se explica de dónde y cómo vienen los niños.	Los niños vienen de las cigüeñas.	La concepción y el nacimiento como hecho natural y acto de amor.
Se oculta todo lo relacionado con el cuerpo.	El abuso sexual se presenta siempre en lugares oscuros y el atacante es un desconocido.	Cómo puedo prevenir el cuidado del cuerpo

En reuniones de padres y madres, será importante intercambiar los puntos de vista y generar en el colectivo las comprensiones propias sobre la sexualidad y afectividad. La meta –en este punto- consiste en que las personas se “pongan al frente de un tabú o un mito” y tengan elementos suficientes para hacer una crítica. Estos resultados revelan las comprensiones que buscamos para construir una postura personal y un piso común.

4.-

Confrontación de ideas y creencias que circulan en el medio (CHEK LIST)

Siguiendo con esta exploración de ideas, creencias, comprensiones que circulan en el medio, y que son también parte de cada madre o padre, les motivamos a realizar el siguiente ejercicio para que se aborde emocional y críticamente algunas conductas, criterios, pautas de actuación, en torno a la sexualidad.

En esta confrontación, se trata de promover un involucramiento más personal para dimensionar cuáles son las comprensiones que cada uno tiene, sin juzgar las opiniones aunque algunas no las compartamos, sino como oportunidad para examinar cómo vivimos en la práctica la sexualidad, la cual muchas veces no ha sido vista por nosotros mismos.

Recomendamos que este ejercicio sea previsto en un papelote o lámina y se vaya “validando” a la manera de un Chek List, dentro de grupo o en el fuero íntimo. Ejemplo:

Identifique si es verdadero o falso, las siguientes expresiones:	V	F
Las mujeres se “visten así sólo para provocar y después no quieren que les hagan nada”.		
“Los hombres homosexuales quieren ser mujeres.” “La homosexualidad es una enfermedad mental”.		
“Todo es válido cuando hay amor”.		

“Los celos son una muestra de amor”.		
“Las personas violentas pueden cambiar por amor”.		
“Si alguien se niega reiteradamente a tener una práctica sexual que su pareja exige, se quedará solo o sola para siempre”.		
“Tener privacidad es no contar a nadie de lo que te hacen o te pasa”.		
“Si hablo con mis hijos, ellos perderán la inocencia”.		
“Lo impropio de una niña, es mostrarse, exponerse, jugar juegos bruscos, jugar con los hombres”.		
Si encuentras a tu alma gemela, ésta cubrirá todas tus necesidades, te hará feliz y no necesitarás nada más.		
“A los adolescentes hay que prohibir el internet en casa por el acceso a la pornografía”.		

5.-

Una parada para DARME CUENTA de...

Este es el último paso. Un paso que lleva a volver la mirada sobre nosotros mismos. Empezamos en esta herramienta, por una mirada sobre la vivencia de la sexualidad y ahora retornamos otra vez a nuestra intimidad, a la actual, para examinar cómo está la comprensión de la sexualidad, de la mía y de los demás, para disponer de una mirada “en firme” con la que puedo abordar las orientaciones hacia los hijos e hijas.

El punto es el siguiente: “... si yo no tengo una comprensión adecuada de la sexualidad, cómo puedo orientar la de mis hijos e hijas”.

A este respecto, la herramienta le ofrece hacer una parada. Usted mismo o en grupo puede poner en claro algunas impresiones, inquietudes, y aprendizajes de todos estos ejercicios de exploración. Si estamos en grupo, este intercambio se inicia con la frase: **Me di cuenta de;...**

Ejemplos:

- Me di cuenta, **de que me cuesta hablar de experiencias de mi vida sexual.**
- Me di cuenta **de que evito conversar con mis hijos de estos temas,** a pesar de tener muchos aprendizajes que podrían servirles.
- Me di cuenta de **que tenía ideas erradas sobre algunas cosas de la sexualidad** y otras que las confirmo valiosas para la orientación de mis hijos.

Las respuestas que se elaboren en este punto, son bases firmes para construir un piso para orientar la sexualidad de nuestros hijos e hijas

Construyendo un PISO PERSONAL Y COMÚN

Recogiendo todos los insumos hasta aquí explorados, hacemos algunas aproximaciones conjuntas:

- La sexualidad es una dimensión constitutiva del ser humano, que debemos abordarla con responsabilidad y respeto.

- Es necesario compartir con nuestros hijos e hijas información que los oriente y responda a sus inquietudes.
- La sexualidad y la afectividad deben ser enseñados desde tempranas edades, considerándose un saber cotidiano que se construye día a día.

Para generar nuevas prácticas de Educación en la Sexualidad y la Afectividad de nuestros hijos e hijas, es necesario **revisar** las actuales.

Constate que aquí el telón de fondo para el aprendizaje y vivencia de nuevas prácticas de Educación en la Sexualidad y la Afectividad, es el **buen trato, la apertura, la disponibilidad para orientar y fomentar habilidades de autocuidado y prevención**, en la convivencia familiar.

Como parte del **piso personal y común** que se viene construyendo en el grupo se motiva a explicitar lo que asumiremos como características de una Educación en Sexualidad para favorecer un crecimiento sano y seguro en nuestro hijos/as. De igual modo lo que no aporta a una Educación en Sexualidad. En el grupo cabe presentar y reflexionar con los participantes los sentidos del siguiente cuadro, añadiendo sentidos de contraste:

Lo que aporta para una educación de la sexualidad y la afectividad, sana y segura	Lo que NO aporta para una educación en sexualidad y la afectividad, sana y segura
Favorecer el autocuidado del cuerpo y el desarrollo de habilidades preventivas.	Creer que el cuidado del cuerpo aparecerá con la edad, como cosa natural.
Abordar los temas relacionados con sexualidad desde una actitud de escucha efectiva y respetuosa.	Evitar y descartar estos temas con frases y actitudes de malestar
Motivar a que los hijos/as construyan sus proyectos de vida de manera consciente, responsable.	Desconocer los intereses de hijos e hijas y no preocuparse en consultar y tomar interés.
Mantener un clima de buen trato como garantía de la integridad de todos sus miembros, buscando el bienestar y crecimiento humano	Permitir agresiones y hasta violencia sexual, sin importar el bienestar y sentido de respeto.
Acompañar la expresión de las emociones vinculadas a la sexualidad y afectividad de los hijos/as.	Olvidarse del crecimiento de los hijos/as y no darse cuenta que pasan por ciclos de vida (el crecimiento sería solo cuestión de ropa).
Orientar y regular el uso del internet en la casa.	Mantenerlos ocupados sin interés en lo que ven y hacen.
Incentivar comportamientos que propendan a vivir las relaciones sin dañar a otros.	Mostrarse indiferentes o no asumir las consecuencias de hacer daño a otros.

Finalmente, hagámonos un llamado a fortalecer las prácticas generadoras de actitudes y valores que tienen las familias en sus manos para favorecer una Educación en la Sexualidad y la Afectividad sana y segura para sus hijos/as. Y al mismo tiempo, nos propongamos a revisar y cambiar o transformar aquellas prácticas que vemos que no ayudan y no aportan para el desarrollo de una sana y segura sexualidad, porque es un imperativo que padres y madres sean los primeros en proteger la vida de la familia.