

## HABLEMOS DE SEXO Y AMOR CON NUESTROS HIJOS

Texto de referencia:

- N. GONZÁLEZ RICO, T. MARTÍN NAVARRO Y OTROS, “*Aprendamos A Amar*” *Proyecto de educación afectivo sexual*, Ediciones Encuentro, Madrid 2007.  
Unidad didáctica dos, tres y siete
- N. GONZÁLEZ, “*Hablemos de sexo con nuestros hijos*”, Editorial Palabra, Madrid 2008.
- D. SONET, “*Descubramos el amor*”, Molino, Barcelona 2001.

Fuentes:

\* Félix López Sánchez. Universidad de Salamanca

Orientaciones evolutivas. Sexualidad de cero a doce años

\*C.L.E.R. ( Centre de Liason des Equipes de Recherche). Paris

### PUNTO DE PARTIDA:

EL CORAZÓN HUMANO. EL HOMBRE NO PUEDE VIVIR SIN AMOR.  
EDUCAR LA SEXUALIDAD ES EDUCAR LA CAPACIDAD PARA AMAR.

La vida es un regalo recibido en cada instante y el regalo de la vida se recibe a través del cuerpo. Es nuestro cuerpo quien nos permite ser, existir, entrar en relación con el mundo que nos rodea y amar. El cuerpo de nuestros hijos tiene un valor infinito, el valor de su persona, por eso conocerle, valorarle y entender su significado es una tarea apasionante.

Es impresionante cuando se piensa que en el universo nadie tiene exactamente mi cara, la mirada que yo poseo, la luz de mis ojos, porque desde la creación del mundo, cada rostro es totalmente único, en medio de millones de seres humanos que han existido y existirán en la tierra. Para el creyente cada rostro es el reflejo del alma que es absolutamente única regalo del Padre a cada uno de nosotros. Dios no hace nada en serie, sólo piezas exclusivas.

Con el rostro, con la mirada, con los ojos, se transmite algo de la persona, pues bien, los órganos sexuales son precisamente los miembros más preciosos, en esencia, porque son portadores de la transmisión de la vida, son la cosa más misteriosa e impresionante que puede haber.

El cuerpo humano, desde su inicio en la concepción, hasta su fin en la muerte, es un sistema que está en continuo cambio.

Pero quizá un momento importante por su especial relevancia y significado es la llegada del niño y de la niña a la pubertad comenzando una serie de transformaciones físicas

que culminarán con la adquisición de la fertilidad, es decir la posibilidad de engendrar una nueva vida.

El primer trabajo importante que tienen que realizar es aceptar y valorar el nuevo cuerpo que está cambiando. Los padres han de anticiparse explicándoles los diversos procesos que van a vivir (cambios de estatura, de peso, de piel, en las chicas la aparición de la menstruación y la utilización de tampones y compresas, en los chicos los cambios de la voz con los inevitables “gallos” y la aparición de las eyaculaciones nocturnas...). No es fácil por la rapidez de las transformaciones a las que les cuesta habituarse. Las variaciones cronológicas en el desarrollo hacen que tanto jóvenes como padres tiendan a la comparación.

Y sobre todo, el joven acompañado de sus padres puede no sólo conocer los cambios que su cuerpo va a experimentar sino ser introducido en su significado.

Creados para el encuentro, para la comunicación, para el amor y para la vida. El cuerpo “habla”, a través de sus cambios, de las dos realidades.

Nuestro cuerpo sexuado está hecho «para el otro», para darse. Tiene un sentido pensal. Podemos acercarnos a esas diferencias viéndolas como una amenaza y establecer batallas: la batalla de los sexos. O bien podemos afrontar esa diversidad como una riqueza y entender su valor: la llamada a la tarea más hermosa, aprender a amar.

## **1. EVOLUCIÓN DE LA AFECTIVIDAD**

Desde la infancia, el niño y la niña tienen que recorrer un largo camino de maduración afectivo-sexual que les permitirá un día la entrega definitiva de su persona. Por eso, la educación afectiva y sexual, que coincide con la educación para el amor se ha de concebir como todo un *proceso* que se desarrolla en la vida y que debemos aprender a acompañar en sus diferentes etapas:

- Fusión.
- Separación del amor del padre/madre
- Pandilla.
- Imaginario.
- Narcisismo.
- Compañeros.
- El otro sexo.
- Con ciertas características.
- Primer amor.
- Amor adulto/maduro.

## **EDUCAMOS LA SEXUALIDAD DE CERO A DOS AÑOS**

- La etapa de la fusión y el establecimiento del apego.

## **EDUCAMOS LA SEXUALIDAD DE LOS DOS A LOS SEIS AÑOS**

- La separación
- Potenciar su maduración
- Responder a su curiosidad sexual  
Respondemos a las grandes preguntas:
  - ¿Por qué los niños tienen colita y las niñas no?
  - “Mamá, ¿esto para qué sirve?” ¿Qué es la menstruación, regla o periodo?
  - ¿Por qué algunas mamás tienen una barriga tan grande?
  - ¿Por dónde salen los niños y las niñas de la barriga?
  - “Oye, mamá, ¿Y por dónde ha entrado en la barriga?”
  - ¿Por qué se besan?
- ¿Por qué los niños no fijan la información dada por los padres?
- ¿Y qué hacer si el niño no pregunta nunca?

**LA ADOLESCENCIA:** Época de grandes cambios.

### **LA PANDILLA.**

- Busca por todos los medios una seguridad que sustituya a la que obtenía en casa y la encuentra en el grupo de amigos.
- Aparecen contradicciones tanto por parte de los sentimientos del púber como por los sentimientos de los padres.

### **CAMBIOS FÍSICOS.**

- Aprender a querer y valorar el nuevo cuerpo que está cambiando.
- Padres y profesores han de anticiparse explicándoles los diversos procesos que van a vivir.
- Hay que evitar las comparaciones debidas a las variaciones cronológicas en el desarrollo.
- Aparecen también los cambios frecuentes de humor. Hay que comprenderlos pero en todo caso es necesario que no sea el humor del adolescente el que gobierne la casa.

- ✘ Aparece una cierta insatisfacción con lo que tiene. De nuevo aquí los padres y educadores han de empezar por amarle tal como es. Es importante compensar su inseguridad reforzando todo aquello que es capaz de realizar correctamente (un trabajo, una responsabilidad, etc).
- ✘ Pero la tarea más compleja que debe afrontar el adolescente es la búsqueda de una identidad. Tendrá que aprender a tomar decisiones que los padres no pueden ni deben tomar por él.

### **EL IMAGINARIO.**

Al crecer se siente atraído hacia el sexo opuesto que a su vez le da miedo y se limita a soñar con personas del otro sexo. Florecen los diarios y la imaginación.

### **EL NARCISISMO.**

El adolescente necesita tranquilizarse para sentirse seguro. Entonces se acercará al espejo para tener un aspecto atractivo.

- Modelos culturales de belleza para chicos y chicas. Aprender a ser críticos.
- Lo que atrae y se ama es la persona.
- La masturbación en la adolescencia.

### **LOS COMPAÑEROS.**

Necesita relaciones afectivas, va saliendo de si mismo y comienza interesándose por amigos del mismo sexo ya que no le dan miedo. Es el amigo del alma, aquel con el que la confianza se hace sencilla.

### **EL OTRO SEXO.**

Se amplía el círculo y comienzan las amistades numerosas. La pandilla hace disminuir los miedos y la responsabilidad de acercarse al otro sexo. El adolescente oscila entre el deseo de protegerse y el deseo de abrirse a las diferencias.

### **CON CIERTAS CARACTERÍSTICAS.**

Van descubriendo las características positivas del otro sexo y existe la tendencia a mariposear de uno/a a otro/a.

### **EL PRIMER AMOR.**

Se van dando predilecciones y van determinando criterios para hacer su elección. Y un día comienzan a vivir una fascinación profunda, algo inesperado, sentirse enamorados.

## **EL AMOR DURADERO.**

En el corazón humano existe el deseo de amar y entregarnos de forma total y definitiva. Esta donación exige valoración de la diferencia y capacidad de adaptación.

### ***TRABAJO PARA PADRES Y MADRES:***

***1.- Identificar tres signos que indiquen la etapa o etapas de maduración afectiva y sexual en la que se encuentra tu hijo/a.***

***2.- Ayudarle a valorarse:***

***a) Ayudarle a valorar su cuerpo:***

- Reflexiona las cualidades físicas de tu hijo/a.***
- Exprésalas de modo sincero, explícito y sencillo cuando sea oportuno.***

***b).- Ayudarle a aceptarse sexuado:***

***Que se sienta bien en su piel de hombre o de mujer***

- Refuerza las características positivas de su propio sexo.***

***c).- Ayudarle a descubrir sus riquezas ignoradas:***

***Crear en sus posibilidades y confiar en él/ella***

- Sin “dar coba” destaca algún esfuerzo o progreso que realice esta***

***semana.***

### **Bibliografía recomendada**

- **N. GONZÁLEZ RICO, T. MARTÍN NAVARRO Y OTROS, “Aprendamos A Amar” Proyecto de educación afectivo sexual, Ediciones Encuentro, Madrid 2007.**
- **N. GONZÁLEZ, “Hablemos de sexo con nuestros hijos”, Editorial Palabra, Madrid 2008.**
- **D. SONET, “Su primer beso”. La educación afectiva de los adolescentes, Sal Terrae, Santander 2002.**
- **D. SONET, “Descubramos el amor”, Molino, Barcelona 2001.**
- **MARY BETH BONACCI, “Tus preguntas y las respuestas sobre amor y sexo”, Palabra, Madrid 2002.**