

Educación en sexualidad para el adolescente

Carlos de la Cruz Martín-Romo

Septiembre 2016

El adolescente es una persona completa

- El **objetivo de la educación y la atención de la sexualidad** es el mismo que para el resto de etapas: que los chicos y las chicas aprendan a **conocerse, a aceptarse y aprender a expresar su erótica** de modo **que sean felices**.
- Son los mismos objetivos para todos los adolescentes.
- **Con pedagogía y con sexología** y contextualizada en la adolescencia.

Educación sexual para entender los cambios

- **Cambios físicos** que van más allá de la adquisición de la capacidad reproductora. Son cambios que afectan a la totalidad del cuerpo y que, lógicamente, se viven de ese modo.
- **Cambios en la esfera cognitiva**, nuevas capacidades que otorga el pensamiento abstracto y el fortalecimiento de los valores y creencias. Por tanto, cambios en cómo se ubica en el mundo, con su percepción como hombre o como mujer, masculino y femenino, y las creencias sexistas o el rechazo de las mismas.
- **Cambios en la esfera social**, tanto en el ámbito familiar como con los iguales. Pero además habrá que hablar de sexualidad, de amor, de orientación del deseo y en definitiva de identidad sexual y de género.

Conocerse ayuda a aceptarse

- Si la educación sexual enseñara que **la diversidad es un hecho** resultaría todo bastante más sencillo.
- A pesar de que la pubertad es algo que **afecta a todo el cuerpo**, la atención sigue focalizada en los genitales.
- Los estereotipos, que tienen la función de sistematizar la realidad, pueden acabar convirtiéndose en exigencias. **Hablar en términos generales es poco adecuado** pues contribuye a generar estereotipos y además es poco científico.

Educación sexual es ayudar a encontrar respuestas

- Ahora se tiene **pensamiento abstracto**, lo que significa que la realidad se observa, se analiza y se pueden extraer conclusiones.
- El adolescente sufre, desde este punto de vista, transformaciones profundas, pues edificará sus juicios a partir de esta **orientación moral que va a vivir como propia**, y que tendrá tendencia a mantener a lo largo de la vida.
- La educación sexual en la adolescencia no debe limitarse a transmitir más y mejor información, debe dar un paso más y debe **ayudar a pensar, a tomar decisiones**.

Las relaciones personales, antes que las relaciones sexuales

- Todas las relaciones sociales se ven alteradas con los cambios.
- Al ampliarse las redes sociales y, sobre todo, al poner en valor estas nuevas redes, la distancia es una consecuencia lógica. Como también podría considerarse lógica la tradicional confrontación padres e hijos a estas edad.
- La educación sexual debe asumir esta nueva realidad y contribuir a que todas estas nuevas interacciones, todos estos nuevos, afectos sean enriquecedores y se establezcan de manera adecuada.

Aceptarse ayuda a aprender a relacionarse

- **La imagen corporal, el autoconcepto y la autoestima cambian al llegar la adolescencia.**
- Autoconcepto y autoestima **no son términos sinónimos.**
- **La autoestima positiva supone la capacidad de sentirse seguro en sí mismo**, de reconocer los propios logros, de mostrar los verdaderos sentimientos, de tener relaciones con intimidad.
- La educación sexual además debe ofrecer contenidos que permitan un **autoconcepto ajustado a la realidad.**

Identidad sexual y de género en la adolescencia

- La **identidad sexual** es el juicio (soy varón o soy mujer) que el sujeto hace respecto a su figura corporal (aunque no es solo eso). **La identidad de género** se refiere al “sentir, pensar y actuar” como varón o mujer.
- Las categorías que componen la identidad de género, así como los referentes de esas categorías, **dependen de sociedades y épocas**, y también depende de cómo percibe el sujeto esas “normas sociales”.
- Todo va a influir en el proceso de redefinir la identidad sexual y de género y en la mayoría de los casos dejando a las chicas en una situación de desventaja.

Atendemos biografías

- Lo importante no es solo lo que la gente hace, sino fundamentalmente cómo lo vive cada cual, qué **significados le otorga y qué valores y emociones pone en juego**.
- El embarazo no deseado no es simplemente el resultado de un encuentro inesperado entre un espermatozoide y un óvulo. **Es un encuentro entre más cosas**.
- La educación sexual debería **mirar hacia las biografías** y no solo hacia los comportamientos: la identidad, los valores, las expectativas, las creencias, los miedos, los afectos...

Evolución, deseos y temores en la adolescencia

- **No es igual** llegar a la adolescencia sin haber oído hablar de la sexualidad que habiendo aprendido a hablar de ella.
- Puede haber eróticas muy ricas que permitan al chico o a la chica sentirse bien y encontrarse satisfechos sin necesidad de compartir.
- Merecerá la pena que cuando se hable de relaciones eróticas, se hable de relaciones eróticas en plural y no solo de coitos.
- Para disfrutar de los coitos no basta con tenerlos, ni con poner buena voluntad. Hacen falta más cosas. Para el resto de relaciones eróticas sucede lo mismo.