

Del Tabú al diálogo: Implementación de conversatorios sobre sexualidad en el Colegio Constitución

Carmen Gloria Núñez Avendaños

Docente de aula de Enseñanza Media, Colegio Constitución
carmenglorianunez@colegioconstitucion.cl

Andrés Freire Contreras

Profesor de Ciencias Naturales y Biología, Colegio Constitución
andresfreire@colegioconstitucion.cl
<https://orcid.org/0000-0001-6408-4934>

Resumen

En esta experiencia, se diseñó un espacio de diálogo, centrado en el tema de la sexualidad en el Colegio Constitución para estudiantes de Tercer Año Medio. La metodología empleada combinó la investigación, discusión y participación activa de los estudiantes. El conversatorio resultante facilitó que los estudiantes compartieran sus inquietudes, experiencias y con base en la investigación, puntos de vista sobre la sexualidad con distintos miembros de la comunidad escolar. Los padres y apoderados participantes como público se involucraron activamente, valorando la experiencia y reconociendo la importancia de estas conversaciones. Los hallazgos demuestran la imperante necesidad de abordar la sexualidad de manera abierta, adaptada a la edad de los jóvenes, fomentando relaciones saludables y decisiones informadas y previniendo riesgos asociados como embarazos no deseados, ITS y desinformación. Se concluye que la educación sexual es responsabilidad compartida entre familia, escuela y sociedad. Además, se proyecta implementar programas educativos y participativos para padres y estudiantes, al interior del Colegio, facilitando espacios de diálogo y orientación sobre este tema crucial para el desarrollo integral de los jóvenes. Se busca superar las limitaciones de los enfoques tradicionales de enseñanza ofreciendo una educación sexual completa, abierta y efectiva, relevando las legítimas miradas de todos los participantes.

Palabras clave: Sexualidad adolescente, educación sexual, conversatorio escolar, participación estudiantil, formación integral.

From Taboo to Dialogue: Implementation of Conversations on sexuality at the Constitución School

Abstract

In this experience, a dialogue space was designed, focusing on the topic of sexuality at Colegio Constitución for Third Year High School students. The methodology employed combined research, discussion, and active student

participation. The resulting conversation allowed students to share their concerns, experiences, and research-based perspectives on sexuality with various members of the school community. Participating parents as the audience actively engaged, appreciating the experience and recognizing the importance of these conversations. The results show the urgent need to address sexuality openly, tailored to youths' age, fostering healthy relationships, informed decisions, and preventing associated risks such as unwanted pregnancies, STDs, and misinformation. It is concluded that sexual education is a shared responsibility among family, school, and society. Additionally, there is a projection to implement educational and participatory programs for parents and students within the school, facilitating the time to share and guidance on this crucial topic for youths' holistic development. The aim is to overcome the limitations of traditional teaching approaches by offering comprehensive, open, and effective sexual education, highlighting the legitimate perspectives of all participants.

Keywords: Adolescent sexuality, sexual education, school discussion, student participation, comprehensive education

Introducción

La sexualidad se puede entender como una construcción social, que abarca las diversas formas en que los humanos expresan emociones, deseos y relaciones en la sociedad en la que viven. Aunque los aspectos biológicos son parte de esta construcción, proporcionando la base fisiológica y morfológica del cuerpo, la sexualidad de cada individuo se desarrolla dentro de un contexto cultural y se influye por diferentes factores como la psicología, la edad, el estatus socioeconómico, el sexo biológico, el género y la etnia. Por consecuencia, es fundamental reconocer y respetar la diversidad de formas, creencias y comportamientos sexuales asociados con la sexualidad humana (Dides et al., 2009).

Además, tiene relación con la capacidad humana tanto para disfrutar como para expresar la sexualidad, libre de coerción, de violencia o de discriminación, y sin riesgo de contraer infecciones de transmisión sexual (ITS) o experimentar embarazos no planificados o no deseados. Por lo tanto, está dirigida al desarrollo de una vida plena y relaciones interpersonales saludables. La sexualidad implica la capacidad de experimentar y expresar placer, elegir y disfrutar relaciones sexuales seguras para la salud, y acceder a educación sexual y servicios de atención integral (Dides et al., 2009; OMS, 1995).

Los padres juegan un rol esencial en la educación sexual de sus hijos al proporcionarles explicaciones adecuadas a su edad y basadas en el amor y la confianza. Sin embargo, esta responsabilidad a menudo se ve entorpecida por la ausencia parental, principalmente debido a compromisos laborales. Es crucial priorizar la entrega de explicaciones en lugar de imponer prohibiciones, ya que esto evita que los niños busquen información en fuentes poco confiables (Luisi, 2013). La pornografía, como indican Moreno et al., (2024), introduce distorsiones que pueden influir negativamente en la percepción y comportamiento sexual de los jóvenes. Por lo tanto, es fundamental que los padres reciban apoyo de redes y personas capacitadas para abordar esta tarea de manera efectiva. La participación activa de los jóvenes, considerando sus intereses y actividades, también desempeña un papel crucial en este proceso educativo (Luisi, 2013; Moreno et al., 2024).

Según la UNESCO (2012), la integración de educación sexual en el currículo escolar tiene un impacto positivo en la salud de los adolescentes al fomentar prácticas preventivas, que conllevan a una reducción en la

incidencia de embarazos no deseados y las ITS. Esta perspectiva se complementa con lo establecido en la Ley 20.418 del año 2010, que establece que la implementación de programas de educación sexual debe adecuarse a las convicciones y valores propios de cada institución educativa, trabajando en colaboración con los centros de padres y apoderados respectivos (Ministerio de Salud, Gobierno de Chile, 2010).

Con base en el trabajo de Obach et al., (2017), que destaca una percepción negativa de los adolescentes hacia la educación sexual recibida, se señala la necesidad de una formación más completa en salud sexual y reproductiva. Esto significa que se deberían abordar tanto los aspectos biológicos como los emocionales y afectivos de la sexualidad, superando enfoques conservadores centrados únicamente en los riesgos asociados. En este contexto, se reconoce que tanto los padres como la escuela juegan un papel fundamental como pilares clave en la formación integral de los adolescentes en este aspecto de la vida. La falta de comunicación entre los adolescentes y sus padres, agrava las deficiencias en la educación sexual escolar, lo que resalta la importancia de fortalecer la colaboración entre la familia y la institución educativa para proporcionar una educación sexual más efectiva y completa.

En Chile, la formación sexual de niños y jóvenes ha generado diversas opiniones en cuanto a su obligatoriedad en las escuelas y a una edad temprana. Según Rivera et al., (2016), la educación sexual ha sido criticada por tener un enfoque reduccionista, centrado en lo informativo-preventivo y con una perspectiva conceptual biologizante. Además, se han dejado de lado aspectos sociales, culturales, valóricos y de sexo-género. Por otro lado, Martínez et al., (2013) señalan que la formación inicial del profesorado en educación sexual es heterogénea, ya que aborda aspectos puntuales de la sexualidad como la anatomía, la psicología, los roles de género y la salud, sin lograr una integración completa de todos estos aspectos. Sin embargo, lo que se propone en este trabajo, basado en las opiniones de los estudiantes participantes, lo verdaderamente prioritario no es quién imparte la educación sexual, sino que esta se lleve a cabo de manera adecuada, sin eufemismos y acorde a la edad de los jóvenes. En pleno siglo XXI, a juicio de los participantes de esta experiencia, la sexualidad sigue siendo un tema de escasa conversación y un tabú que persiste en la sociedad chilena. Es crucial reconocer que la educación sexual es una necesidad urgente y una responsabilidad compartida entre la familia, la escuela y la sociedad en su conjunto (UNESCO, 2018). Superar estos tabúes y garantizar que los jóvenes reciban información precisa y completa es fundamental para promover relaciones saludables y decisiones informadas sobre su sexualidad.

Descripción de la experiencia de aula

Considerando lo expuesto anteriormente, este trabajo se enfocó en la creación de un espacio de diálogo dentro del Colegio Constitución, donde los estudiantes pudieran expresar sus inquietudes sobre sexualidad, compartir sus perspectivas y proponer soluciones basadas en su propia experiencia y autoaprendizaje. Este espacio tomó la forma de un conversatorio dirigido a padres, familiares, docentes y compañeros del colegio, proporcionando un ambiente seguro para discutir temas relevantes y plantear propuestas constructivas.

El contexto de esta experiencia se enmarca en la asignatura del plan electivo Participación y argumentación en democracia, dirigida a estudiantes de Tercer Año Medio, con edades comprendidas entre los 16 y 17 años. La asignatura se centra en desarrollar las habilidades de argumentar de manera efectiva, analizar distintos puntos de vista y generar discusiones fundamentadas en evidencia, para construir colectivamente conclusiones, soluciones, acuerdos en torno a temas controversiales de la vida y la sociedad actual.

El problema central que abordó esta experiencia fue la dificultad mencionada por los alumnos y alumnas para hablar abiertamente sobre sexualidad en sus entornos inmediatos como lo son la familia y el colegio, contextos en los que más expectativas ellos depositan sobre el mundo adulto con el cual se relacionan, esto

es, padres, familiares, profesores, entre otros. Sumándose a ésta, la tendencia a reducir el concepto de sexualidad únicamente al acto sexual.

Estos temas representan desafíos importantes en el proceso de formación de los adolescentes, siendo abordados por los participantes de manera reflexiva y crítica mediante la investigación de fuentes bibliográficas y conversaciones dialogadas a partir de las propias experiencias, para dar paso a un producto final que termina siendo su propuesta discursiva para ser presentada públicamente ante la comunidad educativa.

La metodología utilizada en esta experiencia tuvo un enfoque participativo y colaborativo, ya que involucró la contribución de los participantes en diferentes etapas del proyecto. Además, fue interdisciplinaria, pues combinó la investigación, la redacción, la preparación de discursos, el diseño gráfico y la organización de eventos. También se destaca por ser sistemática, al dividir el proceso en etapas claras y definidas con un cronograma específico. Por último, fue evaluativa, al incluir una etapa dedicada a la evaluación de la actividad, lo que permite la retroalimentación y mejora continua.

En esta actividad participaron los 11 alumnos del electivo de Tercer Año Medio, quienes, guiados por la profesora responsable, Carmen Gloria Núñez Avendaño, definieron en conjunto, roles y funciones para cada una de las etapas del proyecto; entre las cuales se encuentran: charlistas, registro visual, presentadores, moderador, encargados de sala y público y redactores de proyecto y libretos.

El proyecto contempló a su vez 6 etapas que se detallan a continuación:

Etapas:
Etapa 1: Lluvia de ideas y diagnóstico (Figura 1)

- Fecha: 28 de septiembre al 4 de octubre de 2023

Etapa 2: Investigación y redacción del proyecto

- Fecha: 5 de octubre al 25 de octubre.

Etapa 3: Construcción de los discursos de controversia (Figura 2)

- Fecha: 26 de octubre al 9 de noviembre.

Etapa 4: Diseño y difusión de la actividad (Figura 3)

- Fecha: 15 de noviembre al 23 de noviembre.

- Sub-etapa: Simulacro de charlas, misma fecha.

Etapa 5: Realización del conversatorio (Figura 4)

- Fecha: 29 de noviembre al 4 de diciembre.

Etapa 6: Evaluación de la actividad

- Fecha: 30 de noviembre al 6 de diciembre.

Figura 1
Lluvia de ideas y diagnóstico



Fuente: Fotografía Núñez (2023)

Figura 2
Construcción de los discursos de controversia



Fuente: Fotografía Núñez (2023)

Figura 3
Diseño y difusión de la actividad y simulacro de charlas



Fuente: Fotografía Núñez (2023)

Figura 4
Realización del conversatorio



Fuente: Fotografía Núñez (2023)

El objetivo general de la experiencia fue crear un espacio de conversación dentro de la comunidad escolar, para facilitar el intercambio de ideas, promover la reflexión y propiciar el diálogo razonado en un ambiente respetuoso, participativo y democrático.

Los objetivos específicos fueron:

1. Construir posturas propias sobre la problemática de la sexualidad, basadas en la investigación de fuentes, evaluación de argumentos y confrontación de evidencia.
2. Generar preguntas, hipótesis y conclusiones colectivamente a partir de discusiones argumentadas y razonadas.
3. Participar de manera autónoma y proactiva tanto en el trabajo colaborativo como en el individual, para llevar a cabo eficazmente el proyecto.

Los resultados de la experiencia se pueden categorizar en tangibles e intangibles y se describen a continuación:

Tangibles: La experiencia se concretó a través de varios productos, que incluyen:

- Conversatorio sobre formación sexual: Evento central de la experiencia, que facilitó el intercambio de ideas y la reflexión sobre la sexualidad en un ambiente abierto, respetuoso y seguro para los participantes y la comunidad escolar.
- Proyecto escrito: Documento que sintetiza las etapas de la experiencia pedagógica.
- Discursos de controversia: Ponencias finales que recogen las investigaciones, argumentos y conclusiones sobre las problemáticas abordadas para las discusiones, así como los argumentos contrastantes para promover el debate crítico y la reflexión desde diferentes perspectivas sobre la sexualidad (Ver anexo).
- Afiches de promoción de la actividad: Material visual diseñado por los estudiantes para difundir y promover el conversatorio entre la comunidad escolar.
- Registro visual: Imágenes y videos del conversatorio y actividades relacionadas para documentar y compartir la experiencia.
- Invitaciones: Tarjetas impresas y entregas personales destinadas a los participantes del conversatorio (profesores, directivos, padres y apoderados, directivas de cursos menores hasta primer año medio).

Intangibles: Además de los productos tangibles, los estudiantes lograron aprendizajes valiosos tanto para su etapa de desarrollo como para la vida, dado que esta experiencia potenció también su autoestima y valía como seres con capacidad de propuesta frente al mundo adulto. Dentro de lo más significativo, se puede destacar:

- Expresión de opiniones y vivencias personales: Los estudiantes expresaron sus opiniones y puntos de vista de manera respetuosa y consistente frente al mundo adulto, legitimando su posición como adolescentes.
- Acogida del público asistente: Los padres y asistentes participantes se mostraron receptivos, realizando preguntas reflexivas y asumiendo compromisos. Además, valoraron la experiencia al ver a sus hijas e hijos empoderados y preparados en el tema de la sexualidad.
- Cumplimiento curricular y resultados pedagógicos: La experiencia cumplió con los objetivos de la asignatura electiva, permitiendo a los estudiantes levantar propuestas, impactar en la comunidad y generar reflexiones. Además, se dejó abierta la posibilidad para futuras intervenciones relacionadas con el tema.

Los resultados obtenidos resaltan la necesidad de brindar a los estudiantes espacios donde puedan abordar la temática de la sexualidad de manera abierta y adecuada a su edad, evitando así la formación de expectativas erróneas y la adopción de comportamientos inadecuados. Además, los padres y apoderados reconocen la importancia de estas conversaciones, aunque señalan la falta de herramientas para abordar correctamente este tema con sus hijos.

Reflexiones

Con base en los resultados de la experiencia y la información recopilada, se enfatiza la importancia de la generación de espacios de conversación abiertos y respetuosos sobre la formación sexual. Como señala Amnistía Internacional (2019), es fundamental romper con los tabúes y prejuicios que rodean este tema, permitiendo que los estudiantes expresen sus inquietudes y compartan puntos de vista. Esta apertura al diálogo es crucial para abordar adecuadamente la sexualidad en la juventud y fomentar una comprensión saludable de este tema y sin estigmas (El Mostrador, 2020).

Esta experiencia releva la importancia que adquiere el espacio de discusión dialogada dentro del aula en la que el rol docente es fundamental para generar un ambiente de confianza y de respeto por la exploración y búsqueda de las propuestas temáticas que son de interés de los estudiantes, así como el incentivar la expresión fundada de sus ideas, la escucha respetuosa de opiniones diversas y también complementarias, para ampliar la visión de mundo, contrastar las propias convicciones o reflexionar sobre otras formas de percibir un mismo fenómeno o conducta, reforzando además valores universales.

Además, se destaca la necesidad de hablar de sexualidad sin censura y adaptado a la edad de los jóvenes para evitar la formación de falsas expectativas y la adopción de comportamientos erróneos. De acuerdo con Council of Europe (s.f.) y González et al., (2017), se debe generar un ambiente seguro y propicio para el diálogo sobre la sexualidad promoviendo una educación sexual integral y empoderando a los jóvenes para tomar decisiones informadas y saludables en esta área.

También se resalta la importancia de involucrar a los padres y apoderados en estas conversaciones. Si bien los padres reconocen la importancia de hablar sobre sexualidad enfrentan dificultades para hacerlo ya sea por la falta de tiempo, herramientas o recursos adecuados. Según El Mostrador (2020) y PEREDA (2023), el proporcionar a los padres y apoderados las herramientas necesarias para abordar el tema de la sexualidad de manera efectiva con sus hijos permitirá fortalecer la comunicación familiar y apoyar el desarrollo saludable de los adolescentes en esta área de sus vidas.

En relación a la actividad realizada, los estudiantes involucrados en esta experiencia participaron de los *focus group* iniciales, escucharon las opiniones de sus compañeros y compañeras, encontrando y descubriendo, mediante el diálogo razonado que las inquietudes y problemáticas propuestas les eran más comunes de lo que suponían al inicio, dándoles un sentido de identidad con el tema elegido, lo que les ayudó a formalizar su propuesta final bajo la forma de un conversatorio.

Las propuestas temáticas del conversatorio sobre educación sexual permitieron expresar abiertamente las inquietudes y opiniones de los estudiantes, de manera respetuosa y consistente frente a sus apoderados y público. Se observó participación y compromiso de los padres y asistentes, quienes hicieron preguntas, reflexionaron y asumieron el compromiso de llevar a cabo tareas relacionadas con la educación sexual de sus hijos.

Una proyección que surge de esta experiencia es la implementación de programas educativos y participativos sobre formación sexual tanto para estudiantes como para padres y apoderados. Estos programas podrían incluir talleres, charlas informativas y espacios de diálogo que aborden temas relevantes de manera abierta y respetuosa. Además, se podría considerar la incorporación de recursos y herramientas específicas para facilitar estas conversaciones, como guías de discusión, material educativo y/o asesoramiento profesional.

Referencias Bibliográficas

- Amnesty International. (2019, febrero 20). Argentina: The ignored law of Sexual Education. <https://www.amnesty.org/en/latest/education/2019/02/argentina-fighting-for-sexual-education/>
- Council of Europe. (s.f.). Sexuality - gender matters - www.coe.int. Gender Matters. <https://www.coe.int/en/web/gender-matters/sexuality>
- Dides, C., Benavente, M. y Morán, J. (2009). Estado de la vinculación de la salud sexual y reproductiva, VIH y SIDA e ITS en Chile. Programa Género y Equidad, FLACSO-Chile. www.flacso.cl
- El Mostrador. (2020, julio 17). Hablar sobre sexualidad continúa siendo un tabú: los pendientes de la educación sexual en Chile. <https://www.elmostrador.cl/braga/2020/07/17/hablar-sobre-sexualidad-continua-siendo-un-tabu-los-pendientes-de-la-educacion-sexual-en-chile/>

- González, V., Orcasita, L., Carrillo, J. y Palma, D. (2017). Comunicación familiar y toma de decisiones en sexualidad entre ascendientes y adolescentes. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 15(1), 419-430. <http://dx.doi.org/10.11600/10.11600/1692715x.1512605022016>
- Luisi, V. (2013). Educación de la sexualidad en el contexto familiar y escolar. *Educere*, 17(58),429-435. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=35630404006>
- Martínez, J., González, E., Vicario, I., Fernández, A., Carcedo, R., Fuertes, A. y Orgaz, B. (2013). Formación del profesorado en educación sexual: pasado, presente y futuro. *Magister*, 25(1), 35-42. [https://doi.org/10.1016/S0212-6796\(13\)70005-7](https://doi.org/10.1016/S0212-6796(13)70005-7)
- Ministerio de Salud, Gobierno de Chile. (2010, enero 28). Ley 20.418: Fija normas sobre información, orientación y prestaciones en materia de regulación de la fertilidad. Congreso Nacional de Chile. <https://www.bcn.cl/leychile/navegar/imprimir?idNorma=1010482&idParte=8850470>
- Moreno, C., Leal, E. y Sánchez, I. (2024). Reflexiones en torno al impacto de la pornografía en la sexualidad de los chicos y las chicas adolescentes. *Cuadernos del Audiovisual del Consejo Audiovisual de Andalucía*, (11), 49-72. <https://dx.doi.org/10.62269/cavcaa.9>
- Obach, K., Sadler, M. y Jofré, N. (2017). Salud sexual y reproductiva de adolescentes en Chile: el rol de la educación sexual. *Revista de Salud Pública*, 19(6), 848-854. <https://doi.org/10.15446/rsap.v19n6.70023>
- OMS. (1995). Womens Health. Position Paper for the IV World Conference on Women. Beijing. China. <https://iris.who.int/handle/10665/59527>
- PEREDA. (2023, diciembre 29). Educación sexual para padres: Orientación y consejos prácticos. https://iespereda.es/educacion-sexual-para-padres-orientacion-y-consejos-practicos/?expand_article=1
- Rivera, M., Sepúlveda, P. y Camacho, J. (2016). Educación sexual más allá de lo biológico. *Bio-grafía*. 9(16), 131-146. <https://doi.org/10.17227/20271034.vol.9num.16biografia131.146>
- UNESCO. (2012). Programas Escolares de Educación Sexual, Análisis de los Costos y la Relación Costo-Eficacia en Seis Países. <http://unesdoc.unesco.org/images/0020/002070/207055s.pdf>
- UNESCO. (2018, mayo 14). Sexuality education: ecosystem that prepares teenagers for adult life. <https://iite.unesco.org/highlights/sexuality-education-ecosystem/>

Anexo

Charla grupo 1:

Formación sexual ¿Un tema que aún incomoda? Consecuencias y desafíos.

Si hablamos de conversaciones incómodas, sin duda alguna, la sexualidad es una de ellas. Pero, la pregunta es por qué... Por qué, en pleno siglo XXI, éste todavía sigue siendo un tema tabú, o al menos, uno del cual no se habla libremente en los espacios por definición destinados a la instrucción y el modelaje de conductas como son la familia y la escuela.

La respuesta que como grupo nos damos es que aún en esta época, no hemos podido avanzar en ciertas temáticas todavía sensibles. Ya son siglos y siglos de desconocimiento, generaciones y generaciones presas del tabú, la vergüenza, el pudor, o quizás el no saber ni cómo ni cuándo dar el primer paso para hablar de ellos con sensatez y verdad.

La conversación es un espacio en que, entre muchas otras cosas, se crean lazos de confianza, y es en ella donde padres e hijos pueden llegar a romper largas cadenas de censura y tabú, arrastrados por generaciones. Lamentablemente, se tiende a pensar que el sólo hecho de poner sobre la mesa este tipo de temas es una manera de fomentar su práctica, algo que es absolutamente lo contrario.

Las conversaciones son oportunidades valiosas para educar, comprender y, en última instancia, promover una sociedad más abierta. Y a nuestro parecer, en cuanto a sexualidad, siempre es mejor hablarlo que no hacerlo, porque ¿quiénes podrían ser mejores interlocutores que los adultos que conforman nuestro círculo más íntimo? ¿Podríamos siquiera dudar de que no tienen buenas intenciones en sus pláticas y consejos? Claramente no. Es más probable que intenciones no tan puras las encontremos en fuentes de dudosa ética o experiencia como las redes e internet, que en nuestra propia familia.

Por ello, como jóvenes, nos resulta inquietante y a la vez incomprensible hasta cierto punto, el que en este tema se sigan asumiendo conductas y acciones que en la práctica no suceden. Los jóvenes no funcionamos en el deber ser y mucho menos caemos en el estándar de lo esperado.

Según cifras del INJUV, el 83% de los jóvenes accede a información de sexualidad a través de redes sociales y un 71% lo hace por medio de páginas de internet; medios totalmente informales, en los cuales, la información falsa pasa totalmente desapercibida.

La pregunta que cabe hacerse es por qué ocurre esto. Lo decíamos al principio, porque esta temática sigue teñida de un manto de morbo y malignidad que hasta ahora ha sido imposible de eliminar.

Lo sabemos de primera mano, porque bastó con unos pocos minutos de compartir nuestras experiencias entre compañeros del electivo, para constatar que a ninguno de nosotros se nos habló como hubiéramos esperado e incluso hubo a quienes ni siquiera se les habló del tema.

Una consecuencia grave que se genera a partir de lo anterior es la hipersexualización que se manifiesta de diversas maneras. Esto puede afectar a muchos jóvenes, acercándolos peligrosamente a la pornografía y a sitios web con alto contenido erótico. La desinformación y la curiosidad propias de la edad, los empuja a explorar muchas de estas páginas tan explícitas y tan carentes de realidad. Lo realmente peligroso de esta situación es que al no tener referentes reales, los adolescentes y jóvenes somos presa fácil de esta industria y

podemos caer erróneamente en expectativas infundadas y fantasías tan irreales que pueden hacernos mucho daño al no cumplir con esos estándares falsos y marketeados del porno y lo que es peor, al reducir el concepto de sexualidad a sólo el acto sexual.

La 'sexualidad' según entendemos, es una dimensión central del ser humano que incluye: conocimiento del propio cuerpo y nuestra relación con este; lazos afectivos y amor; sexo; género; identidad de género; orientación sexual; intimidad sexual; placer y reproducción. Como vemos, es muy amplio e involucra muchos aspectos de nuestro desarrollo individual o social. Es un concepto que nos acompaña a todos, desde la más temprana infancia, y que, como ya se dijo, incluye algo tan básico como el propio conocimiento del cuerpo.

Siendo la familia el núcleo principal de una persona a la hora de determinar cada aspecto en su vida, siendo nuestros padres, los primeros maestros, creemos que es en este seno donde primero debemos recibir las herramientas para desenvolvernos, puesto que los padres son los artífices de la conciencia moral de los hijos, y por ende, existe la responsabilidad de enseñar cómo actuar también en el área sexual que a esta edad comenzamos a explorar.

¿Cuántos de los aquí presentes creen honestamente que sus hijos están preparados para tener su primera relación sexual? Pregunto porque, retomando el tema de la pornografía, es lógico que este contenido termine por contaminar de falsas expectativas nuestra visión sobre la otra persona, la sexualidad y el acto sexual, causando probablemente decepción, inseguridad o frustración por ambas partes. Y no, no les estoy echando la culpa. Lo que intentamos es visibilizar un sentir, una temática que es parte de nuestra realidad ahora y lo será mañana, no sin costes. Todos somos herederos de esta culpa, porque debemos comprender que quien carga con la responsabilidad del desconocimiento y la ignorancia, son los años y años de pudor que terminan no hablando del tema, una cultura cobarde que prefiere ocultarse en el silencio, que enfrentar la incomodidad. Y es ese el enemigo común al que debemos apuntar.

Nosotros, padres e hijos, tenemos la valiosa oportunidad de romper este ciclo, de acabar con el tabú que significa hablar de sexualidad, y todo ello con la gran herramienta que es la conversación. Hay una conversación cuando hay una mala nota; hay conversación cuando hay que premiar o castigar; hay conversación en la mesa, al almuerzo o la once; hay conversación en un viaje, y hay conversación en casi todo aspecto de la vida. Sin embargo, ¿La formación sexual no merece un espacio de conversación? Nos resulta ilógico, y hasta irresponsable. ¿No nos resultaría absurdo esperar de un recién nacido que comience a correr sin antes haberle enseñado a caminar? ¿No sería disparatado esperar que un hijo aprenda a tocar la Marcha Turca de Mozart, habiéndole ocultado toda su vida que los pianos existen? Pues igual de incoherente es esperar que una vida sexual desinformada y casi oculta sea segura.

Nos sentimos inquietos, atorados, preocupados. Se espera de nosotros que iniciemos una vida sexual con herramientas sacadas de no sé dónde, con cuidados enseñados muy recatadamente en clases y tal vez en casa. Y con esto se nos deja en un estado de latencia e inseguridad, del que nos toca salir como mejor podamos por medios propios, y muchas veces insuficientes. Es aquí donde se nos presenta un primer gran desafío: Debemos conversar y derrotar al silencio a través de la palabra y el diálogo franco.

Como se dijo al inicio, es necesario acabar con largas cadenas de autocensura y tabú. No queremos ser parte de una sociedad que sigue relegando este tema a la penumbra, limitando nuestro desarrollo integral como seres humanos. Confiamos en la familia como el primer espacio para generar confianza y plantear nuestras dudas e inquietudes. Confiamos en que ustedes, los adultos, sabrán buscar las herramientas que se adecuen a cada uno de nosotros, para que esta comunicación sea efectiva, sea enriquecedora, y sea el primer paso para avanzar hacia una juventud y una persona plena con una vida sexual saludable y segura.

Muchas gracias!

Charla grupo 2:

Sexualidad más allá del sexo. Responsabilidad afectiva

Sexualidad...

¿Cuáles son las imágenes comunes cuando escuchamos esta palabra? Probablemente, la mayoría de las personas la asocia al sexo, a la erotización o simplemente a los órganos reproductores femenino y masculino. Sin embargo, y lejos de lo que se pudiera pensar, para nosotros, los jóvenes, la sexualidad conlleva algo mucho más importante y que tiene que ver con la responsabilidad afectiva.

Para nosotras las jóvenes, en particular, el perder nuestra virginidad, por ejemplo, va directamente relacionado con una presión social que es ejercida mayoritariamente por nuestros propios pares y parejas, ¿A qué me refiero con presión social? a cosas tan simples como “¿Estás pololeando y todavía eres virgen?” “ahhh quieres llegar virgen al matrimonio” o acciones como excluirte de grupos o conversaciones porque no has iniciado tu vida sexual. Esta presión no es excluyente para los hombres, sin embargo, en su caso, el perder la virginidad es diferente, ya que, a diferencia de la mujer, esto goza de cierto prestigio: “Este es mi campeón”, “hijo de tigre”, o entre pares, sinónimo de ser bacán o popular, cuestión que a la larga y culturalmente, termina validando socialmente en lugar de ser criticado como ocurre con las niñas que tienen una vida sexual activa.

Si bien esta realidad supone un tema cultural que se arrastra por los siglos de los siglos y que deja al descubierto nuevamente una gran desigualdad de género, a la inversa, para los varones que son más tímidos o para quienes les cuesta entablar relaciones con niñas de su edad y lo hacen más tardíamente, el rechazo o aislamiento social que proviene de sus propios compañeros o pares, puede causar mucho daño y disminuir su autoestima, ya que también son motivo de burlas o exclusiones.

Lamentablemente cuando se habla de cuidado responsable en las relaciones sexuales, mayoritariamente solo se pone énfasis en el uso de preservativos, pero lo que casi nadie advierte es que las relaciones sexo-afectivas también conllevan el componente emocional y psicológico, una responsabilidad que es necesario visibilizar, destacar y por supuesto, educar.

En la pre adolescencia y adolescencia somos de por sí un balancín de emociones, pero nadie del mundo adulto nos instruye cómo administrarlas o peor aún, nuestras emociones y sentimientos ni siquiera son validados. A menudo recibimos más críticas o descalificaciones que consejos o indicaciones de cómo desenvolvernos: “déjalo, ya anda en la luna”, “se quedó pegado”, “parece que todavía sigue en la edad del pavo”, “ya anda con la tontera otra vez”, “no se le puede decir nada, que explota”... ¿Les suena conocido?

Si nadie conversa estos temas ni propicia instancias para dialogar al respecto, Entonces, ¿cómo se supone que aprendamos?, tristemente, a la gran mayoría de nosotros nos toca aprender por ensayo y error, lo que no siempre trae buenas consecuencias.

A esta edad necesitamos que se nos escuche, necesitamos poder compartir con alguien nuestras dudas, inquietudes y miedos. Necesitamos orientación de quienes ya han vivido esta etapa, hablar llanamente, sin infantilismos, eufemismos o sesgos que nos permitan actuar responsablemente.

Por responsabilidad afectiva entendemos el acto de reconocer y asumir que nuestras acciones causan emociones en las personas con las que nos relacionamos. Esta responsabilidad se basa en el cuidado mutuo y el respeto de las emociones que surgen entre las personas que forman una relación, relación que se construye con otro y no solo desde nuestra individualidad. Esto nos obliga a considerar al otro como un igual, como un ser importante, cuyos sentimientos y emociones son tan válidos como los míos. Este solo ejercicio implica

escuchar y acompañar las necesidades de la otra persona, promoviendo la creación de acuerdos y responsabilizándonos de los actos que pueden afectarle, así como también implica, aprender a comunicar nuestras intenciones con transparencia, para no crear falsas expectativas al construir y sostener relaciones afectivas.

¿Y cómo se supone que aprendamos esto? El solo hecho de ir creciendo, como erróneamente muchos creen, no trae aparejado de manera automática estos aprendizajes ni tampoco, necesariamente, la madurez. Esas frases como “Ya se le va a pasar”, “algún día tendrá que madurar”, sólo dejan en tierra de nadie o del azar, el éxito de nuestras futuras relaciones interpersonales.

Desde un punto de vista psicológico, la falta de compromiso en las relaciones afectivas, por lo general, se deben a patrones de conducta que se han aprendido mal o no existen. La incapacidad para vincularse con otro de manera profunda o el miedo a hacerlo para no salir dañado, llevan incluso a reducir la sexualidad solo al sexo ocasional, aumentando en estas personas la sensación de insatisfacción y vacío, que luego intentan llenar con estímulos cada vez más fuertes o bien los lleva a exacerbar su individualismo, priorizando sus necesidades y deseos por sobre los del otro, creando relaciones utilitaristas y sin apego emocional alguno.

Es importante mencionar y comprender que las relaciones de nuestros padres sirven de referente para nuestras propias relaciones y cómo las llevaremos a cabo tanto de forma positiva como negativa, por lo que aunque en nuestros hogares no se hable de sexualidad y relaciones de pareja, finalmente terminamos repitiendo estos patrones. Sigmund Freud, el padre del psicoanálisis, decía que la elección de pareja permanente, es decir, aquella con la que pretendemos estar por el resto de nuestras vidas, obedece más a factores psicológicos que poseen los padres, puesto que estos fueron el primer objeto de amor de las personas.

Por lo que aquí radica la importancia de que a los jóvenes se nos hable de sexualidad con responsabilidad afectiva, para formar personas emocionalmente preparadas para llevar una relación amorosa.