

Talleres simultáneos

Sexualidad

M. GARCÍA RUIZ

Consejo de la Juventud del Principado de Asturias

LA EDUCACIÓN SEXUAL

Desde la sexología, hablar de **educación sexual** es, fundamentalmente, hablar del “hecho sexual humano”, es hablar de chicos y chicas, de hombres y mujeres que son sexuados, que se viven como sexuados y que se expresan y se relacionan como tales. Por eso el objetivo de la Educación Sexual no es otro que el contribuir a que esos chicos y chicas aprendan a conocerse, a aceptarse y a expresar su erótica de modo que se sientan felices.

La educación sexual desde este planteamiento contribuye a que cada uno pueda disfrutar de su sexualidad, así como a evitar los embarazos no deseados, la transmisión de infecciones y otros problemas que no se desean.

El “hecho sexual humano” abarca a todos y a todas, se trata de hablar de sexualidades en plural, de las personas de edades, culturas, capacidades y realidades diferentes.

Plantear la educación sexual desde el marco del “hecho sexual humano” como el “hecho de los sexos” requiere tener en cuenta sus tres realidades: la sexuación, la sexualidad y la erótica.

El proceso de **sexuación** se refiere a construirse como hombre o como mujer, como proceso que se inicia en la fecundación y que no acabará hasta la muerte. En este proceso se van concatenando toda una serie de niveles o estructuras que progresivamente van sexuando al individuo.

Todos estos elementos estructurales y estructurantes del sexo llevan a uno de los dos resultados: hombre o mujer. Y, por supuesto, cada uno de los dos estará lleno de matices porque estamos hablando de muchos niveles que son los que intervienen en el proceso (cromosómico, hormonal, gonadal, de asignación de sexo, crianza diferencial...). De forma que cada cual se situaría en un punto del continuo. Hay muchas maneras de “estructurarse” como hombre y muchas maneras de hacerlo como mujer.

De cara a nuestro trabajo en educación sexual, tendríamos que tener en cuenta que lo hacemos con seres únicos e irrepetibles, desde cada proceso peculiar y particular y reconocer ese valor.

La **sexualidad** es la manera que cada persona tiene de vivir “el hecho de ser sexuado”. Es una categoría subjetiva y no hace referencia exclusivamente a planteamientos anatomofisiológicos. La referencia más clara de la sexualidad son “las vivencias” y cómo cada cual se siente en su intimidad y cómo va viviendo ese proceso de construcción en hombres y mujeres. Es la manera propia de verse, sentirse y vivirse como ser sexuado, como uno de los dos sexos. El terreno de la sexualidad es el de lo peculiar, de las sexualidades en plural. La vivencia del hecho de ser sexuado como hombre o como mujer podrá ser sentida en su matiz homosexual o heterosexual.

La **erótica** se refiere a la forma concreta de expresar lo anterior, lo que somos y lo que vivimos, con múltiples for-

Correspondencia: D^a Mercedes García Ruiz. Psicóloga-Sexóloga. Consejo de la Juventud del Principado de Asturias. Oviedo
Correo electrónico: mgarcia@cop.es

© 2007 Sociedad de Pediatría de Asturias, Cantabria, Castilla y León
Éste es un artículo de acceso abierto distribuido bajo los términos de la licencia Reconocimiento-NoComercial de Creative Commons (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/2.5/es/>), la cual permite su uso, distribución y reproducción por cualquier medio para fines no comerciales, siempre que se cite el trabajo original.

mas de expresión y que es personal y particular. En el desarrollo de la erótica entran en juego muchos factores, pero también los propios valores y creencias, la forma de pensar y de entender las relaciones sexuales y las relaciones de pareja, los sentimientos y la importancia que se dé a los mismos, así como todas las demás cosas que se puedan considerar importantes. De todo esto, así como de otras influencias, acabará surgiendo un tipo de erótica propia.

También son importantes otros planos de trabajo como podría ser el *Ars Amandi*, es decir, “los *modus operandi*” o la importancia de la relación de pareja y todos los aspectos que rodean la relación.

OBJETIVOS DE LA EDUCACIÓN SEXUAL

El objetivo último de la Educación Sexual es que cada cual aprenda a conocerse, aceptarse y a vivir y expresar su erótica de modo que se sienta a gusto. Este gran objetivo se concreta en objetivos más pequeños:

- Asumir positivamente el “hecho sexual humano” y los procesos de sexuación.
- Posibilitar la aceptación personal de la sexualidad en todas sus dimensiones como fuente de placer, salud, afectividad y fecundidad.
- Comprender y conocer el desarrollo sexual humano.
- Tomar conciencia y aceptar la figura corporal.
- Desarrollar la autoestima, asumiendo una identidad sexual libre de elementos discriminatorios.
- Comprender y conocer los mecanismos de la reproducción para asumir esta capacidad con responsabilidad.
- Conocer y analizar el deseo sexual humano, su orientación y sus manifestaciones.
- Conocer los elementos básicos de la “respuesta sexual” y los afectos y emociones asociados.
- Reconocer las necesidades afectivas y su evolución.
- Desarrollar habilidades como la comunicación, la empatía, la expresión emocional, que permitan vivir la erótica y las relaciones personales de manera adecuada.
- Aprender a reconocer las situaciones de riesgo del comportamiento sexual.
- Desarrollar estrategias personales y colectivas para el análisis y la resolución de problemas que se pueden presentar en torno a la sexualidad.

Por otro lado, de cara a incluir estos objetivos en programas educativos, tendremos que tener en cuenta algunos objetivos y estrategias pedagógicas:

- Asegurar la construcción de aprendizajes significativos.
- Contextualizar los procesos de enseñanza- aprendizaje.
- Tener en cuenta las características de cada grupo.
- Facilitar la globalización de aprendizajes.
- Trabajar con los grupos potenciando los procesos autónomos y cooperativos.
- Trabajar la educación sexual desde el grupo de iguales.
- Desarrollar la intervención en un ambiente abierto.
- Utilizar diferentes materiales didácticos teniendo en cuenta el objetivo de la actividad, el momento de trabajo, el grupo.
- Desarrollar una labor evaluadora en función de los objetivos planteados.

EL PAPEL DE LOS EDUCADORES Y EDUCADORAS EN LA EDUCACIÓN SEXUAL

Se trata de ayudar a buscar respuestas más que encontrarlas o dar las respuestas. Estimular la reflexión para motivar a seguir aprendiendo y favorecer que surjan las preguntas de cada uno y puedan ir resolviéndolas. Se trata sobre todo de sembrar inquietudes. Cada chico y cada chica han de convertirse en una fuente de aprendizaje, que aprenda a aprender, que sepa escuchar a los otros y que vaya construyendo sus propios aprendizajes.

Tener unos mínimos conocimientos de sexología y de pedagogía nos ayudarán en esta tarea. Es importante saber dónde derivar y conocer los recursos de la zona. Es importante adaptarse a las necesidades de las personas y a la realidad del contexto, teniendo en cuenta los otros contextos en los que los chicos y chicas viven para sumar fuerzas y no para competir o descalificar. Lo más frecuente es que las demandas lleguen desde la urgencia, pero lo urgente es diferente de los objetivos de la educación sexual y, aunque podamos abordar lo urgente, es importante no perder de vista el objetivo de la educación sexual. Los procedimientos y las técnicas tienen sentido como apoyo o medio para realizar esa labor educativa.

En educación sexual hablaremos de cambios biofisiológicos, de fisiología de la reproducción, de la fisiología

del placer, del deseo, de la orientación, de los afectos y de la atracción, del enamoramiento, del amor, y de la salud.

LA IMPORTANCIA DEL GRUPO DE IGUALES

La adolescencia se caracteriza por una fuerte necesidad de integración dentro del grupo de iguales. En esta etapa el grupo cumple un importante papel como soporte afectivo, protector, que actuará como marco de referencia para el desarrollo de valores, actitudes y creencias, tanto personales, en lo que se refiere al individuo, como grupales, por lo que se refiere a la construcción social de los valores dentro del grupo. Así el sentimiento de pertenencia al grupo ocupa un papel fundamental y en ocasiones llevará a determinadas conductas para revalorizarse, o para sentirse aceptado por el propio grupo.

El grupo de iguales se configura así como fuente socializadora por antonomasia y la fuente donde el adolescente buscará su estatus y formará su autoconcepto. Dentro de su grupo configurará su identidad y compartirá sus sentimientos, sus dudas, sus temores y sus éxitos. A lo largo de esta etapa el grupo de iguales adquiere una especial relevancia, que se manifiesta por la necesidad de ser aceptado por el grupo y la búsqueda de su propia identidad dentro de él. Así, la información que les llegue a través de su grupo de iguales, sus "normas", ya sean éstas explícitas o implícitas, las considerará como las más certeras y veraces. El proceso de construcción de las normas dentro del grupo de pares se nutre, por un lado, de la percepción de las conductas que los otros llevan a cabo, de la comunicación que surge entre los integrantes del grupo fruto de la puesta en marcha de esas conductas, y de las conductas que lleva a cabo él o la joven.

Por todo ello, es importante trabajar, no sólo con él o la adolescente de forma individual, sino también con su grupo de referencia.

Así, la modificación y el cambio hacia comportamientos más seguros vendrán determinados en gran medida porque sus compañeros también adopten prácticas más preventivas, por un lado, y cuando las consecuencias que siguen a la adopción de medidas preventivas sean la aprobación y la normalización social, y no el rechazo.

EL TALLER DE EDUCACIÓN SEXUAL

Con el trabajo en educación sexual nuestro fin último es que los chicos y chicas aprendan a conocerse, a aceptarse y a expresarse de forma que se sientan felices. Para conseguir esto hay una serie de aspectos que nos proponemos de forma más concreta, como son:

- Favorecer la reflexión de los y las jóvenes sobre las formas de vivir y vivirse como seres sexuados teniendo en cuenta las peculiaridades personales.
- Favorecer actitudes positivas en torno a la sexualidad.
- Favorecer actitudes de empatía y respeto hacia las diferencias individuales.
- Proporcionar conocimientos sobre la sexualidad en los diferentes momentos evolutivos.
- Trabajar sobre las habilidades y el reconocimiento de los propios deseos (erótica), habilidades de comunicación, percepción del riesgo, detección de la presión del grupo de iguales, habilidades para trabajar la autoestima.
- Trabajar sobre las diferencias entre chicos y chicas en los distintos aspectos relacionados con la sexualidad y las prácticas sexuales.

Contenidos

- Aspectos relacionados con el "hecho sexual humano": sexuación, sexualidad y erótica. Actitudes hacia la sexualidad.
- Adolescencia y sexualidad.
- Identidad y orientación sexual. Roles de género.
- Percepción de riesgo y prácticas seguras.
- Habilidades de comunicación y de negociación.

Destinatarios/as

Los destinatarios finales de la intervención son los y las jóvenes que participan en los talleres de educación sexual y en espacios de educación formal y no formal con mediadores y mediadoras juveniles en educación sexual.

Para que la intervención desde la mediación sea de calidad es importante una formación previa por expertos en mediación y educación sexual, que tenga en cuenta el trabajo sobre las actitudes, los conocimientos y las habilidades de los y las mediadoras para que luego puedan trabajarlos con sus iguales.

Metodología

Los talleres son impartidos por mediadores y mediadoras juveniles en educación sexual previamente formados en el tema, siguiendo una metodología que potencia la participación activa del grupo y trabaja aspectos relacionados con actitudes, conocimientos y habilidades relacionados con la sexualidad. Los grupos que forman el taller están formados por 15 a 20 jóvenes.

Estructura

La intervención puede organizarse en módulos según la disponibilidad de tiempo, el grupo, el lugar y teniendo en cuenta algunos criterios: la intervención mínima propuesta sería un módulo de 3 horas. Siempre que sea posible, se planteará una intervención de al menos 9 horas y contando con mediadores en el grupo de iguales. Las dinámicas de trabajo son un recurso para trabajar los temas propuestos, y pueden organizarse según los objetivos que nos planteamos en cada taller y el tiempo del que se disponga.

Evaluación

La forma de trabajar y las dinámicas que planteamos en los talleres permiten una evaluación continua en el proceso respecto a sus actitudes, conocimientos y habilidades. Se realiza una evaluación al final de los talleres.

BIBLIOGRAFÍA

- Altable C. Educación Sentimental y Erótica para Adolescentes. Madrid: Niño y Dávila Editores; 2000.
- Amezúa E. Teoría de los Sexos. Revista Española de Sexología. Madrid: Incisex; 1999.
- Cruz Martín-Romo C. Guía para trabajar en el tiempo libre; la diversidad de orientación sexual: Consejo de la Juventud de España. Madrid; 2001.
- Cruz Martín-Romo. Educación de las Sexualidades. Revista Española de sexología. Madrid: Incisex; 2003.
- García Ruiz M, Dios del Valle R. Sexualidad y Discapacidad. FAP-DAS, 2002.
- Ilberman M. 101 actividades para la formación dinámica. Madrid: Editorial Centro de Estudios Ramón Areces; 2001.
- Jóvenes y sexualidad: algunas situaciones de exclusión. Madrid: Consejo de la Juventud de España; 2002.
- Landarroitajauregui J. Homos y heteros. Aportaciones para la teoría de la sexuación cerebral. Revista Española de Sexología 97-98, Madrid: Incisex; 2000.
- López F, Hernández A, Carpintero E, Soriano S, Fuertes A, Martínez JL. Educación sexual en adolescentes y jóvenes. Madrid: Siglo XXI; 1995.
- Sáez Sesma S. Los caracteres sexuales terciarios. Procesos de sexuación desde la teoría de la intersexualidad. Revista Española de Sexología 117-118. Madrid: Incisex; 2003.
- Situaciones embarazosas. Claves para situarse y prevenir embarazos. Consejo de la Juventud de España. Madrid; 2002.

GUÍAS DE REFERENCIA

- Educación sexual y mediación. Consejo de la Juventud del Principado de Asturias; 2004.
- Guía de mediadores para la prevención del VIH. Consejo de la Juventud del Principado de Asturias, Consejería de Salud del Principado de Asturias; 2002.
- Guía de la Prevención de la transmisión del VIH para mediadores y mediadoras, Consejo de la Juventud de España, Ministerio de Asuntos Sociales. Madrid; 2000.
- Guía didáctica: "El respeto a la orientación por la orientación sexual. Homosexualidad y Lesbianismo en el aula". XEGA 2002.
- Guía para trabajar en el tiempo libre la diversidad de Orientación Sexual. Consejo de la Juventud de España. Madrid; 2002.
- Guía de Orientación, Promoción y Educación para la Salud. Prevención del VIH/Sida. Claves Educativas. Cruz Roja Juventud. Madrid; 2003.
- Guía de Prevención de la Transmisión del VIH para mediadores y mediadoras juveniles. Consejo de la Juventud de España. Madrid; 2003.
- Trabajando la prevención de las drogodependencias en el tiempo libre. Consejo de la Juventud de España. Madrid; 2001.
- Guía didáctica de apoyo para el uso educativo de audiovisuales. Consejo de la Juventud de España. Madrid; 2001.
- Guía Didáctica para el uso educativo de cortometrajes para la prevención de la transmisión del VIH/SIDA- 2003. Consejo de la Juventud de España. Madrid; 2003.