



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 28 MARZO 2010

“EDUCACIÓN AFECTIVO-SEXUAL PARA ALUMNADO DE ESO”

AUTORÍA LIDIA RUIZ TRIVIÑO
TEMÁTICA ACCIÓN TUTORIAL, EDUCACION AFECTIVO SEXUAL
ETAPA ESO

Resumen

Desde el Departamento de Orientación, y en colaboración con los tutores de la ESO, se propone un Programa de Educación Afectivo-Sexual para llevarlo a cabo en horario de tutorías. Con ello se intentará que el alumnado reflexione y entienda la sexualidad como algo inherente, que podemos compartir libremente, que tiene implicaciones sociales y, a su vez que puede estar relacionado con la reproducción, pero además que se hagan conscientes de la necesidad de hablar de este tema.

Palabras clave

Acción tutorial, educación afectivo sexual, prevención de conductas de riesgo.

1. JUSTIFICACIÓN

La sexualidad ocupa el primer plano de las preocupaciones y transformaciones psicológicas que afectan a los jóvenes, dado las resonancias íntimas de dicho tema. A nadie escapa la importancia que sobre el desarrollo de la personalidad de todo individuo producen los cambios vividos durante la juventud en el plano sexual y sentimental, donde intervienen sensaciones, emociones y sentimientos. Esta circunstancia explica la preocupación de la Organización Mundial de la Salud (O.M.S.), por fomentar y potenciar la Educación Sexual de los jóvenes, no sólo para prevenir las enfermedades o embarazos no deseados, sino para favorecer el desarrollo de la personalidad.

Por lo general, en nuestros días los hombres y mujeres alcanzan la madurez sexual a una edad más temprana que la de anteriores generaciones. Es precisamente en ese momento cuando se sienten los más fuertes impulsos sexuales de toda su vida. En esta situación el joven no suele encontrar en su entorno la información adecuada a los múltiples interrogantes que plantean. La influencia ambivalente y no siempre clara de los padres, familia, y amigos le provocan en no pocas ocasiones falsas expectativas y, en el peor de los casos, desinformación. Tradicionalmente el sexo se ha considerado un tema tabú, sucio y pecaminoso, reconociéndole únicamente una función social positiva como



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 28 MARZO 2010

instrumento para la reproducción. Por esta razón, a pesar de que las actitudes hacia la sexualidad han ido cambiando con el tiempo, aún sigue sin abordarse el tema sin naturalidad en el entorno más influyente, la familia. Ahora los padres adoptan una posición intermedia, reconocen la sexualidad activa de sus hijos/as pero no la permiten expresamente. Esta situación hace que muchos jóvenes tengan ciertas reservas hacia la información que reciben de los adultos o las instituciones, siendo la información de su entorno más directo, los amigos/as, al que más atención presta.

Es necesario abordar numerosos aspectos que afectan de forma directa e indirecta a la sexualidad del joven: el conocimiento del cuerpo y de los sentidos, la autoestima, la práctica sexual, los métodos anticonceptivos y la prevención de las enfermedades sexuales.

En nuestro país, la educación sexual en las escuelas no se ha introducido, al menos a nivel legal, hasta la implantación de la Ley 1/1990 de 3 de octubre, de Ordenación general del sistema educativo, LOGSE. Que incluye este tema, junto a otros, como eje transversal de los Diseños Curriculares de Base. Y ya también la Ley 2/2006 de 3 de mayo Orgánica de Educación, hace referencia a que Entre los fines de la educación se resaltan el pleno desarrollo de la personalidad y de las capacidades afectivas del alumnado, la formación en el respeto de los derechos y libertades fundamentales y de la igualdad efectiva de oportunidades entre hombres y mujeres, el reconocimiento de la diversidad afectivo-sexual, así como la valoración crítica de las desigualdades, que permita superar los comportamientos sexistas. Y también concretamente en la etapa de la ESO, en su artículo 23, entre los objetivos de la etapa se encuentra el Conocer y aceptar el funcionamiento del propio cuerpo y el de los otros, respetar las diferencias, afianzar los hábitos de cuidado y salud corporales e incorporar la educación física y la práctica del deporte para favorecer el desarrollo personal y social. Conocer y valorar la dimensión humana de la sexualidad en toda su diversidad. Valorar críticamente los hábitos sociales relacionados con la salud, el consumo, el cuidado de los seres vivos y el medio ambiente, contribuyendo a su conservación y mejora.

Por tanto, normativamente se le está dando también gran importancia y se concede la necesidad de trabajar desde todas las materias y en todas las etapas, como una manera de educar en la igualdad, en la tolerancia, en la salud, responsabilidad, y no sólo en la transmisión de conocimientos en el ámbito biológico o una mera charla aislada para cubrir el expediente.

Pero esto sigue siendo una utopía, pues la realidad es que en muy pocos centros esto se está llevando a la práctica, y, aún así, en los que se está haciendo. ¿Qué tipo de educación se imparte?: el punto de vista que se suele dar es desde la biología, es decir la reproducción. ¿cómo nacen los niños/as?.

A veces, sólo se habla de los peligros e inconvenientes, mandando mensajes aterradores como el VIH/SIDA, los embarazos no deseados, las enfermedades de transmisión genital (temas muy importantes que indudablemente no hay que obviar en el trabajo con el colectivo juvenil)

Pero no se habla del placer, ni de cómo cambia nuestro cuerpo ante la excitación sexual, ni de la afectividad, ni de cómo expresar nuestros sentimientos, ni de la masturbación, ni de nuestro cuerpo como una globalidad.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 28 MARZO 2010

Normalmente, los programas los imparte personal especializado ajenos al centro; otras veces, y en algunos centros se pide autorización a los padres y madres para que sus hijos/as acudan a clases de educación sexual: pero, ¿para asistir a clases de idiomas, de gimnasia o de educación medioambiental se les pide esa autorización?

Poco a poco, todo esto va cambiando: se comienza a hablar de Educación Afectivo Sexual, y se va implicando a madres, padres y profesores/as. Estos programas cada vez ocupan un lugar más importante en los centros educativos, gracias en la mayoría de los casos a la labor que el Departamento de Orientación desempeña al respecto.

El Decreto 200/97 de 3 de septiembre por el que se aprueba el Reglamento Orgánico de los IES, que en la actualidad sigue en vigor pero por poco tiempo, porque se ha presentado un borrador de un nuevo decreto que lo regula. Pues la Orden derivada de este Decreto 200/97, la Orden 27 de julio de 2006, por la que se establecen las directrices sobre la organización y funciones de la acción tutorial del profesorado y los Departamentos de Orientación, recoge que el Departamento de Orientación coordinará la elaboración del Plan de Acción Tutorial del centro como marco para la organización de las tutorías asesorando a los tutores/as y facilitándoles los recursos necesarios e interviniendo directamente en los casos que así se determine.

2. DESARROLLO DE LAS TUTORÍAS.

2.1. En un primer momento se les explicará que es la sexualidad por medio del tutor/a.

- **¿Qué es la sexualidad?**

Durante siglos, en nuestra cultura la sexualidad ha sido un tema tabú, y aún hoy en día las falsas creencias y los mitos siguen existiendo.

Por ello, la sexualidad se ha visto siempre como algo sucio, vergonzoso, limitada dentro del matrimonio y con fines meramente reproductivos: es decir, el modelo heterosexista, genital y reducido al coito. Al hablar de sexualidad siempre se ha hablado desde este modelo, haciendo referencia a las relaciones coitales entre un hombre y una mujer.

Afortunadamente hoy entendemos que hay mucho sentimientos, actitudes y comportamientos que tienen que ver con el deseo y con el placer de estar en contacto con otras/os, de relacionarnos; con la capacidad de dar y recibir caricias, abrazos, atención miradas y de establecer una relación íntima, afectiva, sensual, erótica, genital...

Llamamos pues, sexualidad a los sentimientos y vivencias que tenemos hacia nuestro cuerpo, y el de otras personas; a la forma que tenemos de disfrutar del placer sexual, cosquilleo que sentimos cuando aparece el /la chico/a que nos gusta, etc.

Tiene que ver también con las normas morales, éticas y sociales que tiene cada sociedad, cada cultura y que marcan lo que es bueno y malo, feo o bonito, moral o inmoral, normal o anormal.

Y finalmente, cómo vivamos nuestra sexualidad está relacionado con el hecho de ser hombre o mujer es decir, cómo vamos a vivir nuestros cuerpos masculinos o femeninos.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 28 MARZO 2010

Siempre se ha confundido la sexualidad con el sexo, y realmente no es lo mismo. Al hablar de sexo no nos referimos únicamente a los órganos genitales, vamos más allá, pues el sexo está en todo nuestro cuerpo y en nuestra mente, por algo se dice que somos personas sexuadas de la cabeza a los pies.

Los humanos/as estamos divididos/as en dos: hombre y mujer, y al hablar de sexo nos referimos a eso, al hecho de ser hombre o ser mujer. La sexualidad se refiere a cómo vamos a vivir nuestro sexo, y a las vivencias, emociones, sentimientos, conductas, afectos, que se desprenden de esta vivencia, de este sentirnos hombre o mujer.

Por ello, la sexualidad no es algo que se tiene o no se tiene, que se quita o que se pone, sino, que todas las personas somos sexuadas desde que nacemos hasta que morimos.

Los niños/as y las personas mayores tienen sexualidad, al igual que los/las jóvenes y los adultos/as, pero lo que ocurre es que en cada etapa se va a expresar de manera distinta. Normalmente cuando somos más pequeños no nos hablan de sexualidad abiertamente, no nos permiten tocarnos nuestro cuerpo, no vemos a nuestros padres/madres desnudas, ni siquiera se dan muestras de cariño delante de nosotros; es decir, no se trata con naturalidad temas como la sexualidad, las relaciones, los sentimientos, el cuerpo, etc.

Poco a poco, nos percatamos que hablar de sexualidad es algo sucio o malo y de lo que ni siquiera debemos preguntar. ¿Qué ocurre entonces?, que la información se deforma mucho, dando lugar a una visión igualmente deformada y limitada de la sexualidad, a sentimientos de culpa, de pudor y a ideas erróneas, como:

Con la masturbación salen granos, te quedas calvo,

Con la regla es malo bañarse.

Los ancianos/as y los niños/as no tienen sexualidad (y muchos ejemplos más)

Esto también ocurre con el desconocimiento y la desinformación que tenemos a cerca de nuestro cuerpo, y más aún de nuestros órganos genitales, a veces no sabemos cómo son y cómo funcionan (por ejemplo, cuando nos duele la garganta, sabemos que puede ser por un resfriado o gripe, y no nos avergüenza decir que vamos a ir al médico/a, cuando tenemos picores en la vagina, no sabemos a qué es debido ni siquiera qué es lo que tenemos que hacer, y, además nos produce vergüenza ir a un centro sanitario).

Es fundamental, llegar a conocer nuestro cuerpo, aceptarlo tal y como es, aprender a sentirnos a gusto con él, y a considerarlo como una fuente de placer y como un medio maravilloso de comunicarnos con los/as demás.

Hay otro concepto que está muy relacionado con este tema, el llamado género: masculino o femenino. Se refiere a comportamientos aprendidos a través de la cultura, comportamientos que socialmente son considerados como propios del sexo masculino o femenino.

¿Cuáles son las dimensiones de la sexualidad?

Las distintas dimensiones de la sexualidad, son las que tienen que ver con el plano biológico, con el social, y con el mental, y están los tres interrelacionados:

La dimensión biológica: Todo nuestro cuerpo es sexuado. Cada célula y cada órgano son sexuados, desde el mismo momento de la fecundación del óvulo por el espermatozoide.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 28 MARZO 2010

La dimensión social: Factores sociales y culturales que influyen en la manera en que expresarnos la sexualidad. Ésta depende de cómo cada sociedad regula las normas de comportamientos a través de las leyes, de la moral, de la religión... En esta dimensión estaría el rol de género que asigna la sociedad desde el momento del nacimiento, y que es distinto para niños que para niñas.

La dimensión psicológica: factores relacionados con nuestra vivencia de la sexualidad, con las emociones, los sentimientos, los afectos, las fantasías, y con la manera en que nos vamos a vivir como hombre o como mujer. Nuestra mente también es sexual.

- **Los fines de la sexualidad**

La sexualidad siempre ha estado unida a la reproducción, ha sido el fin principal; actualmente sabemos que esta función es una más, no es ni la única ni la más importante. Así mismo, también sabemos que los métodos anticonceptivos evitan el embarazo, y que cada pareja o cada persona puede decidir en qué momentos y cuántos hijos/as desean tener.

La mayoría de las relaciones sexuales que tenemos no son para reproducirnos sino simplemente para sentir placer sexual; sería una forma de comunicación, de expresar ternura, afectos, sentimientos, amor, emociones, que todos/as los/as humanos necesitamos desde que nacemos hasta que morimos. Y ello se puede expresar tanto con uno/a mismo/a (por ejemplo, con la masturbación) como con otras personas, del mismo o de distinto sexo.

- **Los jóvenes y la sexualidad.**

La sexualidad, no aparece repentinamente en la adolescencia (como un grano o un barrillo) o cuando nos casamos. ES un proceso que comienza cuando nacemos, y por eso mismo, debería ser educada desde ese mismo momento.

Parece que hay que dar información a los jóvenes, pero que tipo de información les estamos transmitiendo, la relacionada con la reproducción, con lo que no hay que hacer para que no haya embarazos no deseados, ni VIH/SIDA.

Pero no hablamos de cómo expresar los sentimientos, o transmitir ternura, o qué hacer para sentir más placer sexual, o comunicarnos mejor con la pareja, potenciar las fantasías sexuales, etc. Deberíamos promover una educación basada en los valores, en el respeto, una verdadera educación sentimental. Es muy fácil caer en la utilización de la sexualidad de una manera mecánica, destructiva, irresponsable o consumista.

Quizás sobre los/las jóvenes se haga demasiada presión (fundamentalmente desde los medios de comunicación) para que tengan relaciones sexuales prematuras, hay un exceso de películas y revistas pornográficas. Pero lo cierto, es que se reciben mensajes contradictorios, porque desde el sistema familiar, sanitario, educativo, se les niega la sexualidad: no se dan las óptimas condiciones para que vivan sin riesgo, sin culpa, sin vergüenza, y de manera sana su sexualidad.

En nuestro país, en los últimos años, se han producido una serie de cambios, muy rápidos. Hemos pasado de la absoluta represión al "todo o casi todo vale".

Se han producido un cambio en los valores, pero de qué hablamos de revolución sexual o humanización de la sexualidad, la sexualidad está totalmente deshumanizada y maltratada, y por supuesto es una perfecta desconocida.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 28 MARZO 2010

Ya va siendo hora que vayamos educando en el respeto, hacia los/las demás y sus sentimientos, hacia la diversidad o hacia lo distinto. La sexualidad puede llegar a ser algo maravilloso que podemos compartir, siempre que sea satisfactoria y que la sintamos, como algo bueno o agradable, pues nadie, absolutamente nadie puede obligarnos a hacer algo que realmente no deseemos. Tenemos que aprender a decir y a expresar lo que nos gusta y lo que no nos gusta; la relación sexual es cosa de dos.

2.2. Torbellino de ideas.

Una vez que el tutor ha explicado ¿qué es la sexualidad? Se propondrá esta actividad, que consisten en poner en común las ideas previas que tienen sobre la sexualidad. Así todas las ideas irán surgiendo de forma espontánea y se irán anotando en la pizarra.

Se planteará que establezcan la diferencia entre sexo y sexualidad.

Que sexualidad y penetración no es lo mismo.

Que todas las personas tenemos sexualidad desde que nacemos hasta que morimos. Ello quiere decir que siendo niños/as y ancianos/as también.

Que la sexualidad no sólo se expresa entre personas de distinto sexo, también hay relaciones sexuales entre personas del mismo sexo.

Que la masturbación es una manera de expresar nuestra sexualidad, al igual que los besos, las miradas, los abrazos o las caricias.

2.3. Trabajar sobre la web.

Además trabajarán sobre la web: [Programa Harimaquada de Educación Afectivo Sexual](#)

Con actividades sobre diversidad sexual.

Iniciación afectivo sexual.

Métodos anticonceptivos.

Violencia en las relaciones de pareja.

Para ello el tutor, se llevará a los adolescentes al aula de informática para trabajar sobre esta web, ya que será una actividad motivadora para ellos.

La página se encuentra en la siguiente dirección <http://www.harimaquada.org/sexpresan/>

Se les pueden plantear a los alumnos diferentes web dónde informarse como:

<http://www.sexoconseso.com>

<http://www.conmuchogusto.com>

<http://www.formajoven.org>



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 28 MARZO 2010

Además se intentará proporcionar información sobre el buen uso de las redes sociales en Internet, algo muy novedoso y que está influenciando mucho a los jóvenes. Se intentará de hacerles conscientes que todo cuanto suban a la red, puede ser observado por todo tipo de personas y que sepan seleccionar las páginas en las que investigan.

2.4. Las historias de amor.

Se pretende con esta actividad, analizar los roles sentimentales masculinos y femeninos, potenciar la creatividad y propiciar el debate y la reflexión en torno a los roles sentimentales masculinos y femeninos.

Se le pide a los alumnos/as que escriban en un folio su historia de amor favorita, tanto fantaseada, imaginada, soñada, real o irreal. Posteriormente, se leen algunas historias (o todas según el tiempo disponible). Si el alumnado le “da corte” leer sus historias, se pueden repartir entre ellas/os para que así no tengan que leer la propia.

A partir de ahí, se puede analizar con el grupo los siguientes elementos en cada historia que se vaya leyendo:

El escenario en el que comienza o se desarrolla la historia: si es exótico (playa caribeña, durante un viaje? O cotidiano (en una discoteca, en el instituto)

Cómo surge la historia: flechazo, amigos/as de toda la vida.

Quién inicia el acercamiento.

Elementos eróticos que aparecen, besos, miradas, sexo.

Si hay o no contacto físico entre ellos/as.

Si se describe o no a la persona, cómo se hace esa descripción (basada en elementos físicos o psíquicos)

Si hay o no seducción: cómo es, quién la inicia, qué pasos se dan.

Si hay sentimientos, cuáles.

Cómo se produce el final: amor eterno, amor imposible, encuentro fortuito, etc.

2.5. El juicio.

Es una dinámica muy parecida a la anterior. Se divide al grupo en dos subgrupos; uno va a trabajar con argumentos “en contra de la educación afectivo-sexual” y el otro “a favor”.

Se nombra a un /a juez/a (que será el /la moderador/a durante todo el debate), y a un defensor/a en cada grupo. Los grupos se colocan enfrente unos de otros y el/la juez/a en medio. Comienza el debate el /la defensor/a de cada grupo, exponiendo los argumentos; el resto de personas puede tomar la palabra cuando quiera.

2.6. Las tarjetas.

El objetivo de esta actividad es desterrar mitos sobre la masturbación, potenciar el contacto grupal, etc.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 28 MARZO 2010

En grupos de 5 personas, a cada uno se les reparten una serie de tarjetas, en las que aparecen unas afirmaciones relacionadas con la masturbación. Tienen que debatir entre ellas/os, para decidir si realmente es un mito o un hecho y porqué. Las conclusiones se llevan al grupo. Se deben anotar aquellos aspectos más significativos que vayan saliendo. Cada grupo tienen tarjetas distintas.

Además al respecto se les darán una serie de recomendaciones:

Hay que enseñar a masturbarse a las/os niñas/os y jóvenes.

En general los chicos se masturban más que las chicas porque sus necesidades sexuales son mayores.

Si te masturbas mucho te pueden salir granos y barrillos.

Las chicas se masturban introduciéndose un dedo en sus vaginas.

La gran mayoría de personas mientras se masturban tienen fantasías sexuales.

Los chicos que se masturban todos los días tienen con más frecuencia eyaculación precoz.

Una vez que tienes pareja, la masturbación ya no es necesaria.

No es normal que niñas/os pequeñas/os se masturben.

La masturbación en exceso puede producir cansancio y fatiga física. Etc.

Esta dinámica tiene una variante para trabajar los mitos relacionados con la masturbación, con las relaciones sexuales, con la sexualidad en general: dibuja una línea en el suelo con tiza y señala que en un lado estaría el acuerdo y en el otro el desacuerdo.

A medida que más nos alejamos de la línea de la tiza, más de acuerdo o más en desacuerdo estaremos con las afirmaciones que se vayan leyendo. Se pueden leer en voz alta y que las/os alumnos/as se vayan posicionando según el grado de acuerdo o de desacuerdo. Las/os que están a un lado y a otro de la línea tienen que dar argumentos y razones, el resto del grupo puede avanzar o retroceder según los mismos.

2.7. Charla de un profesional del Centro de salud.

El profesional del Centro de Salud de la zona, que previamente se habrá coordinado con el orientador/a del centro, dará una charla sobre el uso de anticonceptivos, embarazos no deseados, las enfermedades de Transmisión sexual, e informará a los alumnos/as de todas aquellas dudas que se le presenten.

3. CONCLUSIÓN

Con estas actividades se intentará que los alumnos consigan un aprendizaje significativo, teniendo en cuenta el conocimiento previo que tenían sobre el tema, y cambiando sus teorías e ideas cotidianas, como por ejemplo los mitos, con información científica. Pero se intenta sobre todo que exista un acercamiento al tema de la sexualidad, que sea visto como algo natural, e inherente a las personas, y cómo existen diferentes modos de expresar la sexualidad.

Además se pretende que el alumnado tenga un mayor conocimiento, el cual favorecerá la prevención conductas inadecuadas e intentar que se potencie la reflexión como forma de fomentar el respeto a distintas orientaciones sexuales. Por otra parte, que entiendan que la sexualidad implica un conocimiento de uno mismo, de las demás personas, y de las relaciones que se establecen entre ambos en un marco social y cultural concreto, y que se trata de un concepto amplio que incorpora



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 28 MARZO 2010

dimensiones biológicas, culturales, sociales, afectivas, psicológicas y morales. Por tanto, es un aspecto más dentro de uno de los aspectos fundamentales de todo educador, favorecer el desarrollo integral del alumnado. Y donde el orientador del centro como asesor psicopedagógico juega un papel primordial.

4. BIBLIOGRAFÍA

- Ley 1/1990 de 3 de octubre, de Ordenación General del Sistema Educativo. LOGSE.
- Ley 2/2006 de 3 de mayo, Orgánica de Educación. LOE.
- López, f. y colaboradores. *La Educación sexual en la adolescencia*. Salamanca. UNED.
- Abenoza, R. (1994). *Sexualidad y juventud. Historias para una guía*. Madrid. Popular.
- Andrés MA y Cárcamo ML. (1995). Previene los embarazos no deseados: los anticonceptivos y el petting. *Aula material*, 21, suplemento aula 26.
- Bandera, M. (1999). *39 veces la primera vez*. Barcelona: DVD Eds.
- Barragán Medero, F. (1991). *La educación sexual. Guía teórica y práctica*. Barcelona. Paidós.
- Colectivo Harimaguada.(1991). *Carpetas didácticas de educación afectivo-sexual para la escuela*. Las Palmas: Gobierno de Canarias. Dirección General de Promoción Educativa M.E.C

Autoría

- Nombre y Apellidos: Lidia Ruiz Triviño.
- Centro, localidad, provincia: Vélez- Málaga, Málaga.
- E-mail: lidicus@hotmail.com