



¿CÓMO HABLAMOS DE SEXUALIDAD?

¿QUIÉN TIENE QUE HABLAR?

Se discute siempre el papel de los padres, del colegio y de los especialistas en esta materia.

PADRES

Los padres de hecho no lo hacen. Aun en países muy avanzados, sólo el 30% de los padres transmiten una información sexual suficiente. Los padres alegan la falta de tiempo. No ven el momento oportuno ni son capaces de tomar la iniciativa, incluso cuando surgen los incidentes, las alusiones o las preguntas. En realidad existe gran inseguridad. Temen hacer el ridículo ante algo tan íntimo. No saben lo que los hijos realmente saben. Y no tienen experiencia, porque tampoco sus padres dialogaron con ellos.

ESPECIALISTAS

Los especialistas, cuando son llamados oportunamente para completar la acción de los educadores o de los padres, pueden ayudar en esta tarea de información. En general, no suelen centrarse en actitudes y valores, sino en mera información "técnica", biología, fisiología y psicología de la sexualidad.

EDUCADORES

Los tutores en general sienten bastante la misma inseguridad y carecen de falta de formación. Últimamente, los Programas de Formación Humana de algunos colegios, están preparando a los tutores para esta labor. De hecho los alumnos se lo piden y resulta más fácil cuando se comienza con los niños desde el principio, en los años de Primaria.

TODOS

Creemos sinceramente que todos tienen su papel informativo y formativo en este tema: padres, tutores y especialistas. Los padres y los tutores, como educadores, no pueden estar ajenos a esta cuestión y mostrar un silencio extraño ante un tema tan natural y lleno de interrogantes y curiosidad para los niños y adolescentes. Si no abordan estos temas se resentirá algo o bastante el nivel de confianza con los hijos y alumnos. Padres y educadores, como personas humanas normales, podrían expresar, a un nivel no científico, los aspectos fundamentales de la realidad humana del sexo y del amor. Nadie les pedirá conocimientos científicos sofisticados acerca de transmisiones de enfermedades o problemas genéticos. Los especialistas pueden completar las informaciones según las preguntas y la edad de los niños y adolescentes.

10 CONSEJOS PARA FACILITAR LA CONVERSACIÓN

1) APROVECHAR LA OCASIÓN

Aprovechemos, aunque no todas, al menos algunas ocasiones que se nos ofrecen en el mismo ámbito familiar: un artículo de un periódico, una película o reportaje de televisión, las noticias sobre homosexualidad, antiabortivos, abusos de menores, problemas genéticos, etc. Las mismas letras de canciones modernas.

Jamás debemos tratar estas cuestiones con ironías, chistes fáciles, un humor que a veces esconde nuestra inseguridad y excesivo pudor.

¿Cómo romper el silencio cuando ellos no preguntan? Se puede empezar con pequeños pasos y desde que los niños son pequeños. Pero aún con hijos mayores, incluso haciendo de tripas corazón (o ensayando ante el espejo si es necesario), podemos preparar una pequeña "declaración" sobre nuestro modo de pensar sobre este tema. Si nos llega el agua al cuello, una vez que se lo hemos soltado, podemos dejarlo ahí y otro día podemos preguntar "qué te pareció aquello que te dije".

También es bueno decir algo así como: "mira hijo, me cuesta mucho hablar de estas cosas, porque en mi generación no se hablaban; a lo mejor para ti también es un poco violento, pero después nos alegraremos los dos de haber hablado; y en todo caso creo que es mi deber como padre decirte algo de lo que pienso sobre estas cosas".

En este sentido, alguna vez hay que romper la reserva total: "estás creciendo... hay desarrollo de los órganos genitales... se empiezan a tener emisiones nocturnas... (chicos)... flujo de sangre (chicas) ... si aun no has tenido esa experiencia, ¿sabes por qué sucede?.." Y ante el prolongado silencio del hijo/a puedes seguir informando; "pues mira, es porque.." (y le das una pequeña información acerca de lo que significan las primeras emisiones o la menstruación). Es probable que no digan nada pero al menos escuchan y se enteran de cómo su padre o su madre piensan y hablar con naturalidad de estos temas.

Otro recurso es dejarle un libro sencillo a su alcance para que lo lea, (después de haberle informado algo verbalmente sobre el tema). De este modo se les puede preguntar días después "qué te pareció..." "¿tienes alguna duda sobre los párrafos del libro donde se describe...?" Podemos incluso tener otra copia del libro para citarlo con precisión, pues es probable que el libro que le hemos dejado, si le ha resultado interesante, haya formado parte de su propiedad íntima.

2) CONVERSAR, NO DAR ÓRDENES

Es muy importante el modo de hablar. Hay que evitar hacer pronunciamientos y juicios cerrados, como dogmáticos. Ellos son celosos de su independencia y de su autonomía de pensar. Podemos establecer nuestros criterios ante ellos, pero también estar dispuestos a aceptar las propias opiniones de los hijos. Tienen derecho a tenerlas. Más que entrar en dialéctica y confrontación, es mejor formularles preguntas no agresivas y respetuosas de su personalidad:

"¿Cuál crees que son las consecuencias de comprometerse con alguien íntimamente?" "¿Qué condiciones crees que son importantes para tener una relación?" "¿A qué edad crees que se pueden tener relaciones?" "¿Crees que la sexualidad es algo sin importancia que todo el mundo practica para pasarlo bien?" "¿Por qué crees que se hacen tantos chistes sobre sexualidad?" Se trata de ayudarles a considerar los diversos aspectos de la cuestión, a ponderar

los *pro y contra* de los problemas y situaciones; en vez de realizar afirmaciones tajantes y tensas.

Y desde luego, nunca la inhibición educativa o incluso la amenaza. Cuando no funciona el diálogo o nos molesta su silencio arrogante, jamás debemos decir algo así como: "haz lo que quieras pero a mí no me traigas problemas a casa".

3) IR AL GRANO

Es importante ceñirse a lo que realmente nos preguntan. Muchas veces, ante una pregunta objetiva o incluso inocente, sacamos a relucir nuestros sentimientos y respondemos a nuestras alarmas, en vez de responder concretamente a la pregunta que nos hacen. Si una niña te dice "*mamá, ¿qué es un preservativo?*", no le respondas "hija, ¿quién te ha enseñado eso?"

Tampoco es aconsejable sacar conclusiones precipitadas, producto de nuestras preocupaciones. Si te preguntan "*¿son peligrosas las píldoras?*", no supongas enseguida que las toman; probablemente quieren estar informados para el futuro. Seamos naturales. Y si no estamos seguros de algo, decidlo así y proponerles averiguarlo juntos, por ejemplo con la ayuda de algún libro.

A veces es importante averiguar de dónde ha surgido la pregunta, sobre todo si os parece que es demasiado precoz por la edad del niño. Recordemos aquella anécdota de humor: un niño le preguntó a su padre:

"papá, ¿qué significa pene?". El padre vio los cielos abiertos y comenzó una disertación de todo el proceso del nacimiento de un niño hasta llegar a la intervención del varón. Al final le dijo: "y por cierto, ¿por qué me has preguntado esto?" El niño le dijo "*es que murió la abuelita de un niño de la clase y la profesora de religión nos dijo que deberíamos aportar 2 pesos para ofrecer una misa para que su alma no pene antes de encontrarse con el Señor*".

4) NO REVENTAR EL GLOBO SONDA

Ellos hablan en clave indirecta. Te mandan un globo sonda. Dicen algo de un amigo o alguien para sondear tu reacción. Piensan: si ellos mismos se encontraran en esa misma situación, ¿cómo reaccionaría mi padre, mi madre? También puede que les interese lo que dice mi padre/madre, pero por orgullo, jamás te dirán que les interesa tu opinión.

Ejemplos de "reventar el globo sonda". Si te dice, "*un amigo se ha ido con dos niñas en carpa al Cajón del Maipo*", tu respondes "*me parece una barbaridad*"; habría que decir quizás "*sería mejor ir en grupo y con alguien responsable...*" Si te dice tu hija "*una niña de mi clase ha quedado embarazada*", y respondes "*es una inconsciente e irresponsable*"; sería mejor decir: "*hay peligro en las relaciones... los preservativos fallan... no es bueno relacionarse si no han madurado en el amor... hace falta una edad suficiente para ello...*"

Se trata de aprovechar la sonda para hablar con empatía y comprensión. Es aprovechar el factor "distancia" que ellos mismos te han puesto en bandeja al hablar de un caso ajeno. En todo caso ellos están midiendo tu criterio y tu capacidad de comprensión.

5) LLEGAR AL FONDO DE LA CUESTIÓN PERO CON CAUTELA

Si veis que tras una pregunta, hay una preocupación de fondo, averigúadlo con cautela. No es bueno sondear con interrogatorios directos. Habría que transmitir: "estoy dispuesto/a a escuchar lo que te preocupa, hay algo más que quieras saber? ¿Está conforme con la respuesta que te he dado o falta algo más?"

6) EVITAR EXPRESIONES QUE DISTANCIEN

Aunque vayas con la mejor de las intenciones, puedes perder la confianza de tus hijos por el modo de expresarte. Hay frases que distancian bastante: "Quiero hablar seriamente contigo", "cuando yo tenía tu edad...", "a qué viene esa sonrisita de tu cara", "pregúntale a tu padre/madre", "después de todo lo que hemos hecho por ti", "no me hables de esa manera" (a no ser que haya insulto o falta de respeto).

7) RESPETAR SU INTIMIDAD

Son muy sensibles en su vida personal, por lo tanto no debemos contar jamás a nadie lo que ellos os hayan contado. ¿Ni a tu cónyuge? Tampoco sin su permiso, y no pidas permiso fácilmente. Con frecuencia se oye: "a mamá le falta tiempo para decírselo a papa, a una amiga o a alguien de su confianza".

8) SABER ESPERAR

No des la paliza cuando lo que observas es sus ganas de parar, la mirada perdida, pasos hacia atrás como huyendo. En general no debemos disgustarnos si, después de algunos intentos bien llevados, no hablan. Es terreno íntimo y resbaladizo, y no les gusta hablar. Muchísimos adolescentes dicen: "no hablo porque es un asunto mío muy personal". Lo mejor, de momento, es mantenerse a su disposición, dejando la puerta abierta; y dejar para otra ocasión, un nuevo intento de establecer la comunicación.

9) HABLAR CLARO Y NO ESPEREN SUMISIÓN

Necesitan vuestro testimonio, no sólo el de los amigos. Tu opinión es enormemente importante para ellos, a veces el único punto de referencia que no sea la publicidad y la manipulación de las pandillas. Por lo tanto:

- a) Transmitan valores responsables, díganles cómo han llegado ustedes a esos valores.
- b) Parece positivo transmitir mensajes como éstos: "deseo que te beneficies de mi experiencia; me ha costado mucha reflexión el formular mis ideas; te ruego no te limites a ignorar lo que tengo que decir yo". "Comprendo que intentes abrirte tu propio camino y des sentido a tus cosas y a tu vida". "Aunque no coincidamos, puedes contar con nuestra ayuda ante dificultades o decisiones que tengas que tomar" (en esto consiste ser padre/madre)
- c) No os ofendáis porque tienen opiniones distintas. No queráis ganar en la discusión. A veces los adolescentes discuten y se oponen por el placer de oponerse y burlarse de los criterios establecidos. A veces experimentan ideas nuevas y ponen a prueba nuestras reacciones.
- d) Estén abiertos a nueva información. También nosotros podemos aprender, enfocar mejor nuestros puntos de vista.

10) SER DISCRETOS SOBRE LA PROPIA VIDA SEXUAL

Parece ser que no es buena idea hablar "con franqueza" de la propia vida sexual. La mayoría de los adolescentes no desean conocer la biografía sexual de los padres. No quieren cruzar un límite del que no son conscientes o que imaginan intuitivamente. No se les ocurre pensar que sus padres son sexualmente activos. De hecho discuten si la gente mayor tiene vida sexual. En realidad, no acaban de comprender que la sexualidad es un aspecto integral de la persona humana a lo largo de toda la vida.