

# Cuatro ideas para educar a adolescentes en la afectividad

El desarrollo sentimental y emocional del adolescente requiere amor, un amor consciente; es decir, amar y ser amado

Por: Angel M<sup>a</sup> Gutierrez | Fuente: sontushijos.org



El desarrollo sentimental y emocional del adolescente requiere amor, un amor consciente; es decir, amar y ser amado. Es una necesidad primaria que requiere la autoconservación de todo individuo humano como expresión de un desarrollo psicológico y personal equilibrado.

Ahora bien, el centro cerebral de las emociones y sentimientos, donde radican las tendencias que nos mueven, está localizado en la extremidad superior de la hendidura de Rolando, en el surco interhemisférico cerca del sistema límbico. Además, es en esa parte del cerebro humano en donde se halla la proyección cerebral de los órganos genitales. Desde una perspectiva neuroanatómica, esto nos invita a pensar que la afectividad humana está íntima y naturalmente relacionada con el ejercicio de la sexualidad.

Parfraseando una famosa expresión de Descartes, decía Unamuno: "Amo, ergo sum". Sólo amando se es persona, se llega a "ser". Es

necesario ser amado para sentirse como persona y también amar para desarrollarse como tal; esto es, para autoconservarse, no solo como cuerpo animal, sino también como individuo personal. Por este motivo la sexualidad humana debe estar integrada en un contexto de afectividad, de amor, de entrega personal. Esto lo entienden muy bien las mujeres, a los hombres nos cuesta entenderlo un poco más: El amor es causa natural del sexo. El sexo es causa natural de los hijos. Los hijos son causa natural del amor, que refuerzan el vínculo de la pareja. Este es el verdadero sentido "vectorial" del ejercicio de la sexualidad en un contexto natural de afectividad y que debemos transmitir a los jóvenes y adolescentes.

Sin embargo, la educación sexual sigue siendo aún un asunto difícil de tratar para los padres de familia, porque a su alrededor se han creado prejuicios cuando no tabúes y falacias. Es necesario tomar parte activa en la educación sexual de los hijos.

1.- Hay que recordar que la identidad sexual se adquiere primeramente en el ámbito familiar como resultado de un proceso interior, no consciente, fruto de la experiencia con los modelos femenino y masculino presentes. Es allí donde aprendemos a ser y sentir y a vernos aceptados y respetados como hombres o como mujeres.

2.- Hay que enseñar a respetar y a cuidar el propio cuerpo y el de los demás mediante el pudor. Más allá de la higiene sexual debida, hay que dar a conocer que el cuerpo es también el vehículo que nos permite vivir y expresar nuestra intimidad personal. Nuestro cuerpo es parte de nuestra persona. El impudor consistiría en presentar a los demás nuestro cuerpo como un objeto sexual, en destacar lo estrictamente sexual para llamar la atención de los otros. Es importante que nuestros hijos e hijas vistan a la moda pero a la vez con decencia. Y corregirles para que no hablen soezmente.

3.- Hay que desechar aquellos libros y revistas que expliquen la fisiología de la relación sexual fuera del contexto del amor. Amar es lo que nos diferencia de los animales. Ellos no se casan nosotros sí. Educar para la amistad y el amor interpersonal es necesario para un desarrollo sano del impulso sexual. Hay que prevenirles del chantaje que constituye tener relaciones sexuales fuera de su ámbito natural que es el matrimonial.

4.- Hay que vacunar a nuestros hijos e hijas contra el hedonismo ambiental y educarles en la responsabilidad. Esto exige revalorizar el verdadero significado humano del placer sexual sin reducirlo únicamente a su dimensión placentera, olvidando que tenemos que usar con responsabilidad ese "valor añadido" del don de la vida cuyas fuentes no debemos cegar. Se debe rescatar el sentido de compromiso y entrega total del encuentro sexual y abandonar la falacia de la simple necesidad física, porque las personas somos seres complejos y nuestras necesidades también.

Educar en valores auténticos y ecológicos creando actitudes sólidas en nuestros hijos e hijas es una inversión costosa y a largo plazo, pero siempre duradera. Ellos y ellas se lo merecen porque son nuestro mejor negocio.

*Angel M<sup>a</sup> Gutierrez*

*Doctor en Ciencias por la Universidad del País Vasco. Se dedica profesionalmente a la Investigación, Desarrollo e innovación (I+D+i). Ha publicado decenas de artículos técnicos e impartido numerosas conferencias tanto en España como en el extranjero. Es miembro de varios Comités científicos nacionales e internacionales. Es autor del libro "Ecología y Sexualidad" (Ediciones Beta, 2003).*