

Fundación Instituto Tecnológico del Sur
*"Caminando hacia una educación diversificada, alternativa, humanista y
trascendente"*

**DEPARTAMENTO DE PSICOLOGÍA
SERVICIO DE ORIENTACIÓN ESCOLAR**



GUÍA DE EDUCACIÓN SEXUAL PARA PADRES DE NIÑOS Y NIÑAS DE PREESCOLAR Y PRIMARIA

*LA EDUCACIÓN PARA LA SEXUALIDAD INICIA EN CASA Y CON EL
MEJOR MODELO:*

LOS PADRES



No hay lugar como el hogar...
...para la educación sexual

Estimados Padres:

Los cambios de actitudes, comportamientos y estilos de vida en el área de la sexualidad que han sucedido en nuestra sociedad en los últimos 30 años son para padres e hijos, algunos de los problemas más complejos con los cuales se tendrán que lidiar.

La necesidad para una educación sexual nunca ha sido más urgente que ahora. Hoy en día, más que nunca, los padres, los colegios y los maestros se están empeñando para asegurar tal educación.

Por esta experiencia sabemos que la mayoría de los padres quieren hablar de sexualidad con sus hijos, pero que muchos sienten miedo de no estar bien preparados para hacerlo. ¿Cuándo empezar? ¿Qué decir? ¿Cómo decirlo? Como expresar los valores familiares que deseamos inculcar a nuestros hijos? Estos son solo algunos de los aspectos sobresalientes de la comunicación acerca de la sexualidad en la familia.

Los padres a menudo piden ayuda a los psicólogos, orientadores, maestros, colegio y otras instituciones en búsqueda de información y apoyo, "No hay lugar como el hogar...para la educación sexual" es un proyecto concebido para ofrecer tal ayuda.

Esta Guía contiene en cuatro capítulos la información, para padres de familia y/o tutores o acudientes tanto de alumnos de preescolar, primaria como de secundaria, para que los padres y/ tutores o acudientes puedan apoyarse en su papel esencial de educadores en la sexualidad de su hijo o hija. Cada capítulo contiene información sobre sexualidad importante y adecuada a las edades en cuestión, la manera de explicar ciertos términos, de resolver dudas, consejos de comunicación y algunos temas de apoyo para reforzar los conocimientos en sexualidad

Una educación sexual basada en el seno familiar puede:

- *Permitir que se transmitan valores familiares*
- *Proporcionar información exacta a las niñas, niños jóvenes y adolescentes*
- *Enseñar destrezas eficaces sobre cómo tomar decisiones*
- *Neutralizar los mensajes sexuales negativos y dañinos de los medios de comunicación.*

Nuestro deseo como Institución Educativa Católica es poder dar herramientas orientadoras a las familias, nos anima nuestra fe y esperanza de poder coadyuvar en la formación y sano desarrollo de la sexualidad y afectividad de nuestros estudiantes y de esta manera contribuir en la búsqueda de su felicidad.

Con mucho afecto,

Servicio de Orientación escolar FITS



No hay lugar como el hogar...
...para la educación sexual

**¿Cómo, cuándo y dónde
hablar de sexualidad con
los hijos(as)?**



La educación para el amor, mejor que educación sexual, se debe realizar siempre en la familia, ya que en ésta se producen de forma natural los momentos espontáneos de intimidad y confianza.

- Son los padres quienes deben compartir esta responsabilidad, pues ellos conocen mejor a sus hijos y proporcionan el ingrediente de amor necesario.

- Presentar el sexo como algo bonito, bueno, noble, que Dios ha puesto en el hombre y tiene su importancia. Pero integrarlo en una dimensión humana que hable de amor, ternura, espiritualidad, razón... enseñándoles a distinguir la sexualidad instintiva de los animales, de la de los hombres que tiene un carácter superior.

- Ir siempre al ritmo que pide el niño, adaptándose a su desarrollo evolutivo. Pero, en los tiempos actuales, más vale adelantarse en algunas ocasiones.

- No mentirles nunca y responder a todas las preguntas que hagan los hijos, aunque no sean propias de su edad, pero adaptándose a su nivel de comprensión.

- Ir progresivamente, paso a paso, sin dar saltos. Tampoco es conveniente suscitar inquietudes que no son propias de su edad y que les pueden crear problemas en el futuro. A medida que el niño crece, se ampliará la información.

- ¿A qué edad? Hacia los 3 ó 4 años suelen preguntar sobre los embarazos y, cuanto más les satisfaga la información que les dan, mejor. Más adelante, a los 8 ó 9 años puede explicarse cómo se llega a la procreación.

- Los padres deben dar a entender a sus hijos que la unión física se produce porque antes hay una unión de amor. Se puede empezar por explicarles la ilusión que les dio cuando él nació y que es fruto de un acto sexual de amor.

- En la pubertad es conveniente prepararles para los cambios que su cuerpo y mente van a sufrir antes de que estos se produzcan. A esta edad (antes es indiferente) es preferible que el PADRE hable con los NIÑOS y la MADRE con las NIÑAS.

- Protegerlos del ambiente cargado de permisividad sexual que hoy impera. Hay que ver la televisión con los niños y formarles una actitud crítica.

- Orientarlos en una línea de respeto y de no quemar etapas. Son muy importantes la familia, el colegio y el medio en general con el que se relacionan.

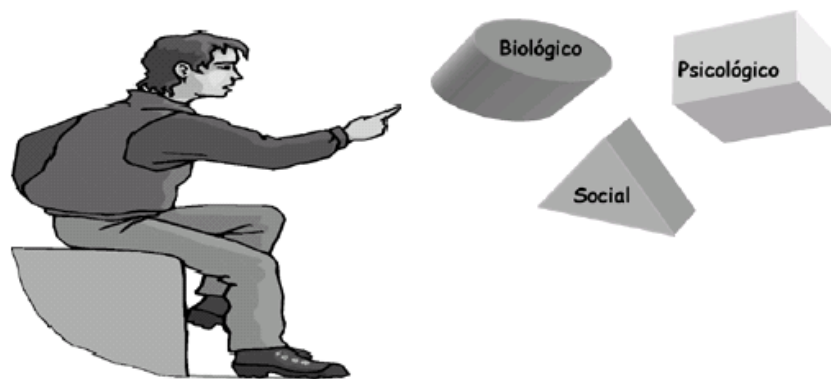
- Un padre jamás debe callar ante cualquier pregunta de los hijos. Siempre debe existir una respuesta que se adapte a todos los niveles de comprensión de los pequeños, para que no comiencen a hacer falsas especulaciones con los amiguitos.

¿Cuál es la diferencia entre sexo y sexualidad?

Sexo: "El Término sexo se refiere al conjunto de características biológicas que definen al espectro de los seres humanos como femenino o masculino es la identidad".



Sexualidad: El término sexualidad se refiere a una dimensión fundamental del hecho de ser un ser humano: incluye las identidades de sexo y género, la orientación sexual, el erotismo, la vinculación afectiva, el amor y la reproducción. Se experimenta o se expresa en forma de pensamientos, fantasías, deseos, creencias, actitudes, valores, actividades, practicas, roles y relaciones. La sexualidad es el resultado de la interacción de factores biológicos, psicológicos, socioeconómicos, culturales, éticos y religiosos o espirituales. En resumen la sexualidad se experimenta y se expresa en todo lo que somos, sentimos, pensamos y hacemos.



Todos somos sexuales. Nuestra sexualidad incluye:

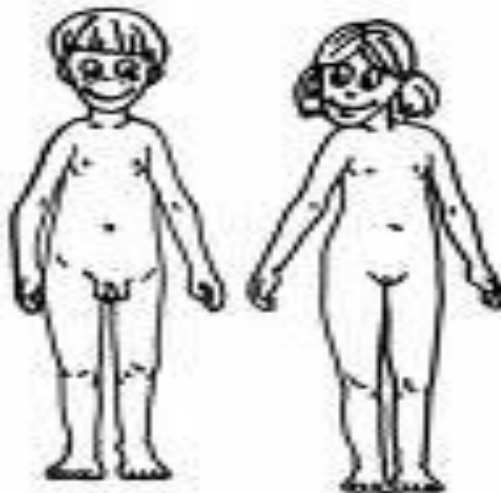
- Nuestros cuerpo y como funciona
- Nuestro genero si somos mujer u hombre
- Nuestra identidad de género como nos sentimos acerca de ser mujer u hombre
- Nuestra orientación sexual
- Nuestros valores sobre la vida, el amor y las personas en nuestras vidas.

Y la sexualidad influye como nos sentimos sobre todas estas cosas y como experimentamos el mundo.



¿Desde qué edad se manifiesta la sexualidad?

La sexualidad se manifiesta desde etapas tempranas. En los niños es frecuente la curiosidad por las diferencias corporales y se llegan a mostrarse entre ellos sus partes genitales como un acto de reconocimiento de sus diferencias.



¿Cuánto tiempo dura la sexualidad en el ser humano? ¿Se termina en algún momento?

La sexualidad no se termina nunca. Nace con uno y Muere con uno. En todas las etapas del desarrollo del ser humano las manifestaciones de la sexualidad son distintas. En la infancia las manifestaciones son de curiosidad, de masturbación que se da con mucha frecuencia y puede llegar a ser normal.

¿A qué edad los niños comienzan a cuestionarse sobre temas sexuales?

La educación sexual debería comenzar desde la más temprana niñez, especialmente cuando el niño comienza a desarrollar el lenguaje y puede realizar preguntas. Puede indagar por qué tiene vagina o pene igual como le preocupa por qué hay estrellas. Si, en cambio, no se le responde o se inhibe su curiosidad (¿Por qué preguntas tonteras? Eres muy chico para esas cosas), puede fijarse en él la inquietud, sentirse inseguro y creársele dificultades en su forma de relacionarse con los demás. No sólo importa la información que se le dé al niño, sino también que los padres comuniquen sentimientos y juicios de valor a sus hijos. Los niños reciben mensajes de libros o televisión, pero éstos suelen ser neutros o, peor aún, confusos. Es función de los padres ser orientadores, transformando, por ejemplo, un aviso publicitario en una oportunidad educativa.

¿A qué edad los niños ya definen completamente su rol sexual?

Al cabo de los cinco o seis años, en el niño estará establecido su rol sexual. La figura y ejemplo de los padres es el eje principal de la identificación sexual, ya que ellos, como modelos o referencias principales son el estímulo suficiente para un desarrollo normal. Son el espejo a través del cual aprende su rol sexual, es decir, la conducta que se espera en un varón o en una mujer. El niño se siente semejante al padre o a la madre y actúa como si fueran modelos.



¿Qué hacemos si pasa el tiempo y el niño no demuestra interés?

La curiosidad debe aparecer alrededor de los tres años. Si eso no ocurre, hay que aprovechar la maternidad de algún familiar o amistad para abordar el tema y conversar sobre el origen de la vida.



¿Es necesario utilizar desde el comienzo las denominaciones correctas para referirse a los órganos sexuales?

Siempre es útil en los menores ayudarles a distinguir y nombrar los órganos sexuales correctamente. Esto se puede hacer con todo tipo de gráficos o dibujos, ayuda mucho en la enseñanza el escuchar y ver para captar mejor el mensaje.

¿Cómo hacerlos diferenciar entre la realidad y la fantasía?

A partir de los tres años comienzan además a vivir la edad lúdica o de juego: florece la imaginación, la fantasía, las inquietudes y surge el juego como la dinámica esencial en el proceso de crecimiento. Entre los tres y cinco años lo sexual comienza a ser parte de los juegos. Se invitan bajarse los pantalones, juegan al doctor o al papá y la mamá en la cama. Esto es parte del descubrimiento natural de ser hombres y mujeres, por lo tanto es esperable esta clase de actividades. A esta edad les intriga, por ejemplo, el porqué de las diferencias anatómicas, la importancia de las distinciones, cómo hombre y mujer se complementan en la reproducción.

¿Es normal que los niños se toquen sus genitales? ¿Qué se debe hacer en esos casos?

Este tipo de juegos tiene a veces la finalidad de satisfacer la curiosidad, muy propia de su edad. Por lo tanto, si se ven enfrentados a ello, no le atribuya importancia. Los niños actúan por imágenes. y si acarician a sus primos o amigos, o se besan, es porque han visto a sus padres acariciarse, a otras personas o han observado esto en programas de televisión. Bajo esta perspectiva sería muy injusto castigarlos o hacer que se avergonzaran por ello.

Hay que reaccionar con naturalidad ante conductas espontáneas, propias de la evolución de la niñez.

Más que escandalizarse y reprimir la conducta se debería aprovechar la coyuntura para conversar con ellos, usando palabras concretas y claras y respondiendo lo que les interesa saber. Ello genera en él y/o ella una relación de confianza con el adulto.

¿Qué puede ocurrir si los padres mentimos ante una de sus preguntas?

Se corta la comunicación y además la confianza.

¿Es útil usar un cuento para explicarles a los niños o es mejor utilizar un lenguaje directo? ¿Qué pasa con las palabras más complejas como óvulo o espermatozoide?

Naturalmente la ayuda de cualquier dibujo hará más fácil la comprensión del mensaje.



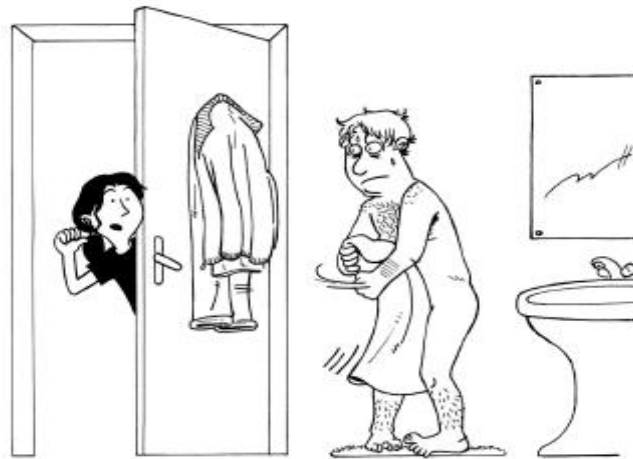
¿Qué hacer si el niño o niña descubre a sus padres teniendo relaciones?

El niño concibe el acto sexual como un abuso o maltrato. Cree que los padres se están haciendo daño.

No es ideal que vean a una pareja en la intimidad. Los padres deben ser cuidadosos y preocuparse de mantener cerrada la puerta e incluso ponerle llave si es necesario. Para un niño, al igual que para un adulto, es impactante ver un acto sexual y por ello con mayor razón requiere de explicaciones que le resulten coherentes.

¿Es recomendable mostrarse desnudo ante los niños?

Desvestirse para despejar la curiosidad de los niños no es lo apropiado, pero si ocurre naturalmente, si las situaciones son cotidianas dentro del núcleo familiar, no hay ningún inconveniente. Lo importante es la actitud que se demuestre en dicho momento, la naturalidad y el respeto que deben imperar y, especialmente, que nadie se sienta incómodo con el episodio.



COMUNICACIÓN EN LA FAMILIA



Comunicación: La clave para Comprender.

Hay tres diferentes maneras de comunicar los pensamientos y deseos a otros.

Estas formas de comunicación son: pasiva, asertiva o directa, y agresiva. Cada uno de estos tipos de comunicación respeta de una manera diferente el espacio personal o los derechos de la otra persona. Para lograr una comunicación efectiva es importante que se respete el espacio personal de cada persona; y también el nuestro.

Tipos de Comunicación

A. Comunicación Pasiva:

Es el tipo de comunicación que no permite el expresar honestamente los sentimientos. El ser pasivo les permite a los demás que violen nuestros derechos. Al expresar nuestros pensamientos cómo pidiendo disculpas, de una

manera modesta o indirecta, otras personas pueden fácilmente no prestar atención a lo que decimos. La pasividad muestra una falta de respeto por nuestras propias necesidades. También muestra a veces, una falta de respeto hacia la habilidad de los demás para resolver sus propios problemas. La meta de la pasividad es calmar a los demás y evitar el conflicto a toda costa.

El mensaje comunicado de una manera pasiva es: "Yo no cuento; puedes aprovecharte de mí. Mis sentimientos no importan; solo los tuyos. Mis pensamientos no son importantes; los tuyos son los únicos que valen la pena. Yo no soy nada; tú eres mejor".

Comunicación Agresiva:

Este tipo de comunicación implica el defender nuestros derechos personales y expresar nuestros pensamientos de una manera que es generalmente inapropiada y que siempre viola los derechos de la otra persona. La meta de la agresión es dominar y ganar, forzar a la otra persona a perder.

El mensaje es: "Esto es lo que yo pienso; tú eres estúpido por pensar diferente. Esto es lo que yo quiero; lo que tú quieres no tiene importancia. Esto es lo que yo siento; tú sentimiento no cuenta".

Comunicación Directa o Asertiva

En contraste, la comunicación directa implica el defender nuestros derechos personales y expresar nuestros pensamientos de una manera directa, honesta y apropiada, y que no viole los derechos de la otra persona. El mensaje básico de la conducta directa es: "Esto es lo que yo pienso. Esto es lo que siento. Así es como veo la situación." Este mensaje expresa nuestros sentimientos y es dicho sin dominar, sin humillar ni rebajar a la otra persona.

La comunicación directa implica dos tipos de respeto:

1. Respeto por uno mismo
2. Respeto por las necesidades y los derechos de la otra persona.

Definición de Habilidades Sociales

"Las habilidades sociales son consideradas como un conjunto de comportamientos eficaces en las relaciones interpersonales".

Estas conductas son aprendidas, facilitan la relación con los otros, la reivindicación de los propios derechos sin negar los derechos de los demás. El poseer estas capacidades evita la ansiedad en situaciones difíciles o novedosas. Además facilitan la comunicación emocional y la resolución de problemas.



Cuando no tenemos habilidades sociales...

En muchas ocasiones nos "cortamos al hablar", no sabemos pedir un favor, nos cuesta ir solos a realizar actividades sencillas, no podemos comunicar lo que sentimos, no sabemos resolver situaciones con los amigos, o con la familia, puede ocurrir que no tengamos amigos... Todas estas dificultades subyacen a la carencia de habilidades sociales. Podríamos añadir muchas otras, todas aquellas que tengan que ver con las relaciones difíciles con otros.

Mensajes que padres y madres pueden proporcionar a sus niños/as de 5 a 12 años de edad:

- Nuestro cuerpo nos pertenece.
- Hay partes del cuerpo que se consideran privadas, como la boca, los pezones, los senos, el pecho, el pene, los testículos, la vagina, la vulva y las nalgas.
- Nadie debe tocar las "partes privadas" del cuerpo de un niño/a, excepto por razones de salud o higiene. (Preferiblemente mamá)



- Los niños/as no deben tocar las "partes privadas" del cuerpo de otras personas.
- El abuso sexual infantil ocurre cuando alguien toca las "partes privadas" del cuerpo de un niño/a sin una razón de salud o higiene.
- El abuso sexual también puede ocurrir cuando alguien le pide a un niño/a que toque las "partes privadas" de su propio cuerpo.
- Tanto los niños/hombres como las niñas/mujeres pueden ser abusados sexualmente.
- Todos, incluidos los niños/as, tienen derecho a decirles a los demás que no quieren que toquen su cuerpo.
- Si un niño/a experimenta una caricia no deseada o incómoda, debe informárselo a mamá, papá o a un adulto de confianza, incluso si la persona le ha pedido que guarde el secreto.
- Los niños/as pueden ser sexualmente abusados por un extraño/a o por alguien que conocen.
- Un niño/a nunca tiene la culpa si una persona, incluso un familiar, lo toca de una forma perjudicial o incómodo.
- Si un extraño/a trata de que un niño/a se vaya con él o ella, el niño/a debe correr a decirle al padre, madre, maestro/a, vecino/a u otro adulto.

Mensajes que se deben manejar con niños/as de 5 a 8 años de edad:

- Los cuerpos de cada persona son de diferentes tallas, formas y colores
- Los cuerpos masculinos y los femeninos son igualmente especiales
- Las diferencias nos hacen únicos/as
- Todos los cuerpos son especiales, incluyendo los que están discapacitados
- Los buenos hábitos de salud, como comer sanamente, dormir el tiempo adecuado y ejercitarse, pueden mejorar la forma en que una persona se ve y se siente.
- Cada persona puede sentirse orgullosa de las cualidades especiales de su cuerpo

Mensajes para niños/as de 9 a 12 años de edad:

- La apariencia de una persona la determinan la herencia, el ambiente y los hábitos de salud.
- La apariencia de un cuerpo la determinan principalmente los genes heredados de padres y madres y abuelos/as
- Los cuerpos crecen y cambian durante la pubertad

- Los medios de comunicación muestran personas "hermosas", pero la mayoría de la gente no corresponde a ese tipo de imágenes
- Los estándares de belleza cambian con el paso del tiempo y difieren entre culturas
- La apariencia de una persona no determina su valor
- Los trastornos alimentarios son uno de los resultados de una no adecuada y sana alimentación que se reflejan en la imagen corporal.