

HACIA UNA EDUCACIÓN SEXUAL INTEGRAL

Nacemos con condiciones y aptitudes para hacer frente a los retos que la vida nos plantea e incorporamos a nuestro ser aquello que aprendemos de la realidad natural y humana en la que nos desenvolvemos. El desarrollo de la humanidad ha sido un permanente proceso de aprendizaje que, al producir cambios, nos equipa cada vez mejor para hacer frente a esos retos.

Al tornarse cada vez más compleja la sociedad, el aprendizaje iniciado en el entorno familiar y comunitario resulta insuficiente, de allí que, la educación formal en centros especializados y en distintos niveles se ha convertido en una necesidad, un derecho y, hasta ciertos niveles, una obligación para quienes forman parte de una colectividad. Educamos en el presente para transmitir lo que aprendimos en el pasado a personas que harán frente a problemas en el futuro, de allí que la educación no se limita a la mera transmisión de conocimientos, sino que es esencial a su función de desarrollar en los estudiantes su creatividad para que luego, por sí solos, puedan adecuar lo que aprendieron a las cambiantes situaciones y continuar, de manera selectiva y eficaz, incorporando aquello que genere el cambio social.

La educación es una de las condiciones fundamentales de la existencia y desarrollo de la sociedad humana, y es inherente a ésta desde el mismo momento de su surgimiento; sin la educación, la sociedad deja de existir y desarrollarse. La educación es la preparación del ser humano para la vida, es preparar a las nuevas generaciones para el trabajo y la cultura, es enseñar a pensar.

LAS EMOCIONES Y LOS SENTIMIENTOS

Hay que considerar que la *emoción* está ligada con el cuerpo y los *sentimientos* con la mente.

Las emociones son, básicamente (si tuviéramos que elegir una definición) procesos físicos y mentales, neurofisiológicos y bioquímicos, psicológicos y culturales, básicos y complejos a la vez. Sentimientos breves de aparición abrupta y con manifestaciones físicas, tales como rubor, palpitaciones, temblor, palidez, duran poco tiempo y se acompañan con agitación física a través del sistema nervioso central. Mueven, dan ánimo o quitan ánimo, dejan secuelas profundas de placer o dolor que quedan en la mente y todo el organismo. Son reacciones emocionales breves, relacionadas con la conciencia inmediata, de expresión espontánea, intensa y bañada de corporalidad. Las emociones les permiten a todos los individuos establecer su posición respecto al entorno que lo rodea, siendo impulsadas a su vez a otras personas, objetos, acciones o ideas, las emociones funcionan como una especie de depósito de influencias innatas y aprendidas.

Los sentimientos por otro lado, son psicológicos y de trascendencia, requieren de experiencias vividas o imaginadas y duran más tiempo. Los sentimientos se cristalizan con una intensidad particular como la alegría, la ira, el deseo, la sorpresa, el miedo, otros sentimientos como el odio o el amor están más arraigados en el tiempo.

Emociones y sentimientos mantienen estrechas relaciones. Las personas emocionalmente desarrolladas, es decir las personas que gobiernan adecuadamente sus emociones y pueden interpretar y relacionarse efectivamente con las emociones de los demás,

disfrutan de una situación ventajosa en todos los dominios de la vida; estas personas suelen sentirse más satisfechas, son más eficaces y más capaces de dominar los hábitos mentales que determinan la productividad. Quienes por el contrario no pueden controlar su vida emocional, se debaten en constantes luchas internas que socavan su capacidad de trabajo y les impiden pensar con suficiente claridad.

EDUCAR DESDE EL AFECTO

La educación es un recinto cerrado cuyo candado está por dentro (en el corazón de nuestros estudiantes), es preciso abrir ese candado con una llave afectiva para educar integralmente al hombre del futuro.

Educar desde el afecto y desde el humanismo es reconocer que el alumno es un ser integral que contiene un cuerpo, una mente y su propia alma. El alumno, como todos, tiene sentimientos, emociones, deseos y necesidades particulares que satisfacer.

Existen diferentes maneras desde las cuales podemos educar como distintos grados de responsabilidad que implican nuestras acciones como docentes; es decir, que nuestros actos, nuestras palabras, nuestra manera de ser, nuestras alegrías o tristezas, logros o frustraciones afectan. Siempre afectamos a los demás. Afectamos constantemente en el sentido de hacer impresión en alguien causando emociones.

Carl Rogers decía que el alumno desarrolla aprendizajes significativos cuando se involucra a la persona como totalidad, incluyendo sus procesos afectivos y cognitivos. Entre otras cuestiones, Rogers mencionaba que era muy importante promover un ambiente de respeto, comprensión y apoyo para los alumnos. También recomendaba que el profesor no utilice recetas estereotipadas sino que actúe de manera innovadora y sea él mismo, que sea auténtico.

Educar en el afecto es estar interesado en el alumno y en su formación, estar abierto a nuevas formas de enseñanza, fomentar un espíritu colaborativo, ser auténtico y tener empatía por sus alumnos, es ser sensible por sus preocupaciones y sentimientos. Es ser respetuoso de su forma de ser, de sus intereses y apoyarlo para que realice sus sueños. Educar en el afecto es enseñarle que pueden relacionarse entre sí dejando atrás las ofensas, los rencores y que la felicidad radica en la alegría de dar y compartir.

CARPETA DE TRABAJO

- Lee detenidamente el siguiente texto:

Cuentan que Gandhi fue abordado cierto día por una mujer preocupada porque su hijo consumía demasiado azúcar. "Temo por su salud", le dijo la mujer, "Él le respeta mucho", ¿Podría usted decirle los riesgos que corre y convencerle de que deje de comer azúcar?. Tras una breve reflexión, Gandhi le dijo a la mujer que accedía a su petición, pero que le llevara a su hijo al cabo de dos semanas, no antes. Dos semanas más tarde, la madre llevó al muchacho. Gandhi habló con él y le sugirió que dejara de comer azúcar.

Cuando aquél finalmente aceptó la sugerencia de Gandhi, la madre exageradamente agradecida, no pudo por menos de preguntarle al maestro por qué había insistido en que esperase dos semanas. ¿Por qué?, repuso Gandhi, porque necesitaba esas dos semanas para librarme yo del mismo hábito.

Nadie lo ha expresado con mejores palabras que Mahatma Gandhi:

**"NOSOTROS HEMOS DE SER EL CAMBIO
QUE DESEAMOS VER EN EL MUNDO"**

- Ver video: <https://www.youtube.com/watch?v=0UATO4HFqAk> (Alex Rovira)
- Qué reflexión te produce lo visto y escuchado en el video?
- Realiza una apreciación personal (según tu propia experiencia como alumna/o) sobre lo que significa educar desde el afecto.