



LA IMPORTANCIA DE HABLAR ABIERTAMENTE DE EDUCACIÓN SEXUAL CON TUS HIJOS

(THE IMPORTANCE OF OPENLY DISCUSSING SEXUAL EDUCATION WITH YOUR CHILDREN.)

Profesora: Laura Natalia Osorio Herrera
Estudiantes: Juan Manuel Suárez Pistone
Nicolás Villamizar Gómez
Sebastián Camilo Galindo Londoño

RESUMEN

En el presente artículo se busca dar a conocer, por qué el acompañamiento de padres de familia y/o acudientes es importante en la educación sexual de sus hijos. Los padres tienden a evitar involucrarse en la charla de este tema o a delegarlo completamente a otras instancias como el colegio, ocasionando consecuencias en la vida sexual de sus hijos a futuro, tales como embarazos no deseados y el mal manejo de estos (en ciertas ocasiones), cambios indeseados en los proyectos de vida, enfermedades de transmisión sexual (ETS) y abandono de estudios. Sabiendo que los padres tienen gran influencia en la formación de sus hijos, es notable que la comunicación es un eje central de esta; por tanto, se hablará sobre el impacto de la vergüenza y los tabúes en la comunicación. Para esto existen recomendaciones a seguir para conseguir una comunicación efectiva.



ABSTRACT

In this article we are going to talk about the importance of parental accompaniment in the sexual education of children. As parents tend to avoid getting involved in the sexual education of their children and not talk about the topic , causing consequences in the children´s future sexual life, for example unwanted pregnancies and mismanagement of them, unexpected life changes, sexual transmission diseases (STDs) and school dropout. Knowing that parents have a big influence on their children's formation and recognizing communication as a central axis, we are going to address the impact that shame and taboos can have in communication among parents and children. To solve this, there are some recommendations that can be followed to have effective communication.

PALABRAS CLAVE: Educación sexual, buena comunicación, Acompañamiento Parental, Tabús.

KEY WORDS: Sex education, Good communication, Parental accompaniment, Taboos.

LA IMPORTANCIA DE DESARROLLAR UNA BUENA COMUNICACIÓN CON SU HIJO

La confianza influye fuertemente en el rumbo que va a tomar una conversación sobre educación sexual. Si no hay seguridad en las palabras del tutor, o confianza en la relación general entre el parent y el hijo, la conversación no va a ser ni cómoda, ni bien recibida. Por esto, una buena relación es necesaria para ver los mejores resultados en la educación sexual del hijo y en la comunicación en general.

Teniendo en cuenta lo anterior, Miralles y Carrera (2022) plantean que el rol de los padres es estar presentes en la vida de sus hijos a lo largo de su desarrollo. La infancia y la adolescencia son etapas críticas en el crecimiento de una persona, y los

padres son figuras clave durante este período. Es fundamental que los padres (o tutores) proporcionen a sus hijos las herramientas necesarias para que puedan ser autónomos y responsables de sus acciones y decisiones.

Cuando los hijos necesitan apoyo, soluciones o protección suelen acudir a su ser más cercano, los padres o acudientes. Para entablar una conversación y con ella poder crear un vínculo y fortalecerlo, es necesario que los padres le hablen con tranquilidad y con respeto a sus hijos, mostrándoles que pueden contar con su apoyo para lo que necesiten.



¿CÓMO LOGRAR QUE LA CHARLA SEA EFECTIVA?

A la hora de mantener una buena comunicación, los padres deben buscar espacios en los que no haya distracciones como celulares, televisores u actividades sin relación al tema. Un momento adecuado puede ser durante las comidas, ya que en esos momentos todos están reunidos y sin distracciones. La charla se tiene que abordar con seriedad y respeto, es necesario escuchar las opiniones hasta el final, aunque si se presentan malentendidos o comentarios inapropiados, se debe hacer saber de buena manera y con educación. La charla se debe aprovechar para enseñar a los hijos a expresar sus emociones, explicar cómo se sienten y

dar a conocer que les agrada y que esto es importante para el crecimiento de la relación y el crecimiento personal (Viva el cole, 2021). Teniendo claras estas pautas y actitudes, se puede lograr una conversación sana en la que no queden dudas y se puedan dar a conocer de parte y parte sus puntos de vista, también creando un ambiente de aprendizaje adecuado y claro.

¿QUÉ CAUSA
UNA MALA
COMUNICACIÓN?

Para conocer más a fondo las causas de la mala comunicación en general, debemos ver los posibles problemas en la sociedad, esto viendo los motivos por los que se dan y de qué manera se dan. Las dificultades suelen surgir a raíz de vergüenzas que se dan al contestar inquietudes de los hijos, o simplemente porque el acudiente o padre siente vergüenza al hablar de sexualidad en general, esto conlleva a posibles desvíos en la conversación para no hablar del tema, provocando desconfianza para retomar la conversación con el joven. Como lo plantea Zubiri (2011) muchas veces los papás se sienten muy apenados cuando hablan de algunos temas. La vergüenza es uno de los sentimientos naturales del ser humano. Los expertos dicen que esto puede ser por varias razones, por ejemplo cultural, social o psicológico, que es muy posible que sea porque las personas fueron criadas en contextos donde había muchos tabúes y con más restricciones al hablar del tema sexual.

Podemos observar que este sentimiento tiene un gran impacto en la comunicación con los hijos,

así como en la información que los jóvenes reciben de parte de los padres, esto debido a la presión que siente el adulto al responderle adecuadamente al joven. Esto puede llevar a que los padres proporcionen información inexacta o eviten dar respuesta a los interrogantes, lo cual puede tener graves consecuencias. En lugar de

permitir que los jóvenes aprendan por cuenta propia, es importante que los padres brinden información precisa y completa sobre el tema de la educación sexual, lo cual les permitirá tomar decisiones informadas y responsables en el futuro.

¿QUÉ PAPEL JUEGA EL COLEGIO EN LA EDUCACIÓN SEXUAL DE LOS JÓVENES?

La educación sexual no solo se queda en casa, también va de mano del colegio, ya que es el lugar donde los adolescentes pasan más tiempo a lo largo de su juventud. Las estadísticas dadas por el ministerio de educación nos muestran la clara relación entre el nivel de educación de los jóvenes y el momento en el que inician su vida sexual: a mayor nivel de educación, más tarde empieza la vida sexual y viceversa. Se identificó que los jóvenes no tienen el nivel suficiente de confianza en los docentes para que traten el tema, además los educadores no tienen el nivel suficiente de capacitación para instruir a los alumnos en el tema. Si bien está claro que el colegio no es el único lugar en el que se debe instruir a los jóvenes, es de gran importancia que las instituciones

sean partícipes de esta educación, y así contar con la capacidad necesaria para manejar una vida sexual de la manera más responsable (MinEducación, 2001).

RECOMENDACIONES/SOLUCIONES

Los padres no tienen un manual o una guía a la cual acudir al momento de necesitar ayuda en la educación de sus hijos, por eso es importante que tengan en cuenta estos consejos y recomendaciones que les podrán facilitar la situación a ellos y a sus hijos.

Es importante que no se tome la charla a modo de burla. Si se presentan risas, puede que el niño se sienta avergonzado o le reste seriedad al tema, tampoco hay que irse a los extremos y pasar a tener una postura demasiado seria, buscar un equilibrio en el que la charla se vuelva amigable, sería lo más apropiado. Entrar en detalles tampoco es estrictamente necesario mientras usted pueda hacerle entender a su hijo en términos sencillos, es mejor. Un joven no siempre necesitará saber los detalles de una relación sexual. Si a su hijo se le nota insatisfecho, no está de más preguntarle “¿resolví tu pregunta?”, y si es necesario complementar la información con más detalles (HealthyChildren, 2018).

Suele pasar que los padres no encuentran los momentos adecuados para abrir el tema o entablar la conversación. Por eso se debe intentar aprovechar los momentos cotidianos, puede ser viendo un programa en el que se hable de sexo o incluso un viaje por carretera. Por otra parte, es necesario hablar frecuentemente del tema, ya que no basta con una sola charla para que el adolescente se informe de absolutamente todo. Así pues, debes ir adaptando cada una de las conversaciones a su edad o desarrollo que tenga el joven. Por último, hable con sinceridad y sea directo para que el joven entienda lo mejor posible. (Mayo Clinic, 2023).

No siempre será fácil. Inclusive algunas veces no habrá momentos para dialogar, pero es importante que se logre una buena relación basada en la confianza mutua con su hijo para que se puedan hablar de los temas con normalidad y tranquilidad. Recuérdale a su hijo que puede acudir a usted cuando le sea necesario, sin importar las circunstancias o las inquietudes que él posea al respecto. Así es como su hijo ganará más confianza en usted y acudirá a usted en diferentes momentos para esas inquietudes.



CONCLUSIONES

Por más que a veces los temas sean delicados o incómodos, debemos tener en cuenta las diferentes recomendaciones que planteamos en el presente artículo pueden resultar una herramienta que contribuya a la buena educación y acompañamiento desde casa. Así pues, se podrá tener una generación mucho más informada al respecto, con el fin de disminuir los problemas a futuro e ir corrigiendo errores de

comunicación entre padres e hijos. Si bien es cierto que en un principio puede parecer un reto, vale la pena resaltar que los beneficios de una comunicación efectiva no se verán solo en la buena educación sexual de los hijos, sino también para fortalecer los vínculos; es cuestión de tener paciencia y prever el flujo de la conversación.

REFERENCIAS

Viva el cole. (2021). *La importancia de la comunicación entre padres e hijos.*

<https://www.vivaelcole.com/blog/importancia-comunicacion-padres-hijos/>

Miralles, L. y Carrera, R. (2022). *La importancia de la comunicación con los hijos.*

Orientación Psicológica.

<https://orientacionpsicologica.es/la-importancia-de-la-comunicacion-con-los-hijos/>

Zubiri, F. (2011). *¿Por qué les cuesta a los padres hablar de sexo con sus hijos?*. Zona Hospitalaria

<https://zonahospitalaria.com/por-que-les-cuesta-a-los-padres-hablar-de-sexo-con-sus-hijos/>

MinEducación (2001). *Educación Sexual Responsabilidad de Todos.*

<https://www.mineducacion.gov.co/1621/article-87151.html>

HealthyChildren (2018). *Cómo hablar de sexo con su hijo pequeño.*

<https://www.healthychildren.org/Spanish/ages-stages/preschool/Paginas/Talking-to-Your-Young-Child-About-Sex.aspx>

Mayo Clinic (2023). *Educación sexual: cómo hablar sobre sexo con tu hijo adolescente.*

<https://www.mayoclinic.org/es-es/healthy-lifestyle/sexual-health/in-depth/sex-education/art-20044034>

