

MI HIJO COMIENZA A HABLAR DE SEXO...

Cuando comienzan las primeras preguntas... los padres alegan la falta de tiempo para responder adecuadamente. 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.

No hay que hablar de sexo preparando una clase. La mayoría de las situaciones de la vida cotidiana nos van a facilitar los mejores momentos para tratar el tema con naturalidad.

- Hay que decir al niño la verdad.
- Dar información cuando el niño lo pregunte (sus primeras preguntas suelen ser alrededor de los 4 a los 6 años).

Es posible que su hijo de corta edad pregunte: “*¿Por qué es verde la hierba?, ¿Dónde está la luna?, ¿Para qué sirve el pene?*” y entre todas estas preguntas, es la última la que nos pone nerviosos.

Así que, ofrecemos algunos consejos para hablar de sexualidad sin ponernos nerviosos:

1. Sea sincero, si le cuesta explicar el tema, hágaselo saber a su hijo, no tenga miedo de decir que necesita tiempo para pensar.
2. Tenga en cuenta que su hijo necesita a todas las edades una información precisa de la sexualidad (órganos genitales, función, etc..).
3. Nunca pierda el sentido del humor y ofrécele con cariño una información adecuada.
4. Sed claros, llamad a las cosas por su nombre, adaptad las explicaciones a la comprensión del niño, con actitud serena y calida.
5. No os centréis solo en los peligros de la sexualidad, a veces, con esta actitud, los niños perciben que todo lo relacionado con el sexo es un pecado.
6. No os adelantéis, debéis dar respuesta a las preguntas que el niño plantee, sus preguntas a los cuatro años no serán las mismas que a los siete.
7. Educar el respeto hacia las orientaciones sexuales.

QUÉ PODEMOS HACER:

1) *Aprovechar la ocasión*

Aprovechemos, 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, , 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). Si nos llega el agua al cuello y no sabemos cómo empezar podemos decir: “¿Qué crees tu...?, ¿Dime lo que sabes sobre eso...?” y a partir de ahí se puede comenzar la conversación relajadamente.

2) *Conversar, no dar órdenes*

Es muy importante el modo de hablar. Hay que evitar hacer sermones e interpretaciones. Ellos perciben rápidamente nuestro malestar en estos temas. Por ello es importante, aceptar las propias opiniones de los hijos. Tienen derecho a tenerlas. Más que entrar en confrontación y en comentarios como “¿Qué estas diciendo...?” es mejor formularles preguntas no agresivas y respetuosas de su personalidad.

3) *Ir al grano*

Es importante ceñirse a lo que realmente nos preguntan. Muchas veces, ante una pregunta inocente, sacamos a relucir nuestros sentimientos y respondemos de modo brusco, 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?"

A veces es importante averiguar de dónde ha surgido la pregunta, sobre todo si os parece que es demasiado precoz para la edad del niño. Veamos una anécdota: un niño de 4 años le preguntó a su padre:

"papá, ¿qué significa pene ". El padre comenzó una explicación de todo el proceso evolutivo, una explicación excesivamente larga y tediosa para su edad y 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 frases para ofrecer una misa para que su alma no pene antes de encontrarse con el Señor "*

4) *Llegar al fondo de la cuestión pero con cautela*

Si veis que tras una pregunta, hay una preocupación de fondo, averigüadlo con cautela. No es bueno investigar con interrogatorios directos. Habría que transmitir: "estoy dispuesto/a a escuchar lo que te preocupa, ¿hay algo más que quieras saber...?"

5) 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 o ese comentario", "pregúntale a tu padre/madre", "no me hables de esa manera"

6) Respetar su intimidad

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

7) Saber parar

No des la paliza cuando lo que observas es sus ganas de parar, la mirada perdida, pasos hacia atrás como huyendo, ellos pierden la concentración con explicaciones excesivamente largas. 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.

Nuestras actitudes como padres y educadores

a) No adelantarse. A su edad y a sus preguntas. Es bueno preguntarles antes de responder, *"¿qué es lo que quieres saber de...?"*

b) No asustarse. De sus palabras o actuaciones; si queremos mantener la confianza y capacidad de diálogo.

c) "Dejar a Dios en paz". Esas expresiones de *"Dios te ve"*, etc. hacen que los niños y adolescentes entiendan mal la moralidad, la religión y sobre todo la sexualidad.

d) Razonar con razones. No con autoridades, ni *"porque sí"* o *"porque no"*. Buscar razones lógicas que ellos entiendan, aunque sabemos que todo esto supone un esfuerzo, pero es lo auténticamente educativo.

e) Valorar lo que dicen. Escuchar y ver lo positivo de lo que expresan, siempre hay una inquietud o preocupación de fondo, algo que han escuchado en el patio del colegio o entre sus amigos, intentemos no tapparles la boca porque en el tono o lo que dicen sea, a nuestro parecer, barbaridades, hay que explicarles siempre con naturalidad y respetar sus declaraciones.

f) No mal interpretar. Sus actitudes y los comportamientos que no nos gustan, son consecuencia de su inmadurez y su inseguridad.

OTRAS CUESTIONES QUE NOS PREOCUPAN:

¿DEBE MI HIJO/A VERNOS DESNUDOS?

La desnudez en casa es algo natural entre niños pequeños y sus padres. Siempre que el ambiente sea relajado y los comentarios sobre el cuerpo sean respetuosos e inocentes, los niños desarrollarán un sentimiento saludable sobre su sexualidad, algo importante para su autoestima.

Durante las duchas, cuando uno se viste o en otros momentos privados surgirán preguntas interesantes; son momentos adecuados para compartir sentimientos, actitudes, valores y una información muy precisa sobre sexualidad que será muy importante en el futuro. También es un buen momento para hablar sobre formas de tocar el cuerpo. A los niños pequeños les encanta tocar. Si a usted no le gusta, ponga límites de forma amable y cariñosa: *“Andrés, es mi pecho, no me importa que lo toques, pero me duele cuando lo estrujas, tu no dejas que nadie te toque donde no te gusta, a mamá tampoco”*

- Háblale sobre la diferencia entre privado y público: “cuando estas en casa puedes estar desnudo, pero en público es mejor estar vestido” o “cuando vamos de visita no debes quitarte la ropa, yo tampoco lo hago”.
- Haga saber a su hijo las posibles reacciones de otras personas respecto a la desnudez: “María, los abuelitos no van desnudos por la casa. Les chocaría bastante si te vieran sin ropa cuando vienen a visitarnos”.
- Si usted se siente incomodo desnudándose ante su hijo, hágaselo saber, dígame: *“cuando yo era pequeño nunca veía a mis papas desnudos, prefiero hacerlo en el baño o en mi habitación sola”*
- Si usted quiere proteger su intimidad, construya una rutina:

➤ Cierre su puerta

➤ Diga a su hijo que llame si desea entrar (si su hijo entra en el dormitorios cuando su pareja y usted han cerrado la puerta, dígame con amabilidad que salga:

“Andrés es nuestro tiempo privado para papá y para mamá, cierra la puerta y saldré en un momento”, hágalo y dile luego: “Cuando cerramos la puerta es que queremos estar a solas. Cuando tú cierras tu puerta yo también llamaré antes de entrar. ¡Los dos te queremos mucho!”

¡HE ENCONTRADO A MI HIJA DESNUDA CON EL VECINO!

Es posible que un día descubra a su hijo explorando zona íntima de su cuerpo con otro niño. Es posible que sienta sorpresa y no sepa muy bien qué hacer. El juego sexual es algo normal hacia la edad de cuatro años. Los niños son curiosos e intentan aprender a partir de la comparación y exploración. La mayoría de los padres no sabe cómo tratar la situación.

- **Detenga ese comportamiento** de una forma amable pero firme, evitando concederle una excesiva atención o avergonzando a su hijo.

- **No riña, sermonee ni envíe a casa al amiguito la primera vez.** Todo ello serviría solo para crear un sentimiento de culpa.
- Hay que tener en cuenta que estos comportamientos indican que sienten **curiosidad.**
- **Es la oportunidad para enseñar lo que está bien y lo que está mal;** también deben aprender a ser respetuosos con los demás y a protegerse ellos mismos de una forma asertiva; Es frecuente que un niño se vea envuelto en juegos de tipo sexual y no sepa decir que no. Sea directo ante el niño: *“Ana, tu cuerpo es tuyo y tú eres la que manda sobre él! Si no quieres que nadie te toque, dilo abiertamente. ¡No tengas miedo de expresarte aunque se trate de una persona mayor!”*.
- **El juego sexual aparece a veces con el aburrimiento.** Intervenga ofreciendo actividades nuevas y divertidas. No se deje engañar cuando su hijo y una amigo/a jueguen en silencio y fuera de su vista. Si están dedicados al juego sexual, redirija la actividad hacia algo diferente
- **Dedíquele tiempo.** Usted necesita ofrecer oportunidades para escuchar y hablar con su hijo. Busque oportunidades para compartir sentimientos y responder preguntas cuando el pequeño desee, no cuando usted quiera hablar sobre ello.
- **No se alarme.** Mantenga siempre un buen sentido del humor, tan útil en la educación de un niño.