

DIÁLOGO

Serie Documentos Especiales - Cuadernos de Sexualidad
Viceministerio de la Juventud - Ministerio de Educación Nacional
Proyecto Nacional de Educación Sexual
Colombia, Julio de 1994

Cecilia Cardinal de Martín
Médica Ginecóloga y pionera de la educación sexual en Colombia

ÍNDICE

Prefacio	3
PERSONA	
Cuerpo: ver y ser visto	3
Autoerotismo	5
Prevención del abuso sexual	8
PAREJA	
Noviazgo	9
FAMILIA	
Diálogo en la familia	11
SOCIEDAD	
Lenguaje sexual y contexto	13
El cuerpo y los medios de comunicación	15

DIÁLOGO

PREFACIO

Autoerotismo, abuso sexual, noviazgo. Estos y otros temas relativos a la formación de la sexualidad, aparecen en la agenda de prioridades de padres, madres, educadoras y educadores cuando las y los jóvenes se aproximan o ingresan en la adolescencia.

Se puede afirmar sin vacilaciones que son a la vez temas universales y consuetudinarios. Y en eso radica precisamente su alarmante complejidad. Por sentirlos tan familiares y tan próximos a su propio proceso, muchas personas adultas se suelen considerar expertas en los fenómenos principales relativos a la formación de la sexualidad, y no lo son, lo cual muchas veces estimula la perpetuación de erróneas concepciones producto de la influencia y la transmisión de las mismas, de padres y madres a hijos e hijas o de educadoras/es a estudiantes.

El Proyecto Nacional de Educación Sexual ha señalado la ambición de entender la formación de la sexualidad «desde el compartir afectos, ideas y conductas con la otra persona, basada en el respeto y la comunicación». Este cuaderno aborda los temas relativos al énfasis denominado DIÁLOGO, con un enfoque aferrado vigorosamente a este propósito. Por consiguiente, no reúne complejos análisis ni pretende sorprender al lector por la originalidad o erudición de sus contenidos. Es un repaso por materias comunes pero claves para las personas en formación, acerca del cuerpo, el autoerotismo, la prevención del abuso sexual, los primeros noviazgos y las nuevas condiciones de comunicación que tanto en la órbita familiar como ante la sociedad aparecen con el descubrimiento de la sexualidad por parte de las y los jóvenes.

En concordancia con la sencillez y la popularidad de los temas, ha sido redactado utilizando un lenguaje llano y sencillo. Como los demás materiales a través de los cuales se han desarrollado las propuestas del Proyecto Nacional de Educación Sexual, este cuaderno no espera en ningún caso lograr un consenso acerca de su contenido, pero sí persigue aportar pautas fundamentales y de aceptación universal, acerca de tópicos que, por comunes y corrientes, merecen muchísima más atención que los exóticos y raros, que sólo comprometen a sectores minoritarios de la población.

CUERPO: VER Y SER VISTO

El cuerpo, como representación tangible de nuestra existencia y soporte físico de nuestra identificación como personas, constituye el Yo físico y es elemento central para el desarrollo de la opinión y autovaloración personal.

El cuerpo representa a la persona no sólo ante sí misma, de una manera individual e íntima, sino que además es la frontera, el límite entre el Yo y el mundo. Es la primera cosa nuestra que los

otros perciben y, quiérase o no, es también lo que ve uno/a mismo/a, aunque otras personas no lo vean.

La apreciación social de lo que el cuerpo significa -- en relación con su importancia, cuidado, nociones estéticas, aceptación de la desnudez o del cubrimiento, valoración de algunas de sus partes en desmedro de otras, etc. -- varía de acuerdo con la cultura predominante en cada época. Por ejemplo, la cultura griega antigua exaltó al máximo el cuidado del cuerpo como elemento estético. Los griegos valoraban la armonía de las formas del cuerpo como totalidad, sin parcelaciones, y utilizaron los ropajes no para ocultar sino para realzar las formas corporales. Por contraste, en la Edad Media el cuidado del cuerpo disminuyó; se encubrió en cuerpo como totalidad y, en su lugar, se acrecentó el aprecio del rostro. En ese sentido, poseer un cuerpo -- el nuestro --, las maneras de verlo y de sentirlo y de ver el cuerpo de las demás personas, tuvo y aún tiene significados diferentes.

Sin embargo, las maneras de percibir el cuerpo propio no son totalmente personales sino que están influidas por las otras personas y por la sociedad. Las maneras como los demás nos ven funcionan como un espejo que nos devuelve la imagen del propio cuerpo. Más aún, el comportamiento corporal que se considera «natural» está moldeado por la sociedad. Existe una analogía, a ese respecto, que considera la totalidad del ser corporal como dos rostros: uno, el que representa mis íntimas energías, sentimientos y deseos, y el otro, el que representa nuestra cultura.

Dos caras que se miran y son vistas por la misma persona. Así, tener un cuerpo significa tener un diálogo permanente, que se establece por medio del lenguaje corporal que comenzamos a aprender desde la infancia. Fruncimos el ceño para manifestar desaprobación, abrimos los brazos para expresar acogimiento, nos acercamos a otra persona para indicar necesidad de compañía, acariciamos para comunicar deseo y gesticulamos para protestar.

El lenguaje corporal casi nunca miente, especialmente en los niños, las niñas y los/as adolescentes. Es sólo más tarde, cuando los procesos educativos nos enseñan a controlar ese lenguaje, que se vuelve mentiroso. Comunicarse corporalmente es, para el/la adolescente, una necesidad importante que produce placer. El contacto físico con otras personas se acentúa espontáneamente ante la desaprobación e irritación de los adultos, que se empeñan en cambiar la comunicación lúdica del juego placentero por la comunicación intencionada y funcional.

Una de las necesidades de el/la adolescente, respecto a la obtención de su imagen corporal, es elaborar el duelo de la pérdida de su imagen corporal de niño o niña -- que le era reconocida y aceptada -- para acostumbrarse a aceptar los cambios que ocurren rápidamente en su forma y en sus nuevas sensaciones internas.

Un signo claro de esa necesidad de reconocimiento y aceptación es la conducta adolescente universal de mirarse detenidamente ante todos los espejos que se encuentran en el camino. Hacer muchas muecas y ensayar toda clase de posturas son actitudes que, aunque interpretadas por las olvidadizas personas adultas como vanidad exagerada, forman parte esencial del comportamiento en la adolescencia.

Por diferentes motivos, entre otros el de adecuarse a paradigmas de belleza impuestos desde afuera, el/la joven aceptará o rechazará las partes de su cuerpo según correspondan o no a esos cánones.

Las actitudes corporales traducen claramente los sentimientos que el/la adolescente tenga: ocultan las manos en los bolsillos, se cierran los ojos con frecuencia, tapan la boca y la nariz con las manos, caminan agachados/as, esconden los pies debajo del asiento, usan ropa exageradamente amplia, estrecha o corta, mueven las manos con afectación, etc. En raras ocasiones el rechazo o la aceptación de todas las partes del cuerpo es total. Por lo general es parcial, de modo que los gestos y movimientos corporales presentan una especie de discordancia, ante la mirada de sus compañeros/as y de las personas adultas y la suya propia, lo que refuerza la impresión de extrañeza.

Habitualmente, la «reconciliación» -- ponerse en buenos términos con su propio cuerpo -- la realiza el/la adolescente por sí solo/a. Sin embargo, el proceso puede apoyarse mediante el diálogo que facilite la comprensión de esos patrones, su relatividad y la aceptación de las diferencias, así como del origen -- genético o racial -- de ellas.

Aceptar el cuerpo propio es indispensable para reconocer sus necesidades y para cuidarlo. «Yo sé lo que el cuerpo me pide» es una frase popular que debe hacerse realidad. Es necesario, para su cuidado, reconocer lo que el cuerpo nos dice cuando, por ejemplo, pide reposo, actividad, alimento, ayuno, sueño o vigilia. Cuidar el cuerpo no sólo significa mantener o desarrollar su armonía; también es propiciar su buen funcionamiento y evitar las agresiones propias y las de otras personas.

AUTOEROTISMO

El autoerotismo, en sentido amplio, se refiere al fenómeno de las emociones sexuales producidas sin ningún estímulo externo, proveniente de otra persona. Se consideran autoerotismo las fantasías y los sueños con contenido sexual, las sensaciones sexuales producidas por la contemplación de ciertos objetos, entre otros.

La masturbación es la forma más frecuente y estudiada de autoerotismo, tanto así que para muchas personas es sinónimo de éste. Sin embargo, varios autores consideran que el término masturbar (derivado del latín «manus» = mano y «stuprare» = ensuciar o perturbar) da a la acción una connotación peyorativa que debe evitarse.

De acuerdo con esa opinión, razones de prudencia en consideración al malestar que produce el uso del término «masturbarse» recomiendan sustituirlo por el término «autoerotismo», menos objetable y más preciso.

Las actitudes hasta ahora predominantes frente al autoerotismo, como su negación, la condena y el temor, provienen de la tradición judeo-cristiana y de la opinión médica, actualmente descartada, relativamente ubicadas en la misma línea de interpretación.

Entre los antiguos judíos, cuya cultura influyó notablemente el pensamiento cristiano sobre el erotismo, la pérdida intencional del semen (semilla) fue considerada, primero, como un pecado social, en tanto no culminaba en la procreación e impedía el aumento de la población, necesario para sostenerse frente a los enemigos territoriales.

Más tarde, el judaísmo calificó la masturbación como violación y desobediencia del mandato divino contenido en el «crecer y multiplicarse». El pensamiento cristiano inicial fue influido por el criterio de San Agustín, quien afirmaba que la concupiscencia, particularmente relacionada con lo sexual, era resultado del pecado original y, por tanto, los actos sexuales sólo se justificaban si conducían a la procreación. Luego, los teólogos rechazaron el pensamiento de San Agustín respecto a la concupiscencia, pero enseñaron que la expresión sexual fuera de la unión matrimonial era «mala». Estas doctrinas todavía son el punto de partida para los católicos en lo relacionado con la moral de la masturbación.

En la actualidad, numerosos grupos católicos consideran que el autoerotismo no es «moralmente indiferente», pero no es objetivamente inmoral en todos los casos. Ven en él el peligro de sustraer al individuo de la posibilidad de usar el acto sexual como una manera de expresar amor y entregarse a otra persona.

Por otra parte, la opinión médica de hace más de un siglo, influida por las tradiciones religiosas mencionadas y adicionalmente por la ignorancia sobre la mayoría de los aspectos de la sexualidad, favoreció la divulgación de esas actitudes en la sociedad, la familia y los individuos.

Algunos médicos condenaron el autoerotismo al considerar que producía enfermedad. La falta de conocimientos sustentó la hipótesis de que el semen era un fluido importante para mantener la integridad corporal, y que su desperdicio por prácticas autoeróticas, y aun en el coito, debilitaba el cuerpo y producía enfermedades de diversas categorías.

Locura, idiocia mental, dificultades de aprendizaje, debilidad física, tuberculosis y esterilidad fueron descritas como consecuencia del autoerotismo. Esas teorías, sin evidencias científicas que sustentaran sus afirmaciones, influyeron en nociones erradas que aún prevalecen sobre las prácticas autoeróticas.

La actitud moderna hacia el autoerotismo es resultado de una larga lucha contra la ignorancia. Dicha actitud aparece como consecuencia del estudio racional y científico que ha reemplazado a los prejuicios y supersticiones. Los grupos religiosos, aunque no aceptan la masturbación por razones morales, tampoco las desalientan con argumentos como las supuestas horribles y deletéreas consecuencias sobre la salud de las personas.

En el nuevo contexto se denomina autoerotismo-masturbación a la estimulación de los órganos sexuales con el objeto de tener placer, inducido por la persona misma y sin que otra esté involucrada físicamente.

El autoerotismo es una forma de diálogo y de comunicación de nuestro cuerpo sexual con nosotros/as mismos/as; representa una forma de aprendizaje, conocimiento y reconocimiento del

placer sexual. Se considera un fenómeno normal, pero no absolutamente necesario. Las personas difieren en cuanto a apetencias y necesidades, así que practicar el autoerotismo respondiendo a ellas se considera tan normal como no practicarlo.

La práctica del autoerotismo puede estar presente en todas las etapas del ciclo vital: infancia, niñez, adolescencia, adultez, edad madura y vejez, pero es más frecuente en la adolescencia. En la infancia y la niñez el autoerotismo tiene una connotación diferente a la de las otras etapas vitales, pues se practica por puro placer sensual, sin connotaciones sexuales.

En la adolescencia, con el aumento de la producción hormonal, los deseos sexuales, hasta este momento vagos, se hacen más evidentes. Una manera de satisfacerlos y liberar la tensión que producen es el autoerotismo, lo que no impide sentir temor y culpa por el peso de las tradiciones basadas en mitos y creencias falsas.

Es frecuente encontrar adolescentes que se preocupan profundamente por las consecuencias del autoerotismo, inexistentes por supuesto, tales como alteraciones estéticas (acné, palidez, ojeras profundas, caída del cabello o aumento exagerado del vello), alteraciones futuras de su funcionamiento sexual (impotencia, esterilidad, frigidez) o trastornos (pérdida de la memoria, incapacidad de aprendizaje, neurosis, melancolía), hasta la incapacidad de construir pareja, debilidad física que impide practicar deporte, etc. Además, se cree que la masturbación tendrá influencia en la orientación sexual. Los sentimientos de culpa, de debilidad de carácter, de ser «sucios/as» y pecadores/as contribuyen a la desazón de las y los adolescentes.

Aun en el caso de que estas preocupaciones no existan y el autoerotismo sea vivido sin problemas, aparece con frecuencia la duda sobre lo que frecuentemente se considera «normal» o «excesivo». En este sentido, debe reconocerse que lo que es «normal» para una persona puede no serlo para otra, y lo que es «excesivo» para una puede ser normal para otra. Cuando la práctica es claramente obsesiva y compulsiva, expresa la presencia de problemas de índole relacional y afectivo.

No aclarar dudas o persistir en mitos y creencias erradas sí puede traer consecuencias negativas para la futura vida sexual de las y los adolescentes y para su propia imagen y valoración como personas adultas.

En cambio, brindar información veraz y objetiva sobre lo que representa el autoerotismo como parte del desarrollo psicosexual, permite reforzar la autodeterminación y entender que la conducta sexual personal debe responder a valores, conciencia y necesidades propias, ajenas a presiones externas.

Practicar o no el autoerotismo es una decisión íntima y personal, donde no tienen lugar la prohibición ni la imposición de las personas adultas o de otros/as adolescentes.

PREVENCIÓN DEL ABUSO SEXUAL

En sentido estricto, «abusar» significa hacer objeto de trato deshonesto a una persona débil o inexperta. Desde este punto de vista, puede decirse que abusar es ejecutar actos sexuales tales como acariciar los órganos genitales y erógenos, frotar el cuerpo contra el de otra persona sin su consentimiento, para obtener placer sexual y utilizando coacción o violencia mental o física.

La violación que consiste en la introducción del pene en la vagina o el recto de la persona agredida, se considera como la forma más violenta de abuso sexual. Para muchas personas significa la única forma de abuso sexual y, si nos atenemos a las estadísticas, es la más frecuente.

Sin embargo, otras formas de agresión, tales como caricias, frotamientos, etc., ocurren muy frecuentemente sin que salgan a la luz pública, porque se las considera abusos de menor categoría.

Otras formas de abuso sexual, que no siempre causan traumas de origen físico aunque sí de orden psicológico o social, son el abuso, la agresión y el irrespeto hacia manifestaciones normales de la sexualidad de niños, niñas y adolescentes.

Es el caso de niño o niña a quien se le atan sus manos o se le queman por ejercer el autoerotismo, o se le expulsa de clase o de la escuela por «corrompido/a». En ocasiones, es también el caso de niños o niñas que, respondiendo a costumbres tradicionales de su subcultura, hacen rondas de práctica de su autoerotismo y por ello se les expulsa de sus colegios bajo cargos de homosexualidad, perversión y exhibicionismo.

También se abusa del adolescente varón que es llevado contra su voluntad a prostíbulos por su padre o sus amigos, casi siempre bajo el influjo de bebidas alcohólicas, para que «se vuelva hombre», mediante la obligación de tener relaciones sexuales mercenarias.

Suele asimismo ocurrir que algunos maestros o maestras ejerzan coacción para que se les permita acariciar, o aun tener una relación sexual con su alumna o alumno, bajo presión académica. O cuando se ofrece, para perpetrar el abuso, apoyo monetario, ropas o alimentos por parte de una persona vista por las y los adolescentes con respeto, estando ellos/as en situación económica de penuria y psicológica de indefensión.

La agresión física o verbal de padres, madres y mayores hacia la adolescente enamorada, de quien se sospecha que puede haber tenido relaciones sexuales, es otra forma de abuso sexual. La agresión sexual, física o verbal de un/a compañero/a o grupos de compañeros/as es otra manera de expresar irrespeto, agresión y violencia.

Los perpetradores de estos abusos no siempre están agazapados en la oscuridad de los parques o caminos, no usan antifaces ni son siempre enfermos mentales. En muchos casos son individuos conocidos que comparten la vida diaria con las personas abusadas y que no encajan, necesariamente, en la clasificación de neuróticos o psicóticos, pero sí profundamente irrespetuosos, agresivos y con una débil noción ética y una visión de la sexualidad marcada por la ignorancia y la distorsión.

La reacción a los abusos varía en cada adolescente; puede ir desde la depresión y la angustia, por los sentimientos de poca autovalía y la culpabilidad, lo que se llama «inocentes hechos/as culpables», hasta la agresividad, la fuga, el rechazo de su propia sexualidad y aun pensamientos o intentos de suicidio.

La prevención del abuso sexual en todas sus formas -- como un hecho que traduce imposibilidad de diálogo, imposición en lugar de consideración, ejercicio brutal del poder y egocentrismo exagerado -- es asunto urgente. Algunos preconizan la vía legal como medio idóneo de solución. Pero las leyes no tienen efecto si no van acompañadas de la voluntad íntima de las personas para cumplirlas. Por esa razón, y sin descartar de plano los efectos de la normatividad, se propone la educación como una manera eficaz de prevención.

Reforzar en el niño, la niña y el/la adolescente la necesidad y el derecho de diálogo que tienen consigo mismos/as y con las demás personas (es decir, expresar lo que se piensa y siente y oír lo que la otra persona piensa y siente), es una contribución importante.

Partiendo de lo que uno/a se dice a sí mismo/a -- «Mi cuerpo es mío y yo decido sobre él», «Nadie tiene derecho a decidir sobre lo que hago con mi cuerpo», «Mi sexualidad es valiosa y mía; debo cuidarla y no debo compartirla si no es por mi propia voluntad», «Puedo y debo decir 'no' cuando quiero decirlo» -- y reforzando el derecho y la posibilidad de expresarlo, se podrá contribuir a la preparación del niño, la niña y el/la adolescente para autodefenderse contra el abuso sexual.

Se deben comunicar instrucciones específicas para no aceptar invitaciones o regalos de desconocidos, o aun de conocidos que esperan algo como compensación a su gesto. De otra parte, se le debe dejar saber al niño, la niña y el/la adolescente que cuentan con familiares, maestros, maestras, amigas y amigos con quienes pueden hablar al respecto, antes o después de que el abuso haya tenido lugar. Esto les ayudará a prevenir o superar el trauma.

El diálogo que se sostenga con niños, niñas y adolescentes al respecto debe ser llevado con cariño, respeto y tranquilidad, evitando aterrorizarles (hasta el punto de que lleguen a temer o sospechar de cualquier expresión física o verbal de ternura o admiración) pero reforzando una vez más su derecho y su seguridad.

NOVIAZGO

Desde la niñez hasta la pubertad, los niños y las niñas tienden a formar pareja con amigas o amigos escogidos/as porque coinciden con sus gustos, habilidades, formas de vestir o de jugar, etc. Esto responde a la necesidad que tienen de unirse con quienes se les parecen y con quienes pueden compartir o disentir sin consecuencias negativas.

Esta primera aproximación al otro o a la otra de la misma edad y sexo, por lo general opuesto -- cuando está determinado por afecto y es fruto de la propia elección -- la denominan los niños y

las niñas «noviazgo», término inventado por las personas adultas, quienes por su dificultad para comprender la existencia de sentimientos de amistad, ternura, cariño y atracción hacia una persona del otro sexo sin que sea necesariamente la antesala del matrimonio, suelen enseñarles las nociones de matrimonio, fidelidad, hijos/as, etc.

Si se permite que los niños y las niñas orienten esa situación con seriedad y afectividad, se les facilitará subir el primer peldaño hacia la formación de pareja en el futuro.

De esta manera tales experiencias pueden contribuir al aprendizaje de lo que es una futura pareja, o disminuirlo y negativizarlo, según hayan sido las actitudes de las personas adultas.

Al llegar al período de la pubertad (que es el concepto físico) y adolescencia (que es el concepto social), el «noviazgo» tendrá nuevas connotaciones de tipo social y sexual. En esa época comienza el abandono de la homosocialidad -- es decir, de las relaciones sociales, buscadas y aprobadas por los/as demás, de niños con niños y de niñas con niñas -- y aparece la heterosocialidad (relaciones con el otro sexo), proceso aparejado a la presencia de ocasionales problemas por la dualidad en el intento de reconciliar el sentimiento espontáneo con el temor de acercarse a otra u otras personas a quienes todavía no se conoce totalmente.

Es una época de cuestionamientos propios sobre la apariencia estética, sobre su posibilidad de expresión de destrezas sociales (baile, manera de invitar, hablar y moverse) y la consecuente aceptación o el rechazo, que problematiza el reconocimiento de la compañía y la comprensión del otro sexo.

En medio de la timidez, la inseguridad y el arrojo, muchos/as adolescentes hacen pareja (noviazgos), mantienen sus relaciones, comunican sus sentimientos y problemas (casi siempre relacionados con su interacción con el mundo adulto), aprenden a conocerse a sí mismos/as y acrecientan las posibilidades de relación entre los dos sexos.

Sin embargo, poder establecer un noviazgo no es cosa fácil para muchas/os adolescentes, que se hallan en proceso de construir su propia imagen femenina o masculina, influidas/os por los mensajes de los medios de comunicación acerca de cómo conquistar o hacerse irresistibles e inolvidables, cuando los recursos para lograrlo no están todavía a su alcance.

El imperativo de tener novio o novia, inculcado por el grupo básico cercano o la familia, es una forma de imposición que no respeta las necesidades y emociones propias de aquellas/os adolescentes que aún no están listas/os anímicamente para emprender o sostener este tipo de relación. Además, las nociones difundidas entre adolescentes sobre la necesidad de prolongar *ad infinitum* el primer amor -- con el correlativo de considerar como un fracaso la terminación temprana de éste -- no contribuyen a que esos episodios alcancen el significado real de aprendizaje para la futura construcción del verdadero amor adulto.

Una actitud de acompañamiento, comprensión y confianza hacia los/as adolescentes, que se logra a través del diálogo, les permitirá afirmar la espontaneidad en la administración de sus propios sentimientos y abrir espacios para el ejercicio de sus posibilidades de atraer y sentirse atractivos/as, con lo que esto representa en la maduración del concepto de pareja.

Por el contrario, dar recetas o intentar establecer normas, como hacen las revistas «del corazón», resta opciones de autoconocimiento y de respeto a su propia manera de ser y la de las otras personas, además de restringir la autenticidad en el modo de amar. Por esa vía, la relación amorosa se convierte en un intercambio rutinario de técnicas instrumentales, en lugar de ser un intercambio de sentimientos auténticos.

Prohibir el «noviazgo» significa obstaculizar el proceso de desarrollo psicoafectivo de las y los adolescentes. Ridiculizarlo es desconocer y descalificar la seriedad con que la mayoría de adolescentes asumen esas relaciones iniciales. Para muchas personas adultas, el primer amor y primer noviazgo fueron la única relación verdaderamente seria de su vida.

DIÁLOGO EN LA FAMILIA

«La comunicación es un gran paraguas que cubre y afecta todo lo que sucede entre los seres humanos». Virginia Satir

Comunicarse es dialogar, hablar, escuchar y responder con palabras y con el lenguaje no verbal o corporal. Al comunicarnos transmitimos información sobre lo que sabemos, lo que sentimos, lo que pensamos y lo que deseamos de y para nosotras/os mismas/os y de y para las demás personas.

Vivir en medio de seres humanos significa siempre comunicarse. Por eso, cuando se dice que «hay deficiencias de comunicación en la familia», no se está describiendo la realidad, porque la falta de diálogo, el silencio, contiene un mensaje claro: el no deseo de comunicación.

Si bien no es posible elegir entre comunicarse y no comunicarse, sí lo es aprender y elegir la manera de hacerlo, dependiendo de ello que la comunicación tenga resultados positivos -- como son la sensación de que se nos acompaña, comprende, aprecia, acepta y quiere -- o resultados negativos -- como la sensación de soledad, incomprensión, de que no se nos acepta o no se nos quiere.

Cada familia elabora sus propias formas básicas de comunicación que con frecuencia se transmiten de una generación a otra, con las modificaciones que cada nueva generación introduce a partir de los cambios sociales.

Unas tipologías de las formas básicas de comunicación se sintetizan enseguida:

Tipo I

Es la forma convencional, sociable, de rutina diaria y cerrada. Constituye una fórmula para cumplir con «las buenas maneras» pero sin trascendencia. Se emiten mensajes amables sin esperar respuesta, y si ésta llega no tiene gran significación; además no revela nada de lo que piensan los/as interlocutores/as. Como ejemplo, puede tomarse el saludo clásico: «Hola, ¿cómo estás? ¿Qué has hecho? ¿Qué tal en tu casa? ¿Todos bien? Fue un gusto verte.» Es una forma de no comprometerse y de evitar el auténtico diálogo.

Tipo II

Es la forma directiva, persuasiva, dogmática y cerrada. Constituye una fórmula para imponer autoridad y lograr obediencia. No espera respuesta y, como en el caso anterior, evita el diálogo. Por ejemplo, el hermano mayor quiere comunicarse con su hermana menor para hablar sobre asuntos relacionados con amores y noviazgo: «Te estás haciendo toda una mujer. Ya tendrás novio. ¡Ojo con lo que hacer! ¡Nada de tonterías! ¡No me vengas a contar que te fue mal! No digas que no te lo advertí. Hazme caso y punto.»

Tipo III

Es la forma especulativa, intelectual, reflexiva y abierta, pero sin compromiso. Constituye una manera de propiciar el diálogo. Permite y oye, pero no revela nada y evita que la otra persona sepa cómo se piensa y se es. Por ejemplo, el padre que ha decidido conversar con su hijo respecto del programa de educación sexual en el colegio: «Entiendo que vas a recibir un curso de educación en el colegio. Leí un estudio interesante sobre actitudes de los niños al respecto. Sería interesante saber qué piensas tú.»

Tipo IV

Es la forma sincera, abierta y reveladora, responsabilizadora y de compromiso. De esta manera, no existe el afán de «quedar bien» o de autoridad. El diálogo se propicia con y para la otra persona; revela sentimientos, da confianza y es auténtica. Por ejemplo, la adolescente que quiere comunicarse con su madre para tratar asuntos relacionados con la sexualidad: «Mamá, quiero preguntarte algo sobre la sexualidad, pero no sé cómo empezar. Te quiero mucho pero me da miedo hablarte. Como tú eres mayor, es posible que pienses diferente a mí. Voy a decirte lo que siento y tú después me cuentas. A lo mejor nos ponemos de acuerdo.»

Este tipo de diálogo, donde impera lo auténtico y no se busca brillo ni poder, que es afectivo y tierno, se denomina «comunicación lúdica» y responde al deseo que todas y todos tenemos de bienestar, cariño y autenticidad.

Muchas veces parece existir un intervalo, una especie de pausa en el diálogo entre adolescentes y personas adultas, precisamente porque el niño y la niña se comunican con más facilidad. Pero al

llegar a la adolescencia, los cambios que les producen perplejidad, deseo de independencia, etc., hacen que la comunicación se torne menos intensa ante la perplejidad de las personas adultas que optan muchas veces por el silencio. Unos/as y otros/as experimentan cierto miedo para enfrentarse a una situación nueva, y en alguna medida desconocida, en cuanto a sus relaciones interpersonales y prefieren callar.

En casos de crisis, malas notas, desobediencia exagerada, situaciones económicas difíciles o enfermedad, la comunicación vuelve a ser agresiva e impositiva.

La familia es el reducto íntimo donde se aprende a ser persona; y es allí donde podemos enriquecernos con el diálogo, que si bien es cierto en ocasiones tiene obstáculos, terminará, tarde o temprano por llevarse a cabo.

En los últimos años se habla mucho de la comunicación y de sus técnicas. Hay cantidades de literatura sobre el tema y existen carreras universitarias encargadas de elaborar respuestas a la importancia social de la comunicación. Sin embargo, su funcionalidad opera cuando se trata de la técnica de comunicación de masas, pero no en el nivel de las relaciones interpersonales.

Para poder lograrlo y hacerlo bien, se necesita tener voluntad, hablar desde el corazón y esperar la respuesta con confianza y tolerancia, aunque no siempre la comunicación que se envía a otra persona sea bien recibida, ni la respuesta la que se espera. Y es natural, ya que las palabras que se dicen no tienen por qué convertirse en eco. Si fuera así, nunca se establecería realmente un diálogo.

LENGUAJE SEXUAL Y CONTEXTO

En la vida diaria las personas se comunican entre sí por medio del lenguaje familiar, el informal y/o popular y el llamado lenguaje «culto» o «científico». En general, el lenguaje familiar se modifica, tratando de volverlo «culto» cuando se trata de comunicarse con personas que están fuera del círculo familiar, por razones de cortesía o de claridad, ya que las palabras familiares o populares pueden tener distintos significados fuera del círculo cercano.

El conjunto de palabras que constituyen el lenguaje tiene diferentes significados pero algo es común: es, para todos y todas, el vehículo con el que expresamos nuestros sentimientos.

La descripción de las acciones diarias, de las necesidades y de los sentimientos se hace con mayor o menor facilidad en lenguaje popular o culto y con una precisión aceptable.

Sin embargo, a pesar de la apertura al tema de la sexualidad que era antes vedado -- o quizás por eso mismo --, la habilidad para hablar de la sexualidad deja mucho que desear. Se tienen serias dudas sobre qué tipo de lenguaje debe emplearse al respecto; unos insisten en que sólo debe usarse el lenguaje «científico» o «culto» y otros insisten en el empleo del lenguaje familiar y el popular, mientras que algunos prefieren la mezcla de éstos.

El aprendizaje del lenguaje sexual, es decir, aprender a expresar en palabras nuestros encuentros con la sexualidad en nosotros/as y nuestro alrededor, comienza desde que tenemos la posibilidad de emplear el lenguaje general.

El niño y la niña sienten, observan y escuchan toda clase de expresiones acerca de la sexualidad. Ven y tocan sus órganos genitales, oyen que alguien está embarazada o «va a tener un niño», escuchan la propaganda radial o ven por la televisión publicidad sobre ropa interior «sexy» o anticonceptivos; sobre «hacer el amor», o la «querida» de fulano o la «palabreja» que alguien dijo en un momento de ira, y llegan incluso a ver escenas de contenido sexual.

Ante esa realidad, las personas adultas -- padres y madres o maestras y maestros -- tienden una cortina de censura cuando el niño o la niña quiere expresar públicamente sus impresiones y necesidad de conocimientos. «¿Qué es un anticonceptivo? ¿Hay en la casa?» preguntará una niña o un niño, y se le responderá «de eso no se habla». Al repetir la «palabrota», se le dirá que eso no se dice. Estos ejemplos ilustran cómo, sin quererlo, a fuerza de tanto repetir «no decir», «no hablar», se está obstaculizando la posibilidad de expresión del niño o la niña.

Por el contrario, explicarle el significado de las palabras le facilitará aprender a hablar sobre la sexualidad y, por lo tanto, comunicarse realmente. En este caso, el uso del lenguaje familiar popular o el culto científico tienen igualmente cabida y pueden emplearse según la facilidad de uso que tengan las personas adultas (en casa o en la escuela) y la capacidad de comprensión del niño o la niña. Es lógico, por ejemplo, decir a alguien que tiene cuatro años que «estar embarazada» o «esperando un niño» es cuando una mujer tiene dentro de ella en una bolsita especial un bebé muy pequeñito, pero es ilógico decirle que es «un estado fisiológico durante el cual tiene lugar el crecimiento del embrión».

Las palabras no son buenas ni malas en sí mismas. Lo importante es el significado que se les dé y el sentimiento que traduzcan. Cuando una madre dice a su hijo «Te voy a comer a besos», no está significando que lo engullirá como una antropófaga, sino simplemente quiere expresarle su amor a través de sus caricias.

Al llegar a la pubertad, la necesidad de expresar los sentimientos sexuales comunicándolos a otras personas se hace casi imperativa. Ante la falta de dominio del lenguaje sexual, la comunicación se realiza por medios escritos, gráficos o gestuales, como se ve en las paredes de los recintos escolares o públicos, en los baños, en las mesas de estudio donde aparecen románticas frases de amor, corazones dibujados, referencias a la anatomía sexual y frases insultantes dirigidas a uno y otro sexo. Al mismo tiempo, muchos adolescentes acostumbran a exhibir signos rudos de contenido sexual.

Frente a esta situación, las personas adultas optan por la prohibición y el castigo, antes de intentar comprender por qué y en cuáles circunstancias los usan, y convertir ese fenómeno en una instancia educativa que facilite el aprendizaje del lenguaje sexual.

El lenguaje «obsceno» es utilizado por adolescentes porque no conocen otro, como forma de congraciarse con el grupo y ser parte de él, o bien como un modo de demostrar hombría o femineidad, para aparentar conocimientos, liberar tensiones o llamar la atención.

Pero, más profundamente, ese lenguaje oculta el temor a muchos aspectos de la sexualidad, como el desconocimiento de la realidad de las tensiones eróticas, o de las diferencias en las otras personas y la aproximación a otra persona, y a la orientación sexual, etc.

También expresa disfraces o a veces claramente la rebelión, el disgusto o la ira contra padres, madres, maestras o maestros, y contra las normas sexuales que proscriben. Finalmente, pueden también expresar una aceptación de estereotipos sociales: machismo, victimismo o doble moral, y la visión de lo sexual como algo sucio y pecaminoso que debe ser objeto de represión y castigo.

Dialogar con las y los jóvenes sobre lo que el lenguaje representa y sus significados, les permitiría buscar nuevas formas de hablar y dialogar más directamente sobre la sexualidad y reinventar o inventar su propio lenguaje.

Esto no quiere decir que se utilicen únicamente los términos científicos que designan los órganos genitales o las relaciones sexuales, sino los que expresen de manera clara los sentimientos y valores que se tenga al respecto. No se trata tanto de decir pene en lugar de «pajarito», o decir «llegar a la tercera fase de la respuesta sexual u orgasmo» en lugar de «venirse». Se trata de encontrar las palabras que traduzcan lo que se siente, evitando la rudeza por respeto a las sensibilidades de las demás personas.

Hablar de asuntos sexuales no destruye, como creen muchos, la ternura, la emoción y el sentimiento. Al contrario, los realza.

EL CUERPO Y LOS MEDIOS DE COMUNICACIÓN

Desde que el ser humano tuvo la posibilidad de producir imágenes, y posiblemente aun antes de dominar el lenguaje, ha representado el cuerpo humano intentando significar en él su cultura, sus ritos y sus quehaceres. Por ejemplo, en las cuevas de Altamira, en España, los pobladores prehistóricos de la región nos dejaron un relato completo en figuras corporales de sus costumbres de caza, ritos, etc.

La sociedad y los grupos que la conforman utilizan la figura corporal, pintada estática o en movimiento, como mensaje para difundir y enseñar normas, patrones de comportamiento, valores, etc. En resumen, la imagen del cuerpo expresa la cultura, especialmente a través de los medios de comunicación.

Cuando, por ejemplo, se quiere resaltar el valor del sufrimiento y el sacrificio, se representarán cuerpos sufrientes, doloridos, gimientes y escarnecidos. Si se trata de difundir el valor del trabajo físico, el cuerpo representará fuerza muscular, esfuerzo, sudor y empeño.

Botansky dice que cada sociedad parece producir una cultura «somática» (corporal) y desarrolla normas que rigen la relación de cada individuo con su propio cuerpo. Si es así, debemos admitir

que la manera como aceptamos y utilizamos nuestro propio cuerpo estaría determinada por la cultura a la que pertenecemos. No obstante, debe afirmarse también que los seres humanos pueden a su vez influir y modificar la cultura, haciendo que, aun contra ella, su cuerpo y su actividad les sean propios.

A su vez, dentro de cada sociedad los distintos grupos, cualquiera sea su oficio, desarrollan patrones y normas en cuanto a la representación corporal y su utilización. Cada grupo elabora su propia noción del qué, el para qué y el cómo del cuerpo.

Para la medicina, por ejemplo, el cuerpo es anatomía, fisiología, vida, enfermedad o muerte; también es protección, cuidado y salud, estética, etc. Para los artistas, pintores, escultores y poetas, el cuerpo es armonía, representación interna, placer estético y regalo para los sentidos.

Los medios masivos de comunicación traducen esas ideas sobre lo corporal y crean sus propias formas de representación incorporando elementos de las diversas «subculturas». Esto les permite, en un solo lenguaje, atender las diversas necesidades expresivas. Esa homogeneidad expresiva determina la eficacia del medio y su influencia en la sociedad.

Los medios tienen, entre sus funciones, la de estimular el consumo utilizando el cuerpo como objeto y señuelo. Cuerpos femeninos bellos, armónicos, sanos, desodorizados o exquisitamente perfumados, conquistadores, felices por obra y gracia del cosmético, la sustancia que promete la eterna juventud, la máquina depiladora, el alimento dietético, etc. Y cuerpos masculinos atléticos, armoniosos, sanos, triunfadores, dominantes, también merced al cosmético «verdaderamente masculino», al uso de ropa interior indicada, al tónico capilar milagroso, al vehículo último modelo, etc. Y los niños y púberes son sanos, hermosos, atléticos, triunfadores y felices en la escuela y la cancha deportiva gracias a la ingestión de ciertas bebidas o al uso de ciertas ropas de marca.

Algunos piensan que es un exceso de puritanismo criticar el ejemplo corporal inmaculado que se presenta y el consumo de artículos refinados, y para otros todo el asunto es negativo porque puede desatar en los grupos menos favorecidos, y aun en algunos favorecidos, no sólo la «vergüenza corporal» al no poder ser como los modelos impuestos, sino el resentimiento por no tener los medios para alcanzar el paradigma físico.

Si no se tiene acceso a la planeación, producción y difusión de los medios de comunicación masiva, se pueden tomar las siguientes actitudes:

- Resignarse pasivamente y tener la esperanza de que no afecten.
- Aislarse totalmente de los medios, lo que es casi imposible en la sociedad en que vivimos y que conlleva mantenerse ajeno a toda la información útil que éstos pueden dar.
- Desarrollar la capacidad de seleccionar intencionalmente los mensajes, analizándolos y distinguiendo los que están de acuerdo con los propios valores y posibilidades para adoptarlos, o desechando los que no lo están.

En suma, se trata de aprender a elegir y autodeterminarse. Para eso es esencial crear mecanismos de comunicación alternativa, de modo que las necesidades expresivas fundamentales incidan en el sentido que hasta ahora ha caracterizado el manejo de los medios.